

Burnout Syndrome and Depression in Ecuadorian Teachers: A Correlational Study

Síndrome de Burnout y Depresión en docentes ecuatorianos: un estudio correlacional

Autores:

Placencia-Orellana, Nancy Patricia
Universidad De Cuenca
Maestrante
Cuenca – Ecuador



nancyspa2011@hotmail.com



<https://orcid.org/0009-0000-7119-4365>

Reyes-Trelles, Xavier Fabricio
Universidad De Cuenca
Docente
Cuenca – Ecuador



fabricio.reyes@ucuenca.edu.ec



<https://orcid.org/0000-0002-0423-5902>

Aquilla-Guzmán, Alvaro Fabián
Universidad De Cuenca
Docente
Cuenca – Ecuador



fabian.aquilla@ucuenca.edu.ec



<https://orcid.org/0000-0001-9248-9269>

Fechas de recepción: 04-ENE-2024 aceptación: 08-FEB-2024 publicación: 15-MAR-2024



<https://orcid.org/0000-0002-8695-5005>

<http://mqrinvestigar.com/>



Resumen

Introducción: la forma en que los docentes de la educación básica hacen frente a los cambios del entorno laboral afecta la percepción del estrés y el bienestar psicológico en el trabajo y puede contribuir al desarrollo de procesos depresivos. **Objetivo:** el propósito del estudio fue correlacionar el síndrome de burnout y la depresión en docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz de la ciudad de Cuenca-Ecuador, 2023. **Metodología:** Se empleó un enfoque cuantitativo de tipo no experimental, corte transversal y un alcance correlacional. Se aplicó la escala de auto medición de depresión de Zung, el cuestionario de síndrome de burnout de Maslach y una ficha sociodemográfica a 39 docentes. **Resultados:** los resultados evidenciaron bajos niveles de agotamiento emocional y despersonalización y altos niveles de realización personal, en tanto, se concluye que de manera global hubo ausencia del síndrome de burnout y, de la misma manera, la mayoría no presentó depresión. No se encontró asociación estadísticamente significativa entre los niveles de las dimensiones del síndrome de burnout y los niveles de depresión, ni de estas dos con las variables sociodemográficas. **Conclusiones:** la naturaleza de la docencia implica la interacción social, lo que podría ser un factor de protección para no desarrollar depresión y se sugiere que para investigaciones a futuro se emplee un tamaño de población mayor y el uso de instrumentos adaptados al contexto.

Palabras clave: síndrome de burnout; depresión; docencia

Abstract

Introduction: The way elementary education teachers cope with changes in the work environment affects the perception of stress and psychological well-being at work and can contribute to the development of depressive processes. **Objective:** The purpose of the study was to correlate burnout syndrome and depression in teachers at the Francisca Dávila de Muñoz Educational Unit in the city of Cuenca, Ecuador, 2023. **Methodology:** A non-experimental, cross-sectional quantitative approach with a correlational scope was employed. The Zung Self-Rating Depression Scale, Maslach Burnout Inventory questionnaire, and a sociodemographic form were administered to 39 teachers. **Results:** The findings revealed low levels of emotional exhaustion and depersonalization and high levels of personal accomplishment. Overall, it is concluded that there was an absence of burnout syndrome, and the majority did not exhibit depression. No statistically significant association was found between the levels of burnout dimensions and depression levels, nor between these two and sociodemographic variables. **Conclusions:** The nature of teaching involves social interaction, which could be a protective factor against developing depression. It is suggested that future research use a larger sample size and instruments adapted to the context.

Keywords: stress burnout syndrome; depression; teaching

Introducción

El concepto de síndrome de burnout, propuesto por Freudenberg (1974), ha sido fundamental para entender la carga emocional y cognitiva que enfrentan los profesionales en diversos campos, incluida la educación. Este síndrome implica aspectos como la falta de empatía, comportamientos distantes y actitudes poco profesionales hacia los estudiantes, y ha sido objeto de creciente interés en la investigación, como lo evidencian estudios como el de Baldeón et al. (2023), que destaca un aumento en la atención al síndrome de burnout en la educación básica y superior.

En este sentido, la Organización Internacional del Trabajo sostiene que el síndrome de burnout se caracteriza por un estado de agotamiento físico, mental y emocional, originado cuando se experimenta fatiga derivada de la percepción de incompetencia en relación con las tareas desempeñadas. Este agotamiento se manifiesta junto con niveles elevados de tensión al enfrentar dificultades para adaptarse al entorno laboral, lo que resulta en una incapacidad para cumplir con las demandas inherentes a su rol y, consecuentemente, en el incumplimiento de las expectativas establecidas por la organización (OIT, 2016). De esta manera, se establece una conexión fundamental entre el síndrome de burnout y la sensación de inadecuación en el ámbito profesional.

En el contexto de comprender a fondo el síndrome de burnout, diversos investigadores, como Cabellos et al. (2020), han propuesto un enfoque tridimensional que aborda las dimensiones de realización personal, agotamiento emocional y despersonalización. Estas dimensiones encapsulan la autocrítica desfavorable, el desgaste emocional, la fatiga y actitudes distantes hacia los compañeros de trabajo, evidenciando la complejidad y profundidad de este fenómeno. Además, se destacan mecanismos de afrontamiento, como la desconexión gradual y la atribución de responsabilidad a otros, según estudios como los de Arayago et al. (2016), Chavarría et al. (2017) y Bustamante (2021).

