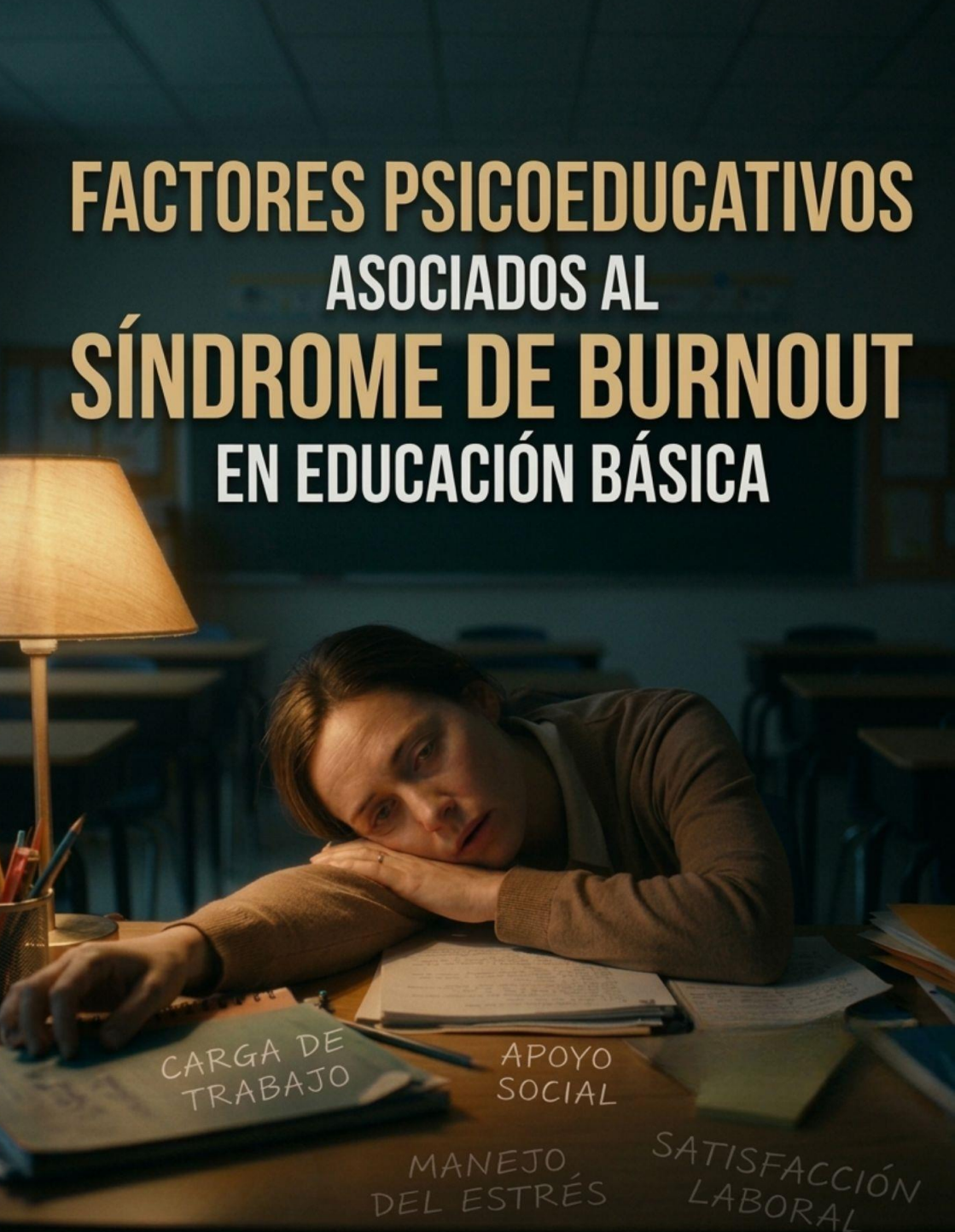
FACTORES PSICOEDUCATIVOS ASOCIADOS AL SÍNDROME DE BURNOUT EN EDUCACIÓN BÁSICA



LIC. STEFANÍA ECHEVERRÍA | MSC. ELSA CHICAIZA | LIC. YADIRA TROYA | MSC. LUIS CAMBO | LIC. MARÍA OÑA | LIC. MARÍA VERA

© 2026, Stefanía Echeverría; Elsa Chicaiza; Yadira Troya; Luis Cambo; María Oña; María Vera

