

## Factores que detonan el síndrome de burn-out

*Fatores que desencadeiam a síndrome de burnout*

**Patricia Eugenia García Castro**

Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México

[patricia.garcia@me.com](mailto:patricia.garcia@me.com)

**Maria Laura Gatica Barrientos**

Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México

[eralekat@gmail.com](mailto:eralekat@gmail.com)

**Emma Rosa Cruz Sosa**

Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México

[emmarc2001@yahoo.com.mx](mailto:emmarc2001@yahoo.com.mx)

**Kathia Luis Gatica**

Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México

[kathialg@gmail.com](mailto:kathialg@gmail.com)

**Rubí del Rosario Vargas Hernández**

Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México

[rubivargas17@hotmail.com](mailto:rubivargas17@hotmail.com)

**Jesús Hernández García**

Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México

[master7@live.com.mx](mailto:master7@live.com.mx)

**Virginia Araceli Ramos Velázquez**

Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México

[vicky\\_marquez24@hotmail.com](mailto:vicky_marquez24@hotmail.com)

**Dulce María Macías Díaz**

Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México

[kiss\\_love\\_never@hotmail.com](mailto:kiss_love_never@hotmail.com)

## Resumen

El propósito de esta investigación es determinar el nivel del Síndrome de Burnout que padece la planta docente de una Institución de Educación Superior de Puebla, México, así como describir la relación entre el estrés y los factores significativos que causan dicha condición, como pueden ser la edad, el género, tener una pareja, la antigüedad laboral y el ambiente laboral. El tipo de investigación utilizado es cuantitativo mediante el cuestionario "Maslach Burnout Inventory". Los resultados mostraron que la planta docente de la IES mencionada sufre un alto nivel de Síndrome de Burnout.

**Palabras clave:** Síndrome de Burnout, estrés, planta docente, Escuela Normal Superior.

## Resumo

O objetivo desta pesquisa é determinar o nível de síndrome de burnout sofrido pelo corpo docente de uma Instituição de Ensino Superior de Puebla, no México, e descrever a relação entre estresse e os fatores significativos que causam a condição, como o idade, sexo, ter um parceiro, a antiguidade de trabalho e ambiente de trabalho. O tipo usado é a pesquisa quantitativa através do questionário "Maslach Burnout Inventory". Os resultados mostraram que os docentes das IES mencionados sofre um alto nível de síndrome de burnout.

**Palavras-chave:** síndrome de Burnout, estresse, faculdade, Ecole Normale Superieure

**Fecha recepción:** Abril 2015

**Fecha aceptación:** Diciembre 2015

---

## Introdução

A Escola Normal do Estado de Puebla é a instituição educacional mais importante, de acordo com o artigo primeiro da Lei Orgânica do Ministério da Educação Pública do Estado de Puebla, porque é um viveiro de formadores. A maioria dos professores desta escola têm se mostrado sob condições de estresse, tais como exaustão emocional, mau humor, falta de compromisso, e assim por diante. É de salientar que as condições de vida angustiantes pode colocar as pessoas sob

extrema pressão, tornando-se sentir exausto, vazio, "queimado" e incapaz de resolver qualquer problema, de modo que o estresse no trabalho pode causar problemas físicos e mentais.

Rout e Rout (2007) afirmam que os seres humanos estão expostos a sofrer eventos estressantes, como divórcio, morte de um ente querido, o nascimento de uma criança, seu casamento, etc., ou eventos estressantes pequenos como estar preso no trânsito frasco ou outros problemas menores, apenas para mencionar alguns. Na verdade, Rodriguez, Roque e Molerio (2002) indica que o stress gerado por reacções foram classificados em cognitivo, fisiológico, emocional, e uma mistura destes. No México, o sector da educação está sujeito a estas condições por causa de seu trabalho.

A fim de realizar o seu trabalho, o corpo docente está exposta a diferentes situações sociais, políticos, econômicos, culturais, biológicos e físicos, entre outros, dando origem a tensões que afetam sua saúde. Pérez Medina (2003) indica que a deterioração da saúde de indivíduos manifesta-se por envelhecimento precoce, perda de sono, fadiga física e mental, absentismo, câncer e estresse constante. O alarmante de que a condição é que na maioria dos casos ou as autoridades de educação e professores percebem isso.

### **Revisão da literatura**

Hoje, o estresse é considerado "a nova doença da civilização". Muitas pessoas sofrem por causa de seu ritmo de trabalho e na vida social.

