

UN ESTUDIO INTERPRETATIVO DE LA RELACIÓN ENTRE BURNOUT Y CALIDAD EDUCATIVA EN EL NIVEL SUPERIOR A TRAVÉS DE LA NARRATIVAS DE DOCENTES

AN INTERPRETIVE STUDY OF THE RELATIONSHIP BETWEEN BURNOUT AND EDUCATIONAL QUALITY AT THE HIGHER EDUCATION LEVEL THROUGH TEACHER NARRATIVES

Ligia Lisseth Resabala Chávez ^{1*}

¹ Escuela Superior Politécnica Agropecuaria de Manabí Manuel Félix López. Ecuador. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3348-1897>. Correo: lilire_92@hotmail.com

María José Vera Santos ²

² Universidad Central de Querétaro. México. ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-6319-4948>. Correo: majo140593@outlook.com

Jonathan Vicente Alcívar Chumo ³

³ Ministerio de Educación del Ecuador. Ecuador. ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-8585-215X>. Correo: jonathan198315@gmail.com

Darwin Francisco Talledo Villacreses ⁴

⁴ Universidad Estatal Península de Santa Elena. Ecuador. ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-6518-835X>. Correo: datalledo@gmail.com

* Autor para correspondencia: lilire_92@hotmail.com

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo comprender la relación entre Burnout y calidad educativa en el Nivel Superior, mediante el enfoque biográfico narrativo abordando dimensiones como: Conceptualizaciones de Burnout, efectos del síndrome de burnout en los docentes, calidad educativa universitaria, Relación entre Burnout y Calidad Educativa, Impactos Psicosociales del Burnout, Estrategias, intervenciones y mitigación, bienestar docente, agotamiento emocional, estrés, salud emocional, resiliencia, bienestar emocional, además, de la educación superior, en su función de formar profesionales y ciudadanos



Esta obra está bajo una licencia *Creative Commons* de tipo (CC-BY-NC-SA).

Sociedad Ecuatoriana de Investigación Científica. E-mail: revistaalcon@gmail.com

competentes, fomentando la investigación, el pensamiento crítico y contribuyendo al desarrollo económico, social y cultural de la sociedad, criterios e indicadores de calidad de educación superior, investigación y producción académica, entre otros. Se hace notable la prevalencia del burnout en profesores universitarios, con altos niveles de agotamiento emocional y variaciones según género, años de experiencia y condiciones laborales, sus vidas personales, la sobrecarga de trabajo, la falta de apoyo institucional en el bienestar emocional de los docentes, considerando factores de riesgo como el estrés, la ansiedad y el agotamiento. Para esta revisión son necesarios estudios cualitativos, desde las voces de los propios docentes, para comprender, de manera situada, la relación mencionada. En conclusión, el síndrome de Burnout constituye una problemática relevante dentro de la educación superior debido a sus efectos sobre la salud emocional, el bienestar y el desempeño profesional de los docentes. La evidencia científica demuestra que el agotamiento emocional, la sobrecarga laboral y la falta de apoyo institucional pueden afectar significativamente la calidad de los procesos educativos y el cumplimiento de los objetivos universitarios.

Palabras clave: bienestar emocional; agotamiento emocional; sobrecarga laboral; docencia universitaria; enfoque biográfico-narrativo

Abstract

This research aims to understand the relationship between burnout and educational quality at the higher education level, using a biographical narrative approach. It addresses dimensions such as: conceptualizations of burnout, the effects of burnout syndrome on faculty, university educational quality, the relationship between burnout and educational quality, the psychosocial impacts of burnout, strategies, interventions and mitigation, faculty well-being, emotional exhaustion, stress, emotional health, resilience, and the role of higher education in training competent professionals and citizens, fostering research and critical thinking, and contributing to the economic, social, and cultural development of society. It also considers criteria and indicators of quality in higher education, research, and academic production, among other factors. The prevalence of burnout among university professors is notable, with high levels of emotional exhaustion and variations according to gender, years of experience, working conditions, personal lives, work overload, and a lack of institutional support for faculty emotional well-being. Risk factors such as stress, anxiety, and exhaustion are also taken into account. This review requires qualitative studies, incorporating the perspectives of the teachers themselves, to understand the aforementioned relationship within its specific context. In conclusion, burnout syndrome is a significant problem in higher education due to its effects on teachers' emotional health, well-being, and professional performance. Scientific evidence demonstrates that emotional exhaustion, work overload, and a lack of institutional support can significantly impact the quality of educational processes and the achievement of university objectives.

