

**LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y
Humanidades, Asunción, Paraguay.**

ISSN en línea: 2789-3855, 2025, Volumen VI

**Correlación del síndrome de Burnout y la antigüedad
laboral en docentes de nivel superior**

**Analysis of Burnout syndrome and its correlation with job seniority
among higher education teachers**

Alfredo Hernández Ibarra

d_docencia0203@tecnm.mx
<https://orcid.org/0000-0002-4581-9090>
Tecnológico Nacional de México
Ciudad de México – México

Sahara Bermúdez Rodríguez

sahara.bermudez@itsn.edu.mx
<https://orcid.org/0000-0002-7223-1831>
Tecnológico Nacional de México. Instituto
Tecnológico Superior de Nochistlán
Ciudad de México – México

Susana Astrid López García

Susana.lopez@itsna.edu.mx
<https://orcid.org/0000-0002-6936-2590>
Tecnológico Nacional de México. Instituto
Tecnológico Superior de Naranjos
Ciudad de México – México

Araceli Gómez Rodríguez

aracely.gr@aguascalientes.tecnm.mx
<https://orcid.org/0009-0008-5849-189X>
Tecnológico Nacional de México. Instituto
Tecnológico de Aguascalientes
Ciudad de México – México

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v6i4.4312>

Artículo recibido: 14 de junio de 2025

Aceptado para publicación: 11 de agosto de 2025.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.


Redilat
Red de Investigadores
Latinoamericanos

NÚMERO

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v6i4.4312>

Correlación del síndrome de Burnout y la antigüedad laboral en docentes de nivel superior

Analysis of Burnout syndrome and its correlation with job seniority among higher education teachers

Alfredo Hernández Ibarra

d_docencia0203@tecnm.mx

<https://orcid.org/0000-0002-4581-9090>

Tecnológico Nacional de México

Ciudad de México – México

Sahara Bermúdez Rodríguez

sahara.bermudez@itsn.edu.mx

<https://orcid.org/0000-0002-7223-1831>

Tecnológico Nacional de México. Instituto Tecnológico Superior de Nochistlán

Ciudad de México – México

Susana Astrid López García

Susana.lopez@itsna.edu.mx

<https://orcid.org/0000-0002-6936-2590>

Tecnológico Nacional de México. Instituto Tecnológico Superior de Naranjos

Ciudad de México – México

Araceli Gómez Rodríguez

aracely.gr@aguascalientes.tecnm.mx

<https://orcid.org/0009-0008-5849-189X>

Tecnológico Nacional de México. Instituto Tecnológico de Aguascalientes

Ciudad de México – México

Artículo recibido: 14 de junio de 2025. Aceptado para publicación: 11 de agosto de 2025.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

Los y las docentes de los planteles públicos del área educativa al desarrollar su labor viven estresados, desmotivados y cansados, por lo tanto, el servicio que brindan tiende a ser de mala calidad y pareciera ser que, como consecuencia de su trabajo, se ve afectada la vida personal, profesional y organizacional, justo aquí, es que se investigó el Síndrome de Burnout, asociado con la antigüedad laboral del servicio profesional en docentes de nivel superior. El actual artículo, de connotación estudio de caso, tiene el firme objetivo de analizar el síndrome de Burnout a partir de la antigüedad (años de servicio) laboral en los profesionales (docentes) de un plantel educativo tipo superior con más de 56 años de servicio; siendo el instrumento a utilizar en este estudio de caso la Escala de Desgaste Ocupacional, diseñado para población mexicana, que mide el agotamiento, la despersonalización y la insatisfacción del logro. El tipo de investigación es bajo el enfoque cuantitativo, de tipo exploratorio transversal, considerando una muestra no probabilística. Los resultados revelan un panorama mixto, pues, aun cuando la mayoría de profesores se encuentran en un estado saludable el 39% manifiesta niveles de en peligro y quemado; así mismo, la investigación demuestra que la antigüedad laboral tiene un impacto en las dimensiones del burnout, ya que los docentes con menor antigüedad tienden a experimentar mayores niveles de agotamiento y los más experimentados reflejan un estado más saludable.

Palabras clave: docentes, síndrome burnout, antigüedad laboral, agotamiento,

despersonalización, insatisfacción del logro

Abstract

Teachers in public educational institutions experience stress, lack of motivation, and fatigue while performing their duties. As a result, the service they provide tends to be of poor quality, and it seems that their personal, professional, and organizational life is adversely affected due to their work. This is precisely where the Burnout Syndrome was investigated, which is associated with the years of service in higher education teachers. This article, of a case study nature, has the firm objective of analyzing Burnout Syndrome based on years of service among professionals (teachers) at an educational institution of higher level with over 56 years of existence. The instrument used in this case study is the Occupational Burnout Scale, designed for the Mexican population, which measures exhaustion, depersonalization, and achievement dissatisfaction. The type of research is under the quantitative approach, of a cross-sectional exploratory nature, considering a non-probabilistic sample. The results reveal a mixed picture, as although the majority of teachers are in a healthy state, 39% report being in danger of burnout; likewise, the research demonstrates that work seniority impacts the dimensions of burnout, as teachers with less seniority tend to experience higher levels of exhaustion, while the more experienced reflect a healthier state.