Todos los Derechos Reservados

Primera edición: Quito – Ecuador, 2025
En conformidad a la normativa ecuatoriana vigente, la obra titulada: Factores psicoeducativos asociados al síndrome de burnout en educación básica; se encuentra amparado bajo el régimen jurídico de derechos de autor establecido en el Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación (COESCCI), particularmente los artículos 102, 118 y 120 que reconocen a favor de sus autores derechos morales y patrimoniales inalienables, irrenunciables e imprescriptibles. Cualquier reproducción total o parcial, distribución, comunicación pública, transformación, almacenamiento digital, importación o cualquier modalidad de explotación de esta obra, en cualquiera de sus ediciones, sin autorización previa y por escrito de sus autores, constituirá una infracción a los derechos de autor y será sancionada conforme a la legislación ecuatoriana vigente y los tratados internacionales suscritos por la República del Ecuador.

Salón Académico
Edición, Redacción, Diseño y Publicación
www.salonacademico.com

Ficha biográfica

LIC. STEFANÍA ECHEVERRÍA



Licenciada en Educación General Básica y Tecnóloga en Docencia, con estudios en Gestión Educativa por la Universidad del Gran Rosario. Cuenta con experiencia en enseñanza en distintos niveles educativos, así como en prácticas preprofesionales y procesos de vinculación con la sociedad. Ha desarrollado material didáctico y fortalecido el aprendizaje estudiantil. Se ha desempeñado como docente en Ciencias Naturales, Matemáticas y Proyectos, además de ejercer tutorías, destacándose por su organización, proactividad y compromiso con la mejora continua educativa.

MSC. ELSA CHICAIZA



Magíster en Educación y docente ecuatoriana del área de Lengua y Literatura, con sólida trayectoria en el fortalecimiento de competencias pedagógicas y lingüísticas. Su ejercicio profesional se fundamenta en el compromiso, la responsabilidad y la actualización permanente. Implementa metodologías activas e inclusivas que promueven el aprendizaje significativo y el pensamiento crítico. Participa en procesos de investigación e innovación educativa, integrando estrategias didácticas orientadas al desarrollo integral, académico y humano de la comunidad educativa.

MSC. YADIRA TROYA



Licenciada en Educación Básica con formación orientada al desarrollo integral y al fortalecimiento de habilidades analíticas y pensamiento crítico, ha consolidado conocimientos teóricos y prácticos que respaldan su desempeño profesional; en el ámbito laboral ha participado en diversas actividades aplicando lo aprendido, destacándose en el trabajo en equipo y la resolución de problemas, mientras que en el campo investigativo evidencia interés por profundizar en su área, generando aportes con impacto académico y social.

MSC. LUIS CAMBO



Licenciado en Educación Básica y Magíster en Educación Básica, con amplia trayectoria docente en diversas instituciones educativas del país, donde ha consolidado una sólida experiencia pedagógica en distintos contextos formativos; ha laborado en unidades educativas como Numa Pompilio Llona, Toacaso, Coronel Héctor Espinoza y Arturo Borja, destacándose por su compromiso con la enseñanza. Además, ha participado en publicaciones académicas y procesos de formación continua, evidenciando interés en la investigación y en el fortalecimiento de su desarrollo profesional.

LIC. MARÍA OÑA



Licenciada en Ciencias de la Educación Básica, con formación como profesora en nivel tecnológico y diplomado en desarrollo de competencias didácticas para la excelencia académica; actualmente cursa una maestría en Gestión Educativa con mención en organización, dirección e innovación de centros educativos. Cuenta con experiencia docente en instituciones como la Federación Deportiva de Cotopaxi, Colegio José Peralta y Unidad Educativa Toacaso, destacándose por su compromiso pedagógico, actualización profesional y enfoque en la mejora continua de los procesos educativos.

