

NIVEL DE ESTRÉS LABORAL Y SÍNDROME DE AGOTAMIENTO EN PERSONAL DOCENTE DEL HOGAR INFANTIL PEQUEÑINES POPAYÁN, 2017.

LEVEL OF LABOR STRESS AND SLEEP SYNDROME IN TEACHING STAFF OF THE PEQUEÑINES POPAYÁN CHILDREN'S HOME, 2017

Por:

Geraldine Alejandra Pineda Pardo¹

Juan Camilo Casas Palomino²

Julián Andrés Cruz Garzón³

RESUMEN

Objetivo Evaluar el nivel de estrés laboral y síndrome de agotamiento (burnout) en el personal docente del Hogar Infantil Pequeñines Popayán, 2017. **Metodología.** Estudio cuantitativo, descriptivo de corte transversal; se encuestaron 14 personas que conforman el personal docente del Hogar Infantil. **Resultados.** Los resultados evidenciaron que las docentes con una antigüedad en su cargo entre los 5 a 10 años muestra niveles altos y severos de estrés. De manera similar, se evidencia que las docentes con más edad (mayores de 52 años) son quienes muestran niveles más altos de agotamiento. **Conclusiones.** Los niveles de estrés entre la población docentes son moderados y altos producto de diferentes factores implícitos en la labor docente que lo afectan como individuo y profesional, como un exceso de sobrecarga laboral, multiplicidad de roles, entre otros. De la misma forma, el estudio encontró la presencia de síndrome de agotamiento entre las docentes de moderado a alto, donde se evidencia un alto nivel de agotamiento emocional y baja realización personal.

Palabras clave: Estrés laboral, síndrome de agotamiento, docentes, Preescolar, factores sociodemográficos y laborales.

ABSTRACT

Objective To evaluate the level of work stress and burnout syndrome in the teaching staff of the Pequeñines Popayán Children's Home, 2017. **Methodology.** Quantitative, descriptive cross-sectional study; 14 people who make up the teaching

¹ Estudiante último semestre Programa Fisioterapia. Fundación Universitaria María Cano extensión Popayán. E-mail: geraldinealejandrapinedapardo@fumc.edu.co

² Estudiante último semestre Programa Fisioterapia. Fundación Universitaria María Cano extensión Popayán. E-mail: juancamilocasaspalomino@fumc.edu.co

³ Estudiante último semestre Programa Fisioterapia. Fundación Universitaria María Cano extensión Popayán. E-mail: julianandrescruzgarzon@fumc.edu.co

staff of the Children's Home were surveyed. **Results** The results showed that teachers with a seniority in their position between 5 to 10 years show high and severe levels of stress. Similarly, it is evident that older teachers (over 52 years old) show the highest levels of exhaustion. **Conclusions** The levels of stress among the teaching population are moderate and high product of different factors implicit in the teaching work that affect him as an individual and professional, as an excess of work overload, multiplicity of roles, among others. In the same way, the study found the presence of burnout syndrome among moderate to high teachers, where a high level of emotional exhaustion and low personal achievement is evident.

Key words: Work stress, exhaustion syndrome, teachers, preschool, sociodemographic and labor factors.

INTRODUCCIÓN

El tema del estrés y agotamiento en el docente fue introducido en la literatura en 1977 en un artículo de revisión de la investigación escrito por Chris Kyriacou y John Sutcliffe. En la época, los autores entendieron el fenómeno como resultado de las experiencias estresantes sentidas por los docentes en el ejercicio de sus funciones, originando diferentes sentimientos negativos (por ejemplo, rabia, ansiedad, tensión, frustración, depresión, etc.)⁴.

Desde ese período hasta nuestros días, el interés por esta temática ha sido siempre en sentido creciente, ya que a finales de la década de los 90 se produjo el auge de las investigaciones en este ámbito, entre ellas la de Burke et al.⁵. Una de las principales conclusiones de los estudios realizados fue la afirmación del hecho de que el ejercicio profesional de la docencia representa una ocupación de alto estrés⁶. En un análisis más detallado de las razones promotoras de esta situación, la investigación concluyó que son varios los factores de estrés, desde los alumnos (por ejemplo, baja motivación, comportamientos de indisciplina, etc.), pasando por la naturaleza del trabajo realizado (por ejemplo, presiones de tiempo, exceso de tareas a realizar, jornadas laborales extendidas, etc.), hasta las relaciones establecidas con los colegas y la organización escolar (por ejemplo, conflictos profesionales, bajo apoyo social, etc.)⁷.

