

Prevalencia del síndrome de Burnout en docentes del Colegio Universitario del Socorro

Prevalence of Burnout Syndrome in teachers at Colegio Universitario del Socorro

Deicy Carolina Galvis Peña, Stefany Valentina Gualteros Arenas, Adriana Patricia León Moreno, Shanon Zamyra Vargas Gordillo ¹⁻⁴, Liliana Margarita Garzón Flórez⁵, Rosa Ernestina Villarreal Pérez⁶

deicygalvis@unisangil.edu.co
stefanygualteros@unisangil.edu.co
adrianaleon@unisangil.edu.co
shanonvargas@unisangil.edu.co
lgarzon@unisangil.edu.co
rvillarreal@unisangil.edu.co

Fecha de recepción: marzo 22 de 2024

Fecha de aceptación: julio 19 de 2024

Resumen

Introducción: El síndrome de Burnout es una enfermedad que afecta la salud mental de los trabajadores. **Objetivo:** Identificar la prevalencia del síndrome de Burnout en los docentes del Colegio Universitario del Socorro (CUS). **Métodos:** Se implementó un estudio descriptivo que permitió la recolección de datos para anticipar los posibles escenarios futuros deseables (preactiva y proactivamente) mediante la aplicación del cuestionario Maslach Burnout Inventory, determinando la presencia o ausencia del síndrome de Burnout en una población de 70 docentes. **Resultados:** Se observó una moda de edad de 60 años, con una prevalencia del 67.1%. De los encuestados, 42 reportaron haber perdido algún familiar o conocido durante la

pandemia. En cuanto al ámbito laboral, el 61.4% indicó que la institución no les ofreció capacitación adecuada de manera oportuna. Las dimensiones afectadas fueron: agotamiento emocional, asociado con las variables de horas trabajadas diariamente ($p = 0.033$) y cobertura de internet ($p = 0.019$), y realización personal, vinculada con las variables de género ($p = 0.022$) y capacitación ($p = 0.0$). **Conclusiones:** Se identificaron dos dimensiones afectadas en la escala de Maslach: agotamiento emocional y realización personal, ambas asociadas con el género femenino y la falta de capacitación para los docentes durante el cambio de la presencialidad a la virtualidad. Sin embargo, no se detectó la presencia de síndrome de Burnout en los docentes del CUS, aunque sí

¹⁻⁴ Estudiantes del programa de enfermería de la Fundación Universitaria de San Gil - Unisangil.

⁵⁻⁶ Docentes del programa de enfermería de la Fundación Universitaria de San Gil - Unisangil.

se observó una predisposición a desarrollar dicha enfermedad.

Palabras clave: Burnout, docentes, enfermedad, Covid-19, salud mental.

Abstract

Introduction: Burnout syndrome is a condition that affects workers' mental health.

Objective: To identify the prevalence of Burnout syndrome among teachers at Colegio Universitario del Socorro (CUS).

Methods: A descriptive study was conducted to collect data that anticipated potential future scenarios (preactive and proactive) using the Maslach Burnout Inventory questionnaire, which determined the presence or absence of Burnout syndrome in a population of 70 teachers. **Results:** The mode age was 60 years, with a prevalence of 67.1%. Among the respondents, 42 reported having lost a family member or acquaintance during the pandemic. Regarding work, 61.4% indicated that the institution did not provide timely training. The affected dimensions were emotional exhaustion, associated with daily hours worked ($p = 0.033$) and internet coverage ($p = 0.019$), and personal fulfillment, related to gender ($p = 0.022$) and training ($p = 0.0$). **Conclusions:** Two dimensions of the Maslach scale were affected: emotional exhaustion and personal fulfillment, both associated with the female gender and a lack of training during the shift from face-to-face to virtual instruction. Nonetheless, Burnout syndrome was not present among CUS teachers, although a predisposition to the condition was noted.

Keywords: Burnout, teachers, illness, Covid-19, mental health

Introducción

Las instituciones educativas, debido a la pandemia del Covid-19, se vieron obligadas a

cerrar sus puertas de manera presencial. Según la Unesco, unos 63 millones de docentes de primaria y secundaria en 165 países en el mundo fueron afectados (1). El impacto que generó la pandemia fue abrupto, esto provocó que surgieran nuevos cambios a nivel educacional, demandando la utilización de todos los medios tecnológicos disponibles para poder dar la continuidad del aprendizaje y la comunicación entre docentes y estudiantes, incluso fuera de los ambientes formales de aprendizaje (2), de igual forma la pandemia también causó síntomas psicológicos significativos en las personas, relacionados principalmente con la ansiedad, el estrés y la depresión (3).

