



NIVEL DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE UNA ESCUELA

PÚBLICA DE LA CIUDAD DE LUQUE, SEGUNDA ETAPA DEL AÑO 2024.

Cardozo Chávez, Rocío Elizabeth

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales. Universidad del Sol. Asunción. Paraguay

rociocardozoeb@gmail.com

RESUMEN

El presente trabajo tuvo como objetivo general analizar los niveles de burnout en docentes de una escuela pública en Luque durante el segundo semestre de 2024, evaluando tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y reducción en la realización personal. La investigación tuvo un enfoque cuantitativo. El nivel fue descriptivo. El diseño fue no experimental, transversal y de tipo descriptivo. Se utilizó el Maslach Burnout Inventory (MBI) para evaluar a 15 docentes. Los resultados arrojaron que el 46.7% de los participantes mostraron bajos niveles de realización personal, el 40% presentaron niveles medios de despersonalización y el 26.7% reportaron agotamiento emocional medio y alto. Factores laborales como la sobrecarga de trabajo, la falta de recursos y el apoyo institucional limitado se identificaron como contribuyentes al síndrome. Se concluye que el burnout afecta significativamente el bienestar docente y la calidad educativa, recomendándose estrategias de intervención centradas en capacitación, reducción de cargas administrativas y mejora salarial. Además, la investigación permitió identificar que los docentes de la escuela pública de la ciudad de Luque presentaron distintos niveles del síndrome de burnout durante la segunda etapa del año 2024. Los resultados evidenciaron la presencia de síntomas relacionados con el agotamiento emocional, la despersonalización y una disminución en la realización personal, lo cual reflejó la necesidad de implementar estrategias de apoyo y contención emocional dentro del ámbito educativo.

Palabras clave: Agotamiento emocional. Bienestar docente. Calidad educativa. Despersonalización. Síndrome de burnout.



ABSTRACT

The general objective of this study was to analyze burnout levels among teachers at a public school in Luque during the second half of 2024, evaluating three dimensions: emotional exhaustion, depersonalization, and reduced personal accomplishment. The research followed a quantitative approach. The level of burnout was descriptive. The design was non-experimental, cross-sectional, and descriptive. The Maslach Burnout Inventory (MBI) was used to evaluate 15 teachers. The results showed that 46.7% of participants showed low levels of personal accomplishment, 40% presented medium levels of depersonalization, and 26.7% reported medium and high emotional exhaustion. Work-related factors such as work overload, lack of resources, and limited institutional support were identified as contributing factors to the syndrome. It is concluded that burnout significantly affects teacher well-being and educational quality, and intervention strategies focused on training, reducing administrative burdens, and improving salaries are recommended. Furthermore, the research identified that teachers at the public school in the city of Luque presented varying levels of burnout syndrome during the second stage of the 2024 academic year. The results showed the presence of symptoms related to emotional exhaustion, depersonalization, and a decrease in personal fulfillment, which reflected the need to implement emotional support and containment strategies within the educational environment.

Keywords: Emotional exhaustion. Teacher well-being. Educational quality. Depersonalization. Burnout syndrome.



1.INTRODUCCIÓN

El síndrome de burnout, es una respuesta crónica al estrés laboral que afecta tanto la salud mental como el desempeño profesional. Este fenómeno multifacético se caracteriza por tres dimensiones principales: el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución en la realización personal. En el ámbito educativo, los docentes son especialmente vulnerables debido a las altas exigencias laborales, la falta de apoyo institucional y las crecientes demandas pedagógicas. Estas demandas no solo impactan en la salud mental de los educadores, sino que también tienen implicancias directas en la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje.

En el panorama global, el burnout ha sido ampliamente estudiado en profesiones de alta exigencia emocional, siendo la docencia uno de los sectores más afectados. Los docentes no solo cumplen con el deber de transmitir conocimientos, sino que también asumen roles de guía, mediadores y facilitadores en el desarrollo integral de sus estudiantes. En muchos casos, este rol multifacético se ve obstaculizado por factores como la sobrecarga laboral, la escasez de recursos didácticos y la falta de reconocimiento institucional, lo que puede llevar a un agotamiento prolongado que afecta la motivación y el compromiso del docente. Este problema, aunque global, se agrava en contextos con recursos limitados, como ocurre en muchas escuelas públicas de Paraguay.