El resultado de los diversos factores negativos que influyen en el ejercicio profesional de los profesores puede conducir a un conjunto distinto de consecuencias indeseables. Una de las facetas más estudiadas se refiere al *burnout* (o agotamiento). Este fenómeno ha sido entendido como un síndrome psicológico

⁴ KYRIACOU, C. & SUTCLIFFE, J. Teacher stress: A review. *Educational Review*, 1977, No. 29, p. 299-306.

⁵ BURKE, R. J., GREENGLASS, E. R., & SCHWARZER, R. Predicting teacher burnout over time: Effects of work stress, social support, and self-doubts and its consequences. *Anxiety, Stress and Coping*, 1996; No. 9, p. 261-275

⁶ SANN, U. Job conditions and wellness of german secondary school teachers. *Psychology and Health*, 2003, No. 18, p. 489-500.

⁷ RODRIGUEZ, Lucía; ORAMAS, Arlene y RODRIGUEZ, Elizabeth. Estrés en docentes de educación básica: estudio de caso en Guanajuato, México. *Salud de los Trabajadores [online]*. 2007, vol.15, n.1, pp. 5-16.

representado por el agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal, que ocurre en los profesionales que prestan algún tipo de servicio o cuidado a los demás⁸

En el Hogar Infantil Pequeñines se han identificado múltiples factores generadores de estrés y agotamiento en el cuerpo docente. Como ejemplos de estos factores pueden ser citadas la superpoblación de grupos de niños para cada profesor, aunque se ha estimado un cupo de niños/as para su atención (190 cupos), la realidad es que en la actualidad este límite se rebasa en más de un 20%, mientras la cantidad del personal docente permanece, generando mayores responsabilidades y compromisos para las maestras jardineras, pues los niños y niñas se encuentran en una edad donde tienen mayores necesidades de explorar, curiosar, experimentar lo que implica ser traviosos, bulliciosos, inquietos, y aplicar la disciplina no siempre es una tarea fácil.

A todo lo anterior, se le debe agregar que las actividades de las maestras jardineras, además de las pedagógicas y didácticas, deben incluir tareas de cuidado, como alimentación, limpieza e higiene, que demandan mayores esfuerzos, dedicación y esmero, porque se acentúan en los niños/as más pequeños (de 1 y 3 años), llevando la labor de estas docentes a otro nivel que exige mayores desafíos físicos, psicológicos y emocionales impactando en su salud y bienestar.

Por lo anterior, resulta importante realizar estudio sobre el tema considerando que permitirá entender aquellos factores laborales que más afectan a los docentes del Hogar Infantil Pequeñines y en el futuro derivar las estrategias de intervención pertinentes que ayuden a los docentes a prevenir el estrés y el agotamiento.

METODOLOGÍA

Diseño: cuantitativo, descriptivo, observacional y transversal. La población está conformada por las 14 maestras jardineras que conforman el personal docente del Hogar Infantil Pequeñines, al ser tan reducida no será necesario determinar muestra. Se aplicó el Inventario de estrés para maestros. Versión del Teachers Stress Inventory (Boyle y Borg de 1995), de 20 ítems, traducido y adecuado al contexto organizacional del docente latinoamericano. Permite explorar los estresores laborales propios de la profesión docente, el estrés laboral percibido y la autovaloración que el mismo tiene con respecto al nivel de estrés causado por su trabajo⁹. El Inventario de burnout de Maslach para docentes (IBM) Adaptación de la versión española de Seisdedos (de 1997) del Maslach Burnout Inventory, -MBI- (Maslach y Jackson, 1981; 1986). El cuestionario, está compuesto por 22 ítems,

⁸ CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. *Psic.: Teor. e Pesq.* [online]. 2011, vol.27, n.4, pp.403-410.

⁹ ORAMAS A et al. Estrés laboral y síndrome de burnout en docentes cubanos de enseñanza primaria [Tesis presentada en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias de la Salud]. Ministerio de Salud Pública de Cuba. Escuela Nacional de Salud Pública. Instituto Nacional de Salud de Los Trabajadores. La Habana, Cuba 2013

distribuidos en tres escalas, las cuales exploran los tres componentes básicos del burnout, como se muestran seguidamente¹⁰:

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Características sociodemográficas de la población

Gráfico 1. Edad de los usuarios

En la población se encontró que la mayoría de empleados tienen más de 52 años (36%, n=5); un 29% (n=4) tiene entre 32 a 38 años. La edad media de los empleados es de 43 años (DE = ±13,314). En la población predomina el sexo femenino (100%, n=14).