Keywords: educators, burnout syndrome, work seniority, exhaustion, depersonalization, feelings of ineffectiveness

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons.



Cómo citar: Hernández Ibarra, A., Bermúdez Rodríguez, S., López García, S. A., & Gómez Rodríguez, A. (2025). Correlación del síndrome de Burnout y la antigüedad laboral en docentes de nivel superior. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 6 (4), 550 – 562. <https://doi.org/10.56712/latam.v6i4.4312>

INTRODUCCIÓN

En la actualidad la educación superior, los profesionales en el proceso enseñanza-aprendizaje enfrentan una constante que es posible afecte el bienestar emocional y su satisfacción laboral; así mismo, la satisfacción de los docentes en la educación juega un papel fundamental en su motivación, productividad y retención en el puesto de trabajo. Ésta, no solo se relaciona con la realización personal, sino también con la pertinencia de la calidad en el continuum de enseñar y facilitar los contenidos brindados. Cuando los profesores (docentes) están satisfechos en su trabajo, es más probable que se dediquen plenamente a sus tareas, colaboren de manera efectiva con sus colegas y proporcionen un ambiente educativo positivo para los estudiantes.

El síndrome de burnout, que se conoce al igual como síndrome de desgaste laboral o síndrome de quemado en el trabajo, fenómeno psicológico complejo que impacta a las personas que han estado expuestos durante un período prolongado a situaciones de estrés crónico laboral.

Este síndrome se caracteriza por un estado de agotamiento físico, mental y emocional que puede impactar significativamente en el desempeño laboral, la calidad de vida, y que en general afectan sobremanera el bienestar general de la persona afectada.

Sin embargo, a pesar de la importancia de estos temas, existe una falta de estudios exhaustivos que analizan la correlación del síndrome de burnout y su relación con la trayectoria, es decir, la antigüedad laboral en los docentes; en un contexto específico, nos referimos a las escuelas de nivel superior. Esta brecha en la investigación limita la comprensión sobre los factores que contribuyen al desarrollo de este fenómeno psicológico llamado síndrome de burnout y cómo este afecta la satisfacción laboral de los profesionales.

La trayectoria o antigüedad laboral en los docentes, se refiere al período de tiempo que un individuo ha estado empleado en una organización o desempeñando una actividad laboral específica. La correlación del síndrome de burnout y la antigüedad es un tema que día a día interesa progresivamente a la investigación y la práctica profesional, pues, se ha observado que los niveles de burnout pueden variar significativamente a lo largo del tiempo, dependiendo de diversos factores relacionados con la experiencia laboral, las condiciones de trabajo y la manera de afrontamiento que utilizan los profesionales.

En el presente artículo, el lector podrá encontrar un análisis del Síndrome de Burnout y su correlación con la antigüedad laboral en aquellos profesores (docentes) de una institución de nivel superior utilizando un instrumento de Escala de Desgaste Ocupacional, creado por Uribe Prado (2010), para medir a través de tres variables, agotamiento, despersonalización y la insatisfacción de logro el grado de burnout de los docentes asociándolo con la antigüedad.

METODOLOGÍA

La presente investigación se enmarca dentro del paradigma cuantitativo, dado que se empleó un cuestionario estandarizado como instrumento principal; además, se caracteriza por ser de tipo exploratorio y de corte transversal.

El marco poblacional corresponde a un total de 427 docentes; se optó por trabajar con una muestra no probabilística de 33 profesores, debido a la conveniencia de acceso y relevancia de los participantes pues están adscritos a las carreras profesionales: Ingeniería Industrial, Ingeniería en Sistemas Computacionales, Ingeniería en Administración, Licenciatura en Administración, Ingeniería Química y Bioquímica.

La escala de Desgaste Ocupacional (EDO) de Uribe Prado (2010), fue el instrumento de recolección de datos, siendo de utilidad en contextos laborales y educativos para sondear y experimentar con los trabajadores. Esta escala está diseñada para identificar tanto los síntomas generales como los específicos y consiste en un cuestionario de 130 reactivos sobre preguntas que son respondidas en función de su experiencia laboral. Cada ítem se organiza conforme a una escala tipo Likert, la cual permite evaluar tres dimensiones generales: agotamiento, despersonalización e insatisfacción con los logros alcanzados. Adicionalmente, contempla una dimensión psicosomática y siete subfactores asociados: alteraciones del sueño, disfunciones psicosexuales, trastornos gastrointestinales, manifestaciones neuróticas, presencia de dolor, así como dos indicadores específicos: uno relacionado con la ansiedad y otro con la depresión. La evaluación del instrumento puede realizarse mediante dos enfoques, siendo uno de ellos el método normativo, que emplea el área bajo la curva mediante puntajes T y Z. Así mismo, se emplea el modelo propuesto por Leiter, el cual transforma los promedios obtenidos en cada dimensión en valores numéricos denominados valores Leiter, que oscilan entre uno y tres. Al sumar los valores correspondientes a cada dimensión, se obtiene un puntaje total cuyo valor máximo posible es siete, a partir del cual se determina la fase de desgaste en la que se encuentra el evaluado, para así, ubicarlo en: sano, normal, en peligro y quemado (Uribe Prado, 2010, p. 33). En cuanto a las pruebas de validez y confiabilidad, respecto al primero, la prueba se ha validado en diversidad de contextos laborales, demostrando medir con precisión las dimensiones antes expuestas y con relación a la confiabilidad, la escala reporta por medio del Alfa de Cronbach un valor entre 67 y 89% indicando consistencia entre cada ítem.

