

DIAGNÓSTICO Y PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA EL SÍNDROME DE BURNOUT EN PROFESORES DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE DISTRITOS DE HUARAZ E INDEPENDENCIA (2009)

DIAGNOSIS AND INTERVENTION PROGRAM FOR BURNOUT SYNDROME TEACHERS IN PRIMARY EDUCATION DISTRICT HUARAZ AND INDEPENDENCIA (2009)

ROSARIO YSLADO M.¹; LLERME NUÑEZ Z.; ROGER NORABUENA F.

UNIVERSIDAD NACIONAL SANTIAGO ANTÚNEZ DE MAYOLO, HUARAZ, PERÚ
(RECIBIDO EL 18/01/2010, ACEPTADO EL 15/06/2010)

RESUMEN

Los objetivos generales de este estudio han sido, tanto describir la frecuencia y características del síndrome de Burnout en profesores de educación primaria con experiencia laboral igual o mayor a cinco años de instituciones públicas de los distritos de Huaraz e Independencia, como planificar y evaluar los resultados de un programa de intervención psicoeducativo. Es un estudio preexperimental con pre y posttest, con un solo grupo. De una muestra de 133 profesores, se seleccionó a 8 profesoras mujeres, según criterios de inclusión. Se utilizó la encuesta y un cuestionario que comprendió los aspectos demográficos y la escala de Maslach-ED. Algunas conclusiones fueron: 1) los docentes presentan "Burnout" en las fases inicial (78.2%), intermedio (2.3%) y final (19.5%). 2) el programa de intervención psicoeducativo aplicado a casos de Burnout en la etapa final (VII) ha sido efectivo significativamente para reducir el cansancio emocional (83.3%).

Palabras clave: Burnout; programa de intervención psicoeducativo; Perú.

ABSTRACT

The general objectives of this study were both the frequency and characteristics of the Burnout syndrome in primary school teachers with experience equal to or greater than five years of public institutions in the districts of Huaraz and Independence, as planning and evaluating results of a psychoeducational intervention program. The pre -experimental study with pre and post test, with one group. In a sample of 133 teachers, 08 teachers were selected women, according to inclusion criteria. We used the survey and a questionnaire that included demographics and Maslach Scale - ED. Some conclusions were: 1) Teachers have "Burnout" in the initial stages (78.2%), intermediate (2.3%) and final (19.5%) 2) The psychoeducational intervention program applied to cases of Burnout in the final stage (VII) has been significantly effective in reducing emotional exhaustion (83.3%).

Keywords: Burnout; psychoeducational intervention program; Peru.

¹ Docente principal y ex decana de la Facultad de Ciencias Médicas UNASAM, Huaraz, Perú.
E-mail: ysladomx@yahoo.com.mx.

INTRODUCCIÓN

En el siglo XXI, el síndrome de Burnout constituye un problema tanto de salud pública, como de salud mental y ocupacional, que se presenta con mayor frecuencia en los profesores de educación primaria de instituciones educativas públicas de Perú y otros países (Álvarez de la Cerda y cols., 2005; Fernández, 2004; La Madrid, 2007; Moriana y Herruzo, 2004).

El síndrome de Burnout es una respuesta de inadaptación frente al estrés laboral crónico, que se presenta en los profesores de educación primaria de instituciones educativas públicas que tienen trato directo con los alumnos, sus colegas, personal administrativo y padres de familia; asimismo, están sujetos a condiciones laborales difíciles, bajas remuneraciones y sistema educativo cambiante, ante cuyas exigencias desarrollan cansancio emocional, despersonalización, actitudes hostiles y agresivas con las personas que alternan en su trabajo y concluyen con sentimientos de insatisfacción laboral y pensamientos de baja realización personal en el trabajo (Álvarez de la Cerda, 2005; Fernández, 2004; La Madrid, 2007; Prados, 1999; Zavala, 2008).

Los objetivos generales de este estudio han sido, de una parte, describir la frecuencia y características del síndrome de Burnout en profesores de educación primaria con experiencia laboral igual o mayor a cinco años de instituciones públicas de los distritos de Huaraz e Independencia y, de otra, planificar, implementar y evaluar los resultados de un programa de intervención psicoeducativo diseñado para reducir el “Burnout” en los profesores de educación primaria del contexto referido.

