

# **El Síndrome de Burnout en el profesorado especializado en inclusión educativa como indicador de calidad**

Juan Antonio Ródenas Ríos

juanantonio.rodenas2@murciaeduca.es

*Consejería de Educación, Formación, Profesional y Empleo de la  
Comunidad Autónoma de la Región de Murcia*

## **RESUMEN**

El Síndrome de burnout constituye uno de los principales factores psicosociales que influye en el desarrollo profesional del profesorado de educación inclusiva que tiene intervención con el alumnado con necesidades educativas especiales. Considerando esto, el presente trabajo tiene el principal propósito de analizar las diferencias entre el burnout en profesorado especializado en educación inclusiva de centros específicos de educación especial y profesorado especializado en centros ordinarios, incidiendo en los constructos de cansancio emocional y realización personal. En base a ello se parte de un total de 146 participantes de 6 centros educativos de titularidad pública de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia (España) (docentes especializados en pedagogía terapéutica de centros específicos de educación especial y centros ordinarios) para llevar a cabo una investigación de corte cuantitativa-descriptiva. Para ello se ha aplicado como instrumento de recogida de información la Evaluación del riesgo psicosocial: Maslach Burnout Inventory (MBI) y los datos obtenidos se han procesado a través del programa SPSS versión 21.0. Los principales resultados apuntan a que el profesorado de centros específicos presenta un mayor cansancio emocional y una menor realización personal que el profesorado de centros ordinarios. Estos resultados avalan que los docentes de educación especial se encuentran en una situación de vulnerabilidad ante el Síndrome de burnout. Con lo que se evidencia una necesidad de establecer políticas laborales y educativas que aboguen por un cuidado de los factores psicosociales de este colectivo, así como un incremento en la oferta formativa sobre el Síndrome burnout como medida preventiva.

**PALABRAS CLAVE:** Docentes, cansancio emocional, realización personal, educación especial.

## INTRODUCCIÓN

La formación del profesorado en técnicas de afrontamiento y de autogestión emocional es una tendencia en los actuales sistemas educativos (García-García y Sánchez-Calleja, 2017). Dicha realidad acoge un especial significado cuando la población de estudio es el profesorado que atiende a alumnado con necesidades educativas especiales, debido entre otros factores a un elevado nivel de burnout que se caracteriza por un alto desgaste emocional, una alta despersonalización y un ausente desarrollo personal (Gil-Monte y Figueiredo-Ferraz, 2013; Hernández et al., 2021).

En relación a esta problemática y partiendo del concepto de factores psicosociales en el trabajo como condiciones organizacionales y psicológicas del mismo, en el caso de que tales condiciones sean favorables, se ven influenciados positivamente aspectos como el trabajo del docente, el desarrollo de las competencias personales laborales, la satisfacción laboral, la productividad empresarial y la motivación de los trabajadores que adquieren mayor experiencia y competencia profesional (Gil-Monte y Figueiredo-Ferraz, 2013). Por el contrario, cuando las condiciones presentes en el ámbito laboral son desfavorables, se ven afectadas tanto la salud física como la salud psicológica del trabajador, tal y como se puede observar en la siguiente tabla publicada por en la Guía de Prevención de Riesgos Psicosociales en el Trabajo (2014).

Tabla 1. *Efectos de los factores psicosociales de estrés en la salud psicológica y física, a través de los mecanismos psicofisiológicos activados por el estrés.*

FACTORES DE ESTRÉS PSICOSOCIAL	
Contenido del trabajo	Falta de variedad de trabajo, ciclos cortos de trabajo, fragmentado, bajo uso de habilidades, alta incertidumbre, relación intensa.
Sobrecarga y Ritmo	Exceso de trabajo, ritmo del trabajo, alta presión temporal, plazos urgentes de finalización.
Horarios	Cambio de turnos, cambio nocturno, horarios inflexibles, horarios imprevisibles, jornadas largas.
Control	Baja participación en la toma de decisiones, baja capacidad de control sobre la carga de trabajo, y otros factores laborales.
Ambiente y equipos	Condiciones malas de trabajo, equipos de trabajo inadecuados, ausencia de mantenimiento de los equipos, falta de espacio personal, escasa luz o excesivo ruido.

