

## **Síndrome de burnout y plenitud existencial en los docentes de El Progreso, Yoro**

## **Burnout syndrome and existential fullness in teachers in El Progreso, Yoro**

*Josué Donadín Álvarez Trejo<sup>1</sup>  
Rolando Afredo Ardón Ledezma<sup>2</sup>*

### **Resumen**

Esta investigación tuvo como finalidad analizar la relación entre el síndrome de burnout y la plenitud existencial de los docentes de secundaria en El Progreso, Yoro; para lograrlo se determinó la prevalencia del síndrome y se establecieron comparaciones de los niveles de burnout y plenitud existencial entre los profesores del sector público y privado; asimismo se investigó si existía alguna relación entre ambas variables. Se concluye que el burnout está presente y que los mayores de cuarenta años, de ambos sectores, son quienes están situados en un mayor porcentaje en el nivel bajo en la escala de la plenitud existencial. Por otra parte, no fue posible confirmar estadísticamente una relación directa entre el síndrome de burnout y la plenitud existencial. La investigación es cuantitativa y de alcance descriptivo-correlacional. Los datos proceden de una muestra de 202 profesores a quienes se les aplicó el Cuestionario de Burnout de Maslach para Docentes (MBI-Ed) y la Escala Existencial de Längle.

*Palabras clave: burnout, plenitud existencial, docentes, sector público, sector privado*

---

<sup>1</sup>[jdonadinalvarez@gmail.com](mailto:jdonadinalvarez@gmail.com). Magister en Investigación Educativa. Universidad Tecnológica de Honduras. Honduras. <https://orcid.org/0000-0001-9315-951X>

<sup>2</sup>[rolandoledezma@gmail.com](mailto:rolandoledezma@gmail.com). Máster en Investigación Educativa. Universidad Pedagógica Nacional Francisco Morazán. Honduras. <https://orcid.org/0000-0002-9426-2428>

Recibido 21 de septiembre de 2020 / Aceptado 29 de noviembre de 2020

## Abstract

The purpose of this research was to analyze the relationship between burnout syndrome and existential fullness of secondary school teachers in El Progreso, Yoro; To achieve this, the prevalence of the syndrome was determined and comparisons of the levels of burnout and existential fullness were established between teachers in the public and private sectors; Likewise, it was investigated whether there was any relationship between both variables. It is concluded that burnout is present and that those over forty years of age, from both sectors, are the ones who are situated in a higher percentage at the low level on the existential fullness scale. On the other hand, it was not possible to statistically confirm a direct relationship between burnout syndrome and existential fulfillment. The research is quantitative and descriptive-correlational in scope. The data come from a sample of 202 teachers to whom the Maslach Burnout Questionnaire for Teachers (MBI-Ed) and the Längle Existential Scale were applied.

*Keywords: burnout, existential plenitude, teachers, public sector, private sector*

## Introducción

El burnout es un síndrome que afecta, en mayor o menor medida, la vida de algunos docentes. Así lo demuestran los diversos estudios realizados en ciertos países latinoamericanos y europeos. Botero (2012), por ejemplo, manifiesta que el Burnout está presente en el contexto de los docentes universitarios en América Latina y que existen algunas características del trabajo y de su organización que propician el desarrollo y prevalencia del mismo entre las que sobresalen la “multiplicidad de tareas, sobrecarga de trabajo, limitaciones del tiempo para cumplir con las actividades académicas, falta de reconocimiento, carga mental, espacios de trabajo inadecuados, falta de una remuneración que compense los esfuerzos y bajas relaciones sociales en el trabajo” (p. 128).

En el contexto europeo se han desarrollado algunos estudios que revelan cierta uniformidad en los resultados. Marqués (2005, *et al*) en el estudio realizado con profesores portugueses acerca del burnout expresa:

El análisis del burnout ha revelado niveles similares a los de docentes de otros países europeos. En concreto, sobre la muestra analizada, el 6,3% de los docentes han mostrado burnout pleno (altos niveles de agotamiento emocional y despersonalización y bajos en realización personal) y el 30.4% se encuentran en situación de riesgo. (p. 140)

En el contexto hondureño existen ciertas condiciones en el ejercicio de la docencia que parecen tener ciertos matices similares con los escenarios docentes estudiados en otras latitudes geográficas, lo que conlleva a sospechar una posible prevalencia de burnout entre los profesores hondureños e incluso algún tipo de correlación entre este síndrome con un sentimiento de crisis emocional que podría estar afectando a los referidos educadores. Según Contreras, *et al*, 2009:

Los docentes son algunos de los profesionistas más vulnerables al trastorno depresivo debido al exceso y sobrecarga de tareas que realizan, lo cual les ocasiona sentimientos de inseguridad e inestabilidad dentro del área laboral y provoca el deterioro de su imagen; esto los conduce a situaciones que obstaculizan el desarrollo de su actividad, lo que tiene un impacto indeseable en los alumnos ante quienes, lejos de observarlos como figura representativas en su vida escolar, pasan totalmente inadvertidos, lo que causa efectos negativos en el estado emocional del profesor. (p. 134)

Es importante mencionar que en Honduras se han llevado a cabo algunos estudios sobre el tema, pero todos han sido realizados desde la perspectiva clínica y no desde la línea existencial que es la que interesa en esta investigación.

Una de las investigaciones fue realizada por Reyes, *et al*, (2007) sobre la prevalencia del síndrome de burnout en médicos residentes de los post-gradados de medicina de la Universidad Nacional Autónoma de Honduras (UNAH). Se llegó a la conclusión de que el síndrome de burnout tiene una alta prevalencia (64%) en los alumnos de los postgrados de medicina de la UNAH, con mayor riesgo de presentarlo en los postgrados de Neurocirugía, Ginecología y Obstetricia y Oftalmología.