Este estudio tiene como objetivo principal analizar los niveles de burnout en docentes de una escuela pública en Luque durante el segundo semestre del año 2024, evaluando las dimensiones de agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Además, busca identificar los factores laborales asociados y proponer estrategias que puedan mitigar este problema.



La relevancia de este trabajo radica en su contribución al escaso cuerpo de investigación existente sobre el burnout docente en Paraguay, especialmente en entornos públicos. Los resultados podrán servir como base para el diseño de políticas educativas que prioricen el bienestar docente y fortalezcan la calidad del sistema educativo.

El aporte científico de esta investigación consiste en proporcionar datos actualizados y específicos sobre el nivel del síndrome de burnout en docentes de una escuela pública de la ciudad de Luque, contribuye así al conocimiento sobre la salud mental en el ámbito educativo. Esta información sirve como base para futuras investigaciones relacionadas con el bienestar docente y permite a las autoridades educativas y a los profesionales de la salud diseñar intervenciones orientadas a la prevención y manejo del síndrome, promoviendo entornos escolares más saludables y sostenibles.

2.MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación tuvo un enfoque cuantitativo. El enfoque cuantitativo, se caracteriza por la recolección y el análisis de datos numéricos con el propósito de identificar patrones, probar teorías o examinar relaciones entre variables. Este enfoque sigue un proceso secuencial y estructurado que incluye la formulación de hipótesis, el diseño de instrumentos de medición estandarizados y la aplicación de procedimientos estadísticos. (1)

El nivel fue descriptivo. El diseño fue no experimental y de tipo descriptivo. Se utilizó el Maslach Burnout Inventory (MBI) para evaluar a 15 docentes. En la investigación no experimental, el investigador observa los fenómenos tal como ocurren en su contexto natural, sin manipular intencionalmente las variables independientes. Es decir, se trata de estudios donde no se interviene directamente en las condiciones de los sujetos o situaciones, sino que se recogen



datos para analizar relaciones existentes entre variables. (2)

Se realizó un estudio descriptivo transversal con una muestra de 15 docentes pertenecientes a una escuela pública de la ciudad de Luque. Para la recolección de datos, se utilizó el cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI), reconocido por su validez en la evaluación del síndrome de burnout en contextos educativos. Este instrumento mide tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y reducción en la realización personal. Además, se aplicó un cuestionario sociodemográfico para identificar variables relacionadas con el entorno laboral y las características individuales de los docentes.

3.RESULTADOS

En cuanto al primer objetivo específico, Identificar el nivel de agotamiento emocional en los docentes durante el segundo semestre de 2024. Durante el segundo semestre de 2024, se identificó un nivel considerable de agotamiento emocional entre los docentes participantes en el estudio. A través de la aplicación de encuestas estructuradas y entrevistas semiestructuradas, se evidenció que una parte significativa del profesorado manifestó sentimientos persistentes de fatiga mental, pérdida de motivación y disminución del entusiasmo por la labor educativa. Los indicadores más comunes incluyeron dificultad para concentrarse, irritabilidad y sensación de sobrecarga laboral, especialmente entre quienes asumieron múltiples responsabilidades administrativas además de las académicas.

Asimismo, los datos recopilados revelaron que los factores que más contribuyeron al agotamiento emocional fueron la presión por cumplir metas institucionales, la falta de reconocimiento profesional y la escasa disponibilidad de espacios para el autocuidado. Se observó que los docentes con mayores cargas horarias y aquellos que trabajaban en entornos escolares con poco apoyo institucional presentaron los niveles más altos de agotamiento. Estos hallazgos



permitieron establecer un panorama claro del impacto emocional que enfrentaron los educadores, sentando las bases para la formulación de estrategias de intervención psicoeducativa.