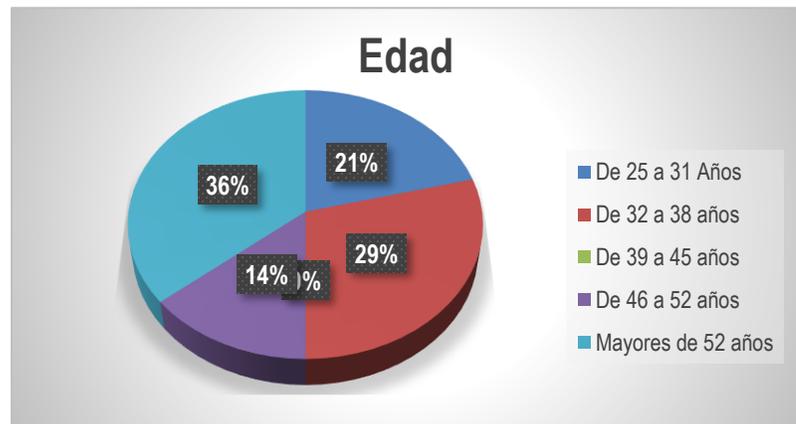
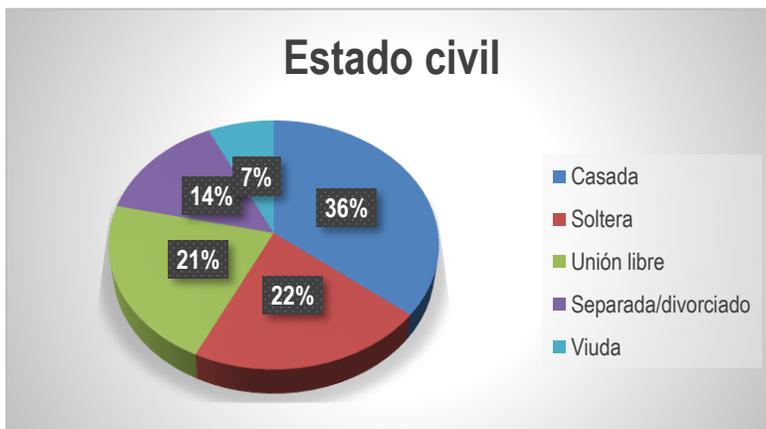


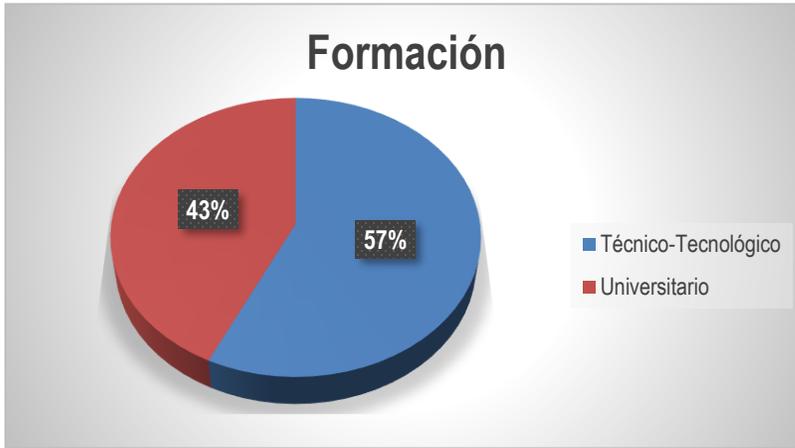
Gráfico 2. Estado civil de los usuarios



Sobre la variable estado civil, se observa que el 35,7% (n=58) de los empleados son casados, seguido del 21,4% (n=3) quienes son solteras y la misma proporción conviven en unión de hecho.

¹⁰ MASLACH, C. & LEITER, M. P. Early Predictors of Job Burnout and Engagement. Journal of Applied Psychology, 2008, v. 93, n. 3, 498-512

Gráfico 3. Formación de las docentes



Con respecto al nivel de formación, el 57,1% de los empleados (n=8) refieren haber realizado estudios de técnico y/o tecnológicos en educación para la primera infancia, seguido por el 42,9% (n=6) quienes realizaron estudios universitarios de licenciatura.