De igual manera, Colon, *et al* (2009) presentaron los reportes de su estudio llevado a cabo el 2008 sobre el síndrome de burnout en personal de salud de tres hospitales nacionales: El Hospital Escuela, el Hospital San Felipe y el Instituto Nacional Cardio- Pulmonar y se llegó a la conclusión de que el síndrome de burnout afecta al personal de salud y que la situación puede ser agravada debido al evidente deterioro del sistema de salud del país y el estado de las instituciones prestadoras de servicio.

Asimismo, Reyes, *et al*, (2012) llevaron a cabo el estudio sobre el síndrome de burnout, depresión y factores asociados en los practicantes internos del Hospital Escuela. En sus resultados se encontró alta prevalencia del síndrome entre los practicantes. Los autores indican que se trata de “un serio problema de salud entre la población médica que se asocia a una mala calidad de vida, bajo rendimiento y deterioro en el cuidado de pacientes”. Y agregan que “es recomendable por lo tanto el establecimiento de medidas para su prevención” (p. 14).

En el mismo año se conocieron los resultados de tres trabajos nicaragüenses sobre el burnout en Honduras. En un primer estudio sobre el síndrome de Burnout en trabajadores de la Clínica Periférica Tepeaca, del Instituto Hondureño de Seguridad Social, en San Pedro Sula se concluye que más de la mitad de los trabajadores presenta el síndrome. (Reyes Cerrato, 2012)

En el segundo trabajo, de Santos, (2012), acerca del síndrome de burnout en el personal de enfermería del Hospital Nacional Psiquiátrico Santa Rosita afirma que una cuarta parte de esta población está en un nivel alto del padecimiento del Burnout.

Por su parte Rodríguez (2012), también nicaragüense, estudió la carga laboral y el burnout en el personal médico de la Unidad de Emergencia, en el Instituto Hondureño de Seguridad Social de San Pedro Sula y reportó “un bajo porcentaje de médicos con alto grado de Burnout, pero si un grado moderado de Sd de Burnout, tan significativo que se deben tomar medidas inmediatas para que no evolucionen a un alto grado del Sd de Burnout” (sic) (p. 39).

Ya en el 2017, Bonilla & Jovel, de nacionalidad hondureña, llevaron a cabo el estudio “Síndrome de Burnout en estudiantes del Posgrado de Pediatría” en la Universidad Nacional

Autónoma de Honduras, en el campus de San Pedro Sula. En dicho trabajo se concluye que, en efecto, existe el síndrome de Burnout entre los residentes de pediatría y que la aparición más frecuente de Burnout incompleto se dio en más de la mitad de los estudiantes. Sin embargo, la frecuencia del síndrome es alta en residentes que tienen hijos y el cansancio emocional y grado de despersonalización están en porcentajes altos lo que, de acuerdo con el estudio, puede influir negativamente en el desempeño laboral y académico de dichos estudiantes.

Es evidente que todos los trabajos investigativos en el país han sido abordados desde una perspectiva clínica. Lo anterior se refleja en el hecho de que los estudios han sido enfocados en el acontecer del personal de la salud y en la incidencia que tiene el síntoma en sus vidas laborales.

Así las cosas, con un predominio de la perspectiva clínica, no se percibe en los trabajos anteriormente citados algún interés explícito por describir o correlacionar las características del entorno laboral con las de orden personal tal y como corresponde a una perspectiva psicosocial.

Y en cuanto a la perspectiva existencial para el abordaje del fenómeno del burnout en Honduras no se tiene constancia de alguna aplicación en esta línea. Es más, ni siquiera existen estudios investigativos, aunque sea desde la perspectiva clínica, que analicen la condición de Burnout en personas que no estén vinculadas con el sector clínico, por ejemplo, el caso de los profesores.

Es meritorio enunciar que el asidero teórico del presente estudio se encuentra en el modelo tridimensional de Maslach y Jackson (1981) para la variable síndrome de burnout, quienes lo definieron como “un síndrome caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal en el trabajo, que puede ocurrir entre individuos cuyas tareas diarias se circunscriben al servicio de personas” (Citado por Olivares, 2016, p. 1).

La otra variable en estudio, la “Plenitud existencial”, está teóricamente arraigada en la visión existencial de Frankl (1991) sobre la búsqueda de sentido.

## Discusión Teórica

En términos médico-laborales el síndrome de Burnout es una especie de agotamiento físico derivado de un estrés laboral crónico que a su vez genera la pérdida del sentido de responsabilidad en el quehacer laboral, produce baja autoestima y en algunos casos desemboca en depresiones.

Para Freudenberger (1974), es “una sensación de fracaso y una experiencia agotadora que resulta de una sobrecarga por exigencias de energía, recursos personales o fuerza espiritual del trabajador” (citado por Fidalgo, 2000, p. 2).

Por su parte, Gil-Monte, et al (2017, p. 154) postulan que se trata de:

Una respuesta al estrés laboral crónico. Es una experiencia subjetiva de carácter negativo compuesta por cogniciones, emociones y actitudes negativas hacia el trabajo, hacia las personas con las que se relaciona el individuo en su trabajo, en especial los clientes, y hacia el propio rol profesional. Como consecuencia de esta respuesta aparecen una serie de disfunciones conductuales, psicológicas y fisiológicas que van a tener repercusiones nocivas para las personas y para la organización. (p. 119)

Quizá la conceptualización más divulgada en la literatura internacional es la propuesta por C. Maslach y S. Jackson quienes en 1981 definieron el Burnout como “un síndrome caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal en el trabajo, que puede ocurrir entre individuos cuyas tareas diarias se circunscriben al servicio de personas” (Citado por Olivares, 2016, p. 1).

Desde el planteamiento teórico de las precitadas Maslach y Jackson, la primera dimensión es el “agotamiento emocional” que involucra cansancio y fatiga física, psíquica e incluso la fusión de los dos. En este sentido la persona experimenta la sensación de no poder dar más de sí mismo. De acuerdo con (Anzules, et al, 2019) “esta extenuación mental es el resultado de un proceso de desgaste personal a través del tiempo, a la ausencia de recursos emocionales y aquel sentimiento de no tener nada que ofrecer a las demás personas” (p.6).

