

Burnout y la autoconfianza en docentes de una universidad peruana en coyuntura de pandemia

Burnout and self-confidence in teachers of a Peruvian university in a pandemic situation

Burnout e autoconfiança em professores de uma universidade peruana em situação de pandemia

Cupe Cabezas, William Víctor; Costilla Castillo, Pedro Constante; Crisóstomo Luca, Eduardo Martín; Carrión Ramo, Roque Vladimir



 **William Víctor Cupe Cabezas**

wcupec@ucvvirtual.edu.pe
Universidad César Vallejo, Perú

 **Pedro Constante Costilla Castillo**

pcostilla@ucv.edu.pe
Universidad César Vallejo, Perú

 **Eduardo Martín Crisóstomo Luca**

C22747@utp.edu.pe
Universidad Tecnológica del Perú, Perú

 **Roque Vladimir Carrión Ramo**

roque.carrion@upch.pe
Universidad Peruana Cayetano Heredia, Perú

Revista de Investigación en Ciencias de la Educación
HORIZONTES

Centro de Estudios Transdisciplinarios, Bolivia
ISSN-e: 2616-7964
Periodicidad: Trimestral
vol. 7, núm. 29, 2023
editor@revistahorizontes.org

Recepción: 01 Julio 2022
Aprobación: 15 Agosto 2022
Publicación: 06 Abril 2023

URL: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/466/4664365004/>

DOI: <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i29.578>

Resumen: El síndrome de burnout puede afectar la salud no solo de los docentes, sino también del estudiante. El objetivo fue relacionar el síndrome de burnout con la autoconfianza en los catedráticos en una universidad de Perú en pandemia por COVID-19. Se realizó un estudio tipo básico bajo un diseño descriptivo, correlacional. Se trabajó con muestra aleatoria simple igual a 400 docentes encuestados. Se obtuvo como resultados en el análisis de la variable síndrome de burnout y la dimensión agotamiento emocional un nivel alto de 13.3%, respecto a la despersonalización que fue de 18.30% también con nivel alto, mientras que el 97.30% presentó un nivel medio de frustración personal. La correlación entre el Síndrome de Burnout y fue de -0.005. Se concluyó que existe una correlación débil entre las variables y es necesario mayores estudios para establecer que el burnout deba ser atendido por la institución universitaria.

Palabras clave: Síndrome de burnout, Docencia, Estrés, COVID-19, Universidades.

Abstract: Burnout syndrome can affect the health not only of teachers, but also of students. The objective was to relate burnout syndrome with self-confidence in professors at a Peruvian university in a COVID-19 pandemic. A basic study was carried out under a descriptive, correlational design. We worked with a simple random sample equal to 400 teachers surveyed. The results obtained in the analysis of the burnout syndrome variable and the emotional exhaustion dimension were a high level of 13.3%, with respect to depersonalization which was 18.30% also with a high level, while 97.30% presented a medium level of personal frustration. The correlation between Burnout Syndrome and was -0.005. It was concluded that there is a weak correlation between the variables and further studies are needed to establish that burnout should be addressed by the university institution.

Keywords: Burnout syndrome, Teaching, Stress, COVID-19, Universities.

Resumo: A síndrome de burnout pode afetar a saúde não só dos professores, mas também dos alunos. O objetivo foi relacionar

a síndrome de burnout à autoconfiança em professores de uma universidade no Peru durante a pandemia de COVID-19. Foi realizado um estudo básico usando um projeto descritivo e correlacional. Trabalhamos com uma amostra aleatória simples de 400 professores pesquisados. Os resultados obtidos na análise da variável síndrome de burnout e da dimensão de exaustão emocional mostraram um nível alto de 13,3%, com relação à despersonalização, que também foi alta em 18,30%, enquanto 97,30% mostraram um nível médio de frustração pessoal. A correlação entre a síndrome de burnout e o burnout foi de -0,005. Concluiu-se que há uma correlação fraca entre as variáveis e que são necessários mais estudos para estabelecer que o burnout deve ser abordado pela instituição universitária.

