



LA PREVENCIÓN DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES A TRAVÉS DE LA RESPUESTA RESILIENTE

PREVENTING BURNOUT SYNDROME IN TEACHERS THROUGH RESILIENT RESPONSE

García Rodríguez Reynier ^{1*}

¹ Universidad Estatal del Sur de Manabí. Carrera de Educación. Ecuador. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4160-5749>. Correo: reynier.garcia@unesum.edu.ec

Figueroa Soledispa Liliana Maribel ²

² Universidad Estatal del Sur de Manabí. Dirección Académica. Ecuador. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9785-2581>. Correo: liliana.figueroa@unesum.edu.ec

* Autor para correspondencia: reynier.garcia@unesum.edu.ec

Resumen

La sociedad demanda profesionales preparados, capacitados, poseedores de valores; además de una adecuada salud mental. La carrera de Educación de la Universidad Estatal del Sur de Manabí, a través de su proyecto de investigación: "Perfeccionamiento de las Prácticas Pedagógicas en las Instituciones Educativas de la Zona Sur de Manabí", se dirige hacia una propuesta de mejoramiento para la salud mental y emocional dirigida a los profesionales de diversos ámbitos. Se propende a una mirada innovadora, pertinente, actual y contextualizada, que responde a las necesidades de la provincia y del cantón. El objetivo fue: Diseñar acciones resilientes como forma de prevención ante la aparición del síndrome de Burnout en los docentes de colegios fiscales. Se aplicó una metodología para un estudio descriptivo, prospectivo y transversal en 25 docentes; los que se hallaron sensiblemente afectados: agotamiento físico y mental, falta de motivación absoluta, sensibilidad a la crítica, pérdida de energía, descenso en la productividad laboral y estrés. En la teoría hubo divergencia de las opiniones, considerándose el síndrome de Burnout como una patología mental crónica o aguda, la investigación permitió valorarla como aguda, en tanto que se intervenga en pos de la salud mental. Conclusivamente, el diseño de acciones en forma de sistema encaminado a la prevención del síndrome de Burnout en los docentes a través de la resiliencia.

Palabras clave: síndrome de Burnout; docentes; salud mental; fatiga; motivación



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

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



Abstract

Society demands prepared, trained professionals, possessors of values; in addition to adequate mental health. The Education program of the State University of the South of Manabí, through its research project: "Improvement of Pedagogical Practices in the Educational Institutions of the South Zone of Manabí", is directed towards a proposal for improvement for mental health and emotional aimed at professionals from various fields. It tends towards an innovative, relevant, current and contextualized view, which responds to the needs of the province and the canton. The objective was: Design resilient actions as a form of prevention against the appearance of burnout syndrome in public school teachers. A methodology was applied for a descriptive, prospective and transversal study in 25 teachers; those who were significantly affected: physical and mental exhaustion, lack of absolute motivation, sensitivity to criticism, loss of energy, decrease in work productivity and stress. In the theory there was a divergence of opinions, considering burnout syndrome as a chronic or acute mental pathology, the research allowed it to be assessed as acute, as long as it is intervened in pursuit of mental health. Conclusively, the design of actions in the form of a system aimed at preventing burnout syndrome in teachers through resilience.

Keywords: Burnout syndrome; teachers; mental health; fatigue; motivation

Fecha de recibido: 25/10/2023

Fecha de aceptado: 07/12/2023

Fecha de publicado: 11/12/2023

Introducción

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha reconocido oficialmente al síndrome de Burnout como el síndrome del trabajador quemado (OMS, 2019) y lo caracteriza por un desgaste físico del profesional, independientemente su rama de trabajo. Es interesante destacar que el término Burnout fue enunciado por vez primera en 1974 por Herbert Freudenberger. Este investigador, aludió que el síndrome es producto del estrés laboral de curso crónico, a su vez debuta en el agotamiento emocional, ausencia de la personalidad, disminución de la autoestima, ineficiencia en la realización de las tareas y dificultades en la comunicación interpersonal.