Keywords: emotional well-being; emotional exhaustion; work overload; university teaching; biographical-narrative approach

Fecha de recibido: 18/03/2025

Fecha de aceptado: 29/05/2026



Esta obra está bajo una licencia *Creative Commons* de tipo (CC-BY-NC-SA).

Sociedad Ecuatoriana de Investigación Científica. E-mail: revistaalcon@gmail.com

Fecha de publicado: 08/06/2026

Introducción

El síndrome de Burnout, es identificado inicialmente por Herbert Freudenberger en la década de 1970, el cual ha sido objeto de estudio en diversas profesiones, especialmente en aquellas que demandan una alta carga emocional, como la docencia. Diferentes investigaciones, manifiestan una conceptualización estructurada del síndrome, destacando tres dimensiones clave: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. Estos estudios han sido fundamentales para comprender cómo el estrés crónico y la sobrecarga laboral pueden afectar la salud mental y el desempeño profesional de los docentes universitarios (Hernández, Terán , Navarrete, & León, 1986).

El síndrome de Burnout, también conocido como desgaste profesional o quemarse por el trabajo, es una expresión aguada de estrés laboral crónico, motivado por la discrepancia persistente entre las expectativas profesionales y lo que realmente pasa en el campo laboral a diario, este se caracteriza por una mala respuesta dada por el estrés sostenido, caracterizado por actitudes negativas hacia los demás y al propio rol profesional, así como un gran agotamiento emocional. Este fenómeno es muy dado en diferentes profesionales como educación, salud y de diferentes servicios los cuales mantienen contacto directo con otras personas. Es por este motivo que nace la necesidad de comprender y estudiar este síndrome, puesto que en el ámbito laboral son muchos los casos de los profesionales que se encuentran con este síndrome, es por eso importante incorporar variables como el bienestar y la salud laboral, puesto que la calidad de vida en el trabajo y su impacto en la salud emocional, mental y física influye directamente en indicadores de calidad laboral (Marrau, 2004).

Las exigencias que genera trabajar en el ámbito educativo superior, suelen resultar favorables y desfavorables en la vida de los docentes, dependiendo como se enfrenten a las diversas circunstancias que se dan, los docentes las pueden tomar como retos estimulantes, superando retos y obstáculos, contribuyendo al fortalecimiento de la autoestima, la autoeficiencia y generando mayor satisfacción personal y profesional. Así como también pueden ser negativas, perjudiciales para los docentes cuando no se receptan de la mejor manera, pueden ser tomadas como amenazas emocionales para las cuales no existen muchos recursos para enfrentarlas (Salanova, Cifre, Grau, Llorens , & Martínez).

En Paraguay en la Universidad Nacional de Asunción, se manifiesta que los docentes universitarios presentan una gran susceptibilidad a vivir angustia psicológica e insatisfacción laboral, provocadas por el aumento de presión y cargas laborales que se intensificaron tras la pandemia del COVID-19. Los cambios en métodos pedagógicos de los profesionales en ámbito de la educación superior, ha provocado entrar en periodos de adaptación para poder modificar hábitos y estrategias de enseñanza, lo cual aumento los niveles de estrés laboral, esta tensión está directamente vinculada con las condiciones vinculadas con el síndrome de Burnout, como el agotamiento emocional, disminución de la realización profesional, el deterioro del bienestar en la salud mental y emocional de los educadores, los cuales se sienten presionados con el compromiso de una buena calidad educativa (Camacho, Gaspar , & Rivas , 2021).



Esta obra está bajo una licencia *Creative Commons* de tipo (CC-BY-NC-SA).

Sociedad Ecuatoriana de Investigación Científica. E-mail: revistaalcon@gmail.com

En las últimas décadas, el síndrome de Burnout ha sido titular para muchos estudios en el campo de la docencia universitaria, reflejándose como una condición de desgaste emocional, despersonalización y disminución significativa de la realización docentes, sus orígenes se remontan a 1970, donde se describió esta problemática en diferentes profesionales con alta carga emocional y contacto humano intenso. Posteriormente diferentes autores definen de manera formal y estructurada diferentes dimensiones del Burnout, las cuales han sido utilizadas para detectar y medir este fenómeno en diferentes contextos como el académico y laboral (Hernández, Terán, Navarrete, & León, 1986). Estos antecedentes resaltan la importancia de abordar el bienestar emocional de los docentes como un componente esencial para garantizar la calidad educativa. En este sentido, las instituciones de educación superior, enfrentan el desafío de implementar estrategias que promuevan la salud mental de su cuerpo docente, reconociendo que su bienestar es fundamental para el éxito académico y la formación integral de los estudiantes.

