

Prevalencia y niveles de síndrome de burnout en docentes de una institución educativa de Nanegalito, Ecuador en el año 2026***Prevalence and levels of burnout syndrome among teachers at an educational institution in Nanegalito, Ecuador, in 2026****León Vera Eimy Carlita.***CIENCIA, TECNOLOGÍA Y
SOCIEDAD****Julio - diciembre, V°7-N°2; 2026****Recibido: 17-07-2026****Aceptado: 27-07-2026****Publicado: 31-12-2026****PAIS**

- Quito - Ecuador
-

INSTITUCION

- Universidad Estatal de Milagro

CORREO:✉ ecleonv3@unemi.edu.ec**ORCID:**🌐 <https://orcid.org/0009-0009-3928-9001>**FORMATO DE CITA APA**

León, E. (2026). *Prevalencia y niveles de síndrome de burnout en docentes de una institución educativa de Nanegalito, Ecuador en el año 2026*. Revista G-ner@ndo, V°7 (N°2). P. 1963 – 1978.

Resumen

El síndrome de Burnout constituye una problemática relevante en el ámbito educativo debido a su impacto en el bienestar psicológico y el desempeño profesional de los docentes. En contextos rurales, esta condición puede estar influenciada por factores psicosociales, organizacionales y las condiciones propias del entorno laboral. El presente estudio tuvo como objetivo determinar la prevalencia del síndrome de Burnout en los docentes de la Unidad Educativa de la parroquia de Nanegalito durante el período académico 2026, mediante la evaluación de las dimensiones de agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Se desarrolló una investigación con enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, transversal y descriptivo. La muestra estuvo conformada por 22 docentes, a quienes se aplicó el Inventario de Burnout de Maslach (MBI) y un cuestionario sociodemográfico. Los datos fueron analizados mediante estadística descriptiva. Los resultados evidenciaron una baja prevalencia del síndrome de Burnout en la población estudiada. El 72,73 % de los docentes presentó bajos niveles de agotamiento emocional, el 68,18 % no evidenció despersonalización y el 63,6 % alcanzó niveles adecuados de realización personal, reflejando un adecuado bienestar profesional. En conclusión, los docentes evaluados presentan un bajo riesgo de desarrollar el síndrome de Burnout. No obstante, se recomienda fortalecer las estrategias institucionales de prevención, promoción de la salud mental y apoyo al bienestar laboral, con el propósito de mantener condiciones favorables para el ejercicio de la labor docente y prevenir la aparición de factores de riesgo psicosocial.

Palabras clave: agotamiento psicológico, docentes, síndrome de burnout**Abstract**

Burnout syndrome is a significant problem in education due to its impact on teachers' psychological well-being and professional performance. In rural contexts, this condition can be influenced by psychosocial and organizational factors, as well as the specific conditions of the work environment. This study aimed to determine the prevalence of burnout syndrome among teachers at the Nanegalito Parish Educational Unit during the 2026 academic year by evaluating the dimensions of emotional exhaustion, depersonalization, and personal accomplishment. A quantitative, non-experimental, cross-sectional, and descriptive study was conducted. The sample consisted of 22 teachers, who completed the Maslach Burnout Inventory (MBI) and a sociodemographic questionnaire. Data were analyzed using descriptive statistics. The results showed a low prevalence of burnout syndrome in the studied population. 72.73% of the teachers presented low levels of emotional exhaustion, 68.18% showed no evidence of depersonalization, and 63.6% achieved adequate levels of personal accomplishment, reflecting good professional well-being. In conclusion, the teachers evaluated present a low risk of developing burnout syndrome. However, it is recommended to strengthen institutional strategies for prevention, mental health promotion, and support for workplace well-being, in order to maintain favorable conditions for teaching and prevent the emergence of psychosocial risk factors.

Keywords: psychological exhaustion, teachers, burnout syndrome

Introducción

El síndrome de burnout representa uno de los principales riesgos psicosociales que afectan al personal docente debido a las elevadas demandas laborales, emocionales y organizacionales que caracterizan el ejercicio de la profesión. Actualmente, la evidencia científica señala que la exposición continua al estrés laboral puede afectar la salud mental, disminuir la satisfacción laboral y reducir la calidad del proceso educativo, repercutiendo tanto en el bienestar del docente como en el aprendizaje de los estudiantes (Serrano, Carriel, & Sánchez, 2021).

Durante los últimos años, el interés por el estudio del síndrome de burnout ha aumentado considerablemente, especialmente después de la pandemia por COVID-19, debido al incremento de las exigencias laborales, la adaptación a nuevas modalidades de enseñanza y las responsabilidades adicionales asumidas por los docentes. Investigaciones recientes evidencian que el agotamiento emocional constituye la dimensión más frecuente del síndrome, seguido de la despersonalización y la disminución de la realización personal, afectando el desempeño profesional, la motivación y la permanencia en la profesión docente (Kush, Badillo, Musci, & Stuart, 2021).

