
PREVALENCIA Y DIMENSIONES DEL BURNOUT EN PROFESIONALES DE UNA ESCUELA DIFERENCIAL DE LA CIUDAD DE CORRIENTES

Paola V Tisiotti, Carlos A Parquet
Dr. Victor H. Neudeck

RESUMEN:

El objetivo del presente trabajo de investigación fue el de evaluar la prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes de una escuela diferencial de la Ciudad de Corrientes Capital. **MATERIALES Y METODOS:** estudio transversal, descriptivo. Se realizó un muestreo estadístico. Para el diagnóstico de Burnout se utilizó el Cuestionario Breve de Burnout de Bernardo Moreno, que además evalúa causas y consecuencias psicofísicas y sociales. **RESULTADOS:** Se encuestó a 14 profesionales (82,3% de la población). Se observó una prevalencia de 79%. La dimensión con mayor puntuación fue Consecuencias del Burnout : 5,27, seguida de organización de la tarea: 3,2. Las situaciones productoras de mayor nivel de estrés laboral: trabajar con alumnos que presentan discapacidades psíquicas (72,7%), y los que no cuentan con apoyo familiar (72,7%). Probables soluciones a los problemas laborales: Implementando espacios de formación: 82%, espacios de reflexión: 73%. El 55% considera que no le es posible responder satisfactoriamente a la demanda de los alumnos con los recursos materiales que disponen. **CONCLUSIONES:** La elevada prevalencia del Síndrome de Burnout y la importante repercusión sobre la salud física, psíquica y social del docente, observada en este estudio pone de manifiesto la necesidad de efectuar estrategias de prevención y afrontamiento, como la implementación de espacios de formación y reflexión. Entre las principales causas de stress laboral se encontraron las discapacidades psíquicas de los alumnos, la falta de apoyo familiar, y de recursos materiales, en este sentido el apoyo social, emocional e instrumental son factores fundamentales para la prevención del Burnout.

Palabras claves: Síndrome del quemado, Burnout, docentes, stress laboral crónico.

SUMMARY:

The objective of the present work of investigation was the one to evaluate the prevalence of the of Burnout's Syndrome in teaching staff of a differential school of the City of Corrientes-Capital.

MATERIAL AND METHODS: cross-sectional, descriptive study. A statistical sampling was made. For the diagnosis of Burnout the Brief Questionnaire of Burnout of Bernardo Moreno was used, who in addition evaluates psychophysics and social causes and consequences.

RESULTS: survey was made to 14 professionals (82.3% of the population). A prevalence of 79% was observed. The dimension with greater score was Consequences : 5,27, followed of organization of the task: 3,2. The producing situations of greater level of labour stress: to work with students who presents psychic incapacity (72,7%), and those that does not count on familiar support (72,7%). Probable solutions to the labour problems: Implemeoting formation spaces: 82%, reflection spaces: w3%. 55% consider that it is not possible to respond to him satisfactorily to the demand of the students with the material resources that arrange. **CONCLUSIONS:** The high prevalence of the Burnout s Syndrome, and the important repercussion on the physical, psychic and social health of the educational one, observed in this study shows the necessity to carry out strategies of prevention and facing, like the implementation of formation and reflection spaces. Between main the causes of labour stress were the psychic incapacity of the students, the lack of familiar support, and of material resources, in this sense the social, emotional and instrumental support are fundamental factors for the prevention of Burnout.

Key words: Burned syndrome of, Burnout, teachers, chronic labour stress.

INTRODUCCION

Una especial atención se presta en la actualidad a las manifestaciones de estrés en las profesiones de servicios públicos. Son cada vez mas las profesiones que se desarrollan en el contacto humano con un público que impone demandas, tareas y habilidades específicas aunque también malestares ⁽¹⁾.