La segunda dimensión es la “despersonalización” que implica un distanciamiento del individuo hacia los demás, caracterizándose, también por su negativismo en las actitudes y los sentimientos.

Finalmente, el sentimiento de bajo logro o realización profesional y/o personal aparece cuando la misma persona supone que está comprobada su incompetencia para atender las demandas de otras personas.

A partir de su detección en la década de los setenta en el siglo XX, el Burnout ha sido abordado principalmente, desde dos vertientes interpretativas: la perspectiva clínica y la perspectiva psicosocial. De acuerdo con Carlin y Garcés (2010):

La perspectiva clínica lo considera como un estado al que llega el sujeto como consecuencia del estrés laboral, en esta dirección se encaminaron los primeros trabajos de Freudenberger (1974), y de Pines y Aaronson (1988). La perspectiva psicosocial lo considera como un proceso que se desarrolla por la interacción de características del entorno laboral y de orden personal, con manifestaciones bien diferenciadas en distintas etapas como se indica en los trabajos iniciales de Gil-Monte, Peiró y Valcárcel (1995), Golembiewski, Munzenrider y Carter (1983), Leiter (1988); Maslach y Jackson (1981), Schaufeli y Dierendonck (1993), entre otros. (p. 169)

Desde las perspectivas clínica y psicosocial, las investigaciones sobre el burnout han contribuido enormemente al entendimiento de cómo el acontecer laboral puede reconfigurar la condición física y las relaciones sociales de una persona al punto de ocasionarle daños a su salud y a su estima social.

Ahora bien, ¿hay alguna otra perspectiva para abordar el estudio del Burnout? Sí, se trata de la perspectiva existencialista que encuentra su asidero teórico en la filosofía y la psicología.

En consonancia con la perspectiva existencialista, cuando una persona que trabaja en una determinada empresa o institución experimenta una especie de vacío el Burnout suele aparecer como:

... un síntoma en la persona que adopta una actitud no existencial hacia la vida y la propia existencia. La representación equivocada de la realidad existencial es a tal grado que se manifiesta a través de síntomas de deficiencia vital a nivel somático y psicológico y también puede ser entendido como una protección interna contra un ulterior daño. (Längle, 2006, p. 5)

En esta línea interpretativa al Burnout se le asocia con un nuevo elemento: la actitud no-existencial que trata sobre la dimensión espiritual del individuo. El precitado Längle añade:

Por una actitud no existencial hacia la vida, entendemos una vida que está más orientada hacia los propósitos o logros, más vista por lo que significa hacia un fin que una orientación hacia las condiciones de la existencia. El desgaste profesional, desde nuestra perspectiva, comienza con los síntomas del vacío existencial y se mezcla con influencias externas y/o necesidades subjetivas que conducen a una actitud utilitaria hacia la vida. El resultado es lo que llamamos falta de aprobación interna. (pp 18-19)

En este punto la persona experimenta una especie de vacío existencial, es decir, la ausencia de un sentido de vida, la sensación de no tener deseos de seguir viviendo. De acuerdo con Frankl (1959, en Längle, 2006, p. 10) se trata de “una pérdida de interés que puede conducir a un estado de aburrimiento y una falta de iniciativa que puede conducir a la apatía. Como consecuencia, semejante pérdida de interés e iniciativa llevan a un profundo sentimiento de sin sentido”. Para quien sobrelleva el vacío existencial es una característica notable la certeza de que la vida es mejor cuando no se tiene. No obstante, el sentimiento de vacío, de tedio, de aniquilamiento –que cuando se vuelve incontrolable se convierte en depresión– puede ser superado al encontrar el sentido de la vida. Frankl (citado por Längle) afirma que:

El sentido existencial se caracteriza por una sensación de realización interna y de plenitud. Precisamente esta experiencia de realización interna y de plenitud podrá persistir, aún bajo el aspecto de fatiga y agotamiento, siempre y cuando permanezcan emocionalmente vigentes: la relación con uno mismo, la experiencia de estar llevando a cabo voluntariamente las actividades y la sensación que éstas tienen un valor. (2006, p. 11)

Así las cosas, el motivo que provoca la aparición del Burnout es precisamente una especie de ausencia, o como lo diría Längle, un déficit en el sentido existencial. Y esta es la razón por la que algunas personas con menores cargas laborales que otras son proclives al padecimiento del Burnout, en cambio aquellas que tienen mayores responsabilidades de trabajo, pero con una sensación de sentido, muestran menor disposición hacia el Burnout.

El Burnout es, pues, “un desorden del bienestar, causado por un déficit de plenitud”. La persona no experimenta placer en su trabajo, no tiene interés en lo que hace e incluso no considera su vida como algo valioso. La persona no experimenta placer en su trabajo, no tiene interés en lo que hace e incluso no considera su vida como algo valioso. Por eso Längle señala que “la verdadera plenitud en el trabajo es la mejor protección contra el burnout” (2006, p. 12).

Desde luego, la consecución de la plenitud existencial requiere del desarrollo de ciertas capacidades existenciales. De acuerdo con Längle (2006), la plenitud existencial está determinada por el equilibrio logrado entre las subdimensiones *autodistanciamiento*, *autotrascendencia*, *libertad* y *responsabilidad*.

El autodistanciamiento consiste en la disposición de organizar el espacio interior de tal manera que cuando los deseos, temores e incertidumbres, no sean consecuentes con una percepción amigable del mundo la persona logre un desapego de todo esto para adoptar una perspectiva externa. De esta manera sorteará situaciones que le generan conflictividad emocional. De no lograrlo, el caos interior se puede apoderar de su vida y el individuo se reclamará a sí mismo pues se sentirá extraviado en su propia existencia.

La autotrascendencia radica en la capacidad de poseer sentimientos claros, vinculados con los valores y comprometidos con la vida. Se trata de un equilibrio emocional donde los sentimientos no deben ser considerados superficialmente pero tampoco se deben sublimar al punto de que la persona se olvide de sus propias necesidades como persona. De no lograr tal balance se puede caer en un agotamiento emocional.