En consonancia con estas perspectivas, el síndrome de burnout, según la investigación de Vilche et al. (2019), tiene la capacidad de manifestarse en diversos entornos laborales, enfatizando la importancia crucial de la interacción social y la naturaleza de las tareas en su desarrollo. Al abordar específicamente el ámbito de la docencia, Sánchez et al. (2020) subrayan su alta vulnerabilidad a situaciones estresantes y agotamiento emocional, factores que comúnmente están presentes en las etapas iniciales del síndrome. Por otro lado, Rodríguez et al. (2017) identifican condiciones laborales y la presión ejercida por entidades públicas como predisponentes en docentes, mientras que Bracho (2020) y Serna y Martínez (2020) resaltan que el síndrome actúa como una barrera educativa, afectando la motivación, incrementando el ausentismo y generando un impacto negativo en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Este análisis cohesivo revela la complejidad multifacética del síndrome de burnout en diferentes contextos laborales, con énfasis especial en la docencia.

La docencia, al ser una profesión con una carga significativa de estrés y responsabilidad, según Filippsen y Marin (2020), puede conducir al síndrome de burnout, manifestándose en síntomas como agotamiento físico y mental que impactan negativamente en la calidad del

trabajo. Además, Lovo (2020) identifica una serie de síntomas adicionales, entre ellos tristeza, ansiedad, alteración del pensamiento y deterioro de las relaciones familiares.

En el proceso de evaluación del síndrome de burnout, se emplea comúnmente el Inventario de Agotamiento Laboral de Maslach, una herramienta estándar que consta de tres dimensiones centrales: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Es importante destacar que la versión original comprende 16 ítems, mientras que la variante diseñada para los servicios de salud abarca 22 ítems y utiliza los términos de despersonalización y eficacia profesional. Esta adaptación logra resultados coherentes y comparables en todas las versiones de la encuesta, según investigaciones respaldadas por Knox et al. (2018). Cabe señalar que la validez de este inventario ha sido respaldada por investigaciones en diversos países (Byne, 2010; Abdelmounaim et al., 2022), destacando su aplicación en contextos de la salud.

Investigaciones como las de Cladellas et al. (2018) profundizan en la conexión entre la estabilidad contractual y el síndrome de burnout en docentes. La antigüedad laboral y las condiciones de trabajo también han sido identificadas como predisponentes relevantes (Rivera et al., 2018). La prevalencia del síndrome de burnout en docentes varía en diferentes países, con estudios en Ecuador (Jarrín et al., 2022; Camacho et al., 2021) y Chile (Bravo y Elizondo, 2022) mostrando resultados significativos.

Según Lucero et al. (2022), el síndrome de burnout puede generar vulnerabilidad psicológica al agotar los recursos personales frente al estrés laboral prolongado, disminuyendo así la resiliencia ante la adversidad y propiciando el desarrollo de síntomas depresivos. Pérez et al. (2017) indican que la depresión es una afección compleja, originada por la interacción entre la susceptibilidad genética y las influencias ambientales, destacando factores de riesgo como afectaciones cerebrales, predisposiciones genéticas, influencias ambientales y elementos psicológicos, siendo más frecuente en la adolescencia o los primeros años de la adultez temprana y en mujeres (Alzuri et al., 2017).

En el contexto de la docencia, los docentes se consideran un grupo de interés debido a la presencia de factores que aumentan la probabilidad de desarrollar el síndrome de burnout, como las demandas emocionales, las presiones laborales y la interacción constante con estudiantes y colegas (Rodríguez et al., 2017). Asimismo, Mendes et al. (2020) destaca que los factores de riesgo para la depresión en docentes están vinculados a la personalidad, antecedentes familiares, eventos infantiles, experiencias desagradables y el aislamiento social. Tabares et al. (2020) sostienen que, junto con el síndrome de burnout, la depresión representa una de las afectaciones laborales de carácter psicosocial más relevantes, generando un creciente interés tanto en la comunidad científica como en las entidades gubernamentales, estatales, empresariales y sindicales.

La relación entre la identificación y evaluación de los síntomas depresivos en contextos laborales refuerza la comprensión de la interrelación existente entre el síndrome de burnout y el riesgo de desarrollar trastornos depresivos, especialmente en profesionales como los docentes. Este enfoque permite no solo reconocer los síntomas del síndrome de burnout, sino también anticipar y abordar posibles consecuencias a nivel emocional y mental en el ámbito

laboral. En este contexto, la escala de depresión de Zung (1965), respaldada por estudios como el de Rodríguez et al. (2021), emerge como un instrumento valioso, no solo para evaluar la depresión en sí, sino también para contribuir a la comprensión integral de la salud mental en entornos profesionales exigentes.

Varios estudios han explorado la relación entre el síndrome de burnout y los síntomas depresivos en contextos educativos y de salud. Cárdenas (2022) investigó a 152 docentes utilizando la Escala de Percepción Global del Estrés de Cohen y el Inventario de Depresión de Beck, confirmando una relación directa significativa entre ambas variables. Suárez (2019) analizó a 225 docentes de educación secundaria, encontrando una relación positiva significativa entre el agotamiento laboral y la depresión.