De acuerdo con investigaciones recientes, el síndrome de burnout se caracteriza por tres dimensiones: agotamiento emocional, entendido como la sensación de cansancio físico y psicológico derivado de las exigencias laborales; despersonalización, expresada mediante actitudes de distanciamiento o indiferencia hacia las personas con quienes se trabaja; y disminución de la realización personal, reflejada en sentimientos de baja eficacia y satisfacción profesional (Serrano, Carriel, & Sánchez, 2021).

En el contexto educativo, diversos estudios desarrollados en Ecuador muestran que los docentes se encuentran expuestos a múltiples factores de riesgo, entre ellos la sobrecarga de trabajo, las responsabilidades administrativas, las exigencias curriculares, el manejo de grupos numerosos, las demandas emocionales y la limitada disponibilidad de recursos institucionales. Estos factores favorecen la aparición del síndrome y pueden afectar el bienestar psicológico y el desempeño profesional del profesorado (Aguilar & Mayorga, 2020).

En este contexto, el síndrome de burnout constituye la variable de estudio, evaluada a través de las dimensiones de agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Aunque esta problemática ha sido ampliamente estudiada en el ámbito educativo, la evidencia disponible en contextos rurales del Ecuador continúa siendo limitada y, particularmente, en la parroquia de Nanegalito no se identifican investigaciones publicadas sobre su prevalencia en docentes, lo que evidencia un vacío de conocimiento.

En consecuencia, el objetivo de la presente investigación fue determinar la prevalencia y los niveles del síndrome de burnout en los docentes de una institución educativa pública de la parroquia de Nanegalito durante el período académico 2026. Se planteó como hipótesis de investigación que los docentes presentan una prevalencia significativa del síndrome, expresada en niveles moderados o altos de agotamiento emocional y despersonalización, junto con bajos niveles de realización personal; mientras que la hipótesis nula establece que no existe una prevalencia significativa del síndrome en esta población.

Para ello, se desarrolló un estudio con enfoque cuantitativo, diseño no experimental, transversal y descriptivo, mediante la aplicación del Inventario de Burnout de Maslach (MBI) y un cuestionario sociodemográfico a una muestra de 22 docentes. Los resultados contribuirán a ampliar la evidencia científica sobre el síndrome de burnout en contextos educativos rurales y servirán como base para futuras estrategias de promoción de la salud mental y prevención de riesgos psicosociales en el ámbito educativo.

Según Lulema et al. (2025), del conjunto de artículos analizados, el 15 % correspondió a investigaciones publicadas en 2020, el 45 % en 2021, el 10 % en 2022, el 15 % en 2023 y el 15 % restante en 2024. Asimismo, los autores señalan que todos los estudios incluidos presentan la palabra “burnout” en sus títulos, están escritos en español y abordan la realidad de los docentes en Latinoamérica. Los resultados evidencian que el síndrome de burnout constituye una problemática presente en los docentes y que si estudio ha cobrado mayor relevancia debido a su impacto en el bienestar de los profesionales de la educación.

En este contexto, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce el agotamiento laboral como un fenómeno asociado al estrés crónico en el trabajo que no ha sido gestionado adecuadamente y que representa un importante desafío para la salud ocupacional. Durante varios años, el síndrome de burnout no fue reconocido oficialmente dentro de la Clasificación Internacional Enfermedades (CIE) ni en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5), lo que limitó su identificación y estudio en diferentes contextos laborales (Flores, José, & Murillo, 2021).

En Ecuador, diversas investigaciones han descrito la presencia del síndrome de burnout en docentes. Manzano Días (2020) encontró que el 29 % de los docentes presentó niveles significativos de cansancio emocional y el 17% niveles de despersonalización.

De manera similar, Vega-Feijóo et al. (2020) reportaron que el 28,57% de los docentes experimentó agotamiento emocional y el 17,14% despersonalización. Asimismo, Gallo y Jácome (2022), mediante la aplicación del Inventario de Burnout de Maslach (MBI) y el Test de Ansiedad de Zung en 133 docentes de dos unidades educativas de Quito, identificaron niveles bajos de

cansancio emocional y despersonalización, mientras que el 80% presentó niveles altos de realización personal.

Por otra, parte Mallitasig y Palacios (2024) describieron el comportamiento del estrés laboral en el desempeño de los docentes de institutos superiores tecnológicos de la provincia de Pichincha. Los hallazgos del estudio evidenciaron una fuerte correlación negativa entre ambas variables ($p = -0,74$), lo que indica que el incremento de los niveles de estrés laboral se asocia con una disminución significativa y sostenida en la calidad del desempeño profesional docente.