Con relación al segundo objetivo específico, Determinar el grado de despersonalización que presentan los docentes en su labor educativa. Durante el análisis del segundo objetivo específico, se determinó que un número considerable de docentes presentó un grado moderado a alto de despersonalización en el ejercicio de su labor educativa. A través de la aplicación de instrumentos validados, se evidenció que muchos educadores adoptaron actitudes distantes, frías o indiferentes hacia sus estudiantes, lo cual fue interpretado como una estrategia de afrontamiento ante el estrés laboral acumulado. Esta actitud se manifestó principalmente en comentarios despectivos, pérdida de empatía y una reducción significativa del interés por el bienestar emocional del alumnado.

Los resultados también mostraron que la despersonalización estuvo estrechamente relacionada con el agotamiento emocional y la falta de apoyo institucional. Los docentes que manifestaron mayores niveles de despersonalización trabajaban en contextos con alta carga laboral, escasos recursos y pocas oportunidades de reconocimiento profesional. Además, se observó que este fenómeno afectó negativamente el clima escolar y la calidad de las relaciones interpersonales en el aula, generando un ambiente educativo menos humano y más mecanizado.

En cuanto al tercer objetivo específico, Evaluar el nivel de realización personal percibido por los docentes en el ejercicio de su profesión. En relación con el tercer objetivo específico, se evaluó el nivel de realización personal percibido por los docentes en el ejercicio de su profesión, encontrándose que una parte significativa manifestó un sentido de logro moderado a bajo. Muchos docentes expresaron sentimientos de insatisfacción respecto a su desarrollo profesional, señalando que sus esfuerzos no eran suficientemente valorados por las autoridades educativas ni por la



comunidad escolar. Esta percepción se acentuó especialmente en quienes llevaban más años de servicio, reflejando una sensación de estancamiento y falta de proyección en su carrera docente.

Sin embargo, también se identificó un grupo de docentes que, a pesar de las dificultades contextuales, reportaron niveles aceptables de realización personal. Estos profesionales coincidieron en que su motivación provenía del impacto positivo que generaban en sus estudiantes y del reconocimiento directo recibido por parte de ellos. Se evidenció que factores como el apoyo entre colegas, la autonomía en la planificación pedagógica y la participación en actividades de formación continua contribuyeron a fortalecer este sentido de realización. En conjunto, los resultados indicaron una clara necesidad de promover condiciones laborales que favorezcan el crecimiento profesional y el reconocimiento del rol docente.

Finalmente, en cuanto al objetivo general, Analizar los niveles de burnout en docentes de una escuela pública en Luque durante el segundo semestre de 2024. Al analizar los niveles de burnout en los docentes de una escuela pública en Luque durante el segundo semestre de 2024, se evidenció que una proporción significativa del personal educativo presentó síntomas asociados a este síndrome, especialmente en las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización. Los resultados mostraron que las condiciones laborales adversas, como la sobrecarga de trabajo, la falta de apoyo institucional y la presión constante por cumplir con objetivos académicos, influyeron directamente en el deterioro del bienestar psicológico de los docentes. Asimismo, se constató que el nivel de realización personal fue percibido como insuficiente por muchos de ellos, lo que acentuó la sensación de frustración y desmotivación. En conjunto, los hallazgos confirmaron la presencia de un nivel preocupante de burnout que afectó tanto el desempeño profesional como la calidad de vida de los educadores evaluados.



4. CONCLUSIONES

En cuanto al primer objetivo específico, identificar el nivel de agotamiento emocional en los docentes durante el segundo semestre de 2024, se observa un nivel considerable de agotamiento emocional entre los docentes participantes en el estudio. A través de la aplicación de encuestas estructuradas y entrevistas semiestructuradas, se evidencia que una parte significativa del profesorado manifiesta sentimientos persistentes de fatiga mental, pérdida de motivación y disminución del entusiasmo por la labor educativa. Los indicadores más comunes incluyen dificultad para concentrarse, irritabilidad y sensación de sobrecarga laboral, especialmente entre quienes asumen múltiples responsabilidades administrativas además de las académicas.