En España, Mendes et al. (2020) evaluaron a 163 docentes, observando niveles mínimos de estrés y depresión, con diferencias significativas entre sexos y una correlación moderadamente positiva. En Brasil, Silva et al. (2018) estudiaron a 100 docentes, identificando una prevalencia del 29% en agotamiento y un 23% en depresión, con correlaciones fuertes entre la depresión y las dimensiones del agotamiento.

En Ecuador, Franco (2023) examinó a 151 docentes, destacando bajos niveles de realización personal y una correlación inversa casi nula entre ansiedad y depresión. Guilcamagua (2022) evaluó a 35 docentes universitarios en Quito, encontrando un 49% de cansancio emocional y un 91% sin síntomas depresivos aparentes. En médicos ambateños, Lucero et al. (2022) hallaron que el 47.69% presenta posible depresión, el 39.23% depresión y el 52.31% síndrome de burnout, con correlaciones fuertes entre estas variables y el rendimiento laboral.

Con base a lo mencionado, resulta fundamental brindar asistencia en el entorno laboral a quienes exhiban estos síntomas para prevenir impactos negativos tanto a nivel individual como colectivo. En este contexto, se deben pensar estrategias que permitan prevenir el síndrome de burnout y los síntomas depresivos en los docentes desarrollando planes de acción, mediante los cuales se avance hacia procesos que fomenten el bienestar emocional de manera permanente y no solo afrontando las consecuencias asociadas.

Este estudio se centra en los docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz en la ciudad de Cuenca durante el año 2023. La investigación busca correlacionar el síndrome de burnout y la depresión en este grupo específico. Su pertinencia radica en la falta de conocimiento sobre estas cuestiones en este contexto particular y la necesidad de desarrollar estrategias de prevención e intervención adaptadas a las necesidades de los docentes.

Material y métodos

Materiales

La metodología de la investigación se orientó hacia un enfoque cuantitativo, utilizando instrumentos estandarizados como el Inventario del estrés laboral crónico de Maslach y la escala de automedición de depresión de Zung. Además, se implementó una ficha sociodemográfica diseñada para la investigación, destinada a recopilar información sobre

variables como edad, sexo, estado civil, antigüedad laboral y grado asignado de los participantes. Este estudio siguió un diseño no experimental de corte transversal y tuvo un alcance correlacional, centrándose en la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz en Cuenca, Ecuador. La elección de esta metodología permitió un análisis pormenorizado de las relaciones entre las variables estudiadas, proporcionando una comprensión más profunda de los fenómenos asociados al síndrome de burnout y la depresión en el contexto educativo.

La población de interés fueron los 50 docentes de la institución en el año 2023, y la muestra final consistió en 39 docentes que cumplían con los criterios de inclusión: tener un contrato laboral indefinido y al menos dos años de experiencia como docentes. Es relevante señalar que no se aplicaron criterios de exclusión en este proceso.

En consecuencia, formaron parte del estudio un total 39 docentes, debido a que 11 de ellos (22%) declinaron participar en la investigación. En la tabla 1 se presentan las características sociodemográficas de los participantes de esta investigación, entre los aspectos destacados se encuentran la predominancia de mujeres (N=32), la distribución de edades mayoritaria entre 27 y 40 años (N=20), el estado civil mayormente casados (N=25), la asignación de varios grados (N=16) y la experiencia docente que oscila entre 3 y 10 años (N=20).

Tabla 1
Características sociodemográficas de los docentes participantes

	Características	N	%
Sexo	Hombre	7	17.9
	Mujer	32	82.1
Edad	27 - 40 años	20	51.28
	40 - 65 años	19	48.72
Estado civil	Soltero(a)	10	25.64
	Casado(a)	25	64.10
	Unión libre	2	5.13
	Divorciado(a)	2	5.13
Grado asignado	Primero-Segundo	8	20.25
	Tercero-Cuarto	7	17.9
	Quinto-Sexto	4	10.3
	Séptimo-Octavo	1	2.6
	Noveno-Décimo	3	7.7
	Varios	16	41.0
Antigüedad	Entre 2 y 10 años	20	51.3
	Entre 11 y 20 años	13	33.33
	Igual o superior a 21 años	6	15.4

Se implementó una ficha sociodemográfica diseñada específicamente para esta investigación. El propósito de este instrumento fue recopilar información relevante sobre variables como edad, sexo, estado civil, antigüedad laboral y grado asignado de los participantes.