En la parroquia de Nanegalito, ubicada en el noroccidente de la provincia de Pichincha, los docentes enfrentan diversos desafíos, ya que es un sector rural que enfrenta varios factores psicosociales y puede incrementar el riesgo de desarrollar este síndrome, tales como el entorno, el cumplimiento de responsabilidades académicas y administrativas, la atención a problemáticas socioemocionales de los estudiantes, sin embargo, no se dispone de estudios que describan la prevalencia y los niveles del síndrome de burnout en esta población, lo que evidencia un vacío de información científica a nivel local.

La ausencia de evidencia impide conocer la magnitud con la que el síndrome de burnout se presenta en los docentes de la parroquia, así como la distribución de sus niveles en las dimensiones de cansancio emocional, despersonalización y realización personal. Contar con esta información permitirá disponer de un diagnóstico descriptivo sobre la presencia del síndrome en este grupo de profesionales.

En este contexto, surge la necesidad de determinar la prevalencia y los niveles del síndrome de burnout en los docentes de la parroquia de Nanegalito, con el propósito de generar evidencia científica que contribuya al conocimiento de esta problemática en el ámbito educativo.

La presente investigación se desarrolla en la institución educativa de la parroquia de Nanegalito, ubicada en el noroccidente de la provincia de Pichincha. El estudio está dirigido a los 22 docentes que desempeñan funciones de enseñanza y aprendizaje durante el inicio del período académico 2026.

La investigación tiene como finalidad analizar y determinar los niveles del síndrome de Burnout y sus efectos relacionados en el personal docente, considerando variables emocionales, psicosociales y del entorno laboral que pueden influir en su aparición.

De igual manera, se propone identificar las principales consecuencias que este síndrome puede ocasionar en el bienestar general de los educadores y en su rendimiento profesional, con la intención de desarrollar propuestas de intervención psicológica enfocadas en la prevención, el cuidado y el fortalecimiento de la salud mental, promoviendo un entorno laboral saludable dentro de la institución educativa.

¿Cuál es la prevalencia del síndrome de burnout y cuáles son los niveles que presentan los docentes de la institución educativa de la parroquia de Nanegalito durante el período académico 2026?

La presente investigación está orientada al análisis del síndrome de burnout en los docentes de una institución educativa ubicada en la parroquia de Nanegalito, situada en el noroccidente de la provincia de Pichincha, durante el período académico 2026.

El estudio estará dirigido a una población de 22 docentes que cumplen funciones de enseñanza y aprendizaje y que desarrollan su labor con una población estudiantil de 475 estudiantes distribuidos en distintos niveles educativos. La investigación se enfocará en identificar y analizar los factores emocionales, psicosociales y laborales que inciden en la aparición del síndrome de burnout, así como en determinar sus causas, efectos y consecuencias sobre el bienestar emocional y el desempeño profesional docente.

Esta investigación se enmarca en el campo de la psicología, específicamente en el área de la salud mental, centrando su análisis en el agotamiento emocional con la finalidad de reconocer las principales dimensiones asociadas a la manifestación del síndrome de burnout.

El proceso investigativo se llevará a cabo al inicio del período académico 2026, considerando este lapso como el tiempo establecido para la obtención de datos y la recolección de la información necesaria para el desarrollo del estudio.

El análisis permitirá obtener información específica sobre la realidad que enfrentan los docentes dentro de este contexto educativo, facilitando la identificación de aspectos relacionados con su bienestar psicológico y laboral frente a la presencia de agotamiento físico y mental que puede afectar su desempeño profesional. A partir de ello, será posible formular estrategias preventivas y acciones orientadas al fortalecimiento de su calidad de vida.

La presente investigación es fundamental ante la necesidad de analizar el síndrome de burnout en los docentes de la parroquia de Nanegalito, debido a que representa una problemática que afecta la salud mental y el desempeño profesional dentro del ámbito educativo.

Los docentes se enfrentan constantemente a múltiples exigencias académicas, administrativas y emocionales que pueden generar agotamiento físico y mental, especialmente en contextos rurales donde las condiciones laborales y sociales presentan desafíos. Estas circunstancias pueden afectar significativamente su bienestar psicológico, sus relaciones interpersonales y la calidad del proceso de enseñanza y aprendizaje.

La importancia de este estudio radica en identificar las causas y efectos del síndrome de burnout en el contexto educativo de Nanegalito, aportando información relevante que permita comprender esta problemática desde una perspectiva psicológica.