El síndrome de Burnout se refiere de manera coloquial al síndrome del trabajador quemado o desgastado. Lo padecen las personas que responden a un estrés prolongado, donde el organismo reacciona antes los factores generadores de estrés, entre ellos: fatiga, ineficacia y hasta la negación de los hechos que lo motivan. Este síndrome es objeto de estudio en varios países y se ajusta a la clasificación de los problemas relacionados con los afrontamientos a las dificultades de la vida. En Europa se le diagnostica como el síndrome de neurastenia pero con la condición de que su sintomatología se asocie al trabajo (Murga & Lafuente, 2019, p.14), quienes lo catalogan como enfermedad mental.



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

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



En el mundo se ha evidenciado el síndrome de Burnout, Ecuador no es excepción y las principales problemáticas de vislumbran en las afectaciones en la salud mental y es la antesala de otras patologías a nivel psíquico como insuficiencias en el autocontrol y carencias en el trabajo preventivo relacionado con este síndrome (Méndez, 2019, p.14).

Por su parte, Rodríguez, Guevara & Viramontes (2017) destacaron que en los docentes se revela con mayor nitidez, los signos y síntomas relacionados con el síndrome. A tenor, el trabajo se vuelve agotador, estresante y frustrante, el distanciamiento social, somnolencia y pereza laboral. Ha resultado interesante, la manifestación de cefalea intensa, trastornos digestivos, falta de energía, problemas de comunicación familiar, dificultad en la concentración y carente creatividad.

Estas dificultades son apreciables en cualquier tipo de educación incluyendo la educación superior. De donde se hace el siguiente análisis, la importancia de la educación en Ecuador es esencial sin embargo, los docentes son susceptibles al estrés laboral y por ende pueden debutar con el síndrome de Burnout, así como su incidencia en la salud mental.

Desde esta lógica se define como problema a investigar: *¿Cómo contribuir a la prevención del síndrome de Burnout en los docentes? ¿Cómo prevenir desde una respuesta resiliente?*

Las preguntas responden al proyecto de investigación: "Perfeccionamiento de las Prácticas Pedagógicas en las Instituciones Educativas de la Zona Sur de Manabí", liderado por la carrera de Educación de la Universidad Estatal del Sur de Manabí, donde se aprecia a la docencia como una profesión que requiere de un alto compromiso, dedicación y esfuerzo. Los docentes se enfrentan a una serie de factores estresantes que pueden afectar su salud mental y su bienestar, como la alta carga laboral, el contacto constante con estudiantes con necesidades especiales, la falta de recursos y apoyo, y el clima laboral negativo.

El síndrome de Burnout es un trastorno de salud mental que se caracteriza por un estado de agotamiento emocional, despersonalización y disminución de la realización personal. Los docentes que sufren de Burnout pueden experimentar síntomas como fatiga, irritabilidad, dificultad para concentrarse, disminución del interés en su trabajo, y problemas de salud física.

La resiliencia es la capacidad que tienen las personas para afrontar situaciones difíciles y superarlas. Los docentes resilientes son capaces de adaptarse a los cambios, manejar el estrés y mantener una actitud positiva ante los desafíos.

La prevención del síndrome de Burnout en los docentes a través de la respuesta resiliente es una estrategia importante para proteger la salud mental de los docentes y garantizar la calidad de la educación.

La presente investigación tiene como objetivo: Proponer acciones resilientes como forma de prevención ante la aparición del síndrome de Burnout en los docentes de colegios fiscales.

Materiales y métodos

Se realizó un estudio descriptivo, prospectivo y transversal en 25 personas de 3 colegios fiscales. En el orden de los métodos teóricos se emplearon: análisis – síntesis, inductivo – deductivo e histórico – lógico para el alcance de la descripción del objeto y campo de investigación y finalmente arribar a conclusiones. En el orden



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

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



de los métodos empíricos, se empleó una encuesta con la intención de discernir cuáles son las generalidades y particularidades de los docentes que participaron en la investigación.

La investigación se ha proyectado desde inicios de 2020 hasta 2022, tomándose como referencia instituciones fiscales. Los criterios de inclusión: género, edad, carga laboral, descanso activo, ambiente laboral y recursos personológicos.