O termo vem do francês antigo estrece estresse (atualmente etoitresse), disponível em <http://diccionario.reverso.net/frances-espanol/>.

O termo estresse foi cunhado em 1936 pelo endocrinologista canadense Hans Selye (1936), que aponta que é um estado de exaustão emocional causado pelas exigências de alta performance do que o normal.

Selye (1956), posteriormente definido estresse com a Organização Mundial de Saúde como "resposta não específica do organismo a qualquer exigência a partir do estrangeiro." No entanto, o estresse tem muitas ramificações como alterações; portanto, novos métodos e estruturas clínicos têm sido desenvolvidos para estudar as novas perspectivas desta doença.

Posteriormente, Freudenberg, Herbert, Richelson e Geraldine (1980) definiu o estresse como uma situação vivida por alguns profissionais que trabalham com as pessoas. Esta condição é

caracterizada por exaustão emocional causado por excesso de trabalho, chegando à pessoa em desempenho ineficiente.

Note-se que o excesso de trabalho feito por profissionais, como é o caso de muitos professores que procuram ser competitivo, causar altos níveis de estresse, forçando-os a optar em suas atividades e de contrair doenças crônicas que ainda pode colocar em risco de morrer.

Na verdade, Gil-Monte (2002) indica que o estresse resultante do trabalho de conformidade é uma das principais causas de doenças profissionais e de absentismo que dão origem a muitos acidentes.

Enquanto isso, Acosta (2006) indica que os aspectos fisiológicos e sócio-culturais foram incorporados em teorias que oferecem insights para novas gerações de pesquisadores nesta disciplina.

Por enquanto, eles identificaram dois tipos de fatores que podem causar o estresse:

- 1) **Estímulos externos:** a família ou problemas financeiros, o excesso de trabalho, medo, e assim por diante.
- 2) **Estímulos internos:** dor física, doença, sentimentos de inferioridade, os problemas sociológicos, e assim por diante.

Da mesma forma que identificaram dois tipos de estresse:

- 1) **O stress físico:** stress físico é causado pelo desenvolvimento de uma doença, de uma infecção grave, trauma, gravidez e assim por diante.
- 2) **O stress mental:** Este tipo de estresse é causado por problemas econômicos, ansiedade emocional, problemas trabalhistas, entre outros.

Por outro lado, Pose (2005) Ela indica que o stress é dividido em:

- 1) **Stress positiva**
- 2) **Stress Negativo**

Campos (2006) observa que o estresse positivo é uma reação criativa e afirmativa pelas pessoas para resolver um problema e com o desenvolvimento de suas competências e habilidades. No entanto, quando as exigências ambientais são excessivos, intensa ou prolongada e exceder a capacidade de resistência e adaptação do indivíduo, esta condição torna-se o stress negativo.

Finalmente, é importante observar que, no era tecnológica de hoje, as exigências de trabalho estão cada vez mais difícil de atingir, produzindo níveis elevados de stress tempo.

**Burnout Syndrome Definições**

O termo "esgotamento" foi cunhado em 1970 pelo psicólogo americano Herbert Freudenberger, que a usou para descrever as consequências do stress grave e altos ideais vividos por pessoas que desenvolvem em ajudar profissões. Médicos e enfermeiros são um exemplo de pessoas que jogam profissões de ajuda, que muitas vezes sacrificam pelos outros e muitas vezes acabam "queimado", esgotado, apático, indiferente e incapaz de resolver qualquer problema.

Atualmente este termo não é utilizado apenas para as pessoas que jogam este tipo de profissões, mas também para qualquer pessoa que pode estar em risco para o stress: celebridades, funcionários, professores, donas de casa, e assim por diante. Assim, o termo esgotamento se tornou muito popular na sociedade.

Maslach (1977) definiu a síndrome de Burnout síndrome de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal, que pode ocorrer em indivíduos que trabalham com as pessoas.

Gil-Monte (2002) indicaram que a síndrome de burnout é uma resposta psicológica a estressores de trabalho crônicas e natureza emocional interpessoal.

Montero e Garcia (2010) definiu o estresse como um estado de vazio interior, desgaste espiritual, a alma do miocárdio, em que o indivíduo afetado não só gastou suas energias, mas a sua essência foi atacado e danificado. Portanto, pode-se supor que o seu corpo, mente e espírito formam um único organismo.

Em termos médicos, a síndrome de burnout é uma patologia grave relacionada com o ambiente de trabalho eo estilo de vida das pessoas. Em outras palavras, esta doença é um distúrbio emocional causado pelo trabalho que faz com que os sintomas físicos e patológicos.