En las universidades del Ecuador se ha detectado dificultades en la salud emocional de los docentes, lo cual entorpece su desarrollo, según investigaciones realizadas en la Universidad Técnica Estatal de Quevedo en el 2022, el profesorado enfrenta fuertes niveles de estrés, ocasionados por las diferentes responsabilidades que asume en su rol como formador de profesionales y la sobrecarga académica, además, de la ausencia de respaldo institucional y la presión constante por cumplir con los estándares educativos (Cabezas, Belduma, Robalino, & Lemache, 2025).

En Ecuador, estudios han revelado la presencia de Burnout en los docentes de nivel superior, especial de carreras técnicas y sociales, señalando a los niveles de agotamiento emocional. Por ejemplo, las investigaciones en instituciones como la Universidad Central del Ecuador y la Universidad Técnica de Cotopaxi han documentado que alrededor de 14.3% de sus docentes presentan síntomas compatibles con el síndrome. Estos antecedentes respaldan la preocupación por el impacto que el Burnout está teniendo en los docentes y la calidad educativa reflejada en los procesos de enseñanza aprendizaje (Hernández, Terán, Navarrete, & León, 1986).

Materiales y métodos

La presente investigación se sustenta en el paradigma interpretativo y adopta un enfoque cualitativo, debido a que busca comprender y analizar los significados que los docentes de educación superior atribuyen a sus experiencias relacionadas con el síndrome de Burnout y su incidencia en la calidad educativa. Este enfoque resulta pertinente cuando el propósito de la investigación es explorar fenómenos complejos desde la perspectiva de los propios actores sociales, considerando sus experiencias, percepciones, emociones y contextos de actuación.

Desde esta perspectiva, el estudio se orienta hacia la comprensión profunda de las vivencias docentes, reconociendo que la realidad educativa es una construcción social influenciada por múltiples factores institucionales, laborales, emocionales y personales. En consecuencia, no se pretende medir variables ni establecer relaciones causales, sino interpretar los significados que emergen de las narrativas de los participantes respecto al agotamiento emocional, el estrés laboral, la satisfacción profesional y su influencia en los procesos de enseñanza y aprendizaje.



Metodológicamente, se empleará el enfoque biográfico-narrativo, el cual permite recuperar las historias, experiencias y relatos de los docentes como fuente principal de conocimiento. Las narrativas constituyen un recurso valioso para comprender cómo los profesores construyen sentido sobre las situaciones que enfrentan en su práctica profesional, particularmente aquellas relacionadas con las exigencias laborales, la sobrecarga administrativa, el bienestar emocional y los desafíos propios de la educación superior. Este diseño favorece la interpretación de los significados subjetivos que los participantes otorgan a sus experiencias, permitiendo una aproximación situada y contextualizada del fenómeno estudiado.

Asimismo, el enfoque cualitativo posibilita identificar elementos que difícilmente pueden ser captados mediante metodologías cuantitativas, tales como las emociones, percepciones, estrategias de afrontamiento y experiencias personales que configuran la relación entre el Burnout y la calidad educativa. A través del análisis e interpretación de las narrativas docentes, se busca generar una comprensión integral del fenómeno, contribuyendo al desarrollo de conocimientos que favorezcan la implementación de estrategias institucionales orientadas al bienestar docente y al fortalecimiento de la calidad educativa en el nivel superior.

Investigación cualitativa

En las ciencias sociales aplicadas en la educación se manifiesta que la investigación cualitativa se direcciona como un enfoque metodológico esencialmente importante para comprender la complejidad de los fenómenos humanos desde una perspectiva holística, interpretativa y contextualizada. A diferencia de modelos cuantitativos que se orientan a la medición y generalización de datos, la investigación cualitativa es aquella que se profundiza en captar significados que los sujetos atribuyen a sus experiencias, prácticas y realidades. En este sentido, se privilegia la recolección de datos a través de técnicas como entrevistas, relatos de vida u observaciones, permitiendo acceder a dimensiones subjetivas, simbólicas y socioculturales del fenómeno que se estudia.