Se procedió al diseño de una base de datos para realizar el análisis estadístico, se utilizó el programa Microsoft Office Excel y el programa SPSS. Se estimaron los porcentajes como medida de resumen de la estadística descriptiva y se estimaron las frecuencias relativas. No se tuvieron en cuenta estadígrafos pues responde a dos variables cualitativas. Se emplearon principios éticos: confiabilidad de los criterios obtenidos y consentimiento informado.

En el orden de los métodos empíricos, se empleó una encuesta con la intención de discernir cuáles son las generalidades y particularidades de los docentes que participaron en la investigación.

Se procedió al diseño de una base de datos para realizar el análisis estadístico, se utilizó el programa Microsoft Office Excel. Se estimaron los porcentajes como medida de resumen de la estadística descriptiva y se estimaron las frecuencias relativas. Se emplearon principios éticos: confiabilidad de los criterios obtenidos y consentimiento informado.

Resultados y discusión

En los resultados devenidos, de la aplicación del cuestionario, destaca la falta de conocimiento sobre el síndrome de Burnout entre los docentes. Solo el 20% de los encuestados tenía conocimiento sobre el síndrome, y el 25% solo había escuchado el nombre. Esto es preocupante, ya que el desconocimiento sobre el síndrome puede dificultar su prevención y tratamiento.

Se señala que los síntomas más frecuentes del síndrome de Burnout en los docentes durante la pandemia fueron el agotamiento físico y mental, la falta de motivación, la sensibilidad a la crítica, la pérdida de energía, el descenso en la productividad laboral y el estrés. Estos síntomas son consistentes con los descritos en la literatura científica.

Los docentes creen que el síndrome de Burnout puede aparecer por el estrés recurrente, la presión de permanecer varias horas de trabajo, incluso fuera del horario laboral, y las orientaciones contradictorias que reciben. Estas creencias son también consistentes con la literatura científica. También consideran que desconectarse de sus actividades no previene la aparición del síndrome de Burnout, sino que puede interferir en su estabilidad laboral. Esta creencia es importante, ya que sugiere que los docentes necesitan estrategias de afrontamiento del estrés que les permitan continuar con sus actividades laborales sin que se vean afectados negativamente.

En este orden, aluden a que el síndrome de Burnout se puede dividir en dos tipos: uno relacionado con los factores que rodean al ejercicio de la profesión, y otro relacionado con los factores sociales y psicológicos. Esta creencia es también importante, ya que sugiere que los docentes necesitan estrategias de prevención y tratamiento que aborden ambos tipos de factores.





Los estudios de Cialzeta (2013) dirigieron la atención al síndrome de Burnout en docentes mexicanos. Este autor señaló que el síndrome estudiado es una respuesta inadecuada al estrés emocional crónico consecuencia de elevados niveles de tensión en el trabajo, frustración personal y actitudes inadecuadas de enfrentamiento a situaciones conflictivas. Hasta este orden de análisis se coincide, pues uno de los tipos de estrés, de curso crónico, pues la tensión es fuerte y prolongable puesto que se desconoce cuándo se regresará a la nueva normalidad.

Estudios recientes en México y Ecuador, revelaron que el síndrome de Burnout es un fenómeno relacionado con el estrés laboral (Rodríguez, Guevara & Viramontes, 2017, p.32). Los investigadores aluden a que es una manifestación aguda, al referirse a los médicos, añaden que, tal vez en otras esferas laborales puede ser crónico en dependencia del entorno donde se desempeña profesionalmente.

Los resultados encontrados a través del presente estudio, solo se coincide con las largas jornadas laborales. Las decisiones administrativas, en ocasiones arbitrarias, que entorpecen los procedimientos laborales.

A la luz de ambos criterios, surge una interrogante: *¿el síndrome de Burnout crónico podrá evidenciarse en los docentes?* Sí, cuando hay sensación de estar fuera de lugar, emociones soslayadas, impotencia, desesperanza, desmotivación, depresión, daño emocional y psicológico (Guerra, 2020, p.25). Sin dudas es urgente considerar al docente ser social y brindarle una atención personalizada y humanizada que coadyuve a la prevención del síndrome de burnout.