Relación del nivel de estrés ocupacional y el síndrome de agotamiento con las características sociodemográficas y laborales del personal docente

Tabla 1. Distribución de variables sociodemográficas y el nivel de estrés

Edad		Nivel de estrés		
		Moderado	Muy estresado	Severo
De 25 a 31 años	n	2	0	1
	%	14,3%	,0%	7,1%
De 32 a 38 años	n	1	2	1
	%	7,1%	14,3%	7,1%
De 46 a 52 años	n	1	0	1
	%	7,1%	,0%	7,1%
Más de 52 años	n	1	3	1
	%	7,1%	21,4%	7,1%
Estado civil		Nivel de estrés		
		Moderado	Muy estresado	Severo
Casada	n	1	2	2
	%	7,1%	14,3%	14,3%
Soltera	n	1	1	1
	%	7,1%	7,1%	7,1%
Unión libre	n	3	0	0
	%	21,4%	,0%	,0%
Separada/divorciado	n	0	1	1
	%	,0%	7,1%	7,1%
Viuda	n	0	1	0
	%	,0%	7,1%	,0%

En la tabla anterior se evidencia que las docentes entre los 25 y 31 años, el grupo poblacional más joven, muestra niveles moderados de estrés, mientras que las docentes con más edad son quienes muestran niveles más altos de estrés. Estos resultados concuerdan con lo reportado por Ahola et al., quienes encontraron en 4156 empleados de diversas edades y puestos laborales, encontraron que las mujeres jóvenes (18 – 34 años) y de mediana edad (35 – 49 años) fueron menores y conforme aumenta la edad (50 – 64 años) y se aproxima la finalización de los años laborales, los índices de estrés crónico son mayores¹¹.

Por su parte, al analizar la variable estado civil, las mujeres casadas se mostraron muy estresadas o severamente estresadas. De acuerdo con Ahumada et al., esta relación parece tener una lógica, sobre todo en Colombia, donde el costo de vida, las problemáticas sociales y los conflictos familiares son, sin lugar a dudas, factores de alta incidencia en episodios de estrés; por lo anterior, resulta lógico presumir que los hombres y mujeres que tienen alguna responsabilidad civil están expuestos a un mayor número de factores estresantes, mientras que los solteros tienen menos oportunidad de exponerse a tales factores¹².

Tabla 2. Distribución de variables sociodemográficas y el síndrome de agotamiento

Edad		Síndrome de agotamiento	
		Alto	Medio
De 25 a 31 años	n	2	1
	%	14,3%	7,1%
De 32 a 38 años	n	2	2
	%	14,3%	14,3%
De 46 a 52 años	n	1	1
	%	7,1%	7,1%
Más de 52 años	n	3	2
	%	21,4%	14,3%
Estado civil		Síndrome de agotamiento	
		Alto	Medio
Casada	n	2	3
	%	14,3%	21,4%
Soltera	n	2	1
	%	14,3%	7,1%

¹¹ AHOLA, K., HONKONEN, T., VIRTANEN, M., AROMAA, A. & LÖNNQVIST, J. Burnout in relation to age in the adult working population. *Journal of Occupational Health*, 2008, v. 50, 362-365

¹² AHUMADA Liliana et al. Relación del estrés laboral con las condiciones de trabajo y las características sociodemográficas de trabajadores en la central de comunicaciones de una empresa de taxis. *Cuadernos hispanoamericanos de psicología*, 2010; Vol. 8 No. 1, 59-76

Unión libre	n	3	0
	%	21,4%	,0%
Separada/divorciado	n	0	2
	%	,0%	14,3%
Viuda	n	1	0
	%	7,1%	,0%

En la tabla anterior se evidencia que las docentes con más edad (mayores de 52 años) son quienes muestran niveles más altos de agotamiento. Estos resultados son similares a lo reportado por Marques et al., quienes encontraron mayor síndrome de agotamiento en los trabajadores de más edad, en especial en la dimensión cansancio emocional¹³. Jenaro y colaboradores infirieron haber encontrado asociación significativa entre la edad en general con el síndrome de agotamiento¹⁴.

CONCLUSIONES

El personal docente del Hogar Infantil Pequeñines son mujeres, de edades adultas intermedia y madura, con estudios técnicos en Atención Integral a la Primera Infancia, con una antigüedad superior a los 5 años y una vinculación laboral que no ofrece una completa estabilidad.

Los niveles de estrés entre la población docentes son moderados y altos producto de diferentes factores implícitos en la labor docente que lo afectan como individuo y profesional, como un exceso de sobrecarga laboral, multiplicidad de roles laborales a cumplir durante la jornada y por fuera de ella, la indisciplina de los menores de edad que se asocia con su etapa de vida, no contar con apoyo técnico suficiente y tampoco con el apoyo de los padres de familia, aspectos que repercuten negativamente en el bienestar psicosocial del docente.