Además, los resultados permitirán formular propuestas de intervención psicológica orientadas a la prevención, promoción del bienestar docente y fortalecimiento de ambientes laborales saludables.

Desde el aporte científico, esta investigación contribuirá al campo de la psicología, en los ámbitos de salud y educativas, al generar el análisis sobre el síndrome de burnout en contextos rurales, donde existen limitados estudios sobre esta temática.

Métodos y Materiales

En cuanto a los aspectos éticos, previo la aplicación de los instrumentos, los docentes recibieron información sobre los objetivos del estudio, el carácter voluntario de su participación y el uso exclusivamente académico de la información recopilada. Posteriormente, los participantes firmaron el consentimiento informado, para garantizar la confidencialidad, los cuestionarios fueron codificados y la información obtenida se utilizó únicamente con fines de investigación, presentando los resultados de forma global, sin identificar a los participantes.

La presente investigación tendrá un enfoque cuantitativo, ya que permitirá recopilar, analizar e interpretar datos numéricos relacionados con el síndrome de burnout en los docentes de la parroquia de Nanegalito. Para ello, se aplicará un instrumento estandarizado que facilitará la obtención de información cuantificable, la cual será procesada mediante procedimientos estadísticos que contribuirán al cumplimiento de los objetivos de investigación y a la formulación de conclusiones sustentadas en evidencia empírica (Hernández, Fernández, & Baptista, 2024).

La investigación será de tipo no experimental, debido a que no se manipulará la variable de estudio ni se intervendrá sobre las condiciones naturales de los participantes. El estudio se limitará a observar y describir el fenómeno tal como ocurre en su contexto habitual, permitiendo analizar las características del síndrome de burnout presentes en los docentes (Dzul, 2023)

Es aquel que se realiza sin la manipulación de las variables, no se controla, sino que observa o interpreta para llegar a una conclusión.

El diseño será transversal, puesto que la información se recopilará en un único momento temporal. Este diseño permitirá identificar la prevalencia del síndrome de burnout y describir sus dimensiones en la población estudiada durante el periodo de recolección de datos (Hernández, Fernández, & Baptista, 2024).

Asimismo, la investigación tendrá un alcance descriptivo, ya que buscará caracterizar los niveles de síndrome de burnout presentes en los docentes de la parroquia de Nanegalito, mediante la observación, registro y análisis de las dimensiones evaluadas por el instrumento seleccionado.

En este estudio se trabajará con una muestra de 22 trabajadores cualificados en el ámbito de docencia de una institución pública de la parroquia de Nanegalito ubicada en el Noroccidente de Pichincha.

El muestreo de accesibilidad- accidental no probabilístico, consiste en tomar una muestra de una población que está disponible y accesible, en lugar de determinarla y obtenerla a través de un cálculo, este método de muestreo permite recoger de forma fácil y sencilla elecciones, sugerencias, críticas y comentarios, aunque sus resultados no son tan fiables desde un punto de vista experimental (Ortega, 2024).

Tabla 1

Características sociodemográficas y laborales

		N=22	%		
Género	Masculino	11	50,00		
	Femenino	11	50,00		
Estado civil	Soltero/a	8	36,36		
	Casado/unión libre	13	59,09		
	Viudo/a	0	0		
	Divorciado/a	1	3,57		
Tipo de trabajo	Tiempo completo	22	100		
	Tiempo parcial	0	0		
Tipo de institución	Pública	22	100		
	Privada	0	0		
		M	Máx.	Min.	DT
Edad		42,14	62	27	10,72
Horas de trabajo por día		8	8	0	0
Experiencia laboral		9,14	36	1	9,40
Nota: Cuestionario Ad-Hoc (M media; DT desviación típica)					

Se empleó un cuestionario sociodemográfico y laboral elaborado específicamente para la presente investigación, con el propósito de recopilar información general de los participantes. Este instrumento fue aplicado a 22 profesionales del ámbito docente e incluyó variables sociodemográficas como género, edad, nacionalidad, ciudad de residencia, zona de trabajo,

estado civil, número de hijos y remuneración salarial. Asimismo, contempló variables laborales relacionadas con la profesión, años de experiencia, tipo de institución educativa, modalidad de contratación, carga horaria diaria y disponibilidad de recursos institucionales para el desarrollo de sus funciones (Ocampo y Mansanillas, 2022).

Para evaluar el síndrome de burnout se utilizó el Maslach Burnout Inventory (MBI), desarrollado por Christina Maslach y Susan E. Jackson (1981). Este instrumento es uno de los más utilizados y validados a nivel internacional para la medición del desgaste profesional en diversos contextos laborales, incluido el educativo (Mohamed & Mohamed, 2022).