Es así que el presente estudio se enmarca en la tradición interpretativa con el fin de analizar la relación que existe entre el síndrome de Burnout y la calidad educativa en el nivel superior, la elección de este enfoque se basa en la necesidad de poder comprender y analizar como las exigencias académicas, son vividas y resignificadas por los actores educativos y como estas influyen de manera significativa en su bienestar profesional y emocional, además de los procesos de enseñanza aprendizaje que viven con los estudiantes, así se espera no solo visualizar las dinámicas que subyacen al Burnout docente en contextos universitarios, sino también aportar a la reflexión crítica sobre la construcción de una educación superior más humana, innovadora, sostenible y de calidad.

Uno de los rasgos que caracteriza la investigación narrativa es que su objetivo central de estudio es la experiencia humana, en especial, este enfoque de investigación se orienta a la comprensión y construcción de un sentido de las vivencias personales. Es así que diferentes autores manifiestan que los seres humanos llevan vidas que pueden ser contadas, puesto que así, expresan quienes son ellos mismos y los demás, reflejando sus historias de vida. El relato permite que la persona pueda interpretar sus vivencias y hacerlas significativas, así, la narración no solo representa lo que se estudia, sino que la investigación narrativa constituye sobretudo una manera de pensar la experiencia, donde el estudio del relato o la experiencia narrada se convierte en un eje de indagación pura (Blanco, 2011).



Para crear conocimientos sobre los fenómenos sociales con el Burnout docente, se recurre a la investigación cualitativa y sus diversas técnicas, pues estas permiten revelar tanto las dimensiones conceptuales, como los problemas prácticos de la vida real que surgen de los entornos educativos, como también promover revisiones teóricas que den la posibilidad de interpretar diferentes fenómenos (Rodríguez, 2019). La construcción narrativa del conocimiento permite reflejar con forma y sentido los relatos que la realidad universitaria convoca, no narrar una vivencia profesional tiene calidad deferente a narrar una experiencia en la que el docente universitario es protagonista. El acto de narrar faculta poder interpretar, vivir y transformar emocionalmente el Burnout, puesto que los relatos incorporan subjetividad del docente en el contexto académica e institucional, demostrando no solo lo que ocurre, sino cómo se siente, cómo se interpreta y cómo todo esto repercute en la calidad educativa de la educación superior.

La investigación cualitativa posibilita una comprensión más profunda y contextualizada de los fenómenos sociales, al incorporar la perspectiva personal de los actores implicadas en el estudio, lo cual resulta esencial para llegar a una interpretación integral de la realidad. Al centrarse en la visión de los participantes, este tipo de investigación proporciona epistemológicamente un marco que prioriza la comprensión de las acciones humanas, de este modo resulta esencial para comprender los modelos explicativos y enriquecer la interpretación de la temática estudiada (Urbina, 2020).

En la investigación cualitativa se configura un enfoque metodológico que favorece y da importancia a una integración entre el sujeto y el objeto que se estudiará, reconociendo la interdependencia entre quien investiga y el fenómeno investigado. Su fin es alcanzar una comprensión total y profunda del objeto de estudio, a través de un análisis detallado y contextualizado, sin la intención de suponer los hallazgos a otros escenarios o poblaciones, dentro de este paradigma de investigación, la entrevista se posesiona como una herramienta central y esencial para la recolección de información, cuyo éxito depende de la calidad de vínculo que pueda existir entre el entrevistador y el entrevistado. En este sentido se destacan cualidades fundamentales como la honestidad, empatía y confianza mutua, elementos que permitirán el diálogo fluido y la confianza mutua, lo cual dará un resultado significativo, además, es importante recalcar la importancia del registro y la transcripción rigurosa de las entrevistas, sobresaliendo como un proceso esencial para la preservación, fidelidad y análisis ético de lo conversado con los participantes (Fernández R. , 2001).

Resultados y discusión

El Burnout se puede manifestar de manera gradual, incrementando su intensidad a medida que pasa el tiempo, en ocasiones el burnout se confunde con cansancio, es por ese motivo que no se puede determinar con exactitud si una persona padece este síndrome, más hay que realizar un buen diagnóstico para llegar al resultado más acertado y que se pueda trabajar con la persona.