Sistematizando la información, el síndrome de Burnout es un trastorno de salud mental que se caracteriza por un estado de agotamiento emocional, despersonalización y disminución de la realización personal. Se desarrolla en respuesta a un estrés laboral crónico y prolongado, y puede tener consecuencias negativas para la salud física y mental de los docentes, así como para su desempeño laboral. Los síntomas del síndrome de Burnout se pueden dividir en tres categorías:

- (1) Agotamiento emocional: se refiere a la sensación de estar agotado física y emocionalmente, y de no tener energía para hacer frente a las demandas del trabajo. Los docentes con agotamiento emocional pueden experimentar síntomas como fatiga, irritabilidad, dificultad para concentrarse, y pérdida de interés en su trabajo.
- (2) Despersonalización: se refiere a la pérdida de empatía y sensibilidad hacia los demás, y a la adopción de una actitud cínica o indiferente. Los docentes con despersonalización pueden experimentar síntomas como falta de empatía hacia los estudiantes, distancia emocional, y una actitud de "ya no me importa".
- (3) Disminución de la realización personal: se refiere a la sensación de que el trabajo no tiene sentido, y de que no se está contribuyendo de manera significativa a la sociedad. Los docentes con disminución de la realización personal pueden experimentar síntomas como falta de satisfacción laboral, pérdida de sentido de logro, y una sensación de fracaso.

El síndrome de Burnout puede ser causado por una variedad de factores, que incluyen:

- Factores laborales: como la alta carga laboral, el trabajo repetitivo, la falta de apoyo social en el trabajo, y un clima laboral negativo.
- Factores personales: como la personalidad, las creencias y las expectativas sobre el trabajo.





El síndrome de Burnout puede tener consecuencias negativas para la salud física y mental de los docentes, así como para su desempeño laboral. Algunas de las consecuencias más comunes son:

- Problemas de salud física: como fatiga, dolores de cabeza, problemas digestivos, y problemas del sueño.
- Problemas de salud mental: como ansiedad, depresión, y trastornos del estado de ánimo.
- Disminución del desempeño laboral: como falta de concentración, errores, y aumento del absentismo laboral.

La prevención del síndrome de Burnout es importante para proteger la salud mental de los docentes y garantizar la calidad de la educación.

La prevención del síndrome de Burnout en los docentes debe centrarse en los siguientes aspectos:

- Educación sobre el síndrome de Burnout: es importante que los docentes conozcan sobre el síndrome, sus síntomas y sus causas.
- Reducción del estrés laboral: los docentes deben tener estrategias de afrontamiento del estrés que les permitan manejar las demandas de su trabajo.
- Apoyo social: los docentes necesitan apoyo de sus colegas, directivos y familiares para enfrentar los desafíos de su trabajo.

Las siguientes son algunas propuestas concretas para prevenir el síndrome de Burnout en los docentes:

- Implementar programas de educación sobre el síndrome de Burnout para docentes. Estos programas deben proporcionar información sobre los síntomas, las causas y las consecuencias del síndrome.
- Ofrecer apoyo psicológico y emocional a los docentes. Los docentes deben tener acceso a profesionales que les ayuden a manejar el estrés y las emociones negativas.
- Crear un ambiente laboral positivo y de apoyo. Los docentes deben sentirse valorados y apoyados por sus colegas, directivos y familiares.

La prevención del síndrome de Burnout en los docentes es una responsabilidad compartida entre los docentes, las instituciones educativas y la sociedad en general. Todos los actores involucrados deben trabajar juntos para crear un entorno que promueva la salud mental y el bienestar de los docentes.

Los estudios de Menghi & Oros (2019) apuntaron a los sinónimos relacionados con el síndrome de Burnout, de este modo aseguraron que es un desgaste físico y mental, es consumirse sobrepasando los niveles de estrés admisibles por los seres humanos, en algunos casos irreversibles

Desde el siglo XX a la actualidad se ha estudiado en dimensiones de interés notorio como son: el cansancio emocional que se revela por las exigencias de trabajo y la presión que se ejerza sobre la persona, la despersonalización que valora la indiferencia y la apatía social y la insuficiente realización como persona, que tiene en cuenta la baja autoestima que impiden visionar el éxito y la realización personal (Romero et. al., 2019, p.58).

¿Qué se requiere entonces para contrarrestar los efectos del estrés que puede a corto plazo convertirse en el síndrome de burnout? Se requiere del desarrollo de la resiliencia.