DESARROLLO

Cuando se habla de la salud con miras de mejora, no únicamente hacen referencia a tratar enfermedades, sino que actualmente también se ha abordado la salud en términos de cuidar por el bienestar social y psicológico de las personas sobre todo en el entorno laboral.

Rodríguez y Aguirre (2020), Intrigo (2019) y Moreno-Jiménez et al. (2014) hacen referencia al psiquiatra Freudenberg (1974), a quien se le atribuye ampliamente la primera descripción del síndrome de burnout. Este autor conceptualizó dicho síndrome como una pérdida de energía que afecta a los profesionales cuando enfrentan una carga excesiva derivada de las dificultades ajenas.

El síndrome de burnout es resultado del estrés acumulado y puede explicarse mediante una analogía con la ley de Hooke en física, la cual sostiene que un cuerpo se deforma al ser sometido a fuerzas externas. De forma análoga, "cuando el estrés excede determinados umbrales, provoca alteraciones duraderas en el organismo, ocasionando una especie de deformación" (Quintero-Febles et al., 2020).

El concepto Burnout data a partir de 1977 que se comenzó a utilizar, cuando después de una presentación de la Psicóloga de origen estadounidense Maslach en una conferencia impartida en la Asociación Americana de Psicólogos (APA), definió este síndrome como aquel agotamiento profesional presentado por las personas que se emplean en diferentes lugares laborales relacionados con los servicios humanos, especialmente en los que se tiene contacto directo con los usuarios (Martínez Pérez, 2010, p. 43).

De acuerdo con Cortés Díaz (2012, p. 653), el burnout es una clase de estrés crónico, causado por tener la sensación de que el esfuerzo que se realiza no es equiparable con la compensación recibida. Esta situación puede presentarse en trabajos que involucran un alto grado de interacción con personas y exigencias emocionales, entre los que suelen encontrarse profesionales de la salud, profesores, policías, etc.

Así mismo Alcover de la Hera et al., en el año 2004, define al burnout como una reacción prolongada cuando se está en presencia duradera a la exposición continua a factores de estrés emocional y relacional asociados al entorno laboral. Así, las dimensiones más comúnmente incluidas en los instrumentos que evalúan este síndrome son:

Agotamiento emocional: Característica principal del burnout que se expresa como un intenso cansancio y vacío emocional relacionado con el trabajo. Esta sensación emocional suele llevar a un distanciamiento tanto emocional como cognitivo del puesto, como una forma de lidiar con la excesiva carga emocional.

Despersonalización: Hace referencia a un distanciamiento, es decir evitar el trato personalizado con compañeros de trabajo. Este enfoque ayuda a reducir la carga laboral al no considerar las características individuales de las personas.

Falta de realización personal en el trabajo o insatisfacción laboral: Afirmación de una sensación de ineptitud o incapacidad para desempeñar su trabajo adecuadamente o de lograr un impacto positivo (Alcover de la Hera et al., 2004).

Maslach (1982, citado por Uribe Prado, 2010, p. 2), define el burnout como el síndrome que converge en un conjunto de respuestas progresivas, que incluyen expresiones de agotamiento emocional y actitudes negativas a las personas que reciben el servicio, lo cual corresponde a la despersonalización y una propensión a evaluarse de manera desfavorable, así como una sensación de insatisfacción en el trabajo.

Por otro lado, revisando los resultados de investigaciones relacionadas con el tema de estudio se encuentra lo siguiente:

De acuerdo a Huyghebaert et al., (2018) en la praxis de la docencia en nivel educativo tipo superior, hay elementos coexistentes en todo entorno profesional, lo importante es medir este estrés para así definir si se encuentra en rangos aceptables o de lo contrario, se ha transformado a burnout. Ya lo establece Adil y Baig (2018) "El modelo de Demandas y Recursos explica su origen a través de dos procesos: a) desgaste del bienestar individual por las demandas laborales y b) promoción del bienestar individual por los recursos organizacionales". Lo anterior es proyectado, principalmente, hablando del contexto institucional los cuales, impactan en el servicio educativo ofrecido y por ende en la pertinencia de la calidad de vida en el entorno de trabajo, pues los docentes, no sólo tienen a su responsabilidad impartir cátedra, sino además otras actividades como la investigación científica, el cumplimiento a indicadores alternos, la impartición de la tutoría académica, la vinculación con empresas, entre otros.