En ámbitos de la educación superior el síndrome de Burnout se refleja en conductas resultantes de estrés laboral en la vida de los docentes, este síndrome está basado en el agotamiento vinculado al entorno institucional, donde diferentes factores como la sobrecarga de tareas, presión académica, deterioro del clima laboral y estrés, actúan como desencadenantes. Tomando en cuenta todo esto, además, elementos socioorganizacionales como infraestructura deficiente, escasez de recursos o ausencia de apoyo institucional, motivos por los cuales se potencia el desgaste profesional, dando como consecuencia que los docentes enfrenten desafíos en su bienestar emocional, como fatiga y despersonalización en el desempeño en el aula,



lo cual repercutiera negativamente en la calidad educativa (Camacho, Gaspar , & Rivas , 2021). El docente afectado por el síndrome de Burnout puede ser identificado por diferentes síntomas, entre ellos se agrupan cuatro grandes áreas (Redó, 2009):

1. La primera comprende síntomas psicosomáticos, que suelen emerger tempranamente e incluyen cefaleas, dolores musculares, malestares gastrointestinales, insomnio y otros trastornos físicos relacionados con el desgaste.
2. La segunda se refiere a síntomas conductuales, se manifiesta en comportamiento atípicos tales como absentismo, deterioro en las relaciones interpersonales, variaciones abruptas del estado de ánimo o alejamiento de la carga laboral habitual.
3. La tercera son los síntomas emocionales, los cuales se manifiestan en el distanciamiento afectivo hacia los estudiantes, colegas o la propia actividad docente, irritabilidad, impaciencia, disminución de la autoestima, ansiedad, pérdida de concentración y bajo rendimiento en sus actividades frecuente.
4. La cuarta se presenta como estrategia de negación emocional y es cuando el docente se niega expresas sus emociones desagradables, desplazando sus sentimientos hacia otros ámbitos no laborales,, adoptando actitudes cínicas frente al alumnado o culpando a otros por su propio malestar, es así como estas cuatro sintomatologías no solo afectan el bienestar individual del profesional sino que también tiene repercusiones directas sobre la calidad educativa universitaria, incidiendo en la interacción pedagogía, el compromiso profesional e institucional y los resultados en el proceso de enseñanza aprendizaje.

En temas de bienestar emocional se puede mencionar a la autorregulación emocional, la cual se define como una destreza psicoemocional que implica poder gestionar y armonizar el impacto de las emociones en la persona, favoreciendo la activación de sentimientos positivos y atenuando los negativos, como frustración, ira o impulsividad, esta resulta de suma importancia para evitar que las emociones negativas influyan con relevancia en la conducta del docente, pues al demostrar aquellas emociones pueden incidir de mala manera en la interacción con los demás, no se trata de reprimir lo negativo, sino atenuarlas mediante la activaciones de sentimientos positivos que ayuden a gestionar la conducta y comunicación con otros actores.

El bienestar emocional y la prevención del Burnout en la docencia universitario conllevan varios factores como la responsabilidad, la actitud positiva y la resiliencia. La responsabilidad hace referencia al hecho de responder por las propias acciones, orientándose hacia comportamientos seguros, saludables y éticos, la actitud positiva se manifiesta en la elección deliberada de adoptar enfoques optimistas ante las adversidades y la resiliencia que es aquella capacidad de afrontar de manera exitosa y significativa dificultades, superar experiencias de frustración, transformando lo negativo mediante una visión constructiva y fortalecida en la adopción de lo positivo (Oliveros, 2018).

El síndrome de Burnout conlleva diferentes recursos psicológicos del individuo, produciendo una serie de efectos. Estos pueden incluir autovaloraciones negativas, disminución de la motivación en la realización de tareas, irritabilidad en las interacciones con colegas y estudiantes, resulta crucial identificar de manera temprana este síndrome en los profesionales, con el fin de implementar en las instituciones, orientadas a su prevención o erradicación. De ese modo se asegura un cuerpo docente capaz de mantener altos y buenos niveles de productividad (Burgos, Cevallos, & Anchundia, 2019).



Además, cabe recalcar el carácter multidimensional de las consecuencias del síndrome de burnout, que ocasionan diferentes daños en las condiciones de vida de las personas, a nivel físico, psicosociales y laborales. Estas circunstancias abarcan conflictos en diferentes ámbitos, como familiar y profesional, la aparición de afecciones psicosomáticas, trastornos cardiovasculares, gastrointestinales, musculares y respiraciones, alteraciones emocionales, deterioro de la salud psicológica, agotamiento cognitivo y percepción negativa de todo lo que le rodea (Tabares, Martínez, & Matabanchoy, 2020).

Conclusiones

El síndrome de Burnout constituye un fenómeno psicosocial complejo y progresivo que afecta significativamente al profesorado de educación superior, manifestándose a través de dimensiones físicas, emocionales, conductuales y cognitivas. Su desarrollo está estrechamente vinculado a factores organizacionales y laborales que generan desgaste profesional, comprometiendo la salud integral del docente y limitando su capacidad para desempeñar eficazmente sus funciones académicas.