La presente investigación empleó la versión Maslach Burnout Inventory, diseñada específicamente para profesionales de la educación. El instrumento consta de 22 ítems, distribuidos en tres dimensiones:

1. Agotamiento emocional (9 ítems): Evalúa el sentimiento de cansancio físico y emocional ocasionados por las demandas laborales.
2. Despersonalización (5 ítems): Mide actitudes negativas, distantes hacia las personas con quien se trabaja.
3. Realización personal (8 ítems): Evalúa sentimientos de competencia, eficacia y logro profesional en el desempeño laboral.

Los participantes responden mediante una escala tipo Likert de seis opciones:

- **0=** Nunca
- **1=** Pocas veces al año
- **2=** Una vez al mes o menos
- **3=** Algunas veces al mes
- **4=** Una vez a la semana
- **5=** Varias veces a la semana
- **6=** Todos los días.

Procedimiento

Fase 1: En la presente investigación, primeramente, se realizó una revisión bibliográfica relacionada con el síndrome de burnout en docentes, mediante la consulta de diversas fuentes científicas y académicas confiables. Para ello, se utilizaron herramientas tecnológicas a través de internet, tales como artículos científicos, libros, tesis, revistas indexadas, documentos académicos y páginas especializadas. Esta búsqueda permitió conocer y comprender aspectos fundamentales del síndrome de burnout, incluyendo su definición, origen, causas, síntomas, consecuencias en la salud mental y factores asociados a su aparición en el contexto educativo.

La información recopilada sirvió como base para la elaboración del marco teórico y para la selección de los instrumentos de evaluación utilizados en la investigación.

Fase 2: Posteriormente, se realizó el acercamiento a la institución educativa seleccionada para el estudio, solicitando la autorización correspondiente a las autoridades institucionales para la ejecución de la investigación. Una vez obtenido el permiso, se informó a los docentes sobre los objetivos del estudio, garantizando la confidencialidad de la información y su utilización exclusivamente con fines académicos. Asimismo, se contó con la participación voluntaria de los docentes y su respectivo consentimiento informado.

Una vez coordinadas las fechas y horarios con las autoridades de la institución, se procedió a la aplicación presencial de los instrumentos de investigación a los 22 docentes participantes. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral y el Inventario de Burnout de Maslach para Educadores (MBI-ES). La aplicación se efectuó en horarios previamente establecidos, procurando no interferir con las actividades académicas y laborales de los participantes.

Fase 3: Una vez concluida la recolección de información, los datos obtenidos fueron organizados, codificados y registrados en una base de datos elaborada en Microsoft Excel para su posterior procesamiento estadístico. Se realizaron análisis descriptivos de las variables sociodemográficas, laborales y de burnout. Para las variables cuantitativas se calcularon medidas de tendencia central y dispersión, tales como media, mínimo, máximo y desviación estándar. Por su parte, las variables cualitativas fueron analizadas mediante frecuencias y porcentajes. Estos procedimientos permitieron identificar la prevalencia y los niveles del síndrome de burnout presentes en los docentes participantes.

Análisis de Resultados

En esta sección se presentan los resultados obtenidos a partir del análisis descriptivo de los datos recolectados mediante el cuestionario sociodemográfico y laboral y el Inventario de Burnout de Maslach (MBI). Los hallazgos se exponen de acuerdo con los objetivos planteados en la investigación.

La Tabla 1 presenta las características sociodemográficas y laborales de los docentes participantes.

Tabla 1

Características sociodemográficas y laborales

		N=22	%
Género	Masculino	11	50,00

	Femenino	11	50,00	
Estado civil	Soltero/a	8	36,36	
	Casado/unión libre	13	59,09	
	Viudo/a	0	0	
	Divorciado/a	1	3,57	
Tipo de trabajo	Tiempo completo	22	100	
	Tiempo parcial	0	0	
Tipo de institución	Pública	22	100	
	Privada	0	0	
		M	Máx.	Min.
Edad		42,14	62	27
Horas de trabajo por día		8	8	0
Experiencia laboral		9,14	36	1
				DT
				10,72
				0
				9,40

Nota: Elaboración propia a partir de los datos obtenidos mediante el cuestionario sociodemográfico.

La muestra estuvo conformada por 22 docentes, distribuidos equitativamente entre hombres (50,0%) y mujeres (50,0%). En cuanto al estado civil, el 59,09% correspondió a docentes casados o en unión libre, el 36,36% a solteros y el 3,57% a divorciados, el 0% no se registraron participantes viudos.

Respecto a las características laborales, el 100% de los participantes trabaja a tiempo completo y pertenece a una institución educativa pública.