El síndrome de Burnout es un problema social y de salud pública de primer orden (4), puesto que es un trastorno adaptativo crónico que daña la calidad de vida del profesional y la calidad de su labor asistencial, lo que conlleva a un incremento de los costos económicos y sociales (5), de esta manera, este padecimiento altera y afecta la capacidad laboral y, en el caso de la educación, tiene una repercusión directa en las instituciones educativas en la relación con los alumnos y la calidad de los procesos de enseñanza y aprendizaje, de ahí la necesidad de identificar los factores de riesgo (6) en la Institución Educativa.

Los estudios publicados sobre el Burnout en los docentes durante la pandemia a nivel nacional son escasos; y ante los nuevos desafíos por el Covid-19 que enfrentan los profesores hasta la actualidad, es crucial comprender su impacto en este colectivo (7); por tanto, esta investigación tuvo como objetivo evidenciar la prevalencia del síndrome de Burnout en docentes del Colegio Universitario del Socorro, CUS, durante los años 2020-2021.



Para lograr identificar esta problemática, se llevó a cabo la aplicación del cuestionario Maslach la cual midió los 3 aspectos del síndrome que son el cansancio emocional, despersonalización y realización personal (8).

Metodología

Es un estudio descriptivo, la población y muestra estuvo constituida por 70 docentes del Colegio Universitario del Socorro, CUS. Como criterios de inclusión se tuvieron en cuenta los docentes del CUS durante la pandemia de Covid 19 en el período de tiempo de 2020-2021, el instrumento utilizado fue el cuestionario de Maslach burnout inventory(9) que está constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo y hacia los alumnos, y su función es medir el desgaste profesional. Para el análisis de datos se utilizó el software SPSS versión 24, las variables cualitativas se analizaron con frecuencias y porcentajes y las variables cuantitativas con medidas de tendencia central, los resultados se presentan en tablas. El proyecto se realizó bajo la Resolución 8430 de 1993 y se utilizó consentimiento informado.

Resultados

A continuación, se presentan los resultados obtenidos:

Características sociodemográficas

En la tabla 1 se presentan los resultados de la encuesta del síndrome de Burnout que se aplicó en el Colegio Universitario del Socorro, CUS. De las 70 personas encuestadas el 67.1% pertenecen al género femenino y el 32.9% al masculino; con respecto al estado civil se pudo evidenciar un mayor porcentaje, equivalente a 44.3%, en donde ellos manifestaron estar casados, sin embargo, un

1.4% es viudo; frente al número de hijos el 34.3% tienen 2 hijos y el 1.4% tiene 5 hijos.

Tabla 1. Características sociodemográficas

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Edad	Media 51,16	Mínimo 23 Máximo 68
	Mediana 52,50	
	Moda 60	
Género		
Femenino	47	67.1
Masculino	23	32.9
Total	70	100.0
Estado civil		
Soltero	12	17.1
Casado	31	44.3
Separado	12	17.1
Viudo	1	1.4
Unión libre	14	20.0
Total	70	100.0
Número de hijos		
0	13	18.6
1	17	24.3
2	24	34.3
3	12	17.1
4	3	4.3
5	1	1.4
Total	70	100.0
Fallecimientos de un familiar		
Sí	42	60.0
No	28	40.0
Total	70	100.0
Número de fallecidos		
0	28	40.0
1	10	14.3
2	15	21.4
3	6	8.6
4	3	4.3
5	5	7.1
10	3	4.3
Total	70	100.0

Características laborales

La tabla 2 presenta que el 60.0% de los encuestados ha laborado como docente de 10 a 15 años y el 2.9% manifestó que de 1-5 años, se evidenció un mayor porcentaje de 42.8% de docentes que manifestaron trabajar más de 10 horas diarias, mientras que el 18.6% trabajaban de 5-8 horas diarias. De los 70 docentes encuestados, el 37.1% ha laborado dentro de la institución durante más de 15 años, por otro lado, el 11.4% manifestó llevar menos de un año laborando dentro de la institución; con respecto a las asignaturas dirigidas el 32.9% orienta una sola materia en el bachillerato, siendo similar este porcentaje al de los profesores que dictan 10 materias en primaria y el 1.4% guía 9 materias.