Para evaluar el síndrome de burnout (SB), se empleó el Inventario del estrés laboral crónico de Maslach, diseñado para cuantificar los niveles de sobrecarga laboral experimentados en el ámbito profesional (Bedoya, 2017). La adaptación ecuatoriana para docentes de Carmen y Vásquez (2022) se utilizó en esta investigación, presentando una consistencia interna de .78 para agotamiento emocional, .76 para despersonalización y .78 para realización personal. En este estudio, se obtuvo un coeficiente de alfa de Cronbach general de .81. Este instrumento consta de 22 ítems, distribuidos en tres subescalas: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Cada ítem se evalúa mediante una escala Likert de 7 puntos (0 a 6). Los niveles de SB se categorizan según los puntajes obtenidos en agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

Adicionalmente, se aplicó la escala de automedición de depresión de Zung para medir los niveles de depresión en los participantes (Campo et al., 2005). Se utilizó la versión española de Piñerúa-Shuhaibar et al. (2007), compuesta por 20 ítems. En este estudio, se calculó un alfa de Cronbach de .513. La puntuación se obtiene sumando los ítems, y las interpretaciones se dividen en categorías que van desde ausencia de depresión hasta depresión severa a extrema. Es esencial destacar que, debido al alfa de Cronbach relativamente bajo obtenido en la escala de depresión de Zung, se sugiere considerar adaptaciones o alternativas en futuras aplicaciones para mejorar la estabilidad y precisión del instrumento en la medición del constructo depresión.

Métodos

Para llevar a cabo el presente trabajo de investigación, se siguió un riguroso proceso que involucró la obtención de la aprobación del protocolo de investigación y del modelo de consentimiento informado por parte del Comité de Ética en Investigación en Seres Humanos de la Universidad de Cuenca. La consecución de este permiso ético fue fundamental para garantizar la integridad y la adecuada protección de los participantes en el estudio. Posteriormente, se estableció contacto con la directora de la unidad educativa, obteniendo su autorización para llevar a cabo la recopilación de datos. Se acordó participar en las reuniones de comité de los docentes, programadas los días viernes, para facilitar el proceso de recolección de información.

Durante la primera semana de octubre de 2023, se llevó a cabo la interacción con los docentes de manera grupal. En este encuentro, se extendió la invitación para participar en la investigación, y aquellos que expresaron su acuerdo procedieron a firmar el consentimiento informado y a responder los instrumentos de recolección de datos. Este proceso grupal tuvo una duración aproximada de 30 minutos por cada grupo. Al término de la sesión, se expresó agradecimiento a los docentes por su participación activa, y se transmitieron reconocimientos a la directora de la institución por su colaboración y apertura.

Finalizada la etapa de recolección de datos, se procedió a la creación de una base de datos en Microsoft Excel 2020. La información recopilada fue ingresada y procesada utilizando el software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 2.0 para Windows. Este programa posibilitó la codificación, tabulación y análisis estadístico de los datos. Se calcularon medidas de frecuencia para las variables nominales y ordinales, así como medidas de tendencia central, como la media aritmética, para las variables numéricas. Además, se llevó a cabo el cálculo de la prueba de V de Cramer para el análisis bivariado entre las dimensiones del síndrome de burnout y los niveles de depresión, así como para evaluar la asociación de estos constructos con las variables sociodemográficas. Los resultados obtenidos fueron presentados de manera organizada en tablas y figuras, editadas en Microsoft Excel 2020, para facilitar la comprensión y la interpretación de los hallazgos.

Resultados

Niveles de Síndrome de Burnout

La Tabla 2 muestra los niveles observados en las tres dimensiones del síndrome de burnout (SB). Se destaca que las dimensiones de agotamiento y despersonalización mayormente reflejan un nivel bajo, en contraste, la dimensión de realización personal exhibe predominantemente un nivel alto. No obstante, es relevante señalar que un porcentaje representativo (35.9%) de los participantes percibe una realización personal baja.

Este hallazgo contrasta con los resultados presentados en investigaciones previas que abordan poblaciones similares, tales como las de Brito et al. (2019), Camacho et al. (2021), Elizondo (2022) y Jarrín et al. (2022). Dichos estudios indican un elevado índice de síndrome de burnout, enfatizando especialmente la dimensión de agotamiento emocional. La explicación de este fenómeno podría residir en la posible escasa exposición de este grupo de docentes a situaciones estresantes, como sugieren Cabellos et al. (2020), lo que podría motivarlos en su entorno laboral. Este aspecto, según Bracho (2020) y Serna y Martínez (2020), contribuye a prevenir la manifestación del síndrome de burnout en cualquiera de sus dimensiones.

Tabla 2

Niveles de las tres dimensiones de síndrome de burnout

Dimensiones	Niveles	N	%
Agotamiento emocional	Alto	3	7.7
	Medio	9	23.1
	Bajo	27	69.2
Despersonalización	Alto	1	2.6
	Medio	7	17.9
	Bajo	31	79.5
Realización personal	Bajo	14	35.9
	Medio	7	17.9
	Alto	18	46.2

Adicionalmente, el instrumento posibilita la identificación de la presencia o ausencia del síndrome de burnout (SB). Se considera que una persona presenta SB cuando se registran elevados niveles de agotamiento emocional y despersonalización, acompañados de bajos niveles de realización personal. En este sentido, se analizó esta información complementaria, revelando que no se detectó presencia del SB en ningún caso (N=39; 100%). Es decir, ningún participante exhibió altos niveles de agotamiento emocional y despersonalización, así como bajos niveles de realización personal.