Vale ressaltar que a ansiedade e a depressão pode levar a vários problemas que envolvem questões trabalhistas, tais como deficiência, invalidez e até mesmo a morte.

Por outro lado, Guerrero e Vicente (2003) explicar a diferença entre a síndrome de burnout e depressão, indicando que o indivíduo deprimido mostra um baixo humor generalizado, enquanto que os sintomas da síndrome de burnout são temporários e inerentes ao ambiente de trabalho.

**Fatores que causam a síndrome de burnout**

Até agora não há nenhum fator específico que causa a doença. Muitos estudos recentes sobre o assunto classificaram suas causas:

- 1) Pessoal
- 2) Negócio
- 3) Sociais

No que respeita à primeira classificação, Edelwich e Brodsky (1980) sugerem que jovens, mulheres solteiras são propensas a esta síndrome.

Do ponto de vista trabalhista, as pessoas com longas horas de trabalho tendem a sofrer com esta condição. Mas as pessoas que têm mais experiência profissional, dedicada à administração e têm alguma autonomia profissional parecem ser propensas a desenvolvê-lo.

Finalmente, do ponto de vista social, não basta as pessoas foram treinadas em habilidades de comunicação interpessoal, muitas vezes eles podem ser vítimas da síndrome.

Por outro lado, é importante notar que, até agora não existem métodos bem definidos para diagnosticar a síndrome. Existem vários questionários de auto-avaliação, mas o problema ainda não foi alcançado um consenso sobre a definição específica da síndrome, e, portanto, não tem uma posição sobre se estes questionários são capazes de medir a desordem ou diferenciá-lo de outros distúrbios.

No entanto, o questionário mais comum e utilizado é chamado de "Maslach Burnout Inventory" (MBI), disponíveis para diferentes grupos profissionais. O questionário não foi desenvolvido na prática clínica, mas na investigação científica na área de burnout, e foi criado para determinar o nível da síndrome de burnout, uma vez que este fenômeno afeta a eficiência do capital humano dentro das organizações.

metodologia

Foi utilizado o método de pesquisa, que envolveu 100 professores da ENSEP. Estas amostras foram selecionados através de uma amostragem aleatória simples.

O instrumento utilizado para medir a síndrome conhecida como: Maslach Educação Inquérito Burnout Inventory (MBI-ES).

Para determinar o nível da síndrome de burnout de cada indivíduo, foram adicionados os valores resultantes das 22 frases afirmativas do questionário. Para fazer escala de Likert foi utilizado com as seguintes opções: 0 = não, 1 = algumas vezes por ano, 2 = Uma vez por mês, 3 = algumas vezes por mês, 4 = Uma vez por semana, 5 = Às vezes uma semana e 6 = Todos os dias.

Por outro lado, as sub-escalas e cortes que conseguiram medir a síndrome de burnout foram estabelecidas desde os primeiros estudos de Maslach e Jackson (1986), Buzetti (2005), Cherniss

(1980) e outros, com o seguinte : Cansaço emocional (CE), despersonalização (D) e de realização pessoal (RP).

As pontuações para cada sujeito foram calculados com base na Norma e Adaptação Catalana americano (Fernando e Perez, 1986), que designarão pontos: baixa, média e alta em cada dimensão.

**TABLA I. valores cutoffs**

DIMENSIÓN  GRADO	CANSANCIO EMOCIONAL	DESPERSONALIZACIÓN	REALIZACIÓN PERSONAL
<b>BAJO</b>	MENOR O IGUAL QUE 18	MENOR O IGUAL QUE 5	MAYOR O IGUAL QUE 40
<b>MEDIO</b>	ENTRE 19 Y 26	ENTRE 6 Y 9	ENTRE 34 Y 39
<b>ALTO</b>	MAYOR O IGUAL QUE 27	MAYOR O IGUAL QUE 10	MENOR O IGUAL QUE 33

Fuente: Fernando y Pérez, 1986.

**Projeto de Pesquisa**

Este trabalho tem dois objetivos: quantitativos e qualitativos, através de pesquisa bibliográfica e pesquisa de campo. A pesquisa bibliográfica foi usada para construir o arcabouço teórico referindo-se ao material físico e virtual.

Por outro lado, a pesquisa de campo foi usado para coletar informações para a investigação, por meio de pesquisas de professores.