LIC. MARÍA VERA



Licenciada en Ciencias de la Educación, con más de diez años de experiencia como docente de educación general básica. Su vocación profesional se orienta a fortalecer la calidad humana y los procesos de enseñanza–aprendizaje en la niñez. Se distingue por motivar a sus estudiantes a reconocer sus fortalezas y habilidades, promoviendo una formación integral y la convicción de que la educación constituye la base esencial para la construcción de un mejor futuro para la sociedad.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN 1

CAPÍTULO I: "REALIDAD DOCENTE Y DESAFÍOS EDUCATIVOS ..5

1.1. CONTEXTO EDUCATIVO ACTUAL EN EL ECUADOR. 5

1.1.1. Características del sistema educativo. 5

1.1.2. Demandas actuales hacia docentes de educación básica. 6

1.1.3. Cambios postpandemia y sobrecarga docente..... 7

1.2. SALUD MENTAL DOCENTE EN EL CONTEXTO ECUATORIANO. 10

1.2.1. Estrés laboral docente. 10

1.2.2. condiciones psicosociales del trabajo educativo. 12

1.2.3. Realidad socioeducativa y emocional de los docentes... 14

1.3. EVIDENCIA DEL SÍNDROME DEL BURNOUT EN LA CALIDAD EDUCATIVA. 16

1.3.1. Hallazgos cuantitativos relevantes. 16

1.3.2. Impacto del burnout en la calidad educativa..... 18

1.4. FACTORES PSICOEDUCATIVOS COMO PROBLEMÁTICA EMERGENTE. 20

CAPITULO II: MARCO TEÓRICO 26

2.1. SÍNDROME DEL BURNOUT. 26

2.1.1. Dimensiones principales del burnout. 27

2.1.1.1. Agotamiento emocional. 27

2.1.1.2. Despersonalización. 27
2.1.1.3. Baja realización personal. 28
2.2. BURNOUT EN EL CONTEXTO EDUCATIVO. 30
2.3. FACTORES PSICOEDUCATIVOS. 34
2.3.1. Factores psicológicos. 34
2.3.2. Factores pedagógicos. 35
2.3.3. Factor Institucional. 35
2.3.4. Factores psicosociales laborales. 36
CAPITULO III: MARCO NORMATIVO 38
3.1. CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE ECUADOR. 38
3.2. LEY ORGÁNICA DE EDUCACIÓN INTERCULTURAL (LOEI) 42
CAPITULO IV: METODOLOGÍA 47
4.1. ENFOQUE METODOLÓGICO. 47
4.2. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN. 48
4.3. PARTICIPANTES. 48
4.4. TÉCNICA E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN. 49
CAPITULO V: RESULTADOS 50
5.1. PREGUNTA NÚMERO 1 50
5.2. PREGUNTA NÚMERO 2 51
5.3. PREGUNTA NÚMERO 3 52
5.4. PREGUNTA NÚMERO 4 53
5.5. PREGUNTA NÚMERO 5 54

CAPITULO VI: DISCUSIÓN DE RESULTADOS 55
CAPITULO VII CONCLUSIONES 61
BIBLIOGRAFÍA 65
ANEXOS 72

Índice de tablas

Tabla 1: Factores psicoeducativos asociados al síndrome de burnout. 20

Tabla 2: Caso Mariana. 29

Tabla 3: Situaciones laborales que generan mayor estrés o presión en el ejercicio docente. 50

Tabla 4: Percepción de la carga laboral y exigencias en el ejercicio docente. 51

Tabla 5: Percepción del apoyo institucional y del equipo directivo ante dificultades laborales. 52

Tabla 6: Experiencias emocionales del docente y su influencia en la motivación para enseñar. 53

Tabla 7: Propuestas de mejora para el bienestar emocional docente desde la experiencia profesional. 54

Índice de figuras

Figura 1: Desafíos educativos en el Ecuador. 6

Figura 2: Impacto del cambio estructural docente. 9

Figura 3: Estrés y agotamiento docente en Ecuador 11

Figura 4: Condiciones psicosociales del trabajo docente. 13

Figura 5: Factores del agotamiento docente. 17

Figura 6: *El agotamiento de Mariana en clase.* 29

Figura 7: "Principios constitucionales del bienestar psicoeducativo docente" 41

Figura 8: Análisis del síndrome de Burnout docente. 45

Figura 9: Análisis del síndrome del burnout. 59

Figura 10: Estrés laboral en docentes 60

Título: Factores psicoeducativos asociados al síndrome de burnout en educación básica.