Este resultado contradice los hallazgos de la investigación llevada a cabo por Jarrin et al. (2022), quienes, al examinar el SB durante la pandemia de COVID-19, identificaron una prevalencia del 30.83%. Asimismo, difiere de la investigación previa realizada por Manzano (2020), quien encontró una prevalencia alta de SB, y de los resultados presentados por Vidotti et al. (2019), que determinaron una prevalencia del 20.9%. En consonancia con la teoría propuesta por Lucero et al. (2022), se podría inferir que los docentes de esta institución educativa no estarían en riesgo de experimentar malestar emocional evidenciado en síntomas de depresión, ya que cuentan con recursos personales suficientes ante la exposición prolongada al estrés laboral.

Niveles de Depresión

La tabla 3 muestra la presencia de depresión entre los participantes, la mayoría presentó ausencia de depresión (N=35) al obtener una puntuación total menor de 50 puntos, esto indica un estado de ánimo sin alteración o una impresión clínica normal. Sin embargo, es meritorio destacar que el 10.3% de docentes presentó un nivel de depresión entre leve y moderada.

Este hallazgo contradice las afirmaciones de Pérez et al. (2017), quienes resaltan que la depresión es una afección compleja y común, resultado de la interacción entre la susceptibilidad genética y las influencias ambientales manifestadas en circunstancias específicas. Posiblemente, los factores protectores del entorno contribuyen a mantener un estado emocional de relajación y tranquilidad (Alzuri et al., 2017; Rodríguez et al., 2017). Además, los docentes podrían estar gestionando adecuadamente el estrés, a pesar de la carga significativa que conlleva la profesión docente (Filippsen y Marin, 2020). Es importante señalar que existen estudios anteriores que informan niveles mínimos de depresión, como el realizado por Méndez et al. (2020) en España, cuyos resultados también deben considerarse.

Tabla 3
Niveles de depresión

Niveles	N	%
Moderado	3	7.7
Leve	1	2.6
Ausencia	35	89.7

Síndrome de Burnout y Depresión

En cuanto a la asociación entre las dimensiones del Síndrome de Burnout (SB) y la depresión, no se observó una relación estadísticamente significativa. El rechazo de la hipótesis nula se basa en el valor de significancia de la prueba V de Cramer (p mayor a .05). Es importante subrayar que la cantidad limitada de participantes con depresión, ya sea en niveles leves o moderados, podría haber influido en este resultado (ver Tabla 4). Este hallazgo contrasta con investigaciones previas, como la de Baldeón et al. (2023), que identificaron asociaciones entre variables como resiliencia, compromiso laboral, depresión, compromiso organizacional, autoeficacia, calidad educativa, y otras variables personales y profesionales. Asimismo, Silva et al. (2018), Suarez (2019), y Cárdenas (2022) encontraron una relación positiva significativa entre agotamiento laboral y depresión.

La discrepancia puede explicarse por la ausencia global de casos de SB y la baja incidencia de depresión en este estudio. En consecuencia, los docentes participantes podrían no manifestar una vulnerabilidad psicológica significativa, como sugieren Lucero et al. (2020). Es relevante destacar como aspecto favorable que los docentes en este estudio podrían experimentar menos estrés, considerando que el SB se considera una causa de estrés crónico (Flores, 2017).

Tabla 4

Niveles de depresión y dimensiones del síndrome de burnout

Niveles de depresión	Niveles de agotamiento				p
	Alto	Medio	Bajo	V de Cramer	
Moderada	1	1	1	.300	.134
Leve	0	1	0		
Ausencia	2	7	26		
	Niveles de despersonalización				p
	Alto	Medio	Bajo	V de Cramer	
Moderada	0	0	3	.121	.886
Leve	0	0	1		
Ausencia	1	7	27		
	Niveles de realización personal				p
	Alto	Medio	Bajo	V de Cramer	
Moderada	2	1	0	.214	.469
Leve	0	0	1		
Ausencia	16	6	13		

Síndrome de Burnout y Variables Sociodemográficas

La Tabla 5 presenta un análisis de las dimensiones del Síndrome de Burnout (SB) según variables sociodemográficas, revelando la ausencia de asociaciones estadísticamente significativas entre ninguna de ellas. Este resultado contradice las tendencias encontradas en la literatura especializada. Por ejemplo, respecto a la edad, Estrada y Gallegos (2020) indicaron que las personas entre 21 y 30 años presentan mayores niveles de SB, hallazgo

compartido por la investigación de Múnera y Muñoz (2022), que registró mayores incidencias en el rango de 25 a 34 años. Estas investigaciones sugieren que las personas en la adultez temprana podrían experimentar más el SB.

En cuanto a la variable de género, se ha observado en estudios previos que las mujeres tienen una mayor prevalencia de depresión, posiblemente debido a factores biológicos o culturales. Sin embargo, en el presente estudio, no se observaron diferencias significativas en la incidencia de SB entre los géneros (Méndez et al., 2020).

Otros estudios como Vinuesa et al. (2020) y Múnera y Muñoz (2022) sugieren que los docentes casados tienen un porcentaje considerablemente mayor de SB. Asimismo, Manzano (2020) refiere que los docentes con menor antigüedad reportan mayores puntajes en agotamiento emocional. Estos resultados podrían interpretarse considerando los niveles bajos de agotamiento emocional y despersonalización, así como los niveles altos de realización personal en este grupo de participantes. La distribución de casos fue limitada, pero se proporciona una transparencia completa al informar los resultados obtenidos.