Os passos seguidos para realizar a pesquisa foram:

- 1) Encontre um instrumento de medição confiável.
- 2) Determine o tamanho da amostra.
- 3) Aplique o instrumento de medição.
- 4) Despeje em uma informação planilha Excel obtidos na pesquisa.
- 5) Organizar a informação recolhida.

- 6) Analisar e interpretar a informação recolhida na pesquisa.
- 7) Publicar os resultados da investigação.

Agora, uma vez determinado instrumento confiável para medir a síndrome de burnout, ou seja, o chamado questionário Inventário de Burnout Inquirido à Educação Maslach, procedeu-se a determinar o tamanho da amostra. Para este fim foi aplicada a seguinte fórmula matemática:

$$n = \frac{4pqn}{e^2(n-1) + 4pq}$$

O valor que produziu a fórmula foi de 100, ou seja, a pesquisa deve ser aplicado a 100 professores dos 165 que compõem o corpo docente desta escola no ano de 2013-2014 escola.

Em seguida, procedeu-se a solicitar a permissão das autoridades escolares para implementar as pesquisas e para evitar qualquer possível mal-entendido. Vale ressaltar que os resultados foram anónimo e confidencial.

um arquivo é criado no Excel para coletar informações obtidas através do instrumento aplicada. Imediatamente após a informação foi processada na ferramenta matemática estatística chamada Statistical Package for Social Sciences (Statistical Package for Social Sciences SPSS) por sua sigla em Inglês, versão 18.

A análise estatística consistiu em preparar uma análise descritiva das informações obtidas. Devido à natureza das variáveis não paramétricas, tais como variáveis correlações Tau-b de Kendall e Spearman Rho, o que levou a fazer algumas tabelas de contingência dentro do programa SPSS versão 18.0 que foram tiradas.

A partir dessas análises e cálculos foram obtidos os seguintes resultados:

57% dos professores inquiridos eram do sexo masculino e 43% eram mulheres; 21% dos professores varia entre 47 e 51 anos de idade, enquanto 4% estão entre 67 e 71 anos; e 5% têm entre 27 e 31 anos

De acordo com os resultados da pesquisa, 38% dos entrevistados são solteiros e 62% são casados ou ter um parceiro.



8% dos entrevistados disseram que têm mais de 3 dependentes; 31% dos professores disseram ter 3 dependentes; 44% por cento disseram que têm entre 1 e 2 dependentes, e, finalmente, 16% disseram que não tinha dependentes.

De acordo com o tipo de contrato, 59% disse ser professor definitivo e 42% indicaram que não eram definitivos.

No que diz respeito ao tipo do dia de trabalho, 39% de professores indicou que tinha uma base de tempo integral; 21% disseram que estavam a tempo parcial e 40% relataram ter um lugar chamado Time-classe.

Quanto a relações familiares dos entrevistados, 65% relataram manter excelentes relações com sua família; 31% disse que eles eram bons; 4% disseram que estavam regular, e 0% disse manter relações mau ou muito mau. Vale ressaltar que o bom ambiente familiar da maioria dos entrevistados contribui para a sua atitude positiva no trabalho, apesar de ter 2 ou mais dependentes.

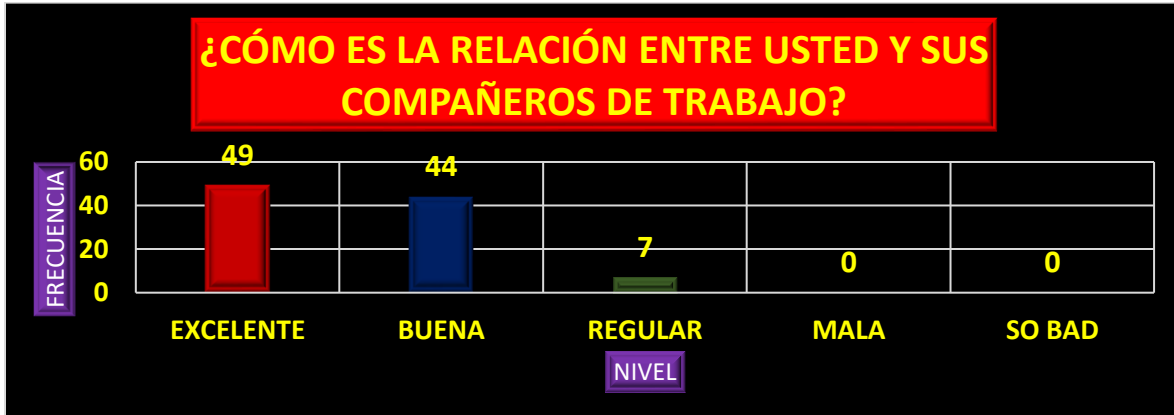
Gráfica 1



#### Interpretação:

51% dos professores disse ter um excelente relacionamento com seu chefe; 31% disseram que têm um bom relacionamento; 7% informaram que sua relação é regular; enquanto 5% mantiveram um relacionamento ruim e, finalmente, mais 5% disse manter um relacionamento muito ruim.