Resumen

El síndrome de burnout docente se ha convertido en una problemática relevante dentro del ámbito educativo debido al aumento constante de las demandas pedagógicas, administrativas y emocionales que afectan el bienestar profesional del profesorado. En el contexto ecuatoriano, comprender los factores psicoeducativos asociados al desgaste laboral resulta esencial para fortalecer la calidad educativa y promover entornos escolares más saludables y humanos. Este libro tiene como propósito analizar los factores institucionales, relacionales y emocionales vinculados al burnout en docentes de educación básica, considerando sus experiencias y percepciones dentro del entorno laboral cotidiano. La investigación se desarrolló desde un enfoque cualitativo interpretativo mediante entrevistas semiestructuradas que permitieron profundizar en las vivencias docentes relacionadas con el estrés laboral, la carga administrativa y el apoyo institucional. Los resultados evidencian que las principales fuentes de presión se relacionan con la sobrecarga administrativa, la ambigüedad del rol y las demandas externas al aula, mientras que el trabajo colaborativo, la comunicación efectiva y el apoyo directivo emergen como factores protectores. En conclusión, el burnout docente se configura como un fenómeno multidimensional influido por condiciones organizacionales, pedagógicas y psicosociales que requieren estrategias integrales de prevención orientadas a cuidar la salud mental docente y fortalecer prácticas educativas sostenibles actuales.

Palabras clave: burnout docente, factores psicoeducativos, bienestar docente, educación básica, salud mental docente.

Title: Psychoeducational factors associated with burnout syndrome in basic education.

Abstract

Teacher burnout syndrome has become a relevant issue within the educational field due to the constant increase in pedagogical, administrative, and emotional demands that affect teachers' professional well-being. In the Ecuadorian context, understanding the psychoeducational factors associated with occupational exhaustion is essential to strengthen educational quality and promote healthier and more human learning environments. This book aims to analyze the institutional, relational, and emotional factors linked to burnout among basic education teachers, considering their experiences and perceptions within the daily work context. The research was developed from a qualitative interpretative approach through semi-structured interviews that allowed an in-depth exploration of teachers' experiences related to work stress, administrative workload, and institutional support. The findings reveal that the main sources of pressure are associated with administrative overload, role ambiguity, and demands beyond classroom teaching, while collaborative work, effective communication, and leadership support emerge as protective factors. In conclusion, teacher burnout is configured as a multidimensional phenomenon influenced by organizational, pedagogical, and psychosocial conditions that require comprehensive prevention strategies aimed at protecting teachers' mental health and strengthening sustainable educational practices.

Keywords: teacher burnout, psychoeducational factors, teacher well-being, basic education, teacher mental health.

Introducción

Hablar del bienestar docente hoy implica mirar más allá del aula. La enseñanza ya no se limita únicamente a transmitir conocimientos; también significa acompañar procesos emocionales, adaptarse a cambios constantes y responder a nuevas demandas sociales que atraviesan la educación. En este contexto, el síndrome de burnout se ha convertido en una realidad silenciosa que afecta a muchos profesionales de la educación básica, impactando no solo su salud emocional, sino también la calidad de los procesos educativos.

Este libro nace precisamente de la necesidad de comprender el burnout docente desde una mirada más humana y cercana, reconociendo que detrás de cada teoría y cada estadística existen historias reales, experiencias cotidianas y desafíos que los docentes enfrentan día a día. A lo largo de sus capítulos, la obra propone un recorrido que integra fundamentos teóricos, marco normativo, experiencias docentes y reflexiones interpretativas, con el objetivo de comprender cómo los factores psicoeducativos influyen en el bienestar profesional del profesorado ecuatoriano.