Tabla 2. Características laborales

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Años docencia		
Menos de 1 año	0	0.0
1-5 años	2	2.9
5- 10 años	12	17.1
10-15 años	14	20.0
Más de 15 años	42	60.0
Total	70	100.0
Horas diarias		
5-8 horas	13	18.6
8-10 horas	27	38.6
Más de 10 horas	30	42.8
Total	70	100.0
Tiempo docente dentro de la institución		
Menos de 1 año	8	11.4
1-5 años	11	15.7
5- 10 años	16	22.9
10-15 años	9	12.9
Más de 15 años	26	37.1
Total	70	100.0
Materias orientadas		
1	23	32.9
2	12	17.1
3	4	5.7
4	4	5.7

5	1	1.4
6	2	2.9
9	1	1.4
10	23	32.9
Total	70	100.0

Herramientas tecnológicas

Durante la pandemia Covid 19 en el período 2020-2021 en las clases remotas o virtuales la conexión a internet fue fundamental, sin embargo, como se presenta en la tabla 3, el 48.6% de los docentes manifestaron que la cobertura de internet era regular y el 7.1% poseía una mala cobertura de internet. Asimismo, el 51.4% de los docentes manifestaron tener problemas técnicos ocasionalmente y el 8.6% refirió no tener problemas técnicos.

En cuanto a las herramientas tecnológicas y su disponibilidad el 60.0% de los encuestados manifestaron que, si tenía los recursos tecnológicos, pero con limitaciones, mientras que el 1.4% de los docentes no disponía de ninguna de las herramientas.

Por otra parte, con respecto al conocimiento y las plataformas utilizadas, las más usadas fueron Zoom con un 64.3% y Meet con un 54.3%, mientras que el 12,9% de los docentes no utilizaron ninguna de las plataformas antes mencionadas.

Por otra parte, de los 70 docentes encuestados el 38.6 % si recibió capacitación sobre el uso de las TIC, mientras que el 61.4% no recibió ninguna capacitación del uso de dichas herramientas, finalmente los factores que influyeron en las clases en su mayoría fueron las responsabilidades familiares con el 31.4% y la contaminación auditiva con un 30.0%.

Tabla 3. Herramientas tecnológicas

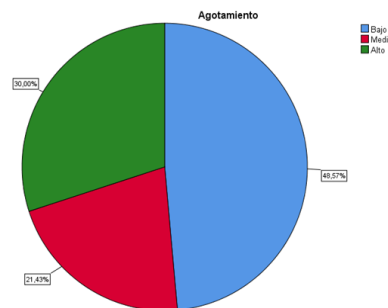
Variable	Frecuencia	Porcentaje
Cobertura de internet		
Buena	31	44.3
Regular	34	48.6
Mala	5	7.1
Total	70	100.0
Disponibilidad herramientas		
No	1	1.4
Sí, pero con limitaciones	42	60.0
Sí, cómodamente	27	38.6
Total	70	100.0
Problemas técnicos		
Nunca	6	8.6
Rara vez	21	30.0
Ocasionalmente	36	51.4
Frecuentemente	7	10.0
Total	70	100.0
Conocimiento de plataformas		
Zoom	45	64.3
Meet	38	54.3
Classroom	24	34.3
Microsoft teams	16	22.9
Todas las anteriores	58	82.9
Ninguna	9	12.9
Total	190	271.9
Frecuencia uso de plataformas		
Nunca	8	11.4
Rara vez	8	11.4
Ocasionalmente	14	20.0
Frecuentemente	40	57.1
Total	70	100.0
Capacitación		
Sí	27	38.6
No	43	61.4
Total	70	100.0
Factores externos que influyen en las clases		
Contaminación auditiva	21	30.0
Quehaceres de la casa	4	5.7
Responsabilidades familiares	8	11.4
Otros	22	31.4
Todas las anteriores	7	10.0
Ninguno	8	11.4
Total	70	100.0

Agotamiento emocional

Como se muestra en la tabla 4 (Figura 1), de las personas encuestadas un 48.57% presentan un agotamiento emocional bajo y un 30.0% evidenció un agotamiento emocional alto.