En este sentido, existen elementos relacionados con el síndrome de burnout, por ejemplo, estilo de liderazgo y/o el compromiso de los docentes, subsistiendo la inflexibilidad en la cultura organizacional que Pederson y Minnotte (2017) sostienen. Por las políticas propias del sistema de Tecnológico Nacional de México quien se rige por la dirección del modelo educativo a nivel nacional que es una exigencia necesaria para planear, implementar, y dar resultados específicos requeridos no sólo a nivel nacional, sino también a nivel región y estado.

También, en el argot investigativo respecto al Síndrome de Burnout en Profesores Universitarios Latinoamericanos, indicaron la presencia del síndrome de burnout, identificándose relaciones entre éste con situaciones laborales, de organización, sociodemográficos, al igual que, aspectos particulares como la edad, el género, la existencia de hijos y la trayectoria profesional; aunado a lo anterior y en cuanto a la dimensión de agotamiento, justo aquí es, donde se observan valores entre medio y alto, indicando la presencia del burnout en su etapa más temprana (Alvarado Peña et al., 2023).

En la tesis de una escuela del Estado de Puebla respecto al síndrome de burnout en profesores universitarios, que utilizaron prueba MBI de Maslach y Jackson (Maslach Burnout Inventory) se identificó que el 75% presentó muy bajos niveles en el rubro de agotamiento emocional, en el aspecto de despersonalización, el 41.7% tiene un nivel intermedio y en cuanto al aspecto de realización personal, el 75% manifestó niveles bajos, concluyendo de manera general que no se ha desarrollado el síndrome de burnout (Ledezma Andrade, 2023).

En el estudio realizado por Garay y Meza (2017) sobre el nivel del síndrome de Burnout en docentes de educación inicial pertenecientes a instituciones educativas privadas del distrito de Pilcomayo, se utilizó una muestra conformada por 21 docentes de siete centros educativos de dicho nivel. Para la recolección de datos se empleó el Inventario de Burnout de Maslach (MBI), obteniéndose como resultado que el 76 % de los participantes presentó un nivel elevado del síndrome de Burnout.

RESULTADOS

Factores sociodemográficos

En esta sección se presentan los datos generales más relevantes de los docentes que participaron en este estudio de caso.

De manera general los docentes forman parte de una universidad pública, el 73% de ellos trabajan jornada completa de 8 horas diarias, sus puestos de trabajo son operativos, al ser profesores, lo que hace que precisamente todos tengan contacto con usuarios. De igual manera en la Tabla 1 se muestran detalles de otras variables del mismo tipo.

Tabla 1

Datos sociodemográficos

No	Factor	Subfactor	Frecuencia	Porcentaje
1	Sexo	Masculino	18	55%
		Femenino	15	45%
2	Edad	20 - 29 años	1	3%
		30 - 39 años	3	9%
		40 - 49 años	11	33%
		50 - 59 años	8	24%
		60 - 69 años	6	18%
		70 - 79 años	4	12%
3	Escolaridad	Licenciatura	7	21%
		Posgrado	26	79%
4	Antigüedad en la actual universidad	0 - 9 años	4	12%
		10 - 19 años	11	33%
		20 - 29 años	5	15%
		30 - 39 años	7	21%
		40 - 49 años	5	15%
		50 - 59 años	1	3%
5	Antigüedad laborando	0 - 9 años	2	6%
		10 - 19 años	4	12%
		20 - 29 años	6	18%
		30 - 39 años	8	24%
		40 - 49 años	5	15%
		50 - 59 años	6	18%
		60 - 69 años	2	6%

Fuente: elaboración propia.

Dimensiones del burnout y antigüedad laboral

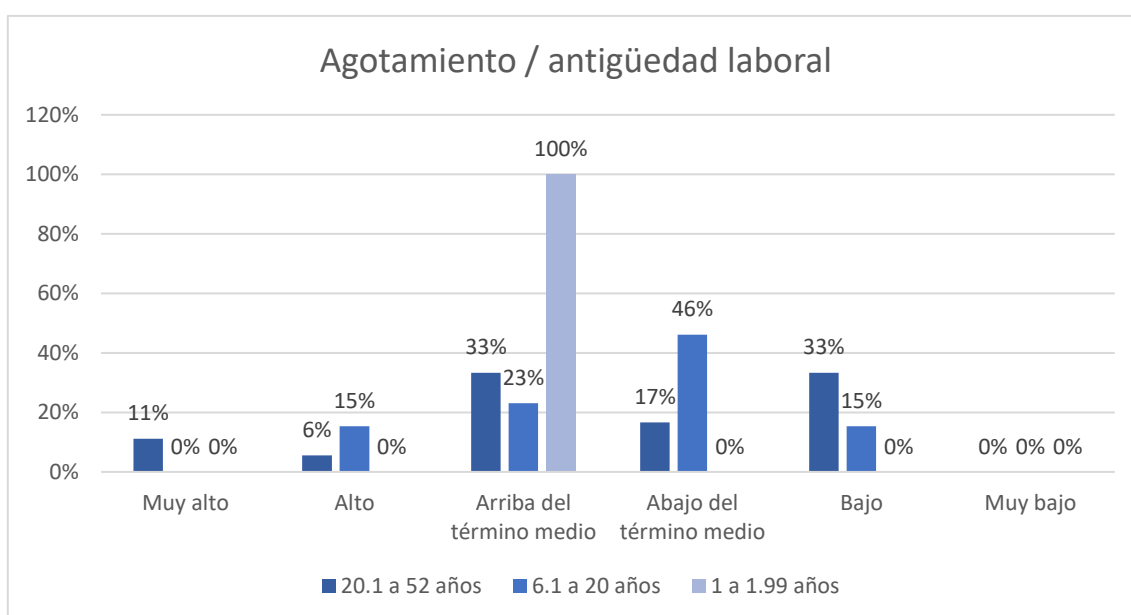
Para este estudio se realizó un análisis para describir la relación existente entre Burnout (analizada desde sus 3 dimensiones por separado) y antigüedad laboral, para lo que la EDO en éste subfactor considera la antigüedad agrupada en 6 categorías, de la siguiente manera: de 0.1 a 0.99, 1 a 1.99, 2 a 2.99, 3 a 6, 6.1 a 20, 20.1 a 52 o más años. En el caso de los docentes quienes contestaron esta escala, 18 corresponde al grupo de 20.1 a 52 años; 13 al grupo de 6.1 a 20 años y 2 al grupo de 1 a 1.99 años, y en el resto de categorías ninguno.