El Capítulo I introduce al lector en la realidad educativa actual del Ecuador, abordando las transformaciones del rol docente, las demandas postpandemia y las condiciones psicosociales que influyen

en la salud mental del profesorado. En este apartado se presentan evidencias empíricas que permiten entender cómo el estrés laboral y las nuevas exigencias educativas han configurado escenarios donde el desgaste emocional se vuelve cada vez más visible.

Posteriormente, el Capítulo II profundiza en el marco teórico del síndrome de burnout, explicando sus dimensiones principales y los factores psicoeducativos que intervienen en su desarrollo. Aquí se revisan aportes clásicos y contemporáneos que ayudan a comprender el burnout como un fenómeno multidimensional, influido por variables emocionales, pedagógicas, institucionales y relacionales.

El Capítulo III presenta el marco normativo que respalda el análisis del bienestar docente dentro del contexto ecuatoriano. A través de la Constitución de la República del Ecuador y la Ley Orgánica de Educación Intercultural, se evidencia cómo la educación, la salud y el trabajo digno se reconocen como derechos fundamentales, permitiendo comprender el burnout no solo como una experiencia individual, sino también como una responsabilidad social y educativa.

En el Capítulo IV se describe el camino metodológico seguido en la investigación. Desde un enfoque cualitativo, se explica cómo las entrevistas semiestructuradas permitieron acercarse a las experiencias reales de docentes de educación básica, priorizando la comprensión

profunda de sus percepciones sobre el estrés laboral, la carga pedagógica y el apoyo institucional.

El Capítulo V da voz a las experiencias docentes a través de los resultados obtenidos. En este apartado se presentan las respuestas de las participantes, mostrando cómo viven el estrés laboral, qué emociones acompañan su jornada y qué cambios consideran necesarios para mejorar el bienestar dentro de sus instituciones educativas.

A continuación, el Capítulo VI desarrolla la discusión de resultados, integrando las voces de las docentes con la literatura científica revisada. Este capítulo permite interpretar las coincidencias y diferencias encontradas, evidenciando cómo los factores institucionales y psicosociales influyen en la experiencia emocional del profesorado.

Finalmente, el Capítulo VII recoge las conclusiones del estudio, destacando la importancia de comprender el burnout docente desde una perspectiva integral. Aquí se reflexiona sobre la necesidad de promover entornos educativos más humanos, donde el bienestar emocional del docente sea reconocido como un elemento clave para fortalecer la calidad educativa.

Más que ofrecer respuestas definitivas, este libro busca abrir espacios de reflexión sobre el cuidado del profesorado y sobre la importancia de construir sistemas educativos que acompañen emocionalmente a quienes enseñan. Porque hablar del burnout docente no es solo hablar de desgaste, sino también de resiliencia, vocación y del profundo compromiso que existe detrás de cada experiencia educativa.

Capítulo I: "Realidad docente y desafíos educativos

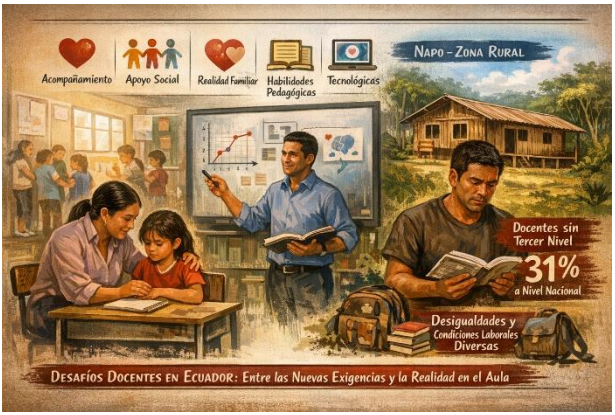
1.1. Contexto educativo actual en el Ecuador.

1.1.1. Características del sistema educativo.

En los últimos años, el sistema educativo ecuatoriano ha experimentado cambios importantes que han transformado el rol tradicional del docente. Actualmente, enseñar implica mucho más que impartir contenidos; también significa acompañar procesos emocionales, sociales y familiares dentro del aula. Esta ampliación del rol docente ha generado nuevas responsabilidades que requieren habilidades pedagógicas, socioemocionales y tecnológicas cada vez más complejas.