A nivel internacional se han desarrollado estudios sobre el síndrome de Burnout en profesores. Así, en España y otros países, se han tratado aspectos de frecuencia, factores predisponentes, factores asociados diversos, formas de afrontamiento, prevención, satisfacción laboral y otros (Aris, 2007; Duran y cols., 2005; Moriana y Herruzo, 2004).

Específicamente a nivel de Latinoamérica, Molina y Real (1999) realizaron una investigación sobre el diagnóstico del síndrome Burnout en profesores municipalizados de la Comuna de Limache (región de Chile), y utilizaron como instrumento el “cuestionario de actitudes ante el trabajo docente”, previamente adaptado y validado para la realidad chilena. Los resultados indicaron que los profesores presentaban: “proclive a Burnout” = 56%; “con Burnout” = 24%, y “sin Burnout” = 20%. Cordeiro (2001) realizó un estudio acerca de la prevalencia del síndrome de Burnout en el profesorado de primaria de la zona educativa de la Bahía de Cádiz, mediante el inventario de Burnout de Maslach e inventario de depresión de Beck, y encontró una alta prevalencia del Burnout (40% de los sujetos) y un porcentaje considerable de depresión (22%). Las conclusiones de la investigación señalan que los sujetos “Burnouts” se corresponden con los que presentan depresión.

Aldrete y cols. (2003) llevaron a cabo un estudio en profesores que laboraban en 25 escuelas primarias de Guadalajara y encontraron que los profesores presentaban niveles altos de agotamiento emocional (25.9%), baja realización en su trabajo (21.6%) y altos niveles de despersonalización (5.6%).

Padilla y cols. (2009) estudiaron el síndrome de agotamiento profesional (SAP) o “Burnout”, para determinar la prevalencia y las características asociadas al SAP en tres

colegios públicos de Bogotá. Se realizó un diseño de corte transversal, tipo encuesta, en tres colegios públicos de Bogotá. Se evaluaron a los docentes mediante el inventario de Maslach para agotamiento profesional y un cuestionario diseñado para evaluar factores sociodemográficos, personales y laborales. Según los resultados encontrados, el SAP tiene una prevalencia de 15.4% para los docentes y que podría aumentar a 29.7% si se tiene en cuenta que dos de los tres dominios del SAP están por encima del percentil 30. Un 25.3% de los docentes presentó cansancio emocional alto. La prevalencia de SAP fue menor en docentes mayores de 55 años, con 21 a 30 años de experiencia; en aquellos que solamente trabajan una jornada, y en los que tienen cargos directivos. Sería menos frecuente en docentes casados y en aquellos que tienen más hijos.

En el Perú se han realizado investigaciones similares, como de Fernández (2002) que investigó sobre “Burnout” en profesores de educación primaria de Lima Metropolitana, en una muestra de 264 profesores de todas las dependencias educativas de EBR y utilizó el MBI-ED, y encontró que el 43% presentaban niveles altos de “Burnout” en todas las dimensiones de agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal. Analizó las diferencias encontradas en cada una de las dimensiones del síndrome en relación con una serie de variables sociodemográficas en las que se encuentra inmerso el docente.

Por su parte, Cuenca y O’Hará (2006) llevaron a cabo un estudio de casos sobre el estrés en los maestros: percepción y realidad, en una muestra de 153 maestros de primaria pertenecientes a seis centros educativos de Lima Metropolitana. Utilizaron el inventario de Maslach (1986) que contó con validez de contenido relacionados a la comprensión de consignas, adaptación del lenguaje y adecuación al sistema educativo nacional. Entre los resultados principales se encontró que los docentes señalaron al estrés (36.6%) como una de las tres enfermedades principales diagnosticadas y que la sensación de estrés reportada estaría asociada a causas de tipo organizacional y social, sin existir clara relación entre el estrés y su influencia en el desempeño de funciones laborales específicas. En mayor porcentaje los profesores alcanzaron niveles bajos de cansancio emocional y despersonalización y un nivel más alto de realización profesional, lo cual significaría que no presentarían síndrome de Burnout y la variable edad modificaría la respuesta al estrés de dos formas: primero al estar relacionado con el estado biológico influiría en aumentar la fatiga y menor tolerancia a la jornada laboral continua de trabajo, y segundo al estar relacionado con experiencias pasadas influiría en la percepción y experimentación del estrés.