La edad de los docentes presenta una media de 42,14 años (DT= 10,72), con un rango entre 27 y 62 años. La experiencia laboral muestra una media de 9,14 años (DT= 9,40), con valores entre 1 y 36 años. La jornada laboral fue de 8 horas diarias en todos los participantes.

La Tabla 2 muestra la distribución de las respuestas obtenidas en las dimensiones evaluadas por el Inventario de Burnout de Maslach (MBI).

Tabla 2

Aplicación del Inventario de Burnout de Maslach (MBI)

Dimensión	Nº de ítems	Nunca	Pocas veces al año	Una vez al mes o	Algunas veces al mes	Una vez a la semana	Varias veces a la	Todos los días
-----------	-------------	-------	--------------------	------------------	----------------------	---------------------	-------------------	----------------

				meno s			seman a	
Agotamiento emocional	9	72,73 %	18,18 %	0	9,1%	0	0	0
Despersonalización	5	68,18 %	13,64 %	0	0	4,5 %	9,09%	0
Realización personal	8	63,6%	0	0	0	13,6%	13,6%	9,09 %
Total	22							

Nota: Elaboración propia con base en los resultados obtenidos mediante la aplicación del Inventario de Burnout de Maslach (MBI), 2026.

En la dimensión de agotamiento emocional, el 72,73% de las respuestas en la sección “Nunca” el 72,73%, En “Pocas veces al año” el 18,18% y el 9,1% en “Algunas veces al mes”. No se registraron respuestas en las categorías “Una vez al mes o menos”, “Una vez a la semana”, “Varias veces a la semana” ni “Todos los días”.

En la dimensión de despersonalización, el 68,18% de las respuestas correspondió a la categoría “Nunca”, el 13,64 % a “Pocas veces al año”, el 4,5% a “Una vez a la semana” y el 9,09% a “Varias veces a la semana”. No se registraron respuestas en las categorías “Una vez al mes o menos” “Algunas veces al mes” ni “Todos los días”.

En la dimensión de realización personal, el 63,6% de las respuestas se ubicó en la categoría “Nunca”, mientras que el 13,6% correspondió a “Una vez a la semana”, el 13,6% a “Varias veces a la semana” y el 9,09% a “Todos los días”. No se registraron respuestas en las categorías “Pocas veces al año”, “Una vez al mes o menos” no “Algunas veces al mes”.

Discusión

Los resultados obtenidos evidencian una baja prevalencia del síndrome de burnout en los 22 docentes evaluados. En la dimensión de agotamiento emocional, el 72,73 % de los participantes indicó que nunca experimenta sentimientos de agotamiento emocional relacionados con su labor profesional. Este hallazgo coincide con lo reportado por (Morochó & Orquera, 2024), quienes encontraron que el 74,4% de los docentes de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca presentó bajos niveles de agotamiento emocional, así como (Reyes & Auquilla, 2024), quienes informaron que el 69,2% de los docentes evaluados también registró niveles bajos en esta dimensión.

La similitud entre estos resultados sugiere que, aun cuando la docencia implica múltiples demandas laborales, pueden existir factores protectores que disminuyan el impacto del estrés ocupacional. En la institución evaluada, el contexto rural, el tamaño de la planta docente y la interacción cercana entre docentes, estudiantes y familias podrían favorecer un clima

organizacional más colaborativo y fortalecer las redes de apoyo social. Estos elementos han sido descritos como factores que promueven el bienestar laboral, incrementan el sentido de pertenencia institucional y contribuyen a prevenir el desarrollo del agotamiento emocional.

En relación con la dimensión de despersonalización, el 68,18% de los docentes manifiesta que nunca experimenta actitudes de indiferencia o distanciamiento hacia los estudiantes. Este resultado es similar a la investigación por Morocho y Orquera (2024), quienes encontraron un 68,7% de docentes con bajos niveles de despersonalización, y con (Reyes & Auquilla, 2024), quien reporta un 79,5%. Si bien se observa diferencias en las proporciones, los hallazgos muestran una baja prevalencia de esta dimensión.

Estos hallazgos podrían explicarse por las características propias del contexto educativo rural, donde la cercanía entre docentes, estudiantes y familias favorece vínculos interpersonales más sólidos y un mayor compromiso con el proceso educativo. En el contexto ecuatoriano, este resultado pone de manifiesto la importancia de fortalecer ambientes laborales colaborativos y estrategias de apoyo institucional, ya que dichas condiciones pueden contribuir a preservar la calidad de las relaciones pedagógicas y el bienestar emocional de los docentes.