Cultura organizacional y funcionales	Mala comunicación interna, bajos niveles de apoyo, falta de definición de las propias tareas o de acuerdo en los objetivos organizacionales.
Rol en la Organización	Ambigüedad y conflicto de rol, y responsabilidad sobre personas.
Desarrollo de Carreras	Incertidumbre profesional, baja o excesiva promoción, pobre remuneración, inseguridad contractual.
Relación Trabajo-Familia	Demandas conflictivas entre el trabajo y la familia bajo apoyo familiar. Problemas duales de carrera.
Seguridad Contractual	Trabajo precario, trabajo temporal, incertidumbre de futuro laboral.

*Fuente:* Guía de Prevención de Riesgos Psicosociales en el Trabajo (2014).

En base a esos factores Martínez- Ramón (2015) ya apuntaba como el sector de la educación destaca por ser uno de los ámbitos profesionales donde menos conciencia se tiene de la existencia de riesgos laborales, siendo contradictoriamente junto con el sector sanitario una de las profesiones que más riesgos de tipo psicosocial tiene.

Como señala Pérez-Soriano (2009), este hecho se debe en primer lugar ausencia de cultura preventiva entre los docentes puesto que desconocen los riesgos a los que están expuestos como trabajadores. Por otro lado, el control sobre la salud psicológica del profesorado es deficiente, y en casos de identificarse enfermedades en el profesorado, rara vez son reconocidas como enfermedades profesionales. Gran parte de los riesgos laborales a los que se encuentran expuestos los docentes son de tipo psicosocial, lo que hace que sean tratados como secundarios. Por último, a este hecho se le debe añadir la falta de existencia de evaluaciones de riesgos y de planes de prevención a los mismos en la mayor parte de centros escolares, así como de una formación especializada en prevención de riesgos laborales. Según Pérez-Soriano (2009) el profesorado es uno de los sectores profesionales con más tendencia a sufrir patologías relacionadas con los factores psicosociales; entre estas patologías podemos encontrar se encuentran las descritas en la figura 1.

Figura 1. *Patologías asociadas a factores psicosociales en docentes*



Fuente: Tomado de Pérez Soriano (2009).

A pesar de que el tema está siendo estudiado desde la década de los 70 hay que señalar que la evaluación de los riesgos psicosociales se encuentra en un estado primitivo por diversas causas: la dificultad de su evaluación, la falta de un mayor desarrollo de técnicas adaptadas a los distintos contextos organizativos, cierta confusión entre los conceptos de algunas variables de riesgo psicosocial, su relativa novedad en el contexto preventivo, o la clara predominancia que se le otorga a los factores de seguridad en comparación con el resto (Gutiérrez del Álamo y Piedrabuena, 2011).

Por ello, resulta esencial disponer de herramientas que permitan la evaluación de los factores de riesgo psicosocial existentes en los diferentes contextos laborales, a fin de dar respuesta al planteamiento de esta investigación sobre cuáles son los factores de riesgo psicosocial en el trabajo, así como los mecanismos que se presentan en consecuencia para hacerles frente en el sector de la educación especial (Olivares Fong et al., 2021). En base a ello, el presente trabajo tiene la finalidad principal de evaluar los factores psicosociales, concretamente el burnout, en el profesorado de educación inclusiva, diferenciando a su vez entre profesorado que atiende a alumnado con necesidades educativas especiales por condiciones graves de discapacidad o trastornos graves de conducta en centro de educación especial y en centro ordinario. Por todo esto, en el presente estudio se puede distinguir un objetivo general del que emanan unos objetivos específicos que se detallan a continuación.

## OBJETIVO GENERAL

- Analizar las diferencias entre el burnout en profesorado especializado en educación inclusiva de centros específicos de educación especial y el profesorado especializado en centros ordinarios.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Establecer las diferencias en la dimensión de cansancio emocional por parte de docentes de centros específicos de educación especial y de centros ordinarios.