Investigaciones desarrolladas en el país evidencian que la docencia se desarrolla en escenarios marcados por desigualdades territoriales y condiciones laborales diversas. En provincias como Napo, por ejemplo, se ha señalado que una parte del profesorado ejerce sin formación de tercer nivel, situación que alcanza aproximadamente al 31% del personal docente a nivel nacional, lo cual puede influir en la percepción de autoeficacia y en el manejo de demandas educativas actuales (Fajardo, 2022)

Figura 1: Desafíos educativos en el Ecuador.



Esta realidad ilustrada en la figura 1 refleja que el sistema educativo ecuatoriano no es homogéneo y que las experiencias docentes pueden variar significativamente según el contexto.

1.1.2. Demandas actuales hacia docentes de educación básica.

El profesorado de educación básica enfrenta hoy demandas que trascienden el ámbito pedagógico. Además de planificar clases y evaluar aprendizajes, los docentes deben gestionar la diversidad estudiantil, responder a necesidades socioemocionales y mantener comunicación constante con las familias. Esta multiplicidad de tareas genera una sensación de presión permanente que puede impactar el bienestar psicológico.

Estudios realizados con docentes ecuatorianos han señalado que factores como grupos numerosos, exigencias familiares y escasez de recursos educativos constituyen estresores frecuentes en la práctica docente diaria. Desde una mirada más cercana a la realidad cotidiana, muchos profesores describen que la jornada laboral no termina cuando salen del aula, ya que continúan planificando, revisando tareas o resolviendo situaciones escolares fuera del horario formal (Vega y otros, 2020)

1.1.3. Cambios postpandemia y sobrecarga docente.

La pandemia por COVID-19 marcó un antes y un después en la educación. El paso repentino a la virtualidad obligó a los docentes a reinventar su práctica en poco tiempo. Una revisión latinoamericana evidenció que el 81,95% del profesorado no tenía experiencia previa en el uso de plataformas digitales, mientras que el 75,35% indicó no haber recibido apoyo psicológico institucional, lo que incrementó significativamente la carga emocional del trabajo docente (Moya, 2024)

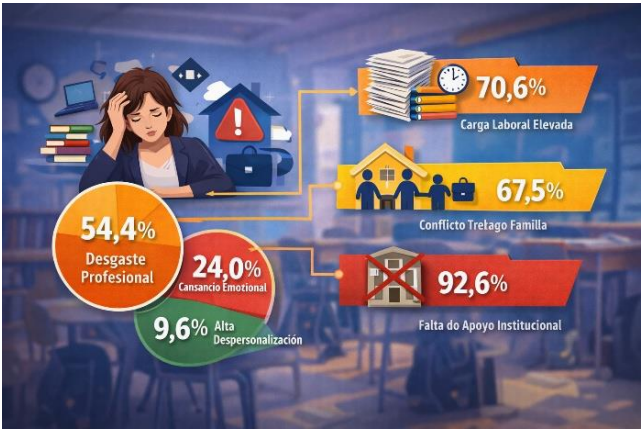
Además, aproximadamente el 30% del profesorado reportó afectaciones en su salud integral, incluyendo síntomas asociados al estrés como insomnio o ansiedad. Estos datos reflejan cómo los cambios estructurales en la educación impactaron directamente en el

bienestar docente y dejaron como consecuencia una sensación de sobrecarga que todavía se percibe en muchos contextos educativos.

Evidencia empírica realizada por Hernández et al., (2021) señala que el 55,2% del profesorado percibió una alta carga laboral, mientras que el 56,0% reportó conflictos entre el trabajo y la familia, reflejando dificultades para conciliar ambos roles durante el aislamiento. Asimismo, el 48,8% manifestó bajo desarrollo de competencias TIC y el 81,6% indicó escaso apoyo por parte de superiores, colegas y familiares, factores que incrementaron la presión emocional y las demandas laborales.