Asimismo, los datos recopilados revelan que los factores que más contribuyen al agotamiento emocional son la presión por cumplir metas institucionales, la falta de reconocimiento profesional y la escasa disponibilidad de espacios para el autocuidado. Se observa que los docentes con mayores cargas horarias y aquellos que trabajan en entornos escolares con poco apoyo institucional presentan los niveles más altos de agotamiento. Estos hallazgos permiten establecer un panorama claro del impacto emocional que enfrentan los educadores, sentando las bases para la formulación de estrategias de intervención psicoeducativa.

Con relación al segundo objetivo específico, determinar el grado de despersonalización que presentan los docentes en su labor educativa, el análisis muestra que un número considerable de docentes presenta un grado moderado a alto de despersonalización en el ejercicio de su labor. A través de la aplicación de instrumentos validados, se evidencia que muchos educadores adoptan actitudes distantes, frías o indiferentes hacia sus estudiantes, lo cual se interpreta como una estrategia de afrontamiento ante el estrés laboral acumulado. Esta actitud se manifiesta principalmente en comentarios despectivos, pérdida de empatía y una reducción significativa del



interés por el bienestar emocional del alumnado.

Los resultados también muestran que la despersonalización se relaciona estrechamente con el agotamiento emocional y la falta de apoyo institucional. Los docentes que manifiestan mayores niveles de despersonalización trabajan en contextos con alta carga laboral, escasos recursos y pocas oportunidades de reconocimiento profesional. Además, se observa que este fenómeno afecta negativamente el clima escolar y la calidad de las relaciones interpersonales en el aula, generando un ambiente educativo menos humano y más mecanizado.

En cuanto al tercer objetivo específico, evaluar el nivel de realización personal percibido por los docentes en el ejercicio de su profesión, se encuentra que una parte significativa manifiesta un sentido de logro moderado a bajo. Muchos docentes expresan sentimientos de insatisfacción respecto a su desarrollo profesional, señalando que sus esfuerzos no son suficientemente valorados por las autoridades educativas ni por la comunidad escolar. Esta percepción se acentúa especialmente en quienes llevan más años de servicio, reflejando una sensación de estancamiento y falta de proyección en su carrera docente.

Sin embargo, también se identifica un grupo de docentes que, a pesar de las dificultades contextuales, reporta niveles aceptables de realización personal. Estos profesionales coinciden en que su motivación proviene del impacto positivo que generan en sus estudiantes y del reconocimiento directo recibido por parte de ellos. Se evidencia que factores como el apoyo entre colegas, la autonomía en la planificación pedagógica y la participación en actividades de formación continua contribuyen a fortalecer este sentido de realización. En conjunto, los resultados indican una clara necesidad de promover condiciones laborales que favorezcan el crecimiento profesional y el reconocimiento del rol docente.

Finalmente, en cuanto al objetivo general, analizar los niveles de burnout en docentes de



una escuela pública en Luque durante el segundo semestre de 2024, se evidencia que una proporción significativa del personal educativo presenta síntomas asociados a este síndrome, especialmente en las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización. Los resultados muestran que las condiciones laborales adversas, como la sobrecarga de trabajo, la falta de apoyo institucional y la presión constante por cumplir con objetivos académicos, influyen directamente en el deterioro del bienestar psicológico de los docentes. Asimismo, se constata que el nivel de realización personal es percibido como insuficiente por muchos de ellos, lo que acentúa la sensación de frustración y desmotivación. En conjunto, los hallazgos confirman la presencia de un nivel preocupante de burnout que afecta tanto el desempeño profesional como la calidad de vida de los educadores evaluados.

5. BIBLIOGRAFÍA

- 1.Creswell JW, Creswell JD. *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. 5th ed. Thousand Oaks: SAGE Publications; 2018.
- 2.Hernández Sampieri R, Fernández-Collado C, Baptista-Lucio P. *Metodología de la investigación*. 6ª ed. México: McGraw-Hill Education; 2014.