Los hallazgos evidencian que la sobrecarga laboral, las exigencias institucionales, la presión por el cumplimiento de actividades académicas y la insuficiencia de recursos organizacionales actúan como factores desencadenantes del Burnout. Estas condiciones repercuten negativamente en el bienestar emocional de los docentes, favoreciendo la aparición de agotamiento emocional, despersonalización y disminución de la motivación profesional, elementos que inciden directamente en la calidad de los procesos educativos.

La calidad educativa en el nivel superior se ve afectada por la presencia del síndrome de Burnout, debido a que el deterioro del bienestar docente impacta en la interacción pedagógica, el compromiso institucional, la innovación en la práctica educativa y la efectividad de los procesos de enseñanza-aprendizaje. En consecuencia, el bienestar psicológico del profesorado emerge como un componente fundamental para garantizar experiencias formativas de calidad y el logro de los objetivos educativos universitarios.

La autorregulación emocional, la resiliencia, la responsabilidad profesional y el fortalecimiento de actitudes positivas constituyen factores protectores frente al Burnout. Por ello, resulta indispensable que las instituciones de educación superior implementen estrategias integrales de prevención, acompañamiento psicoemocional y promoción del bienestar docente, orientadas a la creación de entornos laborales saludables que favorezcan tanto el desarrollo profesional como la mejora continua de la calidad educativa.

Referencias

- Alonso, J. (2003). El Estudio de Caso simple: un diseño de investigación cualitativa. *Textos de política y relaciones internacionales*, 2, 1-35.
- Blanco, M. (2011). Investigación narrativa: una forma de generación de conocimientos. *Argumentos (México, D.F.)*, 24(67). Obtenido de https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0187-57952011000300007&script=sci_arttext
- Burgos, J., Cevallos, V., & Anchundia, J. (2019). Síndrome de Burnout y calidad educativa docente. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 4(8), 739-751. doi:<http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v4i8.481>





- Cabezas, J., Belduma, L., Robalino, L., & Lemache, A. (2025). Bienestar emocional del docente y su impacto en la calidad educativa. *Revista Científica Multidisciplinar G-ner@ndo*, 6(1), 3820–3832. doi: <https://doi.org/10.60100/rcmg.v6i1.573>
- Camacho, R., Gaspar, M., & Rivas, C. (2021). *Síndrome de Burnout y estrés laboral por Covid-19 en docentes universitarios ecuatorianos* (Vol. 6). Obtenido de <http://erevistas.saber.ula.ve/gicos>
- Fernández, R. (2001). La entrevista en la investigación cualitativa. *Pensamiento actual*, 2(3).
- Hernández, T., Terán, O., Navarrete, D., & León, A. (1986). El Síndrome de burnout; una aproximación hacia su conceptualización, antecedentes, modelos explicativos y de medición. *Revista Electrónica de ICEA*, 5, 50-68. Obtenido de <http://online.aliat.edu.mx/adistancia/adfactor/lecturas/burnout-2.pdf>
- Marrau, M. (2004). El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente. *Fundamentos en humanidades*, 10(2), 53-68. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2004369>
- Moreno, B., Rodríguez, A., Hernández, E., & Morante, M. (2005). Breve historia del Burnout a través de sus instrumentos de evaluación. *Quemarse en el trabajo*, 11, 161-182.
- Oliveros, V. (2018). La inteligencia emocional desde la perspectiva de Rafael Bisquerra. *Revista de Investigación*, 42(93). Obtenido de <https://www.redalyc.org/>
- Rodríguez, A. (2019). La narrativa como un método para la construcción y. *Sophia*, 16(2), 183-195. doi: <http://dx.doi.org/10.18634/sophiaj.16v.2i.965>
- Salanova, M., Cifre, E., Grau, R., Llorens, S., & Martínez, I. (s.f.). Antecedentes de la autoeficacia en profesores y estudiantes universitarios: un modelo causal. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 21(1.2), 159-176.
- Tabares, Y., Martínez, V., & Matabanchoy, S. (2020). Síndrome de Burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Universidad y Salud*, 22(3), 265-279. doi: <https://doi.org/10.22267/rus.202203.199>
- Urbina, E. (2020). Investigación cualitativa. *Applied Sciences*, 1(3).