Para los docentes jóvenes los mayores niveles de estrés están ligados a la falta de experiencia y características del alumnado, y en los profesores mayores la fuente de estrés sería la metodología de enseñanza obsoleta y las exigencias ergonómicas que son menos controlables con el aumento de la edad. Según este estudio existirán cinco causas de sensación de estrés o factores de riesgo: tipo de relaciones interinstitucionales (exceso de demandas bajo control de la situación por falta de libertad en la toma de decisiones), irrupción en el espacio privado, debido a la carga laboral y exigencias laborales dentro de las instituciones educativas (tipo organizacional) y la problemática social en torno a la escuela (abandono de los padres, violencia intrafamiliar y la pobreza), como las demandas externas políticas y educativas (tipo social). El estrés surgiría como resultado del desequilibrio entre las demandas sociales, apoyos laborales y restricciones laborales. Según opinión de los

docentes encuestados, los factores de protección para diseñar programas preventivos y promovedores de salud mental serían las buenas relaciones interpersonales horizontales como soporte socio afectivo y programas de ocio recreativo.

La presente investigación se justifica porque responde a políticas educativas, laborales y de salud nacionales e internacionales, que promueven la reducción de la exclusión social de profesores que presentan discapacidades por problemas de salud mental u ocupacional e inciden en preservar los recursos humanos de las organizaciones laborales como capital humano activo y potencial, y proporciona conocimientos para materializar los lineamientos de política en el ámbito laboral, educativo y de salud en el contexto regional investigado. Asimismo, los resultados contribuyen a mejorar la salud mental y ocupacional de la población afectada, reduce costos al estado peruano por concepto de problemas de salud y baja calidad educativa y ha generado productos: a) se estableció la frecuencia, características, grupos en riesgos y factores de riesgo del síndrome de Burnout, b) se diseñó, implementó y evaluó los resultados de un programa de intervención psicoeducativo para reducir el síndrome de Burnout en el grupo de profesores referido, procedentes de instituciones educativas públicas de la provincia de Huaraz.

MÉTODO

Muestra

La muestra para establecer el diagnóstico estuvo constituida por 133 profesores de educación primaria, nombrados y contratados, de ambos sexos, cuyas edades oscilaron de 25 a 55 años de edad, con experiencia laboral de 5 a 25 años, procedentes de instituciones educativas públicas del ámbito urbano de los distritos de Huaraz e Independencia. En la etapa preexperimental, la muestra inicial estuvo constituida por 26 profesores de educación primaria que presentaron fase final (VII, VIII), o nivel alto de síndrome de Burnout. La muestra fue redefinida de acuerdo a criterios de inclusión estimados previo a la intervención y quedó conformada por ocho docentes (fase VII), de los cuales dos desertaron del programa de intervención psicoeducativo. El tamaño de la unidad muestral es válida, según lo sustentado por Castro, 1975; Hernández, Fernández y Baptista, 2006; Milton y Tsokos, 1989; Pagano y Gauvreau, 2001, y Polit y Hungler, 1994.

Instrumentos

Se utilizó la técnica de encuesta y el cuestionario “síndrome de Burnout en profesores de educación primaria de los distritos de Huaraz e Independencia-2009”, que comprende dos partes: I. aspectos sociodemográficos (7 ítems), y II. la escala de Maslach-ED (22 ítems), en su forma modificada para educadores, que mide el desgaste profesional, considerando tres aspectos del síndrome de Burnout: cansancio emocional, despersonalización, realización personal. El instrumento se administró de forma autoaplicada. El tiempo requerido para su aplicación fue de 10 a 15 minutos. Para determinar si los docentes presentaban alguna fase del síndrome de Burnout, se consideró el modelo de Golembiewsky, Munzenraider y Carter (1983), que señala que el “Burnout” comprende ocho fases y específicamente la

fase final, incluye las fases, VI, VII y VIII, y en este estudio las docentes que recibieron el programa de intervención presentaron la fase VII, que significa presentar nivel bajo de despersonalización, nivel alto tanto de cansancio emocional, como de baja realización personal.