La docencia, como puesto de trabajo, obliga a la realización, a veces simultanea, de un sin fin de actividades, que van desde el cuidado y mantenimiento de la escuela, planeamiento de actividades docentes, elaboración de materia-

les didácticos, entre otras, y al mismo tiempo mantener constantes relaciones con: padres de familia, autoridades, compañeros y alumnos, lo que implica un duro esfuerzo, y uoa significativa carga psíquica en el trabajo. La función de docente en las escuelas especiales es depositaria social de una función determinante, contribuir a asegurar que los niños y jóvenes recibían una educación de calidad, que los forme como ciudadanos. ⁽²⁾

En este sentido, el Burnout (o Desgaste profesional) fue descrito inicialmente en médicos, por las Dras. Maslach y Jackson. Se trata

de un " síndrome resultante de un prolongado estrés laboral que afecta a una o más personas cuya profesión implica una relación con otros, eo la cual la ayuda y el apoyo ante los problemas del otro es el eje central del trabajo "(3) . Este síndrome abarca síntomas de Agotamiento Emocional, Despersonalización, Sensación de Reducido Logro personal, y de aspectos tales como trastornos físicos, conductuales y problemas de relación interpersonal. Además de estos aspectos se asocia a elementos laborales y organizacionales tales como la presencia de estresores laborales e insatisfacción personal (4) .

Las dimensiones fundamentales son *cansancio emocional* caracterizado por la pérdida progresiva de energía, el desgaste, el agotamiento, la fatiga. La *despersonalización* manifestada por un cambio negativo de actitudes y respuestas hacia los demás con irritabilidad y pérdida de motivación hacia el trabajo y la falta de realización personal, que supone un a serie de respuestas negativas hacia uno mismo y a su trabajo típicas de la depresión, moral baja, evitación de las relaciones interpersonales-profesionales, baja productividad, incapacidad para soportar la presión y una pobre autoestima (4) .

Es una de las principales causas de deterioro en el trabajo, cuyas consecuencias se manifiestan a nivel individual: en el plano de lo psicológico como enfado, ansiedad, agresividad verbal o física, desaliento, miedo, enojo, aislamiento; en el área física existen manifestaciones como fatiga, problemas gastrointestinales, cardíacos, o trastornos psicosomáticos; y en el nivel organizacional, con trastornos debidos a las actitudes negativas hacia el trabajo o hacia las personas que atiende (en este caso los alumnos), problemas de adaptación al rol o actividad que desempeña, incumplimiento de la tarea, ausentismo laboral, accidentes laborales, pérdida de interés por la profesión y que en el caso que nos ocupa, se puede manifestar con repercusión en el proceso de enseñar y la calidad de las relaciones interpersonales que se derivan del trabajo o aún en la familia (5) .

Además, las recurrentes crisis socioeconómicas y financieras en nuestro país, han puesto de relieve la importancia de los problemas de empleo: inestabilidad laboral, escasa remuneración, proletarianización del trabajo, altas tasas de desempleo y subempleo (6) , y han dejado relegado a un segundo plano el problema de las condiciones y medio ambiente de trabajo. Sin embargo este tema debe ser estudiado con el objeto de preservar la salud de las personas insertas en el sistema productivo.

Debido a las características propias del trabajo de los profesores y a la variabilidad de actividades a lo largo del curso académico, es

normal encontrar momentos en los que los docentes se encuentren más estresados. La incorporación al trabajo después de las vacaciones, los períodos de exámenes, etc. hacen del trabajo docente una situación dinámica en las que la época del curso puede predeterminar momentos vivenciados de forma muy dispar entre el profesorado (7) .

Los objetivos de este trabajo fueron: evaluar la prevalencia y las dimensiones del burnout en profesionales de una escuela diferencial de la Ciudad de Corrientes.