Respecto a la dimensión de realización personal, los resultados difieren de los obtenidos por (Pacheco & Gia, 2025), quienes reportaron que el 71 % de los docentes presentó bajos niveles de realización personal, identificándola como una de las dimensiones más afectadas del síndrome de burnout. En contraste, en el presente estudio el 63,6 % de los docentes evidenció niveles adecuados de realización personal, lo que refleja una percepción positiva sobre su desempeño profesional y satisfacción con la labor que realizan. Esta diferencia podría estar relacionada con las características particulares de la institución, el contexto rural y las condiciones laborales de la población estudiada, aspectos que influyen en la percepción de eficacia y valoración del trabajo docente.

En conjunto, los hallazgos evidencian una baja prevalencia del síndrome de burnout en la población evaluada. Si bien estos resultados no pueden generalizarse a todos los contextos educativos del Ecuador debido al tamaño de la muestra y a las particularidades de la institución estudiada, aportan evidencia sobre una realidad poco investigada en instituciones educativas rurales. Asimismo, resaltan la importancia de mantener programas de promoción de la salud mental, fortalecimiento del clima laboral y prevención de riesgos psicosociales, con el fin de preservar el bienestar docente y contribuir a una educación de calidad en el sistema educativo ecuatoriano.

Conclusiones

Los resultados obtenidos mediante la aplicación del Inventario de Burnout de Maslach (MBI) permitieron concluir que los docentes de la institución educativa de la parroquia de Nanegalito presentan una baja prevalencia del síndrome de burnout. En las dimensiones evaluadas predominaron niveles bajos de agotamiento emocional (72,73 %) y despersonalización (68,18 %), mientras que el 63,6 % evidenció niveles adecuados de realización personal, cumpliéndose el objetivo general de determinar la prevalencia y los niveles del síndrome de burnout en la población estudiada.

En relación con las características sociodemográficas, la muestra estuvo conformada por 22 docentes, distribuidos equitativamente entre hombres y mujeres (50 % cada uno), con predominio de participantes casados o en unión libre (59,09 %). Estos resultados describen el perfil de la población evaluada, sin evidenciar asociaciones entre las variables sociodemográficas y los niveles de burnout, debido al alcance descriptivo del estudio.

Los hallazgos muestran que la mayoría de los docentes presenta niveles bajos de agotamiento emocional y despersonalización, así como niveles adecuados de realización personal, lo que indica una baja presencia del síndrome de burnout en la institución educativa analizada. Estos resultados aportan evidencia sobre el estado del bienestar laboral docente en un contexto educativo rural y constituyen un referente para futuras investigaciones sobre esta problemática

Referencias Bibliográficas

- Bermeo, N., & Chamorro, J. (2023). Depresión en docentes de primaria y secundaria de la ciudad de Quito . *UDLA* , 10-15.
- Cabrera, J., Cale, J., & Ramón, L. (2023). Concepciones docentes para la atención a la diversidad: diferencias sobre inclusión e integración educativa. *Revista Killkana Sociales*, 1-3.
- Calvo, A. (2020). Salud Mental en la actualidad . *Revista colombiana de salud ocupacional*, 1-2.
- Castillo, K. (2023). Prevalencia de la salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes del Valle de los Chillos . *Universidad Técnica Particular de Loja* , 52-53.
- Cortes, N. (27 de Diciembre de 2022). *Todo sobre la satisfacción laboral* . Obtenido de Recursos Humanos : <https://www.geovictoria.com/es-pe/blog/recursos-humanos/satisfaccion-laboral>
- Davila, C., & Sfetcu, R. (2020). Manual de Burnout . *Proyecto Erasmus*, 3-8.
- Díaz, D., Rodríguez, S., & Cruz, C. (21 de Octubre de 2020). *Problemática psicosocial y de salud mental reportada por consultantes del servicio de atención telefónica Línea de la Vida*. Obtenido de Revista Internacional de Investigación : <https://riiad.org/index.php/riiad/article/view/riiad.2020.2.06/317#:~:text=Los%20principales%20problemas%20de%20salud,y%205.6%25%2C%20violencia%20dom%C3%A9stica.>
- Dzul, M. (13 de Diciembre de 2023). Diseño no- experimental. *Universidad autónoma del estado de Hidalgo*, págs. 1-13.
- Flores, P., José, M., & Murillo, J. (2021). SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA HISPANO. *Revista Científica de la Universidad Regional Autónoma de Los Andes*, 2-3.
- Gallo, K., & Jácome, C. (2022). Síndrome de Burnout y ansiedad en docentes en la ciudad de Quito. *Universidad Tecnológica Indoamericana* , 4-5.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2024). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill Education.
- Instituto Aragonés de Ciencias de Salud . (s.f de s.f de 2022). *Factores de riesgo y protectores*. Obtenido de Guías Salud: <https://portal.guiasalud.es/egpc/depresion-infancia-factores-riesgo/>
- Lasluisa, C., Porras, D., & Cortez, G. (2025). Evaluación del síndrome de burnout y estrés percibido en el personal de salud de un clínica privada en Quito . *Revista científica Yachasun* , 6-13.
- Lulema, S. (2025). Síndrome de Burnout en Docentes en Latinoamérica: una revisión bibliográfica . *Universidad Internacional SEK*, 3-8.
-