La libertad es una capacidad de decidir ante varias opciones. Por supuesto, los valores deben regular este sentimiento de ser libre. Un buen uso de la libertad refleja un buen trato a sí mismo, un dominio sobre la sensación de saberse autónomo. Además, revela seguridad en la toma de decisiones.

Finalmente, un buen indicador del uso correcto de la libertad es la responsabilidad. Se trata de un compromiso asumido una vez que se toma una decisión mientras se es consciente que tal decisión conlleva deberes, que debe estar respaldada por una dosis de juicio crítico. Considerar la responsabilidad de cada acto humano garantiza incluso la seguridad personal. Se trata de vivir la vida en toda su plenitud.

Para Frankl (1991), la pretensión de lograr una existencia plena implica una concienciación sobre la manera en que se debe desafiar a cuanta situación se plantee por adversa que parezca. Él expresa:

En realidad, no importa que no esperemos nada de la vida, sino si la vida espera algo de nosotros. Tenemos que dejar de hacernos preguntas sobre el significado de la vida y, en vez de ello, pensar en nosotros como en seres a quienes la vida les inquiriera continua e incesantemente. Nuestra contestación tiene que estar hecha no de palabras ni tampoco de meditación, sino de una conducta y una actuación rectas. En última instancia, vivir significa asumir la responsabilidad de encontrar la respuesta correcta a los problemas que ello plantea y cumplir las tareas que la vida asigna continuamente a cada individuo. (p. 46)

En otras palabras, desde la visión Frankliana, la vida puede tener sentido incluso en los momentos más difíciles, en medio del sufrimiento, gracias a la libertad espiritual que permite al ser humano adoptar una postura decorosa y una actitud memorable que es, a fin de cuentas, la que le permite definir el rumbo de su existencia. No obstante, si éste abandona su búsqueda de significado existencial dejándolo en manos de la casualidad quizá ya no merezca seguir viviendo. Es decir, el hombre debe disfrutar la vida con sus luces y sus sombras encontrándole agrado a todo, incluyendo el sufrimiento. Realmente, “lo que más importa de todo es la actitud que tomemos hacia el sufrimiento, nuestra

actitud al cargar con ese sufrimiento” (Frankl, 1991, p. 64). Se trata de una “voluntad de sentido” personal, de una especie de resignación que a la vez aniquila todo sentido de vacío existencial pues le enseña al hombre a concentrarse en lo que posee y no en lo que carece.

En suma, el burnout es un síndrome que se manifiesta con agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal en las personas que adolecen de cierta turbación frente al mundo. Se trata de un efecto existencial en quienes no se sienten aptos para apadrinar una perspectiva externa distanciada de aquellas emociones internas que no están en sintonía con una visión amistosa hacia la existencia. El Burnout se traduce, entonces, como anarquía física y emocional cuya amenaza principal consiste en que puede apropiarse de la vida de la persona y de arrebatarle el sentido de su existencia.

## **Métodos y Materiales**

### ***Enfoque***

El trabajo desarrollado tuvo un enfoque cuantitativo puesto que se midió las variables “Síndrome de Burnout” y “Plenitud existencial” y se hizo un estudio de la relación entre ellas. Asimismo, se trató de un problema delimitado y concreto amparado en una revisión bibliográfica. Por otra parte, se establecieron hipótesis derivadas de la inspección bibliográfica las cuales fueron sometidas a prueba mediante procedimientos estadísticos.

### **Diseño**

El diseño fue de tipo no experimental puesto que no hubo manipulación de variables; fue de corte transeccional con una sola medición realizada el segundo semestre del año dos mil diecinueve.

### **Alcance**

El estudio tuvo un alcance descriptivo- correlacional. Cabe señalar que los estudios correlacionales tienen como finalidad “conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular. En ocasiones sólo se analiza la relación entre dos variables, pero con frecuencia se ubican en el estudio vínculos entre tres, cuatro o más variables” (Hernández, *et al*, 2014, p. 93).

## La Población y Muestra

La población objeto de estudio estuvo constituida por 273 profesores del área urbana. De esta cantidad 118 laboraban en dos instituciones públicas y 155 en once privadas. Las características de la población objeto de estudio fueron, en primer lugar, que la persona debía ser docente egresado de la Universidad Pedagógica Nacional Francisco Morazán o estar cursando estudios de licenciatura en dicha institución y, en segundo lugar, estar ejerciendo la docencia en algún instituto público o privado ubicado en la zona urbana de la ciudad de El Progreso, Yoro. Los participantes fueron clasificados en dos rangos etarios: los que tenían menos de cuarenta años y los que superaban esta edad. En el sector público un 64% superaba los 41 años mientras que en el sector privado el dato es a la inversa; la mayoría de los educadores (69.4%) se situaba entre los 21 y 40 años. En el sector público un 53.3% lo constituía docentes del sexo masculino y un 44.7% el sexo femenino. En el sector privado había más profesoras (59.1%) que profesores (40.9%).

La muestra fue probabilística estratificada, puesto que se buscó la mayor precisión estadística posible al efectuar comparaciones de los resultados entre dos grupos de la población: los profesores del sector público y los profesores del sector privado.

En este sentido, se dividió a la población en los dos estratos mencionados anteriormente y se procedió al cálculo de la muestra. Se utilizó un error muestral del 5%, un nivel de confianza del 95% y un nivel de ocurrencia del 50%, de manera tal que la muestra fue de 91 docentes para el sector público y 111 para el sector privado.

Cada uno de los miembros de ambos grupos tuvo la misma probabilidad de ser seleccionado. Mediante un listado que brindó el director de cada institución se identificó los elementos de la población, se enumeraron y se procedió a seleccionar las unidades muestrales, a través del procedimiento tipo tómbola. Para acceder a cada docente participante se tuvo que solicitar por escrito el permiso al director de cada institución educativa.