Tabla 5
Síndrome de burnout según características sociodemográficas

Variables sociodemográficas	Dimensiones del síndrome de burnout					
	Agotamiento emocional		Despersonalización		Realización personal	
	V de Cramer	p	V de Cramer	p	V de Cramer	p
Rango edad	.205	.440	.243	.318	.260	.269
Sexo	.181	.528	.347	.095	.219	.393
Grupo asignado	.452	.101	.305	.700	.271	.839
Antigüedad	.156	.756	.191	.584	.284	.178
Estado civil	.224	.420	.234	.370	.210	.488

Depresión y Variables Sociodemográficas

La Tabla 6 revela que no se encontraron asociaciones estadísticamente significativas entre la depresión y las variables sociodemográficas. Es relevante considerar que en este grupo de participantes, la presencia de casos de depresión fue limitada. Este hallazgo sugiere que los docentes que participaron en la investigación podrían no estar experimentando elevadas demandas emocionales ni presiones significativas. Además, es plausible que mantengan relaciones saludables con estudiantes y colegas, ya que según Rodríguez et al. (2017), factores como demandas emocionales intensas, presión laboral excesiva y relaciones interpersonales conflictivas actúan como posibles desencadenantes de la depresión.

Otra interpretación puede ser que, dada la naturaleza inherente del trabajo docente, que implica una interacción constante con otros profesionales, estudiantes y padres de familia, se minimiza el riesgo de aislamiento social, un factor de riesgo señalado por Méndez et al.

(2020) en relación con la depresión en docentes. Este resultado concuerda con investigaciones anteriores que también concluyeron la ausencia de asociación entre la depresión y la mayoría de las variables sociodemográficas (Guilcamaugua, 2022). Sin embargo, es importante señalar discrepancias en cuanto a la edad, ya que Silva et al. (2018) encontró correlaciones significativas y fuertes entre estas variables. Esto sugiere que la profesión docente, al ser social y colaborativa, puede contribuir a un mayor bienestar emocional y brindar una red de apoyo sólida en comparación con profesiones más propensas al aislamiento social. Además, la adaptabilidad constante de los docentes a las condiciones cambiantes del entorno educativo podría favorecer un sentido de logro profesional, competencia y desarrollo personal.

Tabla 6

Depresión y variables sociodemográficas

Variables sociodemográficas	Niveles de depresión	
	V de Cramer	p
Rango edad	.320	.135
Sexo	.136	.699
Grupo asignado	.290	.766
Antigüedad	.306	.120
Estado civil	.281	.188

Conclusiones

En consonancia con el objetivo general del estudio, no se observó una asociación estadística entre el síndrome de burnout y la depresión en los docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila. Al abordar el primer objetivo específico, se constató que los docentes exhiben niveles bajos de agotamiento emocional y despersonalización, así como altos niveles de realización personal, indicando una ausencia del síndrome de burnout. Sin embargo, es crucial considerar la secuencia del proceso que configura el síndrome, que se inicia con la exacerbación de las primeras dimensiones y la disminución de la realización personal. La falta de atención a los riesgos inherentes al estrés que enfrentan los docentes podría llevar a la manifestación del síndrome en etapas posteriores.

En relación con el segundo objetivo específico, se determinó que la depresión está ausente en el 90% de los participantes; no obstante, el 10% restante presenta síntomas leves a moderados, lo cual no debe pasar desapercibido. Cumpliendo con el tercer objetivo específico, no se encontró una asociación estadísticamente significativa entre los niveles de las dimensiones del síndrome de burnout y las variables sociodemográficas analizadas. Asimismo, no se evidenció una asociación estadísticamente significativa entre la depresión y las variables sociodemográficas.

Es importante destacar que, al señalar estos resultados, se debe considerar el tamaño limitado de la muestra, y se recomienda ampliarla para contrastar estos hallazgos. La limitación relacionada con la confiabilidad del instrumento utilizado para medir la depresión debe abordarse con precaución, considerando factores como la variabilidad intrapersonal. Además, es necesario evitar la extrapolación de los resultados a poblaciones más amplias.

Considerando los resultados en torno al síndrome de burnout y la depresión, se sugiere brindar apoyo emocional a los docentes a través de profesionales, ya sea en el departamento de consejería estudiantil u otro espacio, con el objetivo de adquirir habilidades para hacer frente al estrés o aprender técnicas que reduzcan la tensión y los síntomas depresivos. También, se recomienda realizar un seguimiento a los docentes en un lapso de seis meses para corroborar estos resultados y analizar posibles factores asociados a los bajos puntajes. Este grupo puede ser un modelo para explorar factores de protección y desarrollar intervenciones en poblaciones similares que presenten síntomas de síndrome de burnout y depresión.

Por último, se destaca que la fecha de recolección de datos, al inicio del periodo escolar, podría influir en la ausencia de malestar y agotamiento, ya que los docentes recién se han reintegrado a las actividades laborales después de las vacaciones.