Tabla 4. Agotamiento emocional

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	34	48.6
Medio	15	21.4
Alto	21	30.0
Total	70	100

Figura 1. Agotamiento emocional


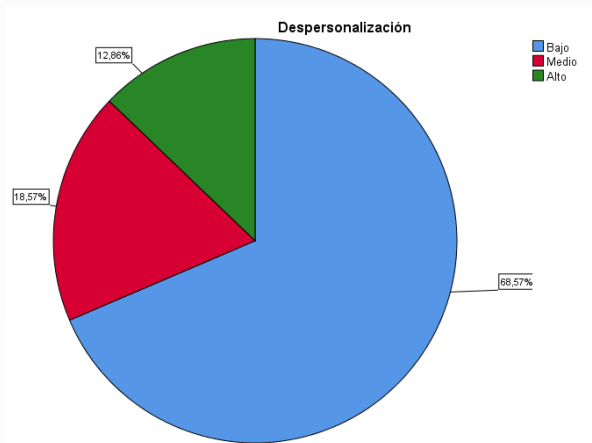
Despersonalización

En la tabla 5 (Figura 2) se muestra como del 100% de la población docente del CUS, un 63.3% indican que no se presentó la despersonalización entre profesores y alumnos en los años 2020-2021, sin embargo, un 12.9% manifestaban que sí se presentó la despersonalización.

Tabla 5. Despersonalización

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	34	63.6
Medio	15	18.6
Alto	21	12.9
Total	70	100

Figura 2. Despersonalización



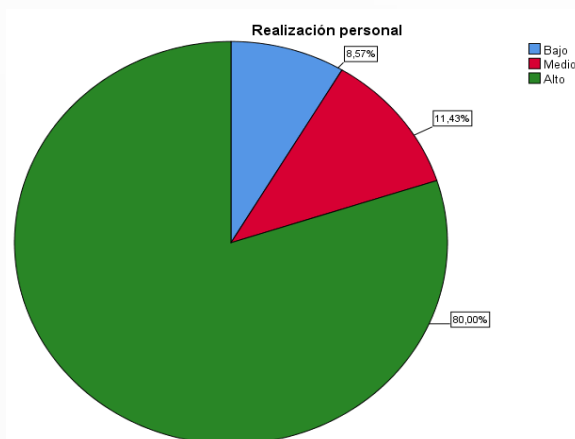
Realización personal

En la tabla 6 y figura 3 se presenta como se logró evidenciar que, de las 70 personas encuestadas, el 80% manifestó una realización personal alta, mientras que un 8.6% presentaron una realización personal con unos valores bajos.

Tabla 6. Realización personal

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	6	8.6
Medio	8	11.4
Alto	56	80.0
Total	70	100

Figura 3. Realización personal



Relación

Las dimensiones que se encontraron asociadas fueron: Agotamiento emocional con asociación de las variables de horas diarias laboradas con un valor en de 0.033 y cobertura a internet con 0.019, y por otro lado realización personal con las variables de género con un valor de 0.022 y capacitación 0.021 (ver tabla 7).

Tabla 7. Relación

Dimensión	Variable	Valor p
Agotamiento emocional	Horas diarias laboradas	0.033
	Cobertura internet	0.019
Realización personal	Género	0.022
	Capacitación	0.021

Discusión

Esta investigación tuvo como objetivo identificar la presencia del síndrome de Burnout en el profesorado de la institución, ya que este repercute de forma bilateral, es decir, afecta a los maestros y a los estudiantes del Colegio Universitario del Socorro, lo cual posteriormente demostraría el impacto que generó el cambio de la forma de impartir educación, alternativas y metodologías en la adaptación a la hora de realizar las clases y brindar los conocimientos, con los resultados obtenidos se pudo deducir que no se presentó el síndrome, sin embargo, hay una predisposición para llegar a presentarlo debido a los factores internos y externos tales como: Ambientales, emocionales y laborales en los docentes, estos a su vez causan discomfort en los docentes ya que afecta varios ámbitos de la vida personal tal como lo plantea Becerra Montagut (10).

El síndrome de Burnout o también llamado “el síndrome del trabajador quemado”, es

una de las principales afectaciones que genera alteración a nivel de la salud mental, física, emocional e incluso social de las personas. Durante la pandemia del Covid 19 se desencadenó un estrés generalizado en varios ámbitos de la vida personal a causa del aislamiento (11).