Para este estudio se ha encontrado, respecto al instrumento utilizado, que el coeficiente alfa de Crombach ha sido 0.850 (cansancio emocional), 0.333 (despersonalización) y 0.760 (realización personal); en general, es aceptable la consistencia interna del test. Asimismo el análisis factorial muestra que el instrumento tiene validez de contenido, relacionados con la comprensión de consignas, recoge el contenido y alcance del constructo y de la dimensión; es decir, la medición realizada representa el concepto medido.

Procesamiento de datos

Para el análisis estadístico de los datos se utilizó el paquete estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), versión 15.0. Las pruebas estadísticas empleadas han sido: el estadístico de confiabilidad alfa de Cronbach para determinar los niveles de confianza por consistencia interna de cada uno de los factores; la prueba del Chi-cuadrado de Pearson para establecer la asociación entre las variables estudiadas; para el análisis factorial exploratorio se utilizó la medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin y prueba de esfericidad de Bartlett; y se empleó la prueba de rangos con signo de Wilcoxon, para comparar dos muestras de poblaciones que no son independientes.

RESULTADOS

Frecuencia y características del síndrome de Burnout

El primer objetivo del estudio fue determinar las características del síndrome de Burnout en profesores de primaria, con experiencia laboral igual o mayor a cinco años, de instituciones educativas públicas de los distritos de Huaraz e Independencia. Al respecto se encontró que la mayoría (78.2%) de los profesores de educación primaria presentan bajo nivel de síndrome de Burnout (fase inicial); el 2.3%, son proclives para presentar "Burnout", por encontrarse en la fase intermedia, y menos de la cuarta parte de la muestra investigada (19.5%) presenta nivel alto de "Burnout" (fase final), Tabla 1.

Tabla N.º 1. Frecuencia y porcentaje de síndrome de Burnout en docentes de primaria, según las etapas de Golembiewsky.

Etapas	Frecuencia	Porcentaje	Fase de SB
I	16	12.0	Inicial (78.2%)
II	0	0.0	
III	88	66.2	Intermedio (2.3%)
IV	0	0.0	
V	3	2.3	
VI	0	0.0	Final (19.5%)
VII	25	18.8	
VIII	1	0.8	
Total	133	100.0	

Chi-cuadrado de Pearson=191.62 G. L. =4 p<0.05

Factores de riesgo

En la Tabla 2 se aprecia que, con un nivel de significación al 5%, el factor de riesgo asociado a la dimensión cansancio emocional es la experiencia laboral; es decir, presentan mayores niveles de cansancio emocional aquellos docentes que tienen más años de experiencia laboral. Otros factores de riesgo asociados a una alta despersonalización de los docentes son, de una parte, ser nombrados y, de otra, tener como lugar de residencia el distrito de Independencia.

Tabla N.º 2. Factores de riesgo según los puntajes MBI inventario Burnout de Maslach-ED.

Factores de riesgo	Significación observada
Alto cansancio emocional por mayor experiencia docente	0.03*
Alta despersonalización para docentes nombrados	0.01*
Alta despersonalización para docentes residentes en el distrito de Independencia	0.02*

* Significativo al nivel del 5%.

Evaluación de resultados del programa de intervención psicoeducativo

El segundo objetivo general de la investigación fue planificar, implementar y evaluar los resultados de un programa de intervención psicoeducativo para reducir el síndrome de Burnout en profesores de primaria con experiencia laboral igual o mayor a cinco años, de instituciones educativas públicas de los distritos de Huaraz e Independencia. El programa de intervención psicoeducativo que se ha implementado se resume en la Tabla 3.

Tabla N.º 3. Programa de intervención psicoeducativo para reducir síndrome de Burnout.