Palavras-chave: Síndrome de burnout, Ensino, Estresse, COVID-19, Universidades.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, la sociedad valora de manera excesiva a las personas por su capacidad laboral, el espacio temporal que dedican a la empresa y el aporte en la institución donde se desenvuelven (Espinell et al., 2021). En algunos casos se realizan horas extras por elección propia para progresar en un medio competitivo. La gente trabaja más porque lo necesita. A pesar de que muchos trabajadores estarían dispuestos a reducir sus horas laborales, no lo realizan por diversas causas: una de ellas es que puede afectar de manera negativa sus posibilidades de ascenso (Sánchez, 2017).

El escenario tecnológico, cada vez más cambiante, y la influencia en las organizaciones empresariales repercute en el clima laboral y afecta a nivel psíquico emocional a los trabajadores: el ámbito de la docencia es una de ellas (Tabares et al., 2020). El síndrome de burnout se ha evidenciado de variadas maneras en diversas instituciones educativas de Lima (Dávila et al., 2019). Los profesionales de la educación son afectados en la dimensión despersonalización y en menor medida la dimensión agotamiento emocional (García, 2021).

En estos últimos años, las investigaciones señalan que los profesores que laboran en colegios de educación primaria y secundaria son los más perjudicados por los síntomas del burnout (Inca, 2019). Así como también hay una tendencia creciente que incluye al docente universitario (Seijas, 2019). Las actividades constantes y bajo presión afecta no únicamente la salud, sino también lo concerniente al trato directo con los integrantes del núcleo familiar. Todo ello, en ausencia de mecanismos de prevención en su entorno, puede derivar en el corto o mediano plazo al llamado síndrome de burnout (Vidotti et al., 2019). El sentirse agotado o cansado en el espacio laboral afecta a los profesionales de la educación y ello se extiende a los estudiantes (Jagodics y Szabó, 2022).

Por lo tanto, el síndrome de burnout en los educadores de profesión es un factor que condiciona la autoestima de cada docente (Choy, 2021). Muchos catedráticos laboran en varias universidades a tiempo completo. Además, es necesario que cuenten con las características necesarias para el desempeño académico, puesto que para ejercer la docencia se requiere de vocación de servicio y compromiso (Bustamante et al., 2016). El cambio al participar de una

educación presencial a remota, debido al contexto de pandemia, ha generado presión y riesgo psíquico emocional en el proceso de adaptación constante y continua (Oros et al., 2020).

De este modo, la sensación de cansancio emotivo es un rasgo de Burnout (Montestruque, 2018), además de mostrar una despersonalización hacia otras personas y no hacerse responsable de sus actos. Evidentemente, todo ello aunado a la falta de motivación en lo laboral repercute en contra de su bienestar emocional (Olivares et al., 2021). Los docentes, que son considerados modelos a seguir por parte de los estudiantes, deben poseer ciertas habilidades y competencias para desarrollarse adecuadamente en el escenario educativo, así como también, su desempeño ser óptimo y mucho más si está en constante proceso de evaluación. Todo ello, le genera una presión laboral (Manzano, 2020).

En este sentido, los profesionales dedicados a la enseñanza que muestran cansancio en el aspecto emotivo, insensibilidad y deterioro de sus facultades evidencian estar insatisfechos en el ámbito laboral (Cortez et al., 2021). Por lo tanto, el desgaste en el aspecto profesional tiene consecuencias en variadas áreas de la actividad académica y puede producirse cierta variación según el estilo docente; es decir, si es permisivo, democrático o autoritario (Perdomo et al., 2019).

El síndrome de burnout puede afectar la salud no solo de los docentes, sino también del estudiante y de esta forma influir en su operatividad académica. Para evitar ello, se requiere atención por parte de autoridades a la comunidad de educandos (Salazar, 2021). En los ciclos académicos iniciales y finales en las que se haya el estudiante, puede provocar signos de estrés relacionados no solo con la presión en los estudios, sino por la necesidad de conocer y saber utilizar las diversas herramientas tecnológicas en línea para lograr su propósito (Estrada et al., 2021).