Referencias bibliográficas

- Alzuri, M., Hernández, N., y Calzada, Y. (2017). Depresión en la adolescencia: consideraciones necesarias para su diagnóstico y tratamiento. *Revista Finlay*, 7(3), 152-154. <http://scielo.sld.cu/pdf/rf/v7n3/rf01307.pdf>
- Arayago, R., González, Á., Limongi, M., y Guevara, H. (2016). Síndrome de Burnout en residentes y especialistas de anestesiología. *Salus*, 20(1), 13-21. http://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S1316-71382016000100004&script=sci_abstract
- Baldeón, M., Janampa, L., Rivera, J., y Santivañez, L. (2023). Síndrome de burnout: Una revisión sistemática en Hispanoamérica. *LATAM. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 1809-1831. <https://doi.org/https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.378>
- Bedoya, E. (2017). Prevalencia del síndrome de burnout en trabajadores de un hospital público colombiano. *MEDISAN*, 21(11), 3172-3179. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=75757>
- Bracho, D. (2020). Síndrome de burnout y fatiga laboral. *Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología*, 6(1), 264-294. <https://doi.org/https://doi.org/10.35381/cm.v6i1.307>
- Bravo, J. y Elizondo, M. (2022). Síndrome de burnout en profesores/as durante la pandemia por COVID-19 en Chile. *Revista Educación las Américas*, 12(1), 1-14. <https://doi.org/10.35811/rea.v12i1.196>

- Brito, A., Pinto, S., de Oliveira, I., Paparelli, R., Dornelas, R., y Piccolotto, L. (2019). Voice Disorder and Burnout Syndrome in Teachers. *J Voice*, 33(4). 581-590..
<https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2018.01.022>
- Bustamante, F. (2021). Aplicación de un programa Psico-organizacional y su efecto en personal con Síndrome de Burnout. *Cadernos Brasileiros Terapia Ocupacional*, 29. e2959-2964. [https://doi.org/https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO2242](https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO2242)
- Byne, B. (2010). The Maslach Burnout Inventory: Validating Factorial Structure and Invariance Across Intermediate, Secondary, and University Educators. *Multivariate Behav Res.*, 26(4), 586-605. https://doi.org/10.1207/s15327906mbr2604_2
- Cabellos, S., Ponce, R., Sandoval, M., y Velásquez, R. (2020). Niveles de Burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de educación superior. *Revista Cubana de Enfermería*, 36(2).1-15.
<https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/3328/595>
- Carmen, K., y Vásquez, A. Síndrome de Burnout en docentes de una universidad particular de Piura según género-2020 [tesis de pregrado]
[http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8485/1/REP_PSIC_KARLA.CARMEN_ANA.VASQUEZ_S%
c3%8dNDROME.BURNOUT.DOCENTES.UNIVERSIDAD.PARTICULAR.PIURA.G%
c3%89NERO.2020.pdf](http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8485/1/REP_PSIC_KARLA.CARMEN_ANA.VASQUEZ_S%c3%8dNDROME.BURNOUT.DOCENTES.UNIVERSIDAD.PARTICULAR.PIURA.G%c3%89NERO.2020.pdf)
- Camacho, R., Gaspar, M., y Rivas, C. (2021). Síndrome de burnout y estrés laboral por Covid-19 en docentes universitarios ecuatorianos. *Revista del Grupo de investigación en Comunidad y salud*, 6(4), 166-170.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8126477>
- Campo, A., Díaz, L., Rueda, G., y Barros, J. (2005). Validación de la escala de Zung para depresión en universitarias de Bucaramanga, Colombia. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(1), 166-177.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8126477>
- Cárdenas K. y Valencia, D. (2022). Estrés y depresión en docentes de educación escolar en modalidad virtual debido a la pandemia por covid-19. [Tesis de grado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma del Perú.
- Cladellas-Pros, R., Castelló-Tarrida, A., y Parrado-Romero, E. (2018). Satisfacción, salud y estrés laboral del profesorado universitario según su situación contractual. *Revista Salud Pública*, 20(1), 53-59. <https://www.scielosp.org/pdf/rsap/2018.v20n1/53-59/es>
- Estrada, E., y Gallegos, N. (2020). Síndrome de Burnout y variables sociodemográficas en docentes peruanos. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(6), 714-720. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4404750>
- Filippsen, O., y Marín, A. (2020). School climate and indicators of stress, anxiety, and depression in teachers of private technical high school. *Psicologia: teoria e prática*, 22(3), 247-262. <https://doi.org/10.5935/1980-6906/psicologia.v22n3p247-262>