## **Hipótesis**

Derivado de un trabajo bibliográfico, se establecieron tres hipótesis. La primera establecía que la prevalencia del síndrome de Burnout era mayor entre los docentes del sector privado que entre los docentes del sector público. La segunda afirmaba que los docentes de secundaria del sector privado tienen un menor nivel de plenitud existencial que los docentes del sector público. La tercera establecía que a mayor síndrome de Burnout menor era el nivel de la plenitud existencial de los docentes de secundaria en El Progreso, Yoro.

## **Recolección de la Información**

En el proceso de recolección de datos se utilizó el Cuestionario de Burnout de Maslach para Docentes (MBI-Ed) teniendo como referencia la validación de Buzzetti (2005) y la Escala Existencial de Längle, Orgler y Kundi en la versión Mendocina, adaptada y validada por Páramo, *et al*, (2016).

Respecto a la intensidad con que se experimenta el síndrome de burnout el instrumento de medición establece que el nivel bajo abarca valores inferiores a los 33 puntos, el nivel medio comprende los valores entre 34 y 66 y el nivel alto comprende un rango entre 67 y 99 puntos.

Para la variable plenitud existencial se tomó como referencia el Baremo Mendocino que establece la media aritmética y la desviación estándar para cada subescala en función de ciertos rangos etarios. En este caso, para el grupo de profesores menores de 40 años el valor esperable es de 197 con una desviación estándar de 26.385 y para el otro grupo de 41 años en adelante el valor esperable es de 201 con una desviación estándar de 24.61.

De manera previa a la aplicación definitiva de los instrumentos se realizó una prueba piloto con 27 profesores que poseían las mismas características de la muestra. Como resultado de este proceso ambos cuestionarios fueron adaptados al contexto hondureño con la pretensión de lograr una mayor claridad idiomática; no obstante, los cambios fueron leves pues la versión utilizada en esta investigación proviene del mismo idioma

español en que fueron validados por otros investigadores quienes tuvieron el cuidado de conservar las propiedades psicométricas de dichos cuestionarios, diseñados originalmente en el idioma inglés.

En relación con la fiabilidad fue mediante el coeficiente alfa de Cronbach que se pudo comprobar que los ítems contenidos en las escalas permiten el cálculo de una puntuación global a partir de la suma de las puntuaciones de cada uno de ellos, puesto que miden en una misma dirección. Para el sector público el alfa de Cronbach en el Inventario de Burnout de Maslach fue de 0.58 y en el sector privado 0.74. El alfa de Cronbach para la Escala Existencial de Längle, Orgler y Kundi fue de 0.79 en el sector público y de 0.88 en el sector privado.

La validez tanto del Cuestionario de Maslach para docentes como de la Escala Existencial de Längle, Orgler y Kundi se evidencia al comprobar que en ambos instrumentos está presente la teoría que respalda el estudio del Burnout y la teoría en la que se ampara el análisis de la plenitud existencial. De manera tal que existe una validez de contenido pues se mide todas las dimensiones relacionadas con las variables en estudio (agotamiento emocional, despersonalización y realización personal para el burnout; autodistanciamiento, autotrascendencia, libertad y responsabilidad para la plenitud existencial). Por otro lado, se percibe una validez lógica pues a juicio de los tres jueces consultados los cuestionarios miden de manera lógica lo que se pretende medir. Además, los encuestados percibieron la relación entre las preguntas formuladas y el motivo por el cual asintieron su participación.

### ***Análisis Estadístico***

Los datos extraídos de la muestra fueron registrados en el programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS, por sus siglas en inglés), en su versión número veinticinco. La base de datos fue depurada y configurada para no incorporar valores perdidos en los análisis posteriores. De manera inicial se realizó un análisis descriptivo de las variables sociodemográficas haciendo uso de la distribución de frecuencias y gráficos. Las

variables sociodemográficas analizadas fueron el sexo, la edad, la antigüedad laboral, el grado académico, el estado civil, el rango salarial, la simpatía religiosa y la simpatía política. Para buscar la correlación entre el Burnout y la Plenitud existencial se hizo uso del coeficiente de correlación de Pearson.

En cuanto a la parte psicométrica de los instrumentos utilizados en la recolección de los datos se analizó su consistencia interna a nivel de las subescalas que los componen mediante el coeficiente Alpha de Cronbach.

La validez de contenido se comprobó al considerar que todas las dimensiones de las variables en estudio, plasmadas en la teoría, eran medidas por los cuestionarios. Sumado a lo anterior, se encontró la validez lógica pues los cuestionarios medían de manera lógica las variables que se pretendía medir, esto último, de acuerdo con tres jueces que fueron consultados.

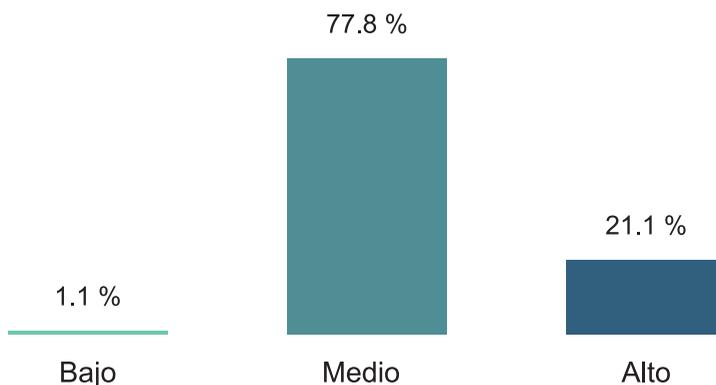
## **Resultados**

Los resultados obtenidos han sido consecuentes con lo esperable, al menos en cuanto a los valores encontrados para la variable síndrome de burnout y la variable plenitud existencial tanto entre los docentes del sector público como los del sector privado. No obstante, la posible relación entre el síndrome de burnout y la plenitud existencial no tuvo un respaldo estadístico que confirmase dicha suposición.

Respecto a la prevalencia del síndrome de Burnout entre los docentes del sector los docentes del sector público y del sector privado se puede afirmar que las medias muestrales estuvieron dentro de lo esperable, no obstante, al analizar la distribución porcentual por niveles se encontró un buen porcentaje de docentes que está padeciendo el Burnout en ambos sectores educativos siendo mayor en el sector privado.