Así que, el estrés en lo laboral es visto como una dificultad psíquica y física que se expresa por agotamiento emocional, despersonalización y realización personal que perjudica la salud pública mundial (Bada et al., 2020). Diversos estudios señalan que los profesionales relacionados con la enseñanza como los docentes de universidades y colegios son los que tienen una mayor probabilidad de desarrollar Burnout (Carlotto et al., 2021).

Cabe destacar que, en la Universidad César Vallejo se realiza un esfuerzo por comprender sobre el problema del llamado síndrome de burnout en catedráticos universitarios, debido a una sobrecarga de horas de trabajo dedicadas a la enseñanza remota sincrónica con los estudiantes, así como el contacto directo, por el reinicio actividades presenciales con integrantes del ámbito educativo como personal administrativo, colegas y autoridades, puede desencadenar una sobrecarga laboral y emocional.

Considerando la realidad problemática que afecta a los docentes y con la intención de darle una alternativa de solución, se plantea la siguiente interrogante: ¿Cómo se relaciona el Síndrome de Burnout con la autoconfianza de los docentes de la Universidad César Vallejo 2022?

El propósito del estudio es evidenciar la presencia del problema el cual se constituye como causa las que afectan el desempeño laboral profesional. Por ello resulta fundamental precisar las posibles relaciones entre los términos “síndrome

de burnout” y “autoconfianza del docente” para determinar la relación entre las variables de estudio en mención.

MÉTODO

Se realizó una investigación tipo básica amparados en diseño descriptivo, inferencial, porque de los resultados de los cuestionarios, se recabaron las conclusiones. Y correlacional porque se relacionaron dos variables; transaccional porque se dio durante un periodo semestral correspondiente 2022-I en el campus de la sede Lima Norte de la Universidad César Vallejo. La investigación contó con una población de 400 docentes, y como la muestra fue censal se seleccionó al 100% de la población.

La técnica recurrida para la recolección de datos fue la encuesta y el instrumento, el cuestionario elaborado y compartido a través de Google Form. Para medir la variable síndrome de burnout, el cuestionario utilizado fue el Inventario de Burnout de Maslash, la adaptación española de Seisedos (1997). Este instrumento constó de 22 ítems que evalúa el síndrome de burnout en las siguientes dimensiones: Agotamiento emocional, Despersonalización y Frustración personal. Los ítems del cuestionario tuvieron el valor numérico del 0 al 6, de forma que el valor 0 supone que lo expuesto en el ítem no ocurre nunca y el valor 6 supone que lo expuesto en el ítem sucede diariamente.

Para la variable Autoconfianza del Docente, el cuestionario utilizado y compartido por medio de Google Form fue del Inventario SISCO propuesto por Barraza (2012). Este instrumento constó de 38 preguntas y evaluó la autoconfianza del docente. Aquí se analizó el nivel de autoconfianza del docente, si es que este es alto, medio o bajo. Los ítems fueron escritos y validados de manera tautológica, lo que hace referencia a todas las características que el docente muestra hacia el trabajo y los estudiantes. Los ítems tuvieron el valor numérico del 0 al 4, de forma que el valor 0 supone que lo expuesto en el ítem no ocurre nunca y el valor 4 supone que lo expuesto en el ítem sucede diariamente. Se evaluó la autoconfianza del docente en cuatro dimensiones: diferencias entre las demandas del puesto y las capacidades profesionales, grado de autoconciencia del docente, expectativas de éxito y sentimientos de autoconfianza.