Gráfica 2



**Interpretação:**

49% dos professores disseram que tinha um excelente relacionamento com seus colegas de trabalho; 44% disseram que têm um bom relacionamento; 7% informaram que sua relação é regular; 0%, mantendo uma relação muito má ou mau relacionamento com seus pares.

TABLA II

		<b>CANSANCIO EMOCIONAL</b>							
		<b>TOTAL</b>		<b>MALES</b>			<b>FEMALES</b>		
<b>AGES OF THE PROFESSORS</b>	<b>MALES</b>	<b>FEMALES</b>	<b>LOW</b>	<b>MEDIUM</b>	<b>HIGH</b>	<b>LOW</b>	<b>MEDIUM</b>	<b>HIGH</b>	
27-31	2	3	0	0	2	1	0	2	
32-36	3	6	0	0	3	0	1	5	
37-41	4	3	0	1	3	0	1	2	
42-46	10	4	0	3	7	0	0	4	
47-51	11	12	0	0	11	1	0	11	
52-56	14	6	2	2	10	0	1	5	
57-61	6	4	0	0	6	0	1	3	
62-66	2	2	0	1	1	0	0	2	
67-71	1	0	0	1	0	0	0	0	
<b>NO ANSWERS</b>	4	3	0	0	4	2	0	1	
<b>TOTAL</b>	<b>57</b>	<b>43</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>47</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>35</b>	

Fuente: propia

Os resultados da sub-escala de exaustão emocional indicam que 82% dos entrevistados mostra um alto nível de exaustão emocional, correspondendo 47% homens e 35% mulheres. Coincidentemente esta condição tem os mais altos níveis desta professores sub-escala que estão entre 47 e 51 anos de idade.

TABLA III

	<b>DESPERSONALIZACIÓN</b>							
	<b>TOTAL</b>		<b>MALES</b>			<b>FEMALES</b>		
<b>AGES OF THE PROFESSORS</b>	<b>MALES</b>	<b>FEMALES</b>	<b>LOW</b>	<b>MEDIUM</b>	<b>HIGH</b>	<b>LOW</b>	<b>MEDIUM</b>	<b>HIGH</b>
<b>27-31</b>	2	3	0	0	2	0	0	3
<b>32-36</b>	3	6	0	0	3	0	0	6
<b>37-41</b>	4	3	0	0	4	0	0	3
<b>42-46</b>	10	4	0	1	9	0	0	4
<b>47-51</b>	11	12	1	0	10	0	0	12
<b>52-56</b>	14	6	0	1	13	1	0	5
<b>57-61</b>	6	4	0	0	6	0	0	4
<b>62-66</b>	2	2	0	0	2	0	0	2
<b>67-71</b>	1	0	0	0	1	0	0	0
<b>NO ANSWERS</b>	4	3	0	0	4	2	0	1
<b>TOTAL</b>	57	43	1	2	54	3	0	40

Fuente: propia

Os resultados da subescala despersonalização indicam que 94% dos inquiridos mostram uma taxa elevada, dos quais 54% são do sexo masculino e 40% são mulheres. Notavelmente, o nível mais alto desta sub-escala é apresentada nos professores que estão entre 47 e 56 anos de idade.

TABLA IV

	REALIZACIÓN PERSONAL							
	TOTAL		MALES			FEMALES		
AGES OF THE PROFESSORS	MALES	FEMALES	LOW	MEDIUM	HIGH	LOW	MEDIUM	HIGH
27-31	2	3	1	1	0	3	0	0
32-36	3	6	1	2	0	5	0	1
37-41	4	3	3	1	0	3	0	0
42-46	10	4	9	1	0	3	1	0
47-51	11	12	7	4	0	12	0	0
52-56	14	6	11	3	0	6	0	0
57-61	6	4	6	0	0	4	0	0
62-66	2	2	2	0	0	1	1	0
67-71	1	0	1	0	0	0	0	0
NO ANSWERS	4	3	2	2	0	2	1	0
TOTAL	57	43	43	14	0	39	3	1

Fuente: propia

Os resultados da sub-escala de realização pessoal indicam que 82% dos entrevistados mostra um índice baixo, dos quais 43% são do sexo masculino e 39% são mulheres. Notavelmente, o nível mais baixo desta sub-escala é apresentada nos professores que estão entre 47 e 56 anos de idade. Em outras palavras, o corpo docente desta escola não está satisfeito com a sua realização pessoal, apesar de viver em um ambiente agradável de trabalho e ambiente familiar.