Fundamentos	Taller	Tema	Métodos	Técnicas	Recursos
1. Modelo de promoción de salud y educación participativa de la OPS (1996), y de Cabrera y cols. (2009).	I.	• Integración de grupo.	• Observación.	• Dinámicas de integración	• Recursos didácticos: PC, proyector
2. Teoría de perspectiva psicosocial de Maslach y Jackson (1986).	II.	• Información sobre	• Métodos activos participativos.	exposición, lluvia de ideas, plenario.	multimedia pizarra, separatas.
3. Teoría organizacional de Golembiewski y Cols. (1983).	III.	Síndrome de Burnout.		• Técnicas cognitivo	• Materiales de escritorio: CD,
4. Teoría de afrontamiento de estrés de Peiró y Salvador (1993).	IV.	• Factores que incrementan la competencia profesional y habilidades sociales.		conductuales de afrontamiento de estrés.	DVD, papelógrafos plumones, limpia-tipo, solapines, fólderres, lapiceros, puntero.
		• Entrenamiento control de activación y técnicas de relajación para S. B.		• Técnicas humanistas para incremento de habilidades sociales.	
		• Diseño de programa Preventivo/Correctivo.		• Técnicas de educación andragógica.	
		• Evaluación final.		• Diseño de proyecto de actividades gratificantes.	
				• Video forum.	
				• Posttest.	

Al aplicar el programa referido se encontró que existen diferencias significativas en cuanto al cansancio emocional antes y después de la administración del programa de intervención psicoeducativo, significativamente bajo el nivel de cansancio emocional (83.3%) después de la aplicación del programa; sin embargo, no se encontró diferencias significativas respecto a las dimensiones de despersonalización y baja realización personal, antes y después de la aplicación del programa referido (Tabla 4).

Tabla N.º 4. Comparación de resultados de docentes que asistieron al programa de intervención psicoeducativo.

Variable		Pretest		Posttest		Prueba de signo de Wilcoxon	
		Alto	Bajo	Alto	Bajo	Z	Sig.
Cansancio emocional	N.º	6	0	1	5	-2.236	0.025
	%	100.0%	0.0%	16.7%	83.3%		
Despersonalización	N.º	0	6	0	6	0.000	1.000
	%	0.0%	100.0%	0.0%	100.0%		
Realización personal	N.º	6	0	5	1	-1.000	0.317
	%	100.0%	0.0%	83.3%	16.7%		

DISCUSIÓN

Con respecto al primer objetivo general de la investigación, los resultados analizados de acuerdo a las fases progresivas del síndrome de Burnout de Golembiewsky y cols.

(1983) indican que los profesores de primaria presentan diferentes fases del “Burnout”, la mayoría presenta “Burnout” bajo (78.2%), y el 19.5% presenta “Burnout” alto; estos constituyen casos con síntomas de estrés ocupacional crónico. Investigaciones realizadas a nivel nacional e internacional sobre el síndrome de Burnout en profesores de educación primaria confirman que el profesorado está afectado por el “Burnout” en diferentes niveles, y señalan que alrededor del 50% serían proclives a presentar síntomas de “Burnout” y en menores porcentajes hallaron docentes con niveles altos de “Burnout” (Aldrete y cols., 2003; Cordeiro, 2001; Fernández, 2002; Molina y Real, 1999).

Los resultados obtenidos indican que existe alta prevalencia de síndrome de Burnout en la muestra estudiada y este problema de salud mental, además de estar condicionado por las características psicobiológicas de los participantes, sería generado por efectos negativos de diferentes estresores laborales, como las condiciones inadecuadas institucionales, materiales y educativas, en las que los profesores peruanos de primaria desempeñan su trabajo, que no es percibido satisfactorio por el mismo docente, ni por directivos de las instituciones educativas, ni por la sociedad peruana, según estudio realizado por UNESCO (Robalino y Korner, 2006).

Al respecto, Fernández (2002) señala que el 43.2% de los docentes de primaria de Lima Metropolitana presentarían agotamiento emocional por realizar trabajos rutinarios, mal remunerados, con escaso reconocimiento social y que cumplirían su labor en condiciones adversas, que no contribuirían al desarrollo de una identidad sólida y que en parte explicarían los porcentajes altos en la disminución de la realización personal.