Sobre los aspectos éticos presentes en la investigación se consideró el permiso de las autoridades para llevar a cabo la investigación virtual en la Universidad César Vallejo, la honestidad en las respuestas de los cuestionarios con los docentes de manera remota en el ciclo académico 2022-I. Además, se mantuvo el anonimato de los docentes evaluados, y se resguardaron los instrumentos en lo concerniente a las respuestas emitidas por los mismos, no efectuándose comentarios. El procesamiento estadístico de los datos y la autenticidad en el tema de investigación se llevó a cabo usando el programa SPSS, los resultados fueron contemplados en las tablas que se destacan en el apartado resultados.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Síndrome de burnout

En la Tabla 1 se muestra que las medidas de tendencia central están de acuerdo con el siguiente rango: bajo [0; 1>, medio [1; 2.5 >, alta [2.5; 3> por lo que la media tiene mayor representación, asimismo la desviación estándar es de 0.547, evidenciando en los encuestados que el síndrome de burnout se encuentra en un nivel medio.

Tabla 1
Síndrome de burnout y sus dimensiones.

		Síndrome de Burnout	Agotamiento emocional	Despersonalización	Frustración personal
N	Válido	400	400	400	400
	Perdidos	0	0	0	0
Media		2,04	2,13	2,18	2,03
Mediana		2,00	2,00	2,00	2,00
Moda		2	2	2	2
Desv. Desviación		,547	,349	,395	,164

Del mismo modo en la Tabla 2, se muestra el análisis de frecuencia síndrome de burnout, por lo tanto, se puede observar que el 70,0% de los docentes que respondieron el cuestionario están pasando por un nivel medio de síndrome de burnout.

Tabla 2
Frecuencia absoluta simple síndrome de burnout (niveles).

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BAJO	52	13,0	13,0	13,0
	MEDIO	280	70,0	70,0	83,0
	ALTO	68	17,0	17,0	100,0

Dimensiones de síndrome de burnout

En la Tabla 3 se muestran las dimensiones de síndrome de burnout, dentro de la dimensión Agotamiento emocional, en el análisis de frecuencia se observa que el 86,25% de los docentes de la universidad presentan un agotamiento emocional a nivel medio; mientras que el 13,25% tienen un agotamiento emocional a nivel alto. Mientras que en la dimensión Despersonalización, en el análisis de frecuencia se obtuvo que el 81,25% de los colegas de la universidad presentaron una despersonalización a nivel medio; mientras que el 18,25% tienen una despersonalización a nivel alto. Y en la dimensión Frustración personal, el análisis de frecuencia se observa que el 97,25% de los colegas de la universidad presentan una despersonalización a nivel medio; mientras que el 2,75% tienen una frustración personal a nivel alto (Tabla 3).

Tabla 3
Dimensiones síndrome de burnout.

Dimensiones	Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Agotamiento emocional	BAJO	2	,5	,5	,5
	MEDIO	345	86,3	86,3	86,8
	ALTO	53	13,3	13,3	100,0
	Total	400	100,0	100,0	
Despersonalización	BAJO	2	,5	,5	,5
	MEDIO	325	81,3	81,3	81,8
	ALTO	73	18,3	18,3	100,0
	Total	400	100,0	100,0	
Frustración personal	MEDIO	389	97,3	97,3	97,3
	ALTO	11	2,8	2,8	100,0
	Total	400	100,0	100,0	

Autoconfianza del docente

Dentro de la variable Autoconfianza del docente, se puede observar en la Tabla 4, que el 81.50% de los docentes encuestados tienen un nivel de autoconfianza regular, y que solo el 8.75% tienen un alto nivel de autoconfianza.

Tabla 4
Frecuencia relativa porcentual Autoconfianza del docente (niveles).

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ALTO	35	8,8	8,8	8,8
	REGULAR	326	81,5	81,5	90,3
	BAJA	39	9,8	9,8	100,0

Dimensiones de Autoconfianza del docente

Dentro del análisis de la dimensión del nivel de autoconfianza del docente se encuentra la diferencia entre las demandas profesionales y las capacidades del docente, es así como en la Tabla 5 se muestra que el 21.50% de los docentes tienen un nivel regular de diferencias entre las demandas y capacidades; es decir, que los docentes no se sienten seguros de sus capacidades como docentes frente a las demandas del trabajo. El 78.50% de los docentes creen que la diferencia entre la demanda profesionales y las capacidades del docente es baja, por lo que su desempeño es bueno.