Da mesma forma, os resultados da relação entre a síndrome de burnout e fatores que podem causar esta doença são:

**TABLA V**

PROFESORES SOLTEROS DE LA ENSEP QUE SUFREN EL SÍNDROME DE BURNOUT						
	BAJO		MEDIO		ALTO	
EDADES DE LOS PROFESORES	MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES
27-31	0	0	1	0	1	1
32-36	0	0	1	0	0	1
37-41	0	0	1	1	1	0
42-46	0	0	0	2	2	0
47-51	0	0	1	1	6	1
52-56	1	1	0	2	3	2
57-61	0	0	0	0	1	1
62-66	0	0	0	1	2	0
67-71	0	0	0	0	0	0
NO RESPONDIERON	0	0	2	0	1	1
<b>TOTAL</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>17</b>	<b>7</b>

Fuente: propia.

Quanto ao estado civil dos professores, este quadro indica que 17% das mulheres solteiras sofrem deste distúrbio, que ocorre principalmente em professores com idades entre 47 e 51 anos. Por outro lado, a 7% dos professores é submetido a um nível médio e alto da síndrome.

TABLA VI

PROFESORES CASADOS DE LA ENSEP QUE SUFREN EL SÍNDROME DE BURNOUT							
		BAJO		MEDIO		ALTO	
EDADES DE LOS PROFESORES	MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES	
27-31	0	0	1	0	1	1	
32-36	0	0	0	0	2	2	
37-41	0	0	1	1	1	1	
42-46	0	0	0	0	2	7	
47-51	0	0	1	1	5	9	
52-56	0	1	0	0	2	10	
57-61	0	0	0	0	2	5	
62-66	0	0	0	1	0	1	
67-71	0	0	0	1	0	0	
NO RESPONDIERON	0	0	0	0	0	3	
<b>TOTAL</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>15</b>	<b>39</b>	

Fuente: propia.

Quanto ao estado civil dos professores, este quadro indica que 39% dos homens casados que sofrem deste distúrbio. Note-se que esta condição ocorre principalmente em professores com idades entre 52 e 56 anos. Por outro lado, 15% dos professores síndrome de hipoplasia do coração esquerdo, com idades entre 47 e 51 anos.

TABLA VII

PROFESORES CASADOS DE LA ENSEP QUE SUFREN EL SÍNDROME DE BURNOUT, EN RELACIÓN A SU TIPO DE CONTRATACIÓN						
TIPO DE CONTRATACIÓN	BAJO		MEDIO		ALTO	
	MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES
<b>DEFINITIVOS</b>	2	0	3	6	18	26
<b>NO-DEFINITIVOS</b>	0	0	2	2	14	21
<b>NO RESPONDIERON</b>	1	1	0	0	3	1
<b>TOTAL</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>35</b>	<b>48</b>

Fuente: propia.

Este quadro mostra que os professores e professoras sofrem um alto nível de esta desordem. Esta condição ocorre em 26% dos professores e 18 professoras com pós permanente. Da mesma forma, 21% dos professores e 14% dos professoras não-permanentes com a síndrome.



TABLA VIII

		PROFESORES CASADOS DE LA ENSEP QUE SUFREN EL SÍNDROME DE BURNOUT, EN RELACIÓN A SU JORNADA LABORAL					
		BAJO		MEDIO		ALTO	
TIPO DE JORNADA		MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES
PROFESORES DE TIEMPO COMPLETO		1	0	2	2	13	17
PROFESORES DE TIEMPO MEDIO		1	1	1	3	9	6
PROFESORES HORA-CLASE		0	0	2	3	12	23
NO RESPONDIERON		2	0	0	0	0	2
TOTAL		4	1	5	8	34	48

Fuente: propia

Este quadro mostra que os professores e professoras sofrem um alto nível de esta desordem. Esta condição ocorre em 17% dos professores e 13% dos professores em tempo integral. Da mesma forma, 6% dos professores e 9% dos professores titulares de um half-time praça com a síndrome. Finalmente, 23% e 12% dos professores, respectivamente, com um quadrado-present horas de aula essa condição.