Según los datos recolectados, se logró demostrar la existencia de una serie de factores predisponentes que podían llevar a los profesores del CUS a presentar el síndrome de Burnout S.B. Sin embargo, antes de entrar en contexto con la relación entre la pregunta de la investigación, los resultados y las hipótesis, es crucial aclarar la importancia de reconocer a tiempo esta enfermedad (12), puesto que deteriora a las personas de forma inmediata, de igual forma como lo plantea Cortes. J. (3), es fundamental descartar cualquier tipo de enfermedad y más si se habla de las mentales ya que estas indican que algo no está bien en el funcionamiento del organismo.

Por lo anterior, a través de la aplicación de las encuestas se observó que en la caracterización sociodemográfica encuestados predomina el género femenino; de igual forma, como lo planteó Ortiz et al. (9) existe un mayor porcentaje y vulnerabilidad en las mujeres, ya que ellas se ven afectadas por diversos factores y el rol que desempeñan en el trabajo y hogar.

Así mismo, se logró demostrar que existe una cantidad superior de docentes de mayor edad en donde 42 manifestaron llevar dentro de la institución más de 10 años de servicio, cumpliendo jornadas de 8 a 10 horas o más, comparado con Portugal, Ferreira E, Pezuk J (13) dijeron que el 35.9% presentaban edades entre 46 y 55 años, quienes dentro de los resultados identificaron que las variables

estrato socioeconómico, horas de trabajo extensas, gran número de estudiantes, tiempo en el cargo y sección, muestran asociación significativa con las dimensiones de agotamiento emocional y realización personal.

Durante la investigación se logró verificar que las herramientas tecnológicas fueron una clave en las nuevas modalidades de enseñanza. Se evidenció que la cobertura a internet fue indispensable, sin embargo, esta fue regular, a pesar de que el 60% de los docentes refirió que contaban con recursos tecnológicos solo el 12.9% de los encuestados conocía las distintas plataformas, pero ninguno fue capacitado por la institución previamente. Así mismo, comparado con Martínez J y Garcés J (14) y el Observatorio Interuniversitario de Sociedad, Tecnología y Educación (15), quienes obtuvieron que la creación de contenido digital y seguridad fueron las categorías más débiles y eran pocos los profesores que alcanzaron un nivel innovador de competencias debido a la falta de capacitación sobre la implementación y el uso de las TIC, desde el punto de vista de los maestros el uso de las herramientas de comunicación e información en ambientes de formación virtual es limitado, condicionado a la motivación y en muchos casos débiles en cuanto a su formación para manejarlas, sin embargo, CEPAL, Unesco, plantean que es crucial una capacitación activa ya que esta ayudará al momento de cambiar las metodologías de enseñanza basándose en las nuevas tecnología (16).

Así mismo, para llegar a determinar si en los docentes del CUS se presentaba el SB, se tuvieron en cuenta los aspectos que mide el cuestionario de Maslach Burnout inventory que si en las dos primeras escalas el resultado daba Alto (Agotamiento emocional

y despersonalización) y bajo en la tercera (Realización personal), significa que la persona está padeciendo el síndrome (17).

Finalmente, en la investigación realizada se pudo probar que existió una asociación con las dimensiones de agotamiento emocional en un rango bajo con un 48.6% y realización personal en un rango alto del 80% las cuales se vincularon con cuatro variables, estas fueron: Horas diarias laboradas con un (valor p 0.033), cobertura a internet (valor p 0.019), género (valor p 0.022) y capacitación (valor p 0.021), así mismo, se encontró similitud junto con el estudio de Ibáñez J (18), en donde los resultados obtenidos revelaron una relación entre el agotamiento emocional y la realización personal influenciados por la edad, el género y las horas laboradas presentes en los docentes durante el cambio de la presencialidad a la virtualidad, por lo mencionado con anterioridad se establece que en los docentes del CUS no hay síndrome de Burnout, sin embargo, existe una predisposición a la presencia de este debido a los factores existentes, como lo menciona Valverde Asencios M (19) y Mercado M, Portocarrero J.(20) plantean que un estilo de vida saludable puede funcionar como protector para la salud mental de los docentes.