MATERIALES Y METODOS

Se realizó un estudio observacional descriptivo y transversal en una población total de 17 profesionales de la Institución "Jesús Nazareno" de la Ciudad de Corrientes. Unidad de Análisis: profesores de pedagogía diferencial EGB I y II, profesor de Educación Física, Licenciada en Kinesiología y Fisiatría, y una Psicóloga, durante el mes de junio de 2005. Fueron incluidos en el estudio todos los profesionales que se encontraban presentes en la institución.

El instrumento de recolección de la información fue Cuestionario Breve de Burnout (CBB) de Bernardo Moreno, el que ha sido realizado en base al Inventario de Burnout de Maslach (1982), modificado para su aplicación en países hispanoparlantes por Bernardo Moreno et. al (8) .

Este instrumento consta de varias preguntas introductorias con datos generales, y explora tres variables fundamentales: el Síndrome de Burnout (SBO), las Causas del Burnout (CBO) y las Consecuencias del Burnout (CON).

1-El Síndrome de Burnout (SBO), a su vez consta de tres subvariables que concuerdan con el modelo de Maslach y Jackson, y contienen tres proposiciones cada una: **Cansancio Emocional:** 1, 7, 15; **Despersonalización:** 3, 11, 18; **Realización Profesional:** 5, 12, 19.

2-La variable Causas del Burnout (CBO), a su vez, se analiza en sus componentes: **Tedio:** 6, 14, 20; **Características de la Tarea:** 2, 10, 16; **Organización,** cada uno con tres proposiciones: 4, 8, 9.

3-La variable Consecuencias del Burnout (CON), no se divide en componentes; contiene tres proposiciones en total: consecuencias **físicas** (13), **sociales** (17) y **psíquicas** (21).

El cuestionario se responde en una escala ordinal de 5 puntos (1 a 5) que expresan frecuencias crecientes de experimentar el contenido de la proposición de que se trate. Los valores mínimos y máximos posibles para cada subvariable y para la variable Consecuencia oscilan entre 3 y 15, valor que es promediado

entre el número de ítems correspondientes, que es 3. El autor propuso el valor de 3 como "afectado" en la variable que se trate, y mayor de 4 como "altamente afectado".

La recolección de la información se realizó a través del cuestionario autoadministrado, con participación voluntaria y anónima, y se llevó a cabo en el ámbito de las aulas de la institución.

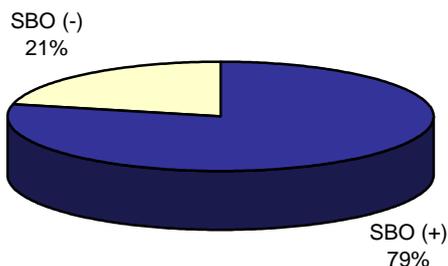
La carga de datos y el procesamiento de los mismos se realizó diseñando bases de datos, utilizando los programas informáticos Microsoft Access 2000 y Microsoft Excel 2000.

RESULTADOS

Del total de encuestados, 13 eran del sexo femenino y 1 del sexo masculino; la edad de los mismos iba de los 24 a los 47 años, con una media de 32,2 años, una moda de 28 años y una desviación típica de 6,6. El 85,8% tenía pareja estable y el 14,2% manifestó no tener pareja estable. Con respecto a su situación laboral: Planta: 8, Contratados: 2, Suplentes: 4.

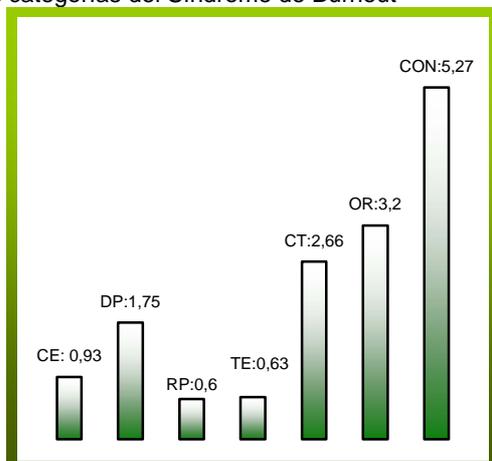
El Síndrome de Burnout se observó en 11 profesionales, la prevalencia se observa en el Gráfico 1.