TABLA IX

ANTIGÜEDAD LABORAL	PROFESORES CASADOS DE LA ENSEP QUE SUFREN EL SÍNDROME DE BURNOUT, EN RELACIÓN A SU ANTIGÜEDAD LABORAL					
	BAJO		MEDIO		ALTO	
	MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES
1 a 7	0	0	2	1	14	21
8 a 14	0	0	1	0	3	2
15 a 21	1	1	0	4	6	9
22 a 28	1	0	2	3	10	12
29 a 35	0	0	0	0	2	1
NO	4	0	0	0	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>35</b>	<b>45</b>

Fuente: propia

Esta tabela indica que 45% dos professores e 35% dos professores têm este transtorno. Coincidentemente apresentado na faixa etária de trabalho de 1 a 7 anos, homens e mulheres, com 21% e 14%, respectivamente.

TABLA X

PROFESORES CASADOS DE LA ENSEP QUE SUFREN EL SÍNDROME DE BURNOUT, EN RELACIÓN AL NÚMERO DE DEPENDIENTES ECONÓMICOS						
NÚMERO DE DEPENDIENTES ECONÓMICOS	BAJO		MEDIO		ALTO	
	MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES
<b>NINGUNO</b>	0	0	0	1	9	6
<b>UNO</b>	1	1	1	1	11	7
<b>DOS</b>	1	0	1	2	8	10
<b>TRES</b>	0	0	2	3	6	20
<b>MÁS DE TRES</b>	0	0	1	1	1	5
<b>NO</b>	1	0	0	0	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>35</b>	<b>48</b>

Fuente: propia

Esta tabela indica que 48% dos professores e 35% dos professores têm um nível elevado de esta desordem. Esta condição ocorre principalmente em professores que têm 3 dependentes com 20%; enquanto os professores que têm a maior taxa de esta síndrome são aqueles com um único dependente econômico.

TABLA XI

GRADO ACADÉMICO	PROFESORES CASADOS DE LA ENSEP QUE SUFREN EL SÍNDROME DE BURNOUT, EN RELACIÓN AL GRADO ACADÉMICO QUE OSTENTAN					
	BAJO		MEDIO		ALTO	
	MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES
LICENCIATURA	0	0	2	0	2	9
ESPECIALIDAD	0	0	1	1	1	2
MAESTRÍA	2	1	2	6	29	34
DOCTORADO	0	0	0	0	3	3
NO	1	0	0	1	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>35</b>	<b>48</b>

Fuente: propia

Esta tabela indica que 48% dos professores e 35% dos professores têm este transtorno. Coincidentemente esta condição se manifesta principalmente com os professores que possuem mestrado.

### Conclusão

- 1) Professores casados da Scuola Normale Superiore Estado de Puebla têm o maior nível de síndrome de burnout.
- 2) A menos antiguidade tem, maior sua síndrome de nível.
- 3) A maioria dos professores pesquisados disse que a família desfrutar de estabilidade emocional, incluindo singles.
- 4) No que diz respeito à sua relação com as autoridades escolares, a maioria disse que era bom (no entanto, notar que muitos professores mostrou medo ao responder a pesquisa, acreditando que ele havia ordenado o endereço da escola).

- 5) A planta ENSEP professor tem um alto nível de síndrome de burnout, especialmente aqueles entre 42 e 56 anos de idade.

### **Recomendações**

- 1) Realizar uma análise pelos profissionais de saúde, que apoiam as autoridades escolares para reduzir o nível de estresse e evitar quaisquer problemas de saúde.
- 2) Promover e manter um ambiente de trabalho agradável entre professores e gestores para evitar qualquer estresse gatilho.
- 3) Desenhar e implementar um plano de desenvolvimento institucional, para melhorar o trabalho e as condições económicas do corpo docente da ENSEP e evitar o que é conhecido como "professores de táxi".

## Bibliografía

Acosta, Magdalena (2006). Síndrome de burnout en los maestros del CCH.

<http://www.monografias.com/trabajos38/sindrome-burnout-maestros/sindrome-burnout-maestros.shtml>

B. L. Gordon (2004). Lo esencial de la inmunología. México: El Manual Moderno, 2ª edición.

Buzzetti, M. (2005). Validación del Maslach Burnout Inventory (MBI) en dirigentes del Colegio de Profesores a G. de Chile. Tesis de licenciatura en psicología. Universidad de Chile, Facultad de Ciencias Sociales, Santiago de Chile, Chile.