Desarrollar en los docentes la capacidad resiliente, al mencionar la resiliencia es significar que es la capacidad que puede desarrollar el docente para enfrentar situaciones difíciles y retadoras, y así superar los obstáculos de la vida (Gambarte, 2019, p.25).

El ser humano desde sus inicios siempre ha estado circundado por situaciones que suelen ser desfavorables e impactantes. Es indudable que en el mundo uno de los problemas de más relevancia es el envejecimiento sin calidad de vida saludable. Varios investigadores han optado por el estudio de cómo es la calidad de vida de los grupos de personas al llegar este ciclo de vida y la resiliencia como la capacidad universal de resistencia ante las adversidades propias de la edad (Bravo, 2019, p.14).

Resiliencia que debería ser promovida desde la niñez hasta la adultez, lo que le confiere un carácter protector. El término resiliencia con su significado “resilio” que representa “retornar”, “saltar hacia adelante”, “volver a dar un paso hacia adelante”. Realidad que ha permitido en el decursar de los años, la descripción de las personas en contexto de riesgos y que propicia su desenvolvimiento en ambientes saludables y de éxito, Es de interés destacar que en las últimas décadas el estudio de la resiliencia ha promovido un enorme interés por su estudio a diferentes campos desde la salud hasta lo educativo.

La característica de acomodo individual y social aunque el contexto donde se desenvuelva sea perjudicial, asumiendo consigo experiencias negativas se lo puntualiza como un docente resiliente, para utilizar el sentido del humor, creatividad, esfuerzos por alcanzar metas de logro, mantenimiento de una actitud positiva, flexibilidad, autodeterminación y optimismo se contemplan como atributos personales. A través del estudio se han vislumbrado características de la resiliencia, que implica:

- El logro de una perspectiva dinámica, interactiva y de desarrollo humano.
- La conquista permanente de la salud mental y la adaptación social.
- El abrir ventanas al optimismo, a la creatividad y a autoconfianza.
- El mejoramiento constante como ser humano y profesional.

En este orden de análisis, la resiliencia no es estática, es susceptible de estudio y aplicación permanente, hay que repensarla porque va desde las capacidades a las competencias, forma parte de las competencias de vida, es impostergable e implica ir hacia adelante, reconquistarse, reinventarse, ser mejor como persona en el diario vivir.

- El síndrome de Burnout precisa de la prevención consciente y el mejoramiento profesional y humano de las personas.
- La renuncia a la cultura de la queja.
- El logro de aprendizajes permanentes y enriquecidos.
- La concreción del trabajo en contexto, personalizado, tecnológico.
- La búsqueda de soluciones urgentes.
- El pensamiento de diseño: empatizar, definir, idear, prototipar, evaluar.
- La armonía colectiva, la sana convivencia y las relaciones fraternas.
- Se propone un sistema de acciones relacionado con:
- Desarrollo de capacitaciones dirigidas y personalizadas.
- Consultorías pedagógicas y psicológicas dirigidas.





- Trabajo psicológico, en función de la resiliencia.

A partir de los estudios precedentes sobre resiliencia, es importante la propuesta de respuesta resiliente dirigida al mejoramiento en el ámbito social y docente.

- Ampliar el contacto social, ser un buen oyente de noticias atrayentemente positivas.
- Evitar personas que distraigan o juzguen por la situación en que se pueda encontrar.
- Expandir la confianza con los amigos, fortaleciendo las relaciones interpersonales.
- Organizar el trabajo, pidiendo ayuda a través de la sana amistad con las que laboramos.
- Ampliar la red social, nunca permanecer solos, ejercitarse físicamente, reorganizar las prioridades y metas, autovalorar las funciones, ejercitar los talentos propios.

Se trata de desarrollar en el individuo conductas que eliminen las fuentes de estrés. El utilizar estrategias de afrontamiento adecuadas ayuda a prevenir el desarrollo del Burnout, siendo también necesario entrenamientos en cuanto a la solución de problemas, el adecuado manejo del tiempo y la asertividad.

Cuando se habla de respuesta se recomienda utilizarla en cualquier momento del desarrollo del síndrome, incluso antes de que se muestren los primeros síntomas del Burnout, pues al conseguir estrategias apropiadas para manejarlo se podrá prevenir su aparición.