Figura 1

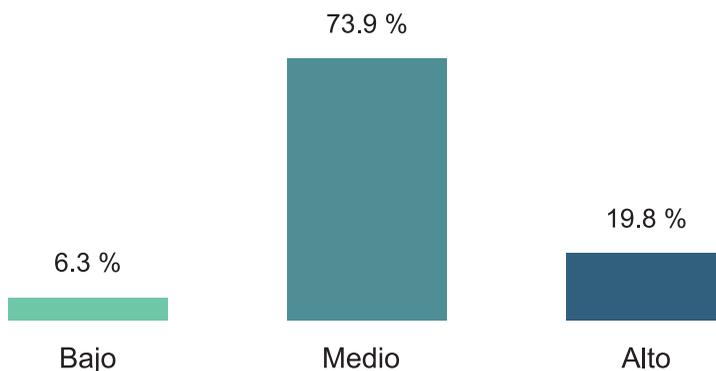
*Distribución porcentual de acuerdo con la intensidad del Burnout (sector público)*



Por ejemplo, al realizar la sumatoria de los puntajes encontrados en las tres subescalas (58.28), la intensidad con que se experimenta el síndrome de Burnout entre los profesores del sector público es media (los valores esperables son entre 34 y 66). Sin embargo, al analizar la distribución porcentual de acuerdo con los niveles de la intensidad del Burnout se puede apreciar que un 21.1% de los docentes está situado en el nivel alto. En el nivel medio están los profesores con riesgo de padecer el síndrome (77.8%). Tan sólo un 1.1% no se siente “quemado”.

Figura 2

*Distribución porcentual de acuerdo con la intensidad del Burnout (sector privado)*



En el sector privado, los profesores padecen el síndrome de Burnout con una intensidad media. Los valores esperables para este nivel se encuentran entre 34 y 66. El valor final encontrado entre los profesores del sector privado fue 57.95. Del mismo modo que en el sector público, al realizar el análisis de la distribución porcentual, es posible observar que hay un 19.8% de los encuestados que sí está padeciendo el síndrome con una intensidad alta. Una mayoría –el 73.9%– lo experimenta en un nivel medio y un 6.3% en un nivel bajo.

Acerca de la descripción de los niveles de Plenitud existencial autopercibida de los docentes de secundaria, del sector público como del sector privado, en El Progreso, Yoro se puede afirmar que, de acuerdo con los rangos etarios, la media aritmética y la desviación estándar establecidas el Baremo Mendocino para las subescalas de esta variable, hay una cantidad considerable de profesores con un bajo sentido de vida siendo mayor el porcentaje entre los docentes del sector privado.

En el sector público un 71.9% de los profesores en una edad comprendida entre los veinte y cuarenta años está situado en el valor global esperable, incluso un 15.6% puntúa arriba de este valor. Sin embargo, hay un 12.5% limitado en sus competencias existenciales. Este último porcentaje situado en el nivel bajo está compuesto por docentes que no se sienten propietarios de las condiciones personales ni de las de realización existencial y por ello no se sienten cómodos con la vida. Como no han logrado un equilibrio entre el autodistanciamiento, la autotranscendencia, la libertad y la responsabilidad sienten una sensación de vacío existencial y permanecen en un estado de inmanencia pues les cuesta reconocer que deben salir al mundo exterior con un compromiso hacia una vida decorada con sentimientos y valores.

Por otro lado, los docentes del sector privado, de este mismo rango etario, presentan un nivel muy bajo en su plenitud existencial en un 14.7%. El 62.7% está en un nivel esperable, sin embargo, hay un 22.6% que sobrepasa el puntaje esperable. Respecto a este último porcentaje se debe aclarar que no es saludable encontrar valores altos en la Escala Existencial. Es más:

Los puntajes por encima de lo esperable no reflejan un mayor desarrollo sino una sobrecompensación, que implica el riesgo de sobreadaptarse en lugar de lograr un desarrollo armónico y saludable. Los puntajes por encima de lo esperable reflejarían vulnerabilidad, implicarían el riesgo de llevar una existencia inauténtica. (Sotomayor, 2017, p. 75)

Del 64% que constituyen en su totalidad los profesores de mayor edad –situados entre cuarenta y setenta años– en el sector público, un poco menos de la mitad de ellos (44.4%) presenta valores esperables, asimismo existe un 35% que presenta valores altos en la escala y hay un porcentaje considerable (20.6%) que se sitúa en el nivel bajo. En el sistema privado los docentes presentan un bajo nivel de plenitud existencial en un 27.3%. En el nivel esperable se sitúa un 60.6% y solamente un 12.1% se ubica en el nivel alto. Es decir, en el nivel bajo están situados aquellos profesores que necesitan descubrir e incorporar valores para dedicarse a una vida llena de acción, deben encontrar el verdadero sentido de la vida “en el mundo y no dentro del ser humano o de su propia psique, como si se tratara de un sistema cerrado” (Frankl, 1991, p. 63).

El supuesto de que a mayor síndrome de Burnout menor es el nivel de la plenitud existencial de los docentes de secundaria en El Progreso, Yoro no encontró una correlación directa entre ambas variables a pesar de que sí se encontró correlaciones entre el valor total del cuestionario sobre el Burnout y algunas subescalas de la Plenitud existencial como también las hubo entre las subescalas del Burnout y el valor global de la Escala Existencial. A nivel de subescalas del Burnout y subescalas de la Plenitud existencial también se encontró correlaciones.

En el sector público, por ejemplo, no hubo correlación estadísticamente significativa entre el valor total del instrumento que medía el Burnout y el valor total de la Escala Existencial. Sin embargo, al analizar los valores de algunas de las subescalas del Cuestionario de Maslach para docentes con el valor global de la Escala Existencial sí se obtuvo correlaciones. Por ejemplo, las tres subescalas agotamiento emocional, despersonalización y realización personal mostraron estar correlacionadas con el valor global de la Escala Existencial. Por

otra parte, el análisis de las subescalas del Burnout y las subescalas de la Plenitud existencial permitió obtener correlaciones significativas entre el agotamiento emocional (Burnout) y el autodistanciamiento (Plenitud existencial). Del mismo modo se encontró correlación entre la despersonalización (Burnout) y la libertad (Plenitud existencial).