Campos, María A. (2006). Causas y efectos del estrés laboral.

<http://www.monografias.com/trabajos34/causas-estres-laboral/causas-estres-laboral.shtml#refer>

Caja Costarricense del Seguro Social (1999). El estrés, una enfermedad común.

<http://www.binasss.sa.cr/poblacion/estres.htm>

Cherniss, C. (1980). Professional burnout in human service organizations. New York: Praeger.

C. L. Cooper, Job Distress (1986). Recent research and the emerging role of the clinical occupation psychologist. Boletín of the British Psychological Society.

Edelwich, J. y Brodsky, A. (1980). Burnout Stages of Disillusionment in the Helping Professions. New York: Human Sciences Press.

Fernando J. y Pérez J. (1996). "Un instrumento para medir quemazón profesional en los docentes: adaptación catalana del Maslach Burnout Inventory (MBI)", Rev. Psiquiatría Daf. Med. Barna, 23:(1) 11-18.

Greenspan, Francis (1993). Endocrinología básica y clínica. México: El Manual Moderno, 2ª edición.

Ivancevich, J. M. y Matteson, M. T. (1989). Estrés y trabajo: Una perspectiva gerencial. México: Editorial Trillas, 2ª edición.

- Kurt, Bammer (1985). El estrés y el cáncer. Barcelona: Biblioteca de psicología, editorial Herder.
- Leiter, M.P. y Maslach, C. (1988). The Impact of interpersonal environment on Burnout and organizational commitment. *Journal of Organizational Behavior*, 9, 297-308.
- López, H. Enrique (1995). Estrés y ambiente de trabajo. México: Higiene y seguridad.
- Loo, Pierre y Loo, Henry (1996). The permanent stress. Masson: editorial París.
- Macedo L., Nava, R. (2001). El estilo de vida, factor de riesgo en la causalidad de las enfermedades y accidentes de trabajo. *Revista Latinoamericana de la salud en el trabajo*. Vol. 1 número 2, México, mayo: 93-95.
- Margni, Ricardo (1990). Inmunología e inmunoquímica. Argentina: editorial Panamericana, 4ª edición.
- Ortega H., M. E., Ortiz V., G. R. y Coronel B., P. G. (2007). Burnout en médicos y enfermeras y su relación con el constructo de personalidad resistente. *Psicología y Salud*, 17(1), pp. 5-16.
- Papalia, Diane y E. Wendkos Olds, Sally (1988). *Psicología*. México: Editorial McGraw Hill.
- Pose, Guillermo (2005). Estrés en la evaluación institucional.  
<http://evaluacioninstitucional.idoneos.com/index.php/345577>
- Ramírez, Josefina (2001). Mujer, trabajo y estrés. *Revista Latinoamericana de la salud en el trabajo*. Vol. 1 número 2 mayo-agosto, México: 86-90.
- Sánchez, V. Jiménez, P y García, M. (2009). Burnout en médicos de atención primaria de los centros de salud del municipio de Vigo. *Revista Electrónica SEMERGEN*. Consultado en diciembre de 2009. Disponible en:  
[http://www.elsevier.es/watermark/ctl\\_servlet?\\_f=10&pident\\_articulo=13138523&pident\\_usuario=0&pcontactid=&pident\\_revista=40&ty=80&accion=L&origen=elsevier&web=www.elsevier.es&lan=es&fichero=40v35n05a13138523pdf001.pdf](http://www.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?_f=10&pident_articulo=13138523&pident_usuario=0&pcontactid=&pident_revista=40&ty=80&accion=L&origen=elsevier&web=www.elsevier.es&lan=es&fichero=40v35n05a13138523pdf001.pdf).

Sosa, O. E. N. (2007). Frecuencia de los síntomas del Síndrome de Burnout en profesionales médicos. *Revista Médica de Rosario*, 73, 12-20.

Stora, Jean Benjamin (1991). *El estrés*. Francia: editorial Publicaciones Cruz O., S.A. de C.V. 2ª edición.

Slipack, O. E. (1996). *El estrés laboral*

[http://www.drwebsa.com.ar/aap/alcmeon/19/a19\\_03.htm](http://www.drwebsa.com.ar/aap/alcmeon/19/a19_03.htm)

T.H. Holmes y R. Rahe (1967). The Social Readjustment Rating Scale, *J. Psychosomat Res.*

Troch, Achim (1982). *El estrés y la personalidad*. México: Editorial Herder.