De la misma forma, el estudio encontró la presencia de síndrome de agotamiento entre las docentes de moderado a alto, donde se evidencia un alto nivel de agotamiento emocional y baja realización personal. Lo anterior señala que el personal percibe sensaciones de sobre esfuerzo y hastío emocional, haciéndolos susceptibles de mostrar sentimientos de impotencia, desesperación, depresión, cólera, impaciencia, irritabilidad, aumento de la tensión, falta de cordialidad, entre otros

¹³ MARQUÉS A, LIMA ML, LOPES DA SILVA A. Fuentes de estrés, burnout y estrategias de coping en profesores portugueses. Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones 2005; v. 21, n. 1-2:125-1

¹⁴ JENARO C, FLORES N, GONZÁLEZ F. Síndrome de burnout y afrontamiento en trabajadores de acogimiento residencial de menores. Int J Clin Health Psychol 2007; v. 7, n. 1:107-1

Por último, el estudio encontró que tener más de 40 años y estar casadas influye de manera importante en la manifestación de mayor nivel de estrés y desgaste profesional. A su vez, tener una antigüedad en la labor mayor a 5 años y una vinculación poco estable, favorecen la aparición de estos factores de riesgo psicosociales que ponen en riesgo la salud y el desempeño del docente.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AHOLA, K., HONKONEN, T., VIRTANEN, M., AROMAA, A. & LÖNNQVIST, J. Burnout in relation to age in the adult working population. *Journal of Occupational Health*, 2008, v. 50, 362-365
- AHUMADA Lilibiana et al. Relación del estrés laboral con las condiciones de trabajo y las características sociodemográficas de trabajadores en la central de comunicaciones de una empresa de taxis. *Cuadernos hispanoamericanos de psicología*, 2010; Vol. 8 No. 1, 59-76
- BURKE, R. J., GREENGLASS, E. R., & SCHWARZER, R. Predicting teacher burnout over time: Effects of work stress, social support, and self-doubts and its consequences. *Anxiety, Stress and Coping*, 1996; No. 9, p. 261-275
- CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. *Psic.: Teor. e Pesq.* [online]. 2011, vol.27, n.4, pp.403-410.
- GUEVARA-MANRIQUE, Astrid C; SÁNCHEZ-LOZANO, Claudia M; PARRA, Lilibiana. Estrés Laboral y Salud Mental en Docentes de Primaria y Secundaria. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, [S.l.], v. 4, n. 4, p. 30-32, jun. 2015. ISSN 2322-634X.
- HILLERT A, MARWITZ, M. Die Burnout-Epidemie oder brennt die Leistungsgesellschaft aus? Munchen: CH Beck; 2006.
- JENARO C, FLORES N, GONZÁLEZ F. Síndrome de burnout y afrontamiento en trabajadores de acogimiento residencial de menores. *Int J Clin Health Psychol* 2007; v. 7, n. 1:107-1
- KYRIACOU, C. *Stress-busting for teachers*. Cheltenham: Stanley Thornes; 2000
- LEON MR, HALBESLEBEN JRB, PAUSTIAN-UNDERDAHL SC. A dialectical perspective on burnout and engagement. *Burnout Res* 2015;2: p. 87-96.
- MALANDER, Nancy Marlene. Síndrome de Burnout y Satisfacción Laboral en Docentes de Nivel Secundario. *Cienc Trab.* [online]. 2016, vol.18, n.57, pp.177-182.
- MARQUÉS A, LIMA ML, LOPES DA SILVA A. Fuentes de estrés, burnout y estrategias de coping en profesores portugueses. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones* 2005; v. 21, n. 1-2:125-1
- MASLACH, C. & LEITER, M. P. Early Predictors of Job Burnout and Engagement. *Journal of Applied Psychology*, 2008, v. 93, n. 3, 498-512
- ORAMAS A et al. Estrés laboral y síndrome de burnout en docentes cubanos de enseñanza primaria [Tesis presentada en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias de la Salud]. Ministerio de Salud Pública de Cuba. Escuela Nacional de Salud Pública. Instituto Nacional de Salud de Los Trabajadores. La Habana, Cuba 2013
- RODRIGUEZ, Lucía; ORAMAS, Arlene y RODRIGUEZ, Elizabeth. Estrés en docentes de educación básica: estudio de caso en Guanajuato, México. *Salud de los Trabajadores* [online]. 2007, vol.15, n.1, pp. 5-16.

SANN, U. Job conditions and wellness of german secondary school teachers. *Psychology and Health*, 2003, No. 18, p. 489-500.

SAUTER SL, MURPHY LR, HURRELL JJ, LEVI L. Factores psicosociales y de organización. Capítulo 34. En: *Enciclopedia de salud y seguridad en el trabajo*. 3º ed. España: Organización Internacional del Trabajo y Asuntos Sociales; 2001.