Dimensión de agotamiento

De acuerdo a los resultados de la primera dimensión que mide el agotamiento como la primera fase del Burnout, y que se presenta en forma de cansancio intenso, los docentes con menor antigüedad laboral suelen experimentar niveles más altos, mientras que los profesores con más de años de antigüedad muestran niveles bajos a moderados de esta primera dimensión de acuerdo a lo observado en el gráfico 1.

Gráfico 1

Dimensión agotamiento por grupo de antigüedad laboral



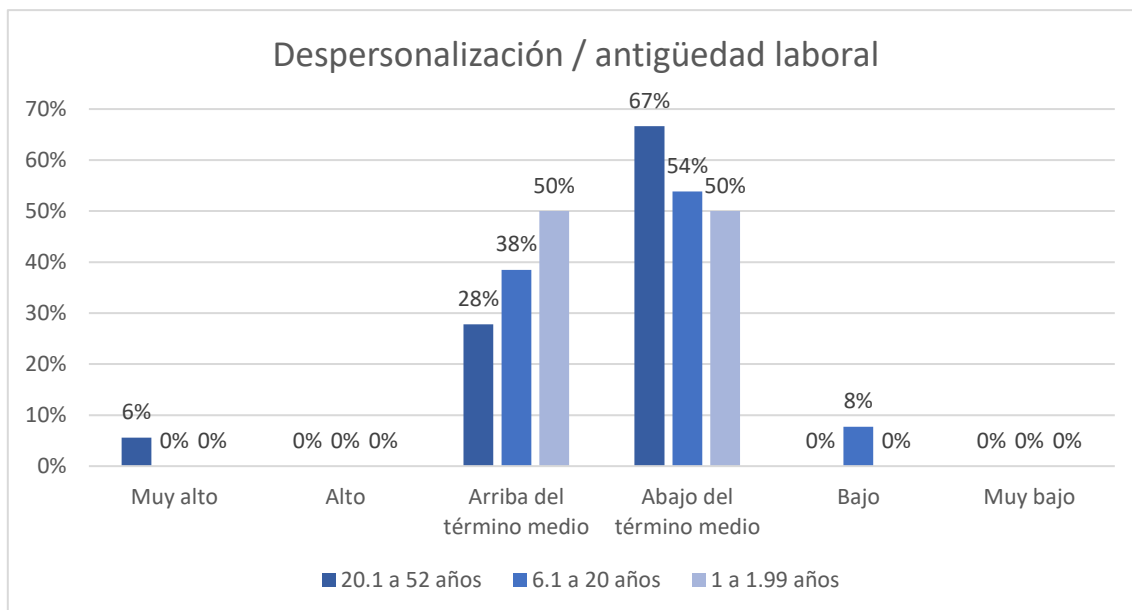
Fuente: elaboración propia.

Dimensión de despersonalización

En relación a la 2ª dimensión de Burnout, que mide la despersonalización, en el estudio realizado, muestra que no hay una variación drástica en función con la antigüedad, aunque los profesores más experimentados presentan niveles más bien bajos de despersonalización en relación con el resto tal como se observa en el gráfico 2.