De otra parte, Cuenca y O’Hara (2006) señalan que las causas que influirían en el nivel de estrés de los docentes de Lima Metropolitana serían de tipo organizacional, de acuerdo a la calidad de relaciones interinstitucionales, la irrupción en el espacio privado por sobrecarga laboral y exigencias laborales dentro de la escuela pública, y de tipo social, que comprendería la problemática social del entorno de las escuelas (abandono de los padres, violencia intrafamiliar y la pobreza que experimentan los alumnos) y las demandas externas (políticas educativas y sociales).

El estrés ocupacional crónico de los docentes se explicaría por el modelo de demanda, control y apoyo social de Robert Karasek y Tores Theorell (1996), que sostiene que el estrés laboral se debería a altas demandas del trabajo, para el cual el docente tiene deficiente control (por poseer habilidades cognitivas, emocionales y sociales poco desarrolladas) e insuficiente soporte sociofamiliar para responder a dichas demandas, lo cual generaría tensión emocional que repercutiría en su salud.

De acuerdo al análisis de la relación entre las tres dimensiones del “Burnout y las variables experiencia laboral, condición laboral y lugar de residencia, se halló que en relación a la variable tiempo de experiencia laboral existen diferencias significativas en cansancio emocional; es decir, tener más tiempo de permanencia, servicio y experiencia en las instituciones educativas (20 a 30 años) se asocia a niveles altos de desgaste psíquico; por lo tanto, se infiere que los niveles del Burnout se incrementan con el transcurso del tiempo. Resultado similar fue encontrado en otro estudio realizado en Cádiz, y ha sido reportado por Cordeiro (2001).

Para el caso de la variable condición laboral, los niveles altos en despersonalización de los docentes nombrados indicarían que ellos experimentan mayores sentimientos de distanciamiento en su quehacer pedagógico con sus alumnos y colegas por la rutina a lo largo de los años laborados, más que por la condición de tener estabilidad laboral. Cordeiro (2001) encontró que los maestros nombrados presentaban fases de Burnout más avanzadas que los contratados.

De los resultados encontrados se pueden inferir aproximaciones de un perfil teórico de grupos en riesgo, como de factores de riesgo sociolaboral para la muestra estudiada; asimismo, se debe tener en cuenta que al analizar el síndrome de Burnout en profesores, no basta elucubrar sobre las causas de este problema de salud pública, sino también sobre las consecuencias negativas que produciría el estrés ocupacional crónico tanto en la salud física y mental del docente, como en su entorno familiar, organizacional y social, que ha sido demostrado a través de diferentes estudios (Moriani y Herruzo, 2004; Bendezú y García, 2008).

Lo descrito en los párrafos precedentes confirma la primera hipótesis propuesta.

En relación al segundo objetivo se han evaluado los resultados del programa de intervención psicoeducativo que fue aplicado a casos de nivel alto de "Burnout", el cual ha logrado cambios significativos (83.33%) para reducir la dimensión cansancio emocional (desgaste crónico, físico y psíquico), en la mayoría de los participantes. El programa referido, de aplicación breve y bajo costo, confirma la segunda hipótesis del presente estudio, en el extremo que fue efectivo para reducir el nivel alto de la dimensión agotamiento emocional en más del 60%; no alteró el nivel bajo de la dimensión despersonalización, y logró cambio parcial no significativo para reducir la dimensión de baja realización personal, sentimiento de ineficiencia, inadecuación y fracaso personal.

Se precisa que las docentes que recibieron el programa completo de intervención psicoeducativa, además de tener como elemento común el encontrarse en la fase final del "Burnout", presentaron características sociodemográficas y laborales similares; así, todas fueron mujeres casadas, nombradas y que tenían un solo centro de trabajo educativo en una institución educativa pública (I. E. La Libertad y GUE Toribio de Luzuriaga); ejercían doble rol: laboral y familiar; cinco laboraban 30 horas semanales, una sola, 45 horas; con experiencia docente de 17 a 27 años; cinco de ellas residían en el distrito de Huaraz y una en el distrito de Independencia.

Probablemente las características psicobiológicas individuales de los participantes, así como el contexto familiar, laboral y socioeconómico de los mismos requieren, además de estrategias de intervención individual, de otras estrategias multidimensionales y multidisciplinarias de intervención de tipo grupal y organizacional, la primera para reforzar y fomentar redes de apoyo social a nivel familiar, de amistades y con los compañeros de trabajo, y la segunda para desarrollar estrategias desde la administración educativa central y regional, dirigidas a paliar otras fuentes de estrés laboral, propias del contexto de las instituciones educativas públicas del país.