Seguido, en la Tabla 5, se muestra el análisis de la dimensión del grado de autoconciencia del docente. Por ello, se refleja que el 74% tiene un buen grado de autoconciencia regular; mientras que el 19,75% tiene un grado de autoconciencia alta. Así mismo, en la dimensión grandes expectativas de éxito, se aprecia en la Tabla 5, que el 84,75% de los encuestados tienen niveles de expectativas de éxito regulares; es decir, que lo que sucede en su vida profesional está por encima o por debajo de sus expectativas reales; mientras que en el 3% se observó

que sus expectativas son bajas, en otras palabras, que no están con muchos deseos de energía, aceptación y valoración. Y en la dimensión los sentimientos de autoconfianza, en la Tabla 5 se observa que el 83.25 % tienen un regular sentimiento de autoconfianza; es decir, tienen muchos momentos en que no se sienten bien consigo mismos como profesionales, el 9.25% de los docentes tiene una baja autoconfianza y otras veces no, siendo su sentimiento de autoconfianza regular y el 7.50 % de los docentes tiene alto sentimiento de autoconfianza.

Tabla 5
Dimensiones de Autoconfianza.

Dimensiones	Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Diferencia entre demanda y capacidades profesionales de docente	REGULAR	86	21,5	21,5	21,5
	BAJA	314	78,5	78,5	100,0
	Total	400	100,0	100,0	
Autoconciencia del docente	ALTA	79	19,8	19,8	19,8
	REGULAR	296	74,0	74,0	93,8
	BAJA	25	6,3	6,3	100,0
Expectativa de éxito	Total	400	100,0	100,0	
	ALTA	49	12,3	12,3	12,3
	REGULAR	339	84,8	84,8	97,0
Sentimientos de autoconfianza	BAJA	12	3,0	3,0	100,0
	Total	400	100,0	100,0	
	ALTA	30	7,5	7,5	7,5
	REGULAR	333	83,3	83,3	90,8
	BAJA	37	9,3	9,3	100,0
	Total	400	100,0	100,0	

Discusión

Los resultados de la investigación muestran un 70 % a nivel medio del síndrome de burnout en docentes universitarios. Sin embargo, en un análisis a nivel de dimensiones los resultados son distintos. Las tres dimensiones que conforman el modelo de Maslach Burnout Inventory Educators Survey (MBI-ES), en la dimensión de agotamiento fue de 86.3% en el nivel medio, en la dimensión despersonalización fue de 81.3% en un nivel medio, y en la dimensión frustración personal la prevalencia se ubica en el nivel medio con 97.3%. En esta misma línea, el estudio de García (2021) en su tesis síndrome de burnout en los docentes durante las clases virtuales del Ceba Andrés Avelino Cáceres son muy afectados en la dimensión despersonalización con un porcentual mayor al 90% asimismo el agotamiento emocional con un porcentual en nivel alto 52,2% de docentes. Respecto al agotamiento emocional se determinó que el 76,2% de docentes tienen un nivel alto.

Por otro lado, Cortez et al., (2021) determinaron que el 36.7% en la dimensión agotamiento emocional tiene un nivel alto, en la dimensión despersonalización el 48.3% tienen un nivel bajo, y en la dimensión agotamiento emocional con un 63.3% que es un resultado similar a lo que se ha obtenido en la presente investigación. El trabajo de Manzano (2020) realizado en los docentes de educación básica en Ecuador brinda resultados distintos a este estudio. El 29% de los profesores padecen de agotamiento emocional, el 17% de los docentes padecen despersonalización, asimismo el 85% de los profesores presenta un alto nivel de realización.