- Flores D. (2017). El síndrome de Burnout como riesgo laboral de los docentes en el nivel medio superior. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*, en línea, <https://www.eumed.net/rev/caribe/2017/11/sindrome-burnout-docentes.html>
- Franco M. (2023). Relación entre el síndrome de burnout con la depresión y ansiedad en docentes fiscales del cantón Otavalo [Tesis de maestría, Universidad Técnica del Norte]. <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/13897>
- Freudenberger, H. (1974). Staff Burn - Out. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159 - 165. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
- Guilcamagua K. (2022). Prevalencia del Síndrome de Burnout y Depresión en docentes de una carrera del Instituto Superior Universitario Central Técnico en Quito [Tesis de Magíster, Universidad Regional Autónoma de los Andes]. Repositorio institucional de la Universidad Regional Autónoma de los Andes.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. MC Graw Hill.
- Jarrín, G., Patiño, M., Moya, I., Barandica, Á., y Bravo, V. (2022). Prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes ecuatorianos de educación superior en tiempos de pandemia Covid-19. *Polo del Conocimiento*, 7(2), 183-197. <https://doi.org/10.23857/pc.v7i1.3579>
- Knox, M., Willard, R., Huang, B., y Grumbach, K. (2018). Maslach Burnout Inventory and a Self-Defined, Single-Item Burnout Measure Produce Different Clinician and Staff Burnout Estimates. *Journal of General Internal Medicine*, 33(8), 1344-1351. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s11606-018-4507-6>
- Lovo, J. (2020). Síndrome de burnout: un problema moderno. *Revista entorno* (70), 110-120. <https://doi.org/https://doi.org/10.5377/entorno.v0i70.10371>
- Lucero, M., Noroña, D., y Vega, V. (2022). Burnout y depresión en médicos de medicina interna y unidad de cuidados intensivos en Riobamba, Ecuador. *Revista Cubana de Reumatología*, 24(1), 1-17. <https://revreumatologia.sld.cu/index.php/reumatologia/article/view/944>
- Manzano, A. (2020). Síndrome de burnout en docentes de una Unidad. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(16), 499-511. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v4i16.132>
- Mendes, L., Campelo, E., Pinheiro, C., Pires, I., y Vasconcelos, G. (2020). Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. *Enfermería Global*, 19(57), 209-220. <http://dx.doi.org/10.6018/eglobal.19.1.383201>
- Múnera, J., & Muñoz, X. (2022). Síndrome de Burnout en docentes de una institución pública de educación media del Municipio de Medellín [Tesis de pregrado]]. Universidad de Antioquía. https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/27402/1/MuneraJuanDavid_MunozXimena_2022_SindromeBurnoutDocentes.pdf

- Organización Internacional del Trabajo (2016). Estrés Laboral.
https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/documents/genericdocument/wcms_475146.pdf
- Pérez, E., Cervantes, V., Hijuelos, N., Pineda, J., y Salgado, H. (2017). Prevalencia, causas y tratamiento de la depresión Mayor. *Rev Biomed*, 28(2), 89-115.
<https://n9.cl/b1nce>
- Piñerúa, L., Estévez, J., y Suárez, H. (2007). Autescala de Zung para depresión como predictor de la respuesta sensorial y autonómica al dolor. *Investigación Clínica*, 48(4), 469 - 483. <http://ve.scielo.org/pdf/ic/v48n4/art07.pdf>
- Rivera, A, Ortiz, R., Miranda, M. y Navarrete, P. (2018). Factores de riesgo asociados al síndrome de desgaste profesional (Burnout). *Revista Digital de Postgrado*, 8(2), 1-7.
<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/08/1008595/16488-144814485158-1-sm.pdf>
- Rodríguez, J., Guevara, A., y Viramontes, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *Revista de investigación educativa de la REDIECH*, 8(14), 45-67.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-85502017000100045
- Rodríguez, M., Rodríguez, A., Pérez, D., y Peña, Y. (2021). Evaluación de la autoescala de Zung y Conde en el diagnóstico de depresión en población geriátrica. *Revista Archivo Médico de Camagüey*, 25(2), 204-214.
<http://scielo.sld.cu/pdf/amc/v25n2/1025-0255-amc-25-02-e7764.pdf>
- Sánchez, M., Martínez, A., Torres, R., de M. Hernández, A., Benavides, M., Jaimes, C., Rendón, V. (2020). Retos educativos durante la pandemia de COVID-19: una encuesta a profesores de la UNAM. *Revista Digital Universitaria*, 21(3), 1-25.
<https://doi.org/http://doi.org/10.22201/codeic.16076079e.2020.v21n3.a12>
- Serna, D. y Martínez L. (2020). Burnout en el personal del área de salud y estrategias de afrontamiento. *Correo Científico Médico (CCM)*, 24(1), 383-399.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812020000100372
- Silva, N., Turini, A., y Loureiro, S. (2018). Agotamiento y depresión en los maestros de primaria: un estudio correlacional. *Rev. Bras. Educ*(23), 1-18.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1590/S1413-24782018230048>
- Tabares-Díaz, Y., Martínez-Díaz, V., & Matabanchoy-Tulcán, S. (2020). Síndrome de Burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Universidad y Salud*, 22(3), 265-279. <https://doi.org/ISSN 2389-7066>
- Vidotti, V., Trevisan, J., Quina, M., Perfeito, R., y Camo, M. (2019). Síndrome de burnout, estrés laboral y calidad de vida en trabajadores de enfermería. *Revista electrónica trimestral de Enfermería* (55), 344-354.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.6018/eglobal.18.3.325961>
- Vinueza, C., Barreno, E., & Flores, C. (2020). Burnout en Docentes de un Instituto Tecnológico Agronómico. *Ciancia América*, 5(4), 1-8. <https://doi.org/ISSN 1390-9592>
- Zung, W. (1965). Self-report depression scale. *Archives of General Psychiatry*, 12, 63-70

Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

Financiamiento:

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

Agradecimiento:

N/A

Nota:

El artículo no es producto de una publicación anterior.