Tabla 1

*Correlaciones entre la intensidad del Burnout y el valor global de la Escala Existencial (sector público)*

Intensidad Burnout		Valor global de la Escala Existencial	
Intensidad del Burnout	Correlación de Pearson	1	-,085
	Sig. (bilateral)		,411
N		95	95
Valor global de la Escala	Correlación de Pearson	-,085	1
	Sig. (bilateral)	,411	
N		95	95

Al observar los valores en cuanto a la intensidad del síndrome de Burnout, proveniente de los datos totales de cada una de las subescalas, y analizarlos con el valor global de la Escala Existencial se puede apreciar que existe una correlación negativa entre ambos valores (0.085) pero es muy baja. Además, la significación (0.411) es mayor al nivel de significación aceptable (0.05). Por lo tanto, no se puede señalar que existe asociación entre el Burnout y la Plenitud existencial de los docentes del sector público en El Progreso, Yoro, a pesar de que el estadístico así lo indique.

En el sector privado tampoco se encontró correlación estadísticamente significativa entre el valor total del instrumento que medía el Burnout y el valor total de la Escala Existencial. No obstante, al igual que en el caso del sector público, al analizar el valor total del Cuestionario de Maslach para docentes con algunas subescalas de la Escala Existencial sí se obtuvo

correlaciones. Por ejemplo, se encontró correlación entre la Intensidad del Burnout (valor total del instrumento aplicado) y las subescalas autodistanciamiento y autotrascendencia de la Escala Existencial. De la misma manera, el valor global de esta Escala mostró correlación con la subescala del Burnout realización personal.

## Conclusiones

El síndrome de Burnout cohabita en la cotidianidad de los profesores del sector público y del sector privado en el Progreso, Yoro. Aunque las medias muestrales de las subescalas agotamiento emocional, despersonalización y realización personal se situaron, en su mayoría, en el nivel bajo para las primeras dos y el nivel medio para la última, fue mediante el análisis de la distribución porcentual en los niveles bajo, medio, y alto que se demostró ciertos valores nada desestimables que revelaron la presencia del Burnout en ambos sectores educativos.

Es importante señalar que los datos porcentuales obtenidos en cada una de las subescalas del síndrome indican que la presencia es mayor en sus tres dimensiones en el sector privado si se compara con los datos del sector público. Por lo tanto, se acepta la primera hipótesis de investigación que establecía que la prevalencia del síndrome de Burnout era mayor entre los docentes del sector privado que entre los docentes del sector público.

En cuanto a los resultados de la Plenitud existencial, la otra variable en estudio, se puede afirmar que los más limitados en sus competencias existenciales son los profesores cuya edad está arriba de los cuarenta años, tanto del sector público como del sector privado. Sumado a lo anterior, los valores encontrados reflejan que hay un mayor porcentaje de profesores del sector privado situados en el nivel bajo de la Plenitud existencial si se compara con los datos del sector público. De esta manera, se acepta la segunda hipótesis que afirmaba que los docentes de secundaria del sector privado tenían un menor nivel de Plenitud existencial que los docentes del sector público.

En referencia a una probable relación entre el síndrome de Burnout y la Plenitud existencial, no fue posible confirmar estadísticamente que el Burnout, compuesto por tres dimensiones, está correlacionado significativamente cara a cara con las cuatro dimensiones de la Plenitud

existencial, a pesar de que sí se encontró correlaciones con el valor total de un instrumento aplicado al realizar cruces con las subescalas del otro instrumento, como también hubo correlaciones significativas entre las subescalas de ambos instrumentos aplicados. Es por esta razón que la tercera hipótesis que establecía que a mayor síndrome de Burnout menor era el nivel de la Plenitud existencial de los docentes de secundaria en El Progreso, Yoro no se acepta porque no existe una correlación directa, estadísticamente significativa, entre el valor total del Cuestionario de Maslach para docentes –que medía el Burnout– y el valor total de la Escala Existencial, ni para el sector público ni para el sector privado.

En función de las correlaciones encontradas en el sector público, se puede afirmar que a mayor agotamiento emocional menor es el sentido de vida percibido por los profesores; que entre más alto sea el nivel de distanciamiento hacia sus estudiantes y compañeros de labores menor será su sentido existencial; que a mayor realización personal mayor será su nivel de plenitud existencial; que cuanto mayor es su agotamiento emocional menor es su capacidad de distanciarse de su propia persona para darle prioridad en su conciencia a algo que pueda darle sentido a su vida, en una entrega hacia el futuro; y finalmente, que en la medida que crezca la sensación de no sentirse parte de la vida mayor será la tendencia de los docentes a actuar siguiendo su propia voluntad sin demasiada reflexión en su accionar.

Para el sector privado se concluye que entre más intenso se experimenta el Burnout mayor es el autodistanciamiento; que a mayor intensidad del Burnout menor es la capacidad de los docentes de trascender sobre su propia interioridad y; que a mayor realización personal mayor será el nivel de plenitud existencial de los profesores del sector privado.

Si bien, se logró responder a las preguntas de investigación y discernir cada objetivo planteado sería interesante darle vida a un estudio similar el siguiente año para saber si la situación ha mejorado o empeorado en el terreno existencial de los profesores de la ciudad y de ser posible desarrollar un tercer estudio concluyente que contemple un plan preventivo, en caso de que los niveles de Burnout hayan bajado y la plenitud existencial haya aumentado, o un proyecto de afrontamiento si la condición existencial en general haya desmejorado notoriamente.