Gráfico 1: Prevalencia del Síndrome de Burnout (SBO).



Las categorías del Burnout figuran en el Gráfico 2:

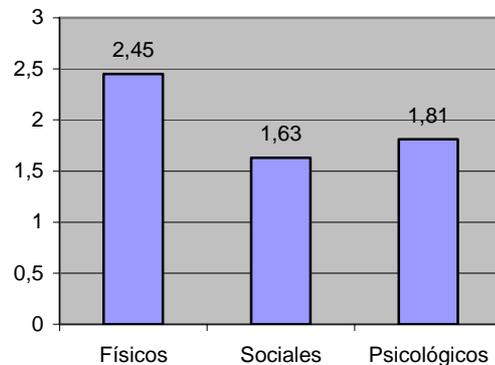
Gráfico 2: Puntuaciones presentadas en las diferentes categorías del Síndrome de Burnout



CE: Cansancio Emocional; DP: Despersonalización; RP: Realización Profesional; TE: Tedium; CT: Características de la Tarea; OR: Organización; CON: Consecuencias del Burnout.

En relación a la variable Consecuencias Físicas, Sociales y Psicológicas, los resultados pueden observarse en el Gráfico 3.

Gráfico 3: Puntuación obtenida en Consecuencias Físicas, Sociales y Psicológicas de los profesionales encuestados.



Entre las situaciones que les producen mayor niveles de estrés en su trabajo diario figuran:

Trabajar con alumnos que presentan discapacidades psíquicas (72,7%), que no cuenta con apoyo familiar (72,7%), alumnos con discapacidades predominantemente físicas (18%).

El 55% considera que no le es posible responder satisfactoriamente a la demanda de los alumnos con los recursos materiales que dispone, y el 64 % considera que poseen recursos de capacitación suficientes.

El 73% de los profesionales declararon no tener días libres durante la semana, y el 100% declaró que además debe realizar labores de su trabajo en su casa.

En relación, a la forma en que considera que se podrían resolver los problemas de su trabajo, respondieron: Implementando espacios de formación: 82% , implementando espacios de reflexión: 73%, aumentando la remuneración: 64%, aumentando el equipamiento: 64% , aumentando los niveles de organización: 54,5%.

DISCUSION

El estudio demostró una elevada prevalencia del SBO, similar a otro estudio realizado en escuelas primarias seleccionadas aleatoriamente en México, donde un 80 % de los docentes presentaron el síndrome de quemarse por el trabajo.

Las mayores puntuaciones se observaron en la categoría Consecuencias sobre la salud, donde los encuestados puntuaron como altamente afectados y describieron que las principales consecuencias sobre su salud se referían específicamente a síntomas físicos, segui-

dos de síntomas psicológicas y problemas sociales.

Entre las probables causas del Síndrome de Burnout en estos profesionales, figura las Características de la Tarea que realizan y, en este sentido refirieron que las situaciones que les producen mayores niveles de estrés en su trabajo diario se relacionan con tener que trabajar con alumnos que presentan discapacidades principalmente psíquicas y que no cuentan con el apoyo familiar de los mismos.

Se observaron bajas puntuaciones en las categorías: falta de Realización Personal, Tedium de la tarea y Cansancio Emocional.

En relación a la Organización de la Tarea la elevada puntuación debe interpretarse en forma inversa, es decir que en este caso un puntaje elevado actuaría como un factor de protección.

Los maestros sin lugar a dudas tienen un sin fin de actividades que cumplir. Ha sido necesario ocupar parte de su tiempo de descanso en obligaciones propias de su trabajo, un elevado porcentaje declaró no tener horas libres durante la semana y todos declararon que deben realizar labores de su trabajo en su casa. Sus días de trabajo no solo abarcan de lunes a viernes sino hasta sábados y domingos si es necesario.