Gráfico 2

Dimensión despersonalización por grupo de antigüedad laboral



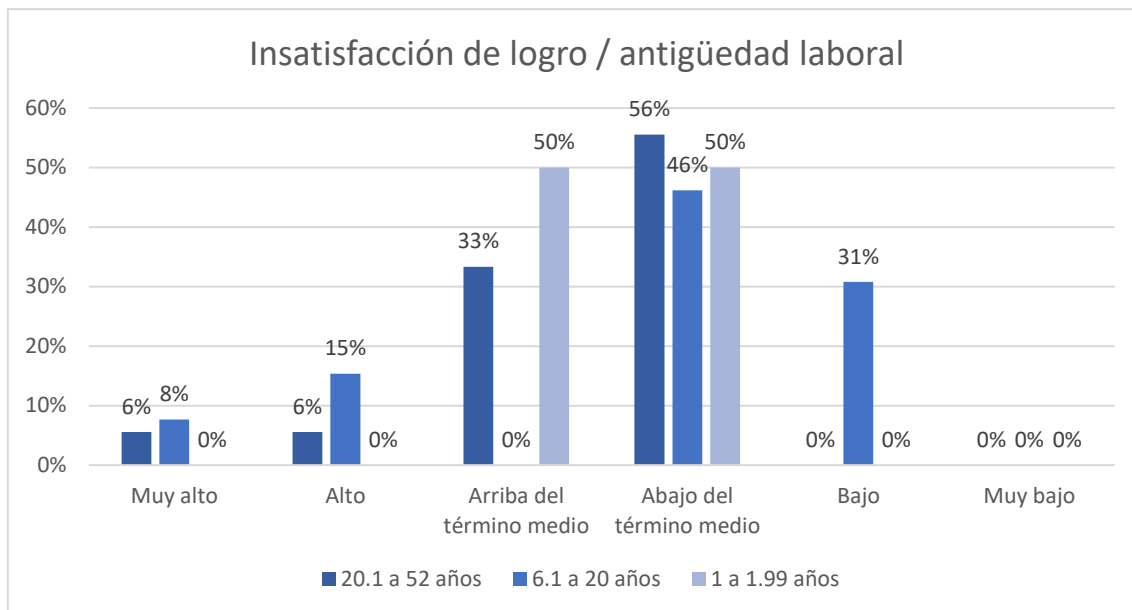
Fuente: elaboración propia.

Dimensión de insatisfacción de logro

En esta dimensión se caracteriza por la sensación de incapacidad para realizar las actividades laborales. En el gráfico 3, los resultados se establecen por grupo de edad, observando que los docentes con mayor antigüedad muestran distribuciones más amplias de esta dimensión, en tanto que los profesores con menor antigüedad, parecen experimentar niveles intermedios.

Gráfico 3

Dimensión insatisfacción de logro por grupo de antigüedad laboral



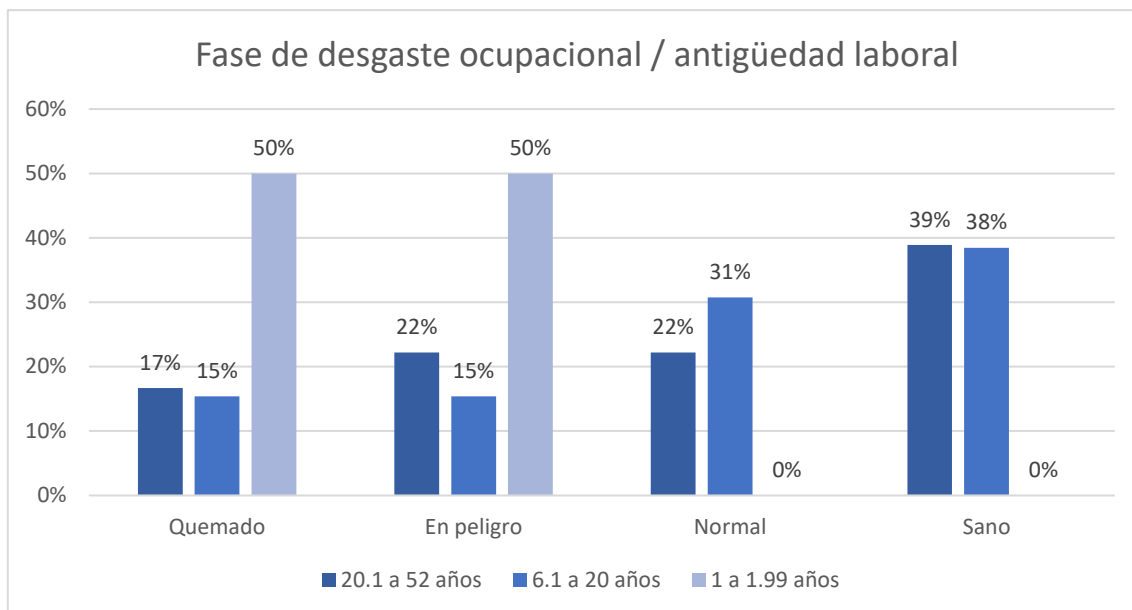
Fuente: elaboración propia.

Burnout y antigüedad laboral

Complementando el estudio anterior y utilizando el modelo de Leiter que sitúa la fase de desgaste ocupacional en: sano, normal, en peligro y quemado, los resultados demostrados en el gráfico, comprobando que a medida en que aumenta la antigüedad se percibe un estado sano, aunque con una notable proporción de riesgo, en cuanto a los docentes con menor antigüedad presentan altos niveles de desgaste.