- Determinar si existen diferencias en el desarrollo personal entre este profesorado.

## MATERIALES Y MÉTODO

### DISEÑO DEL ESTUDIO

Para la investigación llevada a cabo, se ha utilizado la metodología de los estudios observacionales. Dentro del método observacional, el estudio se encuadra en la línea de los cuantitativos no experimentales.

Bajo esta categorización de diseño no experimental o ex post-facto puede identificarse de manera más concreta el presente estudio con un diseño de corte transversal descriptivo.

### PARTICIPANTES

Los participantes en este estudio han pertenecido a 6 colegios de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, contando con un total de 146 docentes.

En el presente estudio, la población diana ha estado constituida por todos los profesores del Sistema Educativo Español en los niveles de Educación Infantil, Educación Primaria y Educación Especial, mientras que la población estudio ha estado compuesta por los profesores de los colegios, que cumplan los siguientes criterios de exclusión y de inclusión (ver tabla 2).

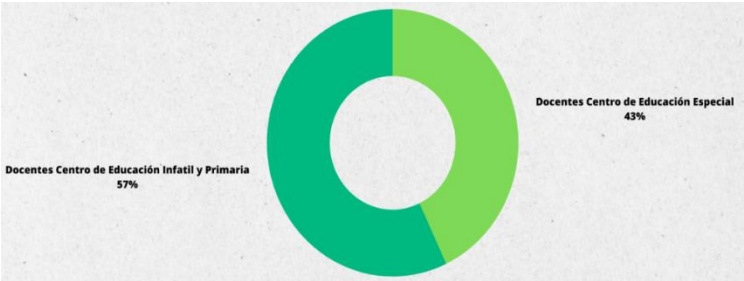
Tabla 2. Criterios de inclusión y exclusión de los participantes.

INCLUSIÓN	EXCLUSIÓN
<ul style="list-style-type: none"><li>- Docentes especializados en pedagogía terapéutica o educación especial.</li><li>- Trabajadores en alta en Centros de Específicos de Educación Especial y Centros Ordinarios de Educación Infantil y Primaria.</li><li>- Que estén presentes en el momento de entrega de los cuestionarios.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Trabajadores parados.</li><li>- Trabajadores en situación de baja médica.</li><li>- Trabajadores en excedencia.</li><li>- Docentes de otras especialidades.</li></ul>

Fuente: elaboración propia.

Para la selección de los 146 participantes se empleó un procedimiento de muestreo no probabilístico consecutivo, a través de la aplicación del cuestionario a todos los profesores que se encontraron presentes en el momento de entrega de los cuestionarios. El tipo de educación impartida se encuentra dividido de la siguiente manera: en los centros de educación ordinaria los participantes ascienden al 57.45%, mientras que el profesorado de educación especial constituye el 42.55% del total (ver figura 2).

Figura 2. Participantes según la tipología de centro



Fuente. Elaboración propia.

Evaluación del riesgo psicosocial: Maslach Burnout Inventory (MBI). Está formado por 22 ítems y valorado con una escala tipo Likert que cuenta con siete opciones, que van desde nunca a diariamente. Dicho instrumento evalúa tres subescalas: Cansancio Emocional (CE) (Emotional Exhaustion), Despersonalización (DP) (Despersonalización) y Realización Personal en el trabajo (RP) (Personal Accomplishment). Para el presente estudio dada su relevancia en la población de estudio nos centraremos en la escala de cansancio emocional y en la de realización personal del trabajo. Por su parte se puede señalar que presenta un índice del Alfa de Cronbach de .79, lo que indica un resultado muy bueno, justificando por ello la adecuación de su uso en la investigación.

#### ANÁLISIS ESTADÍSTICO

Para el análisis estadístico de los datos se ha utilizado el programa SPSS versión 21.0. Para analizar la existencia de diferencias significativas entre el profesorado, se ha utilizado la prueba *t de Student* para una muestra.