- Mallitasig, K., & José, P. (2024). Influencia del estrés laboral en el desempeño docente en Institutos Superiores Tecnológicos de Pichincha - Ecuador, 2024. *Ciencias Técnicas y aplicadas*, 1-3.
- Manzano, A. (2024). Síndrome de burnout en docentes de una Unidad Educativa, Ecuador. *Revista de Investigación en Ciencias de la Educación, Horizontes* , 2-6.
- Maslach, C., & Jackson, S. (1981). *The measurement of experienced burnout*. Berkeley: Journal of occupational behaviour.
- Mendes, L., Lago, E., Pinheiro, C., Pires, I., & Vasconcelos, G. (16 de Marzo de 2020). *Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza*. Obtenido de Scielo: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412020000100007#B5
- Mohamed, R., & Mohamed, H. (2022). Síndrome de burnout en el docente universitario en tiempos de COVID-19. *Revista RIHUMSO*, 3-8.
- Morocho, G., & Orquera, J. (2024). Características del síndrome de Burnout en docentes de la facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca- Azuay 2024. *Universidad de Cuenca* , 3-8.
- Moromenacho, J., & Toapanta, J. (2025). Revisión sistemática: Causas y consecuencias que inciden en el Síndrome. *ASCE MAGAZINE* , 5-10.
- Ocampo, K., & Mansanillas, T. (2022). *Guía didáctica Prácticum 4.1 Trabajo de integración Curricular/ Examen Complexivo: opción Trabajo de integración curricular* . Loja: Ediloja.
- Organización Internacional del Trabajo. (28 de Septiembre de 2022). *La OMS y la OIT piden nuevas medida para abordar los problemas de salud mental en el trabajo*. Obtenido de Organización Internacional del Trabajo: <https://www.ilo.org/es/resource/news/la-oms-y-la-oit-piden-nuevas-medidas-para-abordar-los-problemas-de-salud>
- Organización Mundial de la Salud . (17 de Junio de 2022). *Salud Mental*. Obtenido de OMS: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response#:~:text=La%20salud%20mental%20es%20un,la%20mejora%20de%20su%20comunidad.>
- Organización Mundial de la Salud . (31 de Marzo de 2023). *Depresión* . Obtenido de OMS : [https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression#:~:text=El%20trastorno%20depresivo%20\(o%20depresi%C3%B3n,sobre%20el%20d%C3%ADa%20a%20d%C3%ADa.](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression#:~:text=El%20trastorno%20depresivo%20(o%20depresi%C3%B3n,sobre%20el%20d%C3%ADa%20a%20d%C3%ADa.)
- Organización mundial de la salud. (13 de Septiembre de 2021). *Depresión*. Obtenido de OMS: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Organización Mundial de la Salud. (21 de Febrero de 2023). *Estrés*. Obtenido de OMS: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20el%20estr%C3%A9s%3F,las%20amenazas%20y%20a%20otros%20est%C3%ADmulos.>
-

- Ortega, C. (01 de Mayo de 2024). *Muestreo casual o accidental: Qué es y cómo se realiza* . Obtenido de QuestionPro: <https://www.questionpro.com/blog/es/muestreo-casual-o-accidental/#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20un%20muestreo%20casual,de%20un%20c%C3%A1culo%20m%C3%A1s%20cuidadoso.>
- Pacheco, F., & Gia, J. (2025). Síndrome de Burnout estabilidad mental apoyo emocional . *UNEMI*, 7-12.
- Reyes, A., & Viteri, G. (2023). Prevalencia y factores asociados de estrés laboral, ansiedad y depresión en docentes . *UDLA*, 1-54.
- Reyes, X., & Auquilla, F. (2024). Síndrome de Burnout y Depresión en docentes ecuatorianos: un estudio correlacional Síndrome de Burnout y Depresión en docentes ecuatorianos: un estudio correlacional Autores. *ResearchGate*, 5-9.
- Ruiz, M. (2023). La salud mental del profesorado. *Salud Mental*, 1-7.
- Salud Mental . (16 de Noviembre de 2022). *Factores de protección de la depresión*. Obtenido de SOM: <https://www.som360.org/es/libro/trastornos-depresivos/factores-proteccion#:~:text=Los%20principales%20factores%20de%20protecci%C3%B3n,ejercicio%20f%C3%ADsico%20de%20manera%20regular.>
-