CONCLUSIONES

1. Los docentes de primaria, con experiencia laboral igual o mayor a cinco años, de instituciones educativas públicas de los distritos de Huaraz e independencia, presentan síndrome de Burnout confirmado porque, de una parte, se observa que en el análisis factorial exploratorio existe un solo factor bipolar de orden superior que tiene una varianza que explora el 50.4% de la varianza total y, de otra, los docentes evidencian “Burnout” en niveles diferentes: en la fase inicial se encuentra el 78.2%, intermedio el 2.3% y en la fase final un 9.5%. Esta conclusión confirma la primera hipótesis de este estudio.
2. No existen diferencias significativas entre las tres dimensiones establecidas por Maslach, ni con las ocho fases de Golembiewsky del síndrome de Burnout, al establecer relaciones entre estas, con las variables sociodemográficas de sexo, edad, estado civil, condición laboral (nombrados y contratados) e institución educativa de procedencia.
3. No existen diferencias significativas con respecto a la relación entre las variables, lugar de residencia del docente y condición laboral, con las dimensiones de cansancio emocional y realización personal, pero sí existen diferencias significativas con respecto a la dimensión despersonalización. Asimismo, no existen diferencias significativas en la relación entre el tiempo de experiencia laboral con las dimensiones de despersonalización y baja realización personal, pero se evidencian diferencias significativas en relación con el cansancio emocional.
4. Se identificaron grupos de riesgo para la muestra estudiada, se encontró que existen diferencias significativas, respecto al tiempo de experiencia laboral (20 a 30 años de servicio docente) en relación a la dimensión cansancio emocional; entre la variable condición laboral (nombrado) en relación a la dimensión despersonalización, y entre el lugar de residencia (Independencia) con respecto a la dimensión despersonalización.
5. Los factores de riesgo sociolaboral inferidos de los resultados obtenidos son: 1) a mayor tiempo de servicio docente, más alto sería el cansancio emocional, 2) la condición laboral de ser nombrados estaría asociada a niveles altos de despersonalización, 3) residir en el distrito de Independencia estaría relacionado con mayor despersonalización en los docentes encuestados.
6. El programa de intervención psicoeducativo elaborado según el modelo descrito en este estudio ha sido efectivo significativamente para reducir la dimensión de cansancio emocional en un 83.3%. El programa no ha generado cambios en la dimensión de despersonalización, cuyo nivel bajo se mantuvo constante antes y después de la intervención, y logró disminuir en 16.7% (no significativo), el sentimiento de inadecuación e incompetencia personal en el trabajo de los docentes afectados por el “Burnout”. Esta conclusión confirma parcialmente la segunda hipótesis propuesta.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Aldrete, M.; Pando, M.; Aranda, C. y Balcázar, N. (2003). *Síndrome de Burnout en maestros de educación básica, nivel primaria de Guadalajara*. Extraído el 05.05.09 desde <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/142/14200103.pdf>.
2. Alvarez de la Cerda, D.; Cantú, V.; Gayol, L.; Leal, K. y Sandoval, K. (2005). *Síndrome de Burnout y el profesional de educación*. Extraído el 18.06.09 desde <http://www.monografias.com/trabajos24/sindrome-burnout/sindrome-burnout.shtml>.
3. Arís, N. (2007). *El síndrome de Burnout en los docentes de educación infantil y primaria en la zona del Valles Occidental*. Extraído el 05.05.09 desde <http://www.educaweb.com/EducaNews/interface/asp/web/NoticiasMostrar.asp?NoticiaID=2129&SeccioID=2298>.
4. Bendezú, M. y García, A. (2008). *Manual antiestrés. Guía práctica para estar bien*. Perú: InNova Editores.
5. Cabrera, C.; Ruiz, L.; Gonzáles, G.; Vega, M. y Valadaz, I. (2009). Efecto de una intervención psicoeducativa para disminuir el síndrome Burnout en personal de confianza de la comisión federal de electricidad. En *Salud Mental*, 31, 215-221.
6. Castro, L. (1975). *Diseño experimental sin estadística. Usos y restricciones en su aplicación a las ciencias de la conducta*. México: Ed. Trillas.
7. Cordeiro, J. A. (2001). *Prevalencia del síndrome de Burnout en los profesores de primaria de la zona educativa de la Bahía de Cádiz, (tesis doctoral)*. España: Universidad de Cádiz.
8. Cuenca, R. y O'Hara, J. (2006). *El estrés en los maestros: percepción y realidad. Estudio de casos en Lima Metropolitana*. Lima: Ministerio de Educación.
9. Duran, M.; Extremera, M.; Montalban, F. y Rey, L. (2005). *Engagement y Burnout en el ámbito docente: análisis de sus relaciones con la satisfacción laboral y vital en una muestra de profesores*. Extraído el 09.04.09 desde <http://webdeptos.uma.es/psicologiasocial/profs11.htm>.
10. Fernández, M. (2002). Desgaste psíquico (Burnout) en profesores de educación primaria de Lima Metropolitana. En *Persona*, 5, 27-66.
11. Fernández, M. (2004). *Realidad psicosocial del maestro de primaria*. Lima: Librería de la Universidad de Lima.
12. Golembiewski, R. T.; Munzenrider, R. y Carter, D. (1983). *Phases of progressive Burnout and their work site covariants: critical issues in OD research and praxis*. En *Journal of applied behavioral science*, 19, 4, 461-481.
13. Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
14. Karasek, R.; Theorell, T. (1996). Current issues relating to psychosocial job strain and cardiovascular disease research. En *Journal of occupational health psychology*, 1, 9-26.