En relación a las posibles alternativas que podrían ser de utilidad para resolver los problemas de su trabajo, la gran mayoría respondió que se deberían implementar espacios de formación y espacios de reflexión, seguidos de aumento de remuneración y equipamiento.

CONCLUSION

Todo parece indicar que es la prevención la estrategia de elección. Como recomendaciones pensamos que sería beneficioso que se lleven a cabo programas preventivos que se ajusten a las necesidades específicas de la institución para mantener altos los grados de satisfacción del cuerpo docente que se vera reflejado en la calidad de su trabajo. Se debe, pues, impulsar y dignificar la profesión docente.

Está demostrado que la búsqueda de apoyo social, ya sea a nivel familiar, amigos o compañeros, los grupos de apoyo, la escucha, el apoyo técnico y emocional influyen en gran medida, en la prevención y tratamiento del Burnout.

De esta forma, exponer los problemas de un profesor a un grupo de compañeros de profesión resulta una experiencia reconfortante, se sienten comprendidos, intercambian opiniones y se dan consejos. Los docentes observan que su problema lo tenían también otras personas, incrementando su compañerismo y la fuerza suficiente para afrontar situaciones y enfrentarse a los problemas diarios en el aula.

Agradecimientos:

Los autores desean manifestar su agradecimiento a la Institución CARIDI "Jesús Nazareno" de la Ciudad de Corrientes y a los profesionales de la misma. A la Dra. Lorena Dos Santos, docente de la Cátedra de Salud Mental. Facultad de Medicina. UNNE. Sin su invaluable colaboración este estudio no hubiera sido posible.

BIBLIOGRAFIA

1. Hernandez JR. Estrés y Burnout en profesionales de la salud de los niveles primario y secundario de atención. Instituto Nacional de Salud de los Trabajadores. Revista Cubana Salud Pública. Mayo-Agosto 2003 : 29, 2.
2. Alderete Rodríguez MG, Pando Moreno M, Aranda Beltrán C, Balcázar Partida R. Síndrome de *Burnout* en maestros de educación básica, nivel primaria de Guadalajara. México. Universidad de Guadalajara México. Abril 2003. Investigación en Salud. Volumen V, Número 1.
3. Zaldúa G, Loudieu M. Dilemas éticos relacionados con el Burnout. Publicación Científica de la Secretaría de Salud Pública Municipalidad de Rosario-Argentina [en línea] Enero – Diciembre 1999 [Fecha de acceso 25 de Julio de 2005]; 2 (1 y 2). URL disponible en: http://www.rosario.gov.ar/sitio/salud/Revista_Inv_Web/vol2n1y2_art5.htm
4. Moreno B, Oliver C, Aragonés A. El Burnout una forma específica de stress laboral. Manual de Psicología Clínica Aplicada. Madrid, España. Editorial Siglo XXI. 1991: 271- 284.
5. Mendizábal N. Condiciones de trabajo y salud de los docentes primarios en la Provincia de Buenos Aires: EUDEBA; 1995: 9w-146.
6. Zaldúa G, Loudieu MT, Tisera A, Gaillard P. La Hegemonía Neoliberal y las condiciones de producción de los actos de salud en hospitales públicos. Red de Bibliotecas Virtuales de Ciencias Sociales de América Latina y el Caribe, de la Red de Centros Miembros de CLACSO [en línea] 2002. [Fecha de acceso 25 de Julio de 2005]. URL disponible en: <http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/ar/libros/argentina/gzrmani/zaldua.rtf>
7. Moriana E, Cabrera J. Estrés y Burnout en profesores. *Int J Clin Health Psychol*.2004; 4 (3): 597-621.
8. Moreno Jiménez B et al. La evaluación del Burnout. Problemas y alternativos. El CBB como evaluación de los elementos del proceso. *Revista Psicología del Trabajo y las Organizaciones*. 1997; 13(2): 185-207.