#### RESULTADOS

##### *Resultados primer Objetivo Específico. Dimensión: Cansancio Emocional.*

En el Síndrome de burnout se pueden distinguir tres subescalas, haciendo la primera de ellas referencia al *Cansancio Emocional*. En relación a esta escala, se hallaron diferencias en cansancio emocional entre docentes de colegios ordinarios y colegios de educación especial. De tal forma, quedan reflejados en la Tabla 3 los estadísticos descriptivos -medias y desviaciones típicas- del cansancio emocional presente en profesores de los distintos tipos de centros, así como los resultados de la comparación de medias entre los mismos.

Tabla 3. *Prueba t en cansancio emocional para los participantes de centros ordinarios y específicos*

	Profesorado centro ordinario (N=67) M (DT)	Profesorado centro específico (N=79) M (DT)	t(146)
Ítem 1	2.52 (1.58)	2.05 (1.54)	.78
Ítem 2	2.96 (1.77)	3.74 (1.66)	.03*
Ítem 3	2.04 (1.59)	3.21 (1.78)	.58
Ítem 4	3.68 (2.49)	2.36 (2.11)	.12
Ítem 5	1.68 (1.86)	2.26 (1.79)	.93
Ítem 6	1.12 (1.59)	1.42 (1.89)	.26
Ítem 7	1.88 (2.22)	1.74 (1.88)	.17

Ítem 9	1.24 (1.56)	1.15 (1.61)	.88
Ítem 10	.84 (1.49)	1.37 (2.06)	.13

Nota: \* $p < .05$  \*\* $p < .01$  \*\*\* $p \leq .001$

Fuente: elaboración propia.

En la Tabla 3, se observaron diferencias estadísticamente significativas en el ítem 2 ( $t(146) = -1.48$ ;  $p = .03$ ), el cual hace referencia al cansancio que siente el profesorado al final de la jornada laboral. Los resultados de esta tabla mostraron que además del ítem 2, la media en el resto de ítems es superior en el profesorado de educación especial, aunque las diferencias no son estadísticamente significativas, lo que hace pensar que este tipo de profesorado presenta un mayor cansancio emocional.

#### RESULTADOS SEGUNDO OBJETIVO ESPECÍFICO. DIMENSIÓN: REALIZACIÓN PERSONAL.

En cuanto a la subescala de *Realización Personal*, entendida como la tercera escala del Síndrome de burnout definido por Maslach. En la tabla 4 se presentan las diferencias entre las escalas de realización personal del profesorado de centros ordinarios y el de centros específicos.

Tabla 4. Prueba *t* en realización personal para los participantes de centros ordinarios y específicos.

	Profesorado centro ordinario (N=67) M (DT)	Profesorado centro específico (N=79) M (DT)	<i>t</i> (146)
Ítem 11	3.88 (2.05)	4.42 (2.17)	.89
Ítem 12	3.56 (2.08)	4.10 (1.45)	.15
Ítem 13	4.89 (1.85)	3.64 (2.14)	.04*
Ítem 14	4.36 (1.75)	3.84 (2.19)	.14
Ítem 15	4.32 (1.72)	4.84 (1.57)	.49
Ítem 16	4.48 (1.50)	4.89 (1.48)	.44
Ítem 17	4.36 (1.78)	4.57 (1.74)	.77
Ítem 18	3.89 (3.89)	3.80 (2.19)	.03*

Nota: \* $p < .05$  \*\* $p < .01$  \*\*\* $p \leq .001$

Fuente: elaboración propia.

Como puede observarse en la Tabla 4, se hallaron diferencias estadísticamente significativas en el ítem 13 ( $t(146) = -2.00$ ;  $p = .04$ ), cuyo enunciado indica: “creo que influyó positivamente con mi trabajo en la vida de las personas” y en el ítem 18 ( $t(146) = -1.47$ ;  $p = .03$ ) “en mi trabajo trato los problemas emocionales con mucha calma”. En ambos casos, las medias



fueron más elevadas en el profesorado de centros ordinarios, lo que hace pensar que sienten una mayor realización personal. No obstante, los resultados que se obtuvieron en los demás ítems denotan medias similares a la de los profesores de centros de educación especial.

#### DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Tras los datos expuestos se corrobora que los profesionales de centros de educación especial son más susceptibles de padecer el Síndrome de burnout que los de centros ordinarios. El presente estudio demuestra que los niveles elevados de cansancio emocional y niveles bajos de realización personal influyen significativamente en el desarrollo de dicho síndrome en consonancia con los estudios realizados por Gil-Monte y Figueiredo-Ferraz (2013) y Martínez- Ramón (2015).

En el presente estudio, el cansancio emocional se ha destacado como más elevado en los profesionales docentes de centros específicos, en comparación con los profesionales especializados de centros ordinarios, dando con ello respuesta al primer objetivo específico del estudio.

Sin embargo, la realización personal de los profesores de centros especializados, es menor que la obtenida en los profesores de centros de educación infantil y primaria, lo que confirmaría que los profesores de centros específicos tengan más posibilidades de padecer el síndrome de Burnout, dando así consecución al segundo objetivo específico.

Estos resultados fortalecen las palabras de Marilú y Barreto (2013) y Olivares Fong et al. (2021), que sostienen que los docentes de educación especial se encuentran en una situación de vulnerabilidad ante el Síndrome de burnout. De igual manera, Morales Muciño y Tena Suck (2007) en sus estudios corroboraron que existe el Síndrome de deterioro en dicho colectivo y se evidencia una necesidad de establecer políticas laborales y educativas que aboguen por un cuidado de los factores psicosociales de este colectivo, así como un incremento en la oferta formativa sobre el Síndrome burnout como medida preventiva.

## REFERENCIAS

- García García, M., y Sánchez Calleja, L. (2017). El aprendizaje servicio y el desarrollo de las competencias emocionales en la formación inicial del profesorado. Contextos Educativos. *Revista De Educación*, (20), 127-145. <https://doi.org/10.18172/con.2991>
- Gil-Monte, P., y Figueiredo-Ferraz, H. (2013). Psychometric properties of the 'Spanish Burnout Inventory' among employes working with people with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disability Research*. 57(10), 659-968
- Gutiérrez del Álamo, P., y Piedrabuena, M. (2011). Riesgos ergonómicos y psicosociales en el sector docente. *Salud Laboral: Escuela*, 4, 1-8.
- Hernández, C., Gamboa, A., y Prada, R. (2021). Síndrome de burnout en docentes de educación básica y media en tiempos de crisis. *Boletín Redipe*, 10 (9) 472-488. <https://cutt.ly/dKH98LW>
- Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. (2014). *Riesgos Psicosociales*. Enero de 2023, de INSHT. <https://bit.ly/3ITiv5g>
- Marilú, E., y Barreto, E. (2013). Síndrome de Burnout y estrés laboral en profesores. En *Memorias del II Congreso Binacional de Investigación, Ciencia y Tecnología de las Universidades* (pp. 293-300). Abya-Yala/UPS.
- Martínez-Ramon, J.P. (2015). Cómo se defiende el profesorado de secundaria del estrés: burnout y estrategias de afrontamiento. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 31(1). <https://dx.doi.org/10.1016/j.rpto.2015.02.001>
- Morales Muciño, M.R., y Tena Suck, A. (2007). *Factores asociados al síndrome de deterioro en maestros de educación especial*. [Tesis de Maestría]. Universidad Iberoamericana]. [http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014882/014882\\_00.pdf](http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014882/014882_00.pdf)
- Olivares Fong, L. del C., Nieto López, G., Velázquez Victorica, K. I., y López Guerrero, A. (2021). Síndrome de burnout. La multiplicidad de roles y su impacto en la labor docente. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 24(3), 203–219. <https://doi.org/10.6018/reifop.525231>
- Pérez Soriano, J. (2009). Seguridad y salud en los docentes. *Gestión Práctica de Riesgos Laborales*, 58, 30-35.