Se puede decir, que los resultados en el presente estudio no son concluyentes. Entonces es necesario realizar un estudio longitudinal, percibir y luego consolidar

los resultados que puedan experimentar los profesores. En el contexto actual de pandemia es de mucha importancia la comunicación asertiva, así como los recursos y herramientas digitales indispensables para el proceso de enseñanza aprendizaje y evaluación.

CONCLUSIONES

El síndrome de burnout y la autoconfianza en los docentes de la Universidad César Vallejo tiene mucha influencia a partir de cómo los docentes puedan desarrollar sus clases teniendo dicho agotamiento emocional. Este estudio demuestra que la eficacia profesional percibida ejerce un efecto mediador en la relación entre el Burnout y la autoconfianza en los docentes. A raíz de los resultados es importante que se tomen medidas en los profesionales del sector educativo a nivel superior, para ello se debe continuar con las muestras de reconocimiento a su labor docente y pueda sentir un ambiente laboral de fraternidad y por ende minimizar el síndrome de burnout en un mediano plazo.

Se recomienda ejecutar un plan de capacitación motivacional enfocado en el trabajo en equipo para aminorar la presencia de burnout. Además, el Departamento de Recursos Humanos toma un rol muy importante, puesto que se pretende aumentar esa confianza del docente en su propio trabajo y en beneficio de los estudiantes. Para lograr esto, se puede organizar seminarios sobre motivación personal en donde los catedráticos, aparte de recibir las charlas, participen; y en otros eventos futuros sean parte de los ponentes, buscando en los demás colegas la vivencia propia del docente y su forma de tener un alto grado de autoconfianza.

A partir de las demandas del puesto laboral y las capacidades profesionales, se debe continuar con cuestionarios antes de ingresar a laborar, así como entrevistas de trabajo, para situarse a partir de la autoconfianza y también poder saber si tal vez aquel futuro candidato a ocupar la plaza de docente está desarrollando el síndrome de burnout, porque todo estudiante necesita catedráticos con mucha empatía y dinamismo en sus labores académicas.

REFERENCIAS

- Bada, O., Salas, R., Castillo, E., Arroyo, E., y Carbonell, C. (2020). Estrés laboral y clima organizacional en docentes peruanos. *MediSur*, 18(6), 1138-1144. Epub 02 de diciembre de 2020. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180065571009>
- Barraza, A. (2012). El inventario Sisco para el estudio del estrés laboral en educadoras. Instituto Universitario. Sello editorial Anglo Español. http://www.redie.mx/librosyrevistas/libros/inventario_sisco.pdf
- Bustamante, E., Bustamante, F., Gonzales, G. y Bustamante, L. (2016). El burnout en la profesión docente: un estudio en la escuela de bioanálisis de la Universidad de Carabobo Sede Aragua, Venezuela. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 62(143), 111-121. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2016000200003
- Carlotto, M., Silva, G., Stica, M., Carvallo-Freitas, M., y Oliveira, M. (2021). Burnout Syndrome and the Work Design of Education and Health Care Professionals.