Es importante, ser asertivo y adoptar un estilo asertivo ante nuestros compañeros y superiores con el fin de que las relaciones laborales y el trabajo en sí no se vea deteriorado por los malos entendidos. Poner límites: también es fundamental no comprometernos a hacer cosas sobre las que realmente no nos sentimos capacitados o bien no consideramos que sea nuestro trabajo hacerlo.

En lo que respecta a las expectativas e ideales estas no deben suprimirse, pero debemos saber ajustarlas. Es bueno que tengamos una meta a la que queramos llegar, un ideal de trabajo, pero también es importante plantearse si lo que tenemos no está mal. La expectativa laboral nos debe ayudar a crecer, no a decrecer profesionalmente.

Hasta este orden de análisis se discurre en la salud mental, que a la luz de los aportes de Marengo-Escuderos & Ávila-Toscano (2016), incluye el bienestar emocional, psicológico y social; donde es esencial la manera en que se piensa, se siente y se actúa cuando se asumen los retos de la vida. En este sentido, implica el manejo de estrés y la toma de decisiones, puesto que la salud mental es importante para cada etapa de la vida.

Conclusiones

La totalidad de las personas se encontraron sensiblemente afectados, en este sentido los principales síntomas identificados fueron: agotamiento físico y mental, falta de motivación absoluta, sensibilidad a la crítica, pérdida de energía, descenso en la productividad laboral y estrés (100%).

Resultó interesante cada posición epistemológica analizada, las que se discutieron oportunamente por la divergencia de las opiniones, considerándose el síndrome de Burnout como una patología mental crónica y/o aguda, la investigación permitió valorarla como aguda, en tanto se intervenga en pos de la salud mental, a través de una respuesta resiliente. Si no se le presta atención, puede desencadenar en una enfermedad psiquiátrica.





La aplicación de la encuesta como método empírico arrojó información de alta valía dirigida a una propuesta de acciones operativas, encaminada a la prevención del síndrome de Burnout de los docentes implicados.

Referencias

- Acosta-Fernández, M., Parra-Osorio, L., Restrepo-García, J. I., Pozos-Radillo, B. E., de los Ángeles Aguilera-Velasco, M., & Torres-López, T. M. (2017). Condiciones psicosociales, violencia y salud mental en docentes de medicina y enfermería. *Salud Uninorte*, 33(3), 344-354.
- Gambarte, M. I. G. (2019). Liderazgo Pedagógico en Educación Secundaria: Aportaciones desde la Evaluación de Burnout-Resiliencia en Docentes. *Management*, 7, 104-134.
- Guevara-Manrique, A. C., Sánchez-Lozano, C. M., & Parra, L. (2014). Estrés laboral y salud mental en docentes de primaria y secundaria. *Revista colombiana de salud ocupacional*, 4(4), 30-32.
- Marenco-Escuderos, A. D., & Ávila-Toscano, J. H. (2016). Burnout y problemas de salud mental en docentes: diferencias según características demográficas y sociolaborales. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 10(1), 91-100.
- Méndez Venegas, J. (2019). Estrés laboral o síndrome de Burnout.
- Menghi, M. S., & Oros, L. B. B. (2019). Satisfacción laboral y síndrome de Burnout en docentes de nivel primario. *Revista de Psicología*, 10(20), 47-59.
- Morales Ortiz, J., Muñoz Martínez, S., & Pérez Sánchez, S. (2020). Abre tu mente en modo positivo. Promoción de salud mental en jóvenes: guía para docentes y familias.
- Murga, Í., & Lafuente, J. V. (2019). De la neurastenia a la enfermedad postesfuerzo: evolución de los criterios diagnósticos del síndrome de fatiga crónica/encefalomielitis miálgica. *Atención Primaria*, 51(9), 579-585.
- Rodríguez Ramírez, J. A., Guevara Araiza, A., & Viramontes Anaya, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 8(14), 45-67.
- Romero Fernández, A., Pimienta Concepción, I., Ramos Argilagos, M., Sánchez Garrido, A., & González Salas, R. (2019). Niveles de síndrome de burnout en docentes de una universidad ecuatoriana. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 6(3).