## Referencias

- Anzules, J., Véliz, I., Vinces, M., & Menéndez, T. (2019). Síndrome de burnout: Un riesgo psicosocial en la atención médica. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. SALUD Y VIDA*, 3(6), 1-21. doi:<https://fundacionkoinonia.com.ve/ojs/index.php/saludyvida/article/view/393>
- Bonilla, P. S., & Jovel, L. E. (2017). Síndrome de Burnout en estudiantes del Post grado de Pediatría. *Acta Pediátrica Hondureña*, 7(2), 631-640. doi:<https://doi.org/10.5377/pediatrica.v7i2.6958>
- Botero, C. (2012). Riesgo psicosocial intralaboral y “burnout” en docentes universitarios de algunos países latinoamericanos. *Cuadernos de Administración*, 28(48), 117-132. Recuperado el 13 de Enero de 2019, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5006545>
- Buzzetti, M. (2005). *Validación del Maslach Burnout Inventory (MBI) en dirigentes del colegio de profesores A.G. de Chile*. Universidad de Chile, Santiago. Obtenido de [www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2005/buzzetti\\_m/sources/buzzetti\\_m.pdf](http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2005/buzzetti_m/sources/buzzetti_m.pdf)
- Carlin, M., & Garcés de los Fayos Ruiz, E. J. (Enero de 2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de Psicología*, 26(1), 169-180. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/167/16713758020.pdf>
- Colon, M., Caraccioli, Y., & Joselyne, P. (2009). Síndrome de Burnout, en personal de salud; Hospitales Nacionales. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas*, 6(1), 26-34. Obtenido de <http://cidbimena.desastres.hn/RFCM/pdf/2009/pdf/RFCMVol6-1-2009.pdf>
- Contreras Romero, G. J., Veytia López, M., & Huitrón Bravo, G. (2009). Detección del trastorno depresivo en profesores universitarios. *Psicología y Salud*, 19 (1), 133-139. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/291/29111983013.pdf>

- Fidalgo Vega, M. (2000). *Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo*. Obtenido de [https://www.insst.es/documents/94886/327446/ntp\\_704.pdf/9a205bee-9bd7-4221-a1ae-39b737974768](https://www.insst.es/documents/94886/327446/ntp_704.pdf/9a205bee-9bd7-4221-a1ae-39b737974768)
- Frankl, V. E. (1991). *El hombre en busca de sentido* (Duodécima ed.). Barcelona, España: Editorial Herder. Obtenido de <http://www.peofoundation.org/uploaded/content/article/1060602139.pdf>
- Gil-Monte, P., Viotti, S., & Converso, D. (2017). Propiedades psicométricas del «Cuestionario para el Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo» (CESQT) en profesionales de la salud italianos: una perspectiva de género. *Revista Liberabit*, 2(23), 153-169. doi:<https://doi.org/10.24265/liberabit.2017.v23n2.01>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. México , Distrito Federal, México: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V. Obtenido de <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Längle, A. (2006). El burnout (desgaste profesional), sentido existencial y posibilidades de prevención. *Revista de Psicología UCA*, 2(3), 5-26. Obtenido de <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/6129/1/burnout-sentido-existencial-prevencion-langle.pdf>
- Marqués, A., Lima, M., & López, A. (2005). Fuentes de estrés, burnout y estrategias de coping en profesores portugueses. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 21(1-2), 125-143.
- Olivares, V. (2016). Laudatio: Dra. Christina Maslach,. *Ciencia y Trabajo* (58), 59-63. Obtenido de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cyt/v19n58/0718-2449-cyt-19-58-00059.pdf>
- Páramo, M. d., García, C., Casanova, J., Asid, M. L., Cardigni, M. d., & Bravín, M. J. (2016). *Escala Existencial Adaptación y validación mendocina*. Mendoza, Mendoza, Argentina.

- Reyes Cerrato, V. (2012). *Síndrome de Burnout en trabajadores de la Clínica Periférica Tepeaca, Instituto Hondureño de Seguridad Social, Enero-Junio*. Tesis de maestría, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Centro de Investigaciones y Estudios de la Salud, Escuela de Salud Pública de Nicaragua, Ocotal. Obtenido de <https://repositorio.unan.edu.ni/7422/1/t664.pdf>
- Reyes, A., Medina, M. T., Mesa, X., Paredes, Y., Barahona, Y., & Sierra, M. (2012). Estudio de síndrome de “Burnout”, depresión y factores asociados en los practicantes internos del Hospital Escuela. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas*, 9(1), 14-20. Obtenido de <http://www.bvs.hn/RFCM/pdf/2012/html/RFCMVol9-1-2012.html>
- Reyes, T., Díaz, C., Américo, R., Erazo, G., & Aguilera, R. (2007). Prevalencia del síndrome de burnout en médicos residentes de los post-gradados de medicina. *Revista Médica de los Postgrados de Medicina UNAH*, 10 (1). Obtenido de <http://www.bvs.hn/RMP/pdf/2007/pdf/Vol10-S-2007-34.pdf>
- Rodríguez, A. (2012). *Carga laboral y sd Burnout en personal médico. Unidad de emergencia, Hospital Reginal (sic), Instituto Hondureño Seguridad Social. San Pedro Sula-Honduras marzo 2012*. Tesis de maestría, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Centro de Investigaciones y Estudios de la Salud; Escuela de Salud Pública de Nicaragua, Ocotal. Obtenido de <https://repositorio.unan.edu.ni/7597/1/t708.pdf>
- Santos, A. (2012). *Síndrome de Burnout en personal de enfermería que labora en el Hospital Nacional Psiquiátrico Santa Rosita, Támara-Francisco Morazán Honduras primer semestre 2012*. Tesis Maestría, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Centro de Investigaciones y Estudios de la Salud, Managua. Obtenido de <https://repositorio.unan.edu.ni/7573/1/t693.pdf>
- Sotomayor, E. A. (2017). *Cirugía bariátrica, una aproximación desde el Análisis Existencial*. Tesis de licenciatura, Universidad del Aconcagua, Facultad de Psicología, Mendoza. Obtenido de [http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos\\_digitales/753/tesis-5590-cirurgia.pdf](http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos_digitales/753/tesis-5590-cirurgia.pdf)