15. La Madrid, H. (2007). *Estrés en las aulas*. Extraído el 27.03.09 desde <http://www.ciberjura.com.pe/index.php?option=com>.
16. Maslach, C. y Jackson, S. E. (1986). *Maslach Burnout inventory*. Palo Alto, CA.: Consulting Psychologist Press.
17. Milton, J. S. y Tsokos, J. O. (1989). *Estadística para biología y ciencias de la salud*. Madrid: Interamericana McGraw-Hill.
18. Molina, D. y Real, C. (1999). *Diagnóstico del síndrome Burnout y propuesta de un esquema de intervención en el departamento de educación municipal de la comuna de Limache, (tesis de licenciatura en psicología)*. Valparaíso, Chile: Universidad Católica de Valparaíso.
19. Moriana, J. y Herruzo, J. (2004). Estrés y Burnout en profesores. En *International journal of clinical and health psychology*, 4, 3, 597-621.
20. Organización Panamericana de la Salud, O.P.S. (1996). *Promoción de la salud*. México: O.P.S.
21. Padilla, A.; Gómez-Restrepo, C.; Rodríguez, V.; Dávila, M.; Avella-García, C.; Caballero, A.; Vives, N.; Stella, L.; Márquez, G.; Prieto, Y.; Sandoval, N.; Cotes, Z. y Hernández, S. (2009). Prevalencia y características del síndrome de agotamiento profesional (SAP) en docentes de tres colegios públicos de Bogotá (Colombia). En *Revista colombiana de psiquiatría*, 38, 1.
22. Prados, A. (1999). *Estrés laboral en docentes*. Extraído el 12.04.09 desde http://74.125.155.132/scholar?q=cache:wpm7DNs1Ji8J:scholar.google.com/+Estr%C3%A9s+laboral+en+docentes&hl=es&as_sdt=2000&as_vis=1.
23. Peiró, J. M. y Salvador, A. (1993). *Control del estrés laboral*. España: EUDEMA S.A.
24. Polit, D. y Hungler, B. (1994). *Investigación científica en ciencias de la salud*. México: Interamericana McGraw-Hill.
25. Robalino, M. y Korner, A. (2006). *Condiciones de trabajo y salud docente*. Santiago de Chile: OREALC/UNESCO.
26. Zavala, J. (2008). *Burnout, desgaste profesional o síndrome de quemarse en el trabajo*. Extraído el 18.06.09 desde <http://blog.pucp.edu.pe/item/32848>.