Gráfico 4

Desgaste ocupacional por grupo de antigüedad laboral



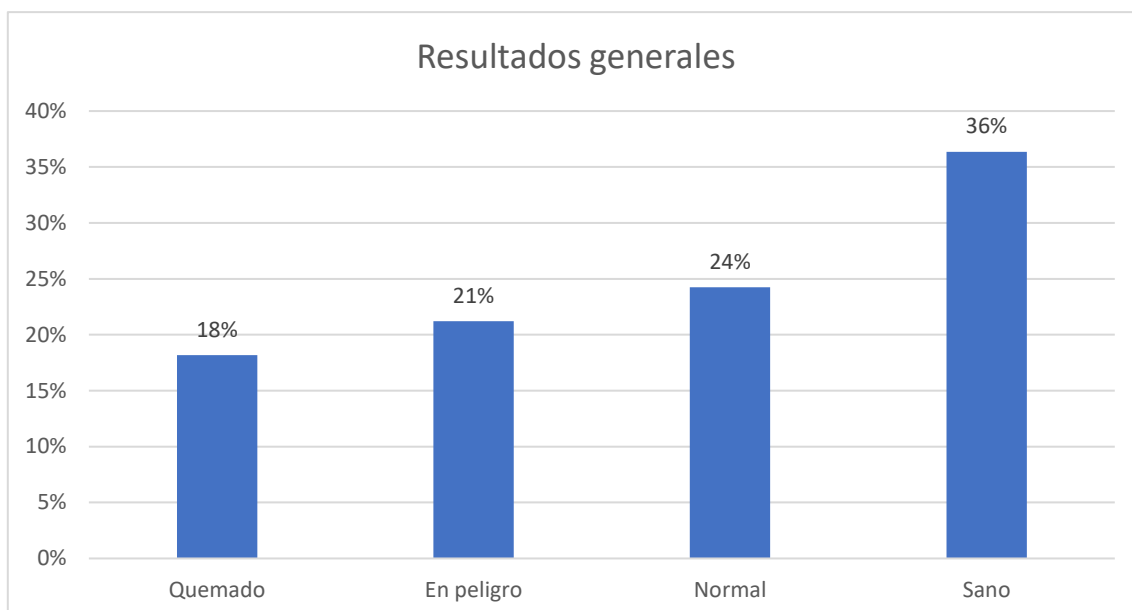
Fuente: elaboración propia.

Burnout resultados generales

Considerando los resultados de manera general con el modelo de Leiter, se puede observar que la mayoría de los empleados se encuentra con niveles saludables, aun así, existe un 39% (resultado de la suma de “en peligro” y “quemado”) que muestra una alerta respecto al deterioro de su bienestar, que indica la conveniencia de adoptar estrategias orientadas a promover su bienestar, formación y capacitación en la gestión del estrés como apoyo a quienes se encuentran en riesgo o bien quemados. En el gráfico 5 se aprecian los resultados.

Gráfico 5

Resultados generales del Burnout



Fuente: elaboración propia.

DISCUSIÓN

Con base en el objetivo del estudio, cuyo propósito es examinar el nivel de desgaste ocupacional (Burnout) en función de la antigüedad laboral en una institución de educación superior, los resultados demuestran en mayor medida un estado saludable, pero también se presentan síntomas que deben atenderse, y al igual que Alvarado Peña et al. (2023), respecto al análisis general del agotamiento, sin tomar en cuenta la variable de antigüedad laboral, se observa que el 33 % de los participantes se sitúa por encima del nivel medio, lo que indica que los docentes se encuentran en una etapa incipiente del síndrome de Burnout.

Por otro lado, en contraste con el estudio de Ledezma Andrade (2023), realizado con profesores universitarios en Puebla, México, donde se encontró que el 75 % de los participantes presentó bajos niveles de agotamiento; en la dimensión de despersonalización, un 41.7 % se ubicó en un nivel intermedio; y en la dimensión de realización personal, el 75 % evidenció niveles bajos. En comparación con estos resultados, el presente estudio revela que el 33 % de los docentes obtiene un puntaje superior al término medio en la dimensión de agotamiento; respecto al factor de despersonalización, la presente investigación refleja que la mayoría (61%) se encuentra por debajo del término medio, contrario a Ledezma Andrade (2023) en el que el 41.7% está en un nivel intermedio, por último en el factor de insatisfacción laboral, en esta investigación se refleja, muy similar a la dimensión anterior, en la que el 52% se encuentra abajo del término medio; concluyendo al igual que el estudio en comparación, puede decirse que los trabajadores se encuentran en estado sano, pero que a partir de los resultados encontrados en la dimensión de agotamiento, es importante tomar acciones para evitar que el desgaste ocupacional pueda llegar a tener mayores efectos.

Respecto al estudio realizado por Garay y Meza (2017), que concluyó que los docentes de instituciones de educación inicial presentan niveles elevados del síndrome de Burnout, sus

resultados difieren de los obtenidos en la presente investigación, ya que, en términos generales, los docentes evaluados manifiestan un estado de salud laboral favorable.