Conclusiones

En cuanto a la caracterización sociodemográficas, se obtuvo una moda de 60 años por parte de la población docente del Colegio Universitario del Socorro, CUS, donde se evidenció mayor prevalencia frente al género femenino, de los 70 docentes encuestados el 44.3% son casados, un 34.3% tienen 2 hijos y un 60% manifestó haber perdido un conocido o familiar producto del Sars-Covid 19 en el período 2020-2021.

En relación con las características laborales, 42 docentes manifestaron llevar dentro de la institución más de 10 años, laborando de 8 a 10 horas o más; con respecto a las herramientas tecnológicas, el 48.6% refirió una cobertura a internet regular, el 60% contaban con recursos tecnológicos de los cuales el 12.9% no tenían conocimiento sobre el manejo de estas, siendo resultado de la no capacitación por parte de la institución.

Se probó que 2 de las 3 dimensiones de la escala de Maslach se encontraban afectadas, estas fueron: Agotamiento emocional con un porcentaje de 48.5% asociado a las horas diarias laboradas, la cobertura de internet, y la realización personal con un porcentaje de un 80%.

Se evidenció una asociación al género femenino y a la falta de capacitación a los docentes durante el cambio de la presencialidad a la virtualidad, por lo cual se establece que en los docentes del CUS no hay síndrome de Burnout, sin embargo, existe una predisposición a la presencia de este.

Por otro lado, frente a las 5 hipótesis que se plantearon en el transcurso de esta investigación, se llegó a la conclusión de que la población docente del Colegio Universitario del Socorro no presenta síntomas asociados a esta enfermedad, no obstante, hay una serie de factores, tanto a nivel externo como a nivel interno, que ayudó a que se presentara en un menor grado el síndrome del trabajador quemado.

Finalmente, es necesario estudiar el síndrome de Burnout en los docentes, con el objetivo de mejorar la calidad laboral, ya que se evidenció una predisposición a desarrollar dicho síndrome, es por ello la importancia de enfatizar en la necesidad del tiempo dedicado a actividades de esparcimiento, en

el fortalecimiento de las relaciones interpersonales y el amor por el trabajo, así como compartir con la familia ya que esto favorece los estilos de vida saludables.

Referencias

1. Unesco. Apoyar a los docentes y al personal educativo en tiempos de crisis [Internet]. Unesco; 30 de mayo de 2022. [Citado el 12 de septiembre de 2024]. Disponible en: <https://es.unesco.org/news/equipo-especial-docentes-hace-llamamiento-ayudar-63-millones-docentes-afectados- crisis-del>
2. Olivares Faúndez V. Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout. Ciencia & Trabajo [Internet]. 2017. [Citado el 29 de marzo de 2022]; 19(58): 59-63. Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cyt/v19n58/0718-2449-cyt-19-58-00059.pdf>
3. Cortés Rojas J. El estrés docente en tiempos de pandemia. Dilemas contemp: educ política valores [Internet]. 2021 [Citado el 30 de mayo de 2022]; 8 (1): 1-11. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-78902021000300006&script=sci_arttext
4. Saborío L, Hidalgo L. Síndrome de Burnout. Med. leg. Costa Rica [Internet]. Marzo de 2015. [Citado el 29 de mayo de 2022]; 32(1):119-24. Disponible en: http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152015000100014&lng=en
5. Quirón Prevención. Síntomas del síndrome de 'Burnout': ¿cómo identificarlo? [Internet]. Quirón Prevención; 24 de julio de 2018. [Consultado 28 de septiembre de 2021]. Disponible en: <https://www.quironprevencion.com/blogs/es/prevenidos/sintomas-sindrome-burnout-identificarlo#:~:text=El%20s%C3%ADndrom e%20de%20burnout%20o,personalidad%20 y%20autoestima%20del%20trabajador.>
6. Rodríguez J, Guevara A, Viramontes E. Síndrome de Burnout en docentes. Revista A de investigación educativa de la Rediech [Internet]. 2017. [Consultado 13 septiembre 2021]; 8 (14): 45-67. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-85502017000100045
7. Espinosa J, Morán F, Granados J. El Síndrome Burnout y su efecto en el desempeño docente en tiempos de pandemia. Polo del Conocimiento [Internet]. 2021. [Citado el 13 de septiembre de 2021]; 6 (3): 670-679. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7926895>
8. Ochoa C, Hernández E, Guamán K, Pérez K. El acoso laboral. Revista Universidad y Sociedad [Internet]. 2021. [Citado 8 de marzo de 2022]; 13(2), 113-118. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v13n2/2218-3620-rus-13-02-113.pdf>
9. Ortiz Y, Mateus A, Lázaro D. Identificación del Síndrome del Burnout mediante la aplicación del Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) a la Secretaría de Educación Departamental, ubicada en la Ciudad de San José de Cúcuta. [Tesis de especialización]. Bogotá: Corporación Universitaria Minuto de Dios; 2020. 151p. [Citado el 13 de septiembre de 2021]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/10656/11275>
10. Becerra Montagut Y. Burnout y su relación con el bienestar psicológico de los docentes del Instituto Técnico Agrícola de Salazar. [Tesis de pregrado]. Bogotá: Universidad Antonio Nariño; 2021 [Citado el 13 de