- Psico-USF, Bragança Paulista, 26 (2). 291-303. <https://doi.org/10.1590/1413-82712021260208>
- Cortez, D., Campana, N., Huayama, N., y Aranda, J. (2021). Satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes durante el confinamiento por la pandemia COVID-19. *Propósitos y Representaciones*, 9(3), e812. <https://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n3.812>
- Choy, R. (2021). Modelo explicativo del desempeño laboral basado en el burnout, conciencia, compromiso y percepción del contexto en docentes de una facultad de una universidad privada de Lima Metropolitana. (2021). Tesis de Doctorado. Universidad Privada Cayetano Heredia. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9741/Modelo_ChoyVessoni_Rosana.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Dávila, F., García, E., Marangon, C., y Palacios, E. (2019). Prevalencia del índice de síndrome de burnout y su relación con características demográficas en docentes de un instituto superior tecnológico privado de Lima - año 2017. Tesis de maestría. Universidad Tecnológica del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12867/1706>
- Espinel, J., Ruperti, E., Aguilar, D., y Miranda, W. (2021). El compromiso como rasgo de personalidad y su relación con el burnout en docentes ecuatorianos. *Revista de Psicología y Ciencias afines Interdisciplinaria*. 38 (2), 135-148. <https://doi.org/10.16888/interd.2021.38.2.9>
- Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., Mamani, H., y Zuloaga, M. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de pandemia del COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 40(1), 88-93. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>
- García, J. (2021). Síndrome de burnout en los docentes durante las clases virtuales del Ceba Andrés Avelino Cáceres distrito el Agustino Lima, 2021. Tesis de Segunda especialidad. Universidad Nacional del Altiplano. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3220619>
- Inca, H. (2019). Autoestima y desempeño docente en instituciones educativas públicas en sectores rurales y urbanos en la Ugel San Román 2019. Tesis de Doctorado. Universidad Nacional del Altiplano. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3224592>
- Jagodics, B., y Szabó, É. (2022). El agotamiento estudiantil en la educación superior: un enfoque de modelo de demanda-recurso. *Tendencias en Psicología*. <https://doi.org/10.1007/s43076-021-00137-4>
- Manzano, A. (2020). Síndrome de Burnout en docentes de una Unidad Educativa, Ecuador. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(16), 499-511. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v4i16.132>
- Montestruque, L. (2018). Burnout y afrontamiento en docentes de una escuela de nivel socioeconómico medio bajo. Tesis para obtener el título de Licenciada en Psicología. PUPC. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/12158>
- Olivares, L., Nieto, G., Velázquez, K., y López, A. (2021). Síndrome de burnout. La multiplicidad de roles y su impacto en la labor docente. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 24(3). <https://revistas.um.es/rEIFOP/article/view/525231>
- Oros, L., Vargas, N., y Chemisquy, S. (2020). Estresores docentes en tiempos de pandemia: un instrumento para su exploración. *Revista Interamericana de Psicología*. 54 (3). <https://doi.org/10.30849/ripij.v54i3.1421>
- Perdomo, L., Acosta, J., y Molano, A. (2019). Relación entre el Síndrome de desgaste profesional, las creencias irracionales y el estilo docente: análisis multinivel.

Revista Colombiana de Educación, 1(76), 51-67. <https://doi.org/10.17227/rce.num76-4394>

Salazar, J., Dolores, E., Valdivia, M., Hernández, M., y Huerta, Ibis. (2021). Síndrome de burnout en estudiantes de educación superior tecnológica del campus Tierra Blanca en tiempo de COVID-19. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(22). <https://doi.org/10.23913/ride.v11i22.896>

Sánchez, L. (2017). Síndrome de burnout y bienestar psicológico en trabajadores de contact center de la ciudad de Lima. Tesis de maestría, Universidad San Martín de Porres. Repositorio.usmp.pe. http://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/4051/sanchez_mlg.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Seijas, D. (2019). Riesgos psicosociales, estrés laboral y Síndrome Burnout en trabajadores universitarios de una escuela de bioanálisis. *Rev. Salud Pública*. 21(1). 102-108. <https://doi.org/10.15446/rsap.v21n1.71907>

Seisedos, N. (1997). MBI. Inventario "Burnout" de Maslach: manual. TEA. Madrid. España. <https://es.scribd.com/document/401906977/MBI-Burnout-Manual-Original-TEA-Ediciones>

Tabares, Y., Martínez, V., y Matabanchoy, S. (2020). Síndrome de burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Universidad y Salud*, 22(3), 265-279. Epub September 01, 2020. <https://doi.org/10.22267/rus.202203.199>

Vidotti, V., Martins, J., Galdino, M., Ribeiro, R., y Robazzi, M. (2019). Síndrome de burnout, estrés laboral y calidad de vida en trabajadores de enfermería. *Enfermería Global*, 18(3), 344–376. <https://doi.org/10.6018/eglobal.18.3.325961>