CONCLUSIÓN

El síndrome del desgaste ocupacional ha generado interés creciente dada su relevancia desde el contexto de las instituciones educativas, donde los profesores hacen frente a una carga de trabajo pesada y en un entorno académico que es cada vez más exigente. Este síndrome no impacta únicamente en la salud emocional y mental de quien la padece, sino, también, incide de forma importante en la calidad de la enseñanza y aprendizaje de los estudiantes.

En esta investigación se identificó que el síndrome de Burnout en docentes de educación superior presenta un panorama heterogéneo; pues a pesar de que en su mayoría los profesores muestran un estado saludable un 39% revela niveles de “en peligro” o “quemado”, por lo que es evidente que existen signos que requieren ser atendidos. También, se constató que la antigüedad laboral influye de manera significativa en las dimensiones del síndrome de Burnout; es decir, los docentes con menor antigüedad presentan niveles más elevados de agotamiento, mientras que aquellos con mayor experiencia evidencian un estado de bienestar laboral más favorable.

Justo aquí es donde radica la importancia de la presente investigación, en la cual, ahora se puede responder que existe una relación importante respecto al síndrome de burnout con la antigüedad de docentes,

Finalmente, es fundamental destacar la importancia de adoptar estrategias orientadas a fomentar el bienestar y la gestión del estrés en el personal docente, poniendo especial énfasis en aquellos que se encuentran en situación de riesgo.

A partir de esta investigación, se sugieren otras áreas de investigación relacionadas, que pueden incluir la incidencia del burnout respecto a la calidad en la impartición de la educación y/o rendimiento académico, evaluación de estrategias para mitigar o eliminar riesgos por burnout, programas de capacitación y manejo del estrés. Otras líneas similares son relación entre clima laboral y burnout, o bien exploración de los factores psicosociales prevalentes en instituciones en contacto con usuarios, estudios longitudinales en los que pueda apreciarse el incremento de nivel en las tres diferentes dimensiones del burnout. Estas investigaciones pueden contribuir a mejorar el bienestar de colaboradores que pueden estar expuestos a riesgos psicosociales por estrés.

REFERENCIAS

- Adil, M., & Baig, M. (2018). Impact of job demands-resources model on burnout and employee's well-being: Evidence from the pharmaceutical organisations of Karachi. *IIMB Management Review*, 30(2), 119 - 133. <https://doi.org/10.1016/j.iimb.2018.01.004>
- Alcover de la Hera, C., Martínez Íñigo, D., Rodríguez Mazo, F., & Domínguez Bilbao, R. (2004). *Introducción a la Psicología del Trabajo*. McGraw Hill.
- Alvarado Peña, L., Amaya Saucedo, R., Muñoz Castorena, R., Reyes Alvarado, S., Ramos Farroñán, E., & Sansores Guerrero, E. (2023). Síndrome de Burnout en profesores universitarios de Latinoamérica: una revisión de literatura. *Telos: Revista de estudios interdisciplinarios en ciencias sociales*, 25(3), 802 - 818. <https://doi.org/10.36390/telos253.15>
- Cortés Díaz, J. M. (2012). *Seguridad e Higiene del Trabajo. Técnicas de Prevención de Riesgos Laborales*. 10a. edición. Tébar Flores S.L.
- Garay, C., & Meza, P. (2017). Nivel del Síndrome de Burnout en docentes de educación inicial de las instituciones educativas privadas del distrito de Pílocomayo. Huancayo: Universidad Nacional del Centro del Perú.
- Huyghebaert, T., Gillet, N., Beltou, N., Tellier, F., & Fouquereau, E. (2018). Effects of workload on teachers' functioning: A moderated mediation model including sleeping problems and overcommitmen. *Stress Health*, 5(34), 601 - 611. <https://doi.org/10.1002/smi.2820>
- Ledezma Andrade, A. (2023). Nivel del síndrome de burnout en profesores universitarios de una escuela del estado de Puebla. Universidad Nacional Autónoma de México. Universidad Nacional Autónoma de México. <https://ru.dgb.unam.mx/bitstream/20.500.14330/TES01000841318/3/0841318.pdf>
- Martínez Pérez, A. (2010). El síndrome de burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*(112), 42 - 80. <https://www.redalyc.org/pdf/5257/525752962004.pdf>
- Pederson, D. E., & Minnotte, K. L. (2017). Workplace climate and STEM faculty women's job burnout. *Journal of Feminist Family Therapy: An International Forum*, (1-2)(29), 46 - 65. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/08952833.2016.1230987>
- Rodríguez, M. A. O., & AGUIRRE, A. J. M. (2022). Síndrome de burnout, actividad física y alimentación. *Inventio. La génesis de la cultura universitaria en Morelos*.
- Quintero-Febles, J. M., Reyes-Abreu, G., Suárez-Daroca, P., & Rodríguez-García, M. Á. (2020). Estrés y Burnout, Evolución histórica. *EGLE*, 7(16).
- Uribe Prado, J. F. (2010). EDO Escala de Desgaste Ocupacional (Burnout). *El Manual Moderno*.