septiembre de 2021]. Disponible en:
<http://repositorio.uan.edu.co/handle/123456789/2442>

11. Unesco. La educación en tiempos de la pandemia de Covid-19. [Internet]. Cepal; agosto de 2020. [Citado el 22 de marzo de 2022]. Disponible en:
https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45904/1/S2000510_es.pdf

12. Palomino C, Huarcaya J. Trastornos por estrés debido a la cuarentena durante la pandemia por la COVID-19. Horiz. Med. [Internet]. 2020 [Citado 2022 nov 28]; 20(4): e1218. Disponible en:
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-558X2020000400010&lng=es.
<http://dx.doi.org/10.24265/horizmed.2020.v20n4.10>.

13. Ferreira E, Pezuk J. Síndrome de Burn-out: um olhar para o esgotamento profissional do docente universitário. Aval Rev Aval Educ Super (Camp) [Internet]. 2021 [Citado 13 de septiembre de 2021]; 26(2): 483-482. Disponible en:
<https://www.scielo.br/j/aval/a/tyRLWxv9pLPf6RcBFxqmgDk/?lang=pt&format=pdf>

14. Martínez J, Garcés J. Competencias digitales docentes y el reto de la educación virtual derivado de la Covid-19. Educación y Humanismo [Internet]. 2020. [Citado el 15 de septiembre de 2021]; 22(39): 1-16. Disponible en:
<http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/educacion/article/view/4114/4594>

15. Cuello N, Solano I. Uso de las TIC como herramienta de aprendizaje en tiempos de aislamiento social. [Tesis de maestría]. Barranquilla: Universidad de la Costa; 2021. 122p. [Citado 8 de marzo de 2022]. Disponible en:

<https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/8246/Uso%20de%20las%20tic%20como%20herramienta%20de%20aprendizaje%20en%20tiempos%20de%20aislamiento%20social.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

16. Cepal. La educación en tiempos de la pandemia de Covid-19. [Internet]. Cepal; 2020. [Citado 8 de marzo de 2022]. Disponible en:
https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45904/S2000510_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y

17. Rodríguez S. Cuestionario - Burnout. [Internet]. 2017. [Citado 8 marzo de 2022]; Disponible en:
<https://static.ecestaticos.com/file/035/b15/f97/035b15f97effea4c69fd6519e8114bcf.pdf>

18. Ibáñez J. López J. Márquez A. Sánchez N. Flórez L. Vera A. Variables sociodemográficas relacionadas al síndrome de Burnout en docentes de colegios distritales: Psicología: Avances de la disciplina. [Internet]. 2012. [Citado 13 septiembre 2021]; 6 (2): 103-116. Disponible en:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-23862012000200009

19. Valverde Asencios M. Síndrome de Burnout y estilos de vida en docentes de la Facultad de Salud de una universidad privada de Perú en tiempos de pandemia. RCCS [Internet]. 2021 [Citado 13 de septiembre de 2021]; 14(1):19-6. Disponible en:
https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/1478

20. Mercado M, Portocarrero J. Síndrome de Burnout y estilos de vida en los profesionales de la salud en el hospital Ramiro Priale Huancayo 2019. [Tesis de pregrado]. Huánuco: Universidad de Huánuco; 2021. 115p. [Citado el 30 de noviembre de 2022].

Disponible en:
<http://repositorio.udh.edu.pe/handle/123456789/2750;jsessionid=A12643EDC61C14FD>
F696D39656C1A974