Estos cambios estructurales tuvieron repercusiones directas en el bienestar psicológico docente. El análisis del síndrome de burnout evidenció que el 54,4% de los profesores presentó niveles de desgaste profesional, con un 24,0% mostrando altos niveles de cansancio emocional y un 9,6% altos niveles de despersonalización. Además, las variables laborales asociadas al confinamiento mostraron relaciones estadísticamente significativas con el burnout, destacándose la carga laboral elevada (70,6%), el conflicto trabajo-familia (67,5%) y la falta de apoyo institucional (92,6%) como factores clave en la intensificación del agotamiento docente.

Figura 2: Impacto del cambio estructural docente.



Tal como se ilustra en la figura número 2 la postpandemia afectó significativamente los factores psicoeducativos asociados al síndrome de burnout docente al intensificar la sobrecarga pedagógica, el conflicto entre la vida laboral y familiar y la percepción de falta de apoyo institucional. Los cambios en las dinámicas educativas, la adaptación constante a nuevas exigencias y el aumento de responsabilidades emocionales dentro del aula generaron mayores niveles de desgaste profesional. En este contexto, el bienestar psicológico del profesorado se vio comprometido, evidenciando que las transformaciones educativas posteriores al confinamiento no solo modificaron las prácticas pedagógicas, sino también la experiencia emocional y laboral de los docentes.

1.2. Salud mental docente en el contexto ecuatoriano.

1.2.1. Estrés laboral docente.

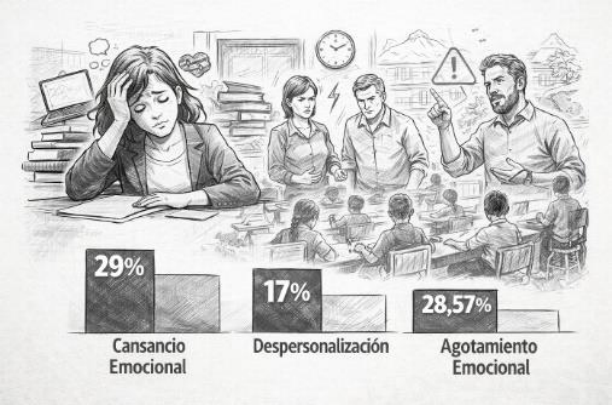
El estrés laboral docente puede entenderse como una respuesta emocional y psicológica frente a demandas laborales prolongadas que superan los recursos disponibles para afrontarlas. En el contexto ecuatoriano, este fenómeno ha sido analizado en diversas investigaciones empíricas.

Por ejemplo, el estudio titulado “Síndrome de burnout en docentes de una Unidad Educativa, Ecuador”, desarrollado por Manzano (2020) mediante un diseño descriptivo transversal y aplicado a docentes de una institución educativa ecuatoriana, utilizó el Maslach Burnout Inventory para evaluar niveles de desgaste profesional. Los resultados evidenciaron que el 29% del profesorado presentó cansancio emocional y el 17% despersonalización, indicadores asociados al estrés laboral crónico

De manera similar Vega et al., (2020) realizaron un estudio cuantitativo no experimental de corte transversal en docentes de educación básica de la ciudad de Cuenca, Ecuador. A través del MBI identificaron que el 28,57% experimentaba agotamiento emocional, lo que refleja la presencia constante de estrés laboral dentro del ejercicio docente

Además, el trabajo de Fajardo Pucha, desarrollado en la provincia de Napo mediante un diseño ex post facto transeccional-correlacional con docentes de educación básica, señala que la profesión docente implica una elevada exposición emocional debido al contacto permanente con estudiantes y a la responsabilidad social atribuida al rol educativo, lo que incrementa el riesgo de estrés sostenido.

Figura 3: Estrés y agotamiento docente en Ecuador



Desde una mirada más cercana a la realidad cotidiana y como se evidencia en la figura número 3, estos estudios permiten entender que el estrés docente no se limita a momentos puntuales de presión académica, sino que se construye a partir de pequeñas demandas acumuladas que, con el tiempo, pueden generar agotamiento emocional.

1.2.2. condiciones psicosociales del trabajo educativo.

Las condiciones psicosociales del trabajo educativo incluyen factores organizacionales, relacionales e institucionales que influyen en la forma en que el docente experimenta su labor diaria. En Ecuador, varios estudios han analizado cómo estas condiciones impactan en el bienestar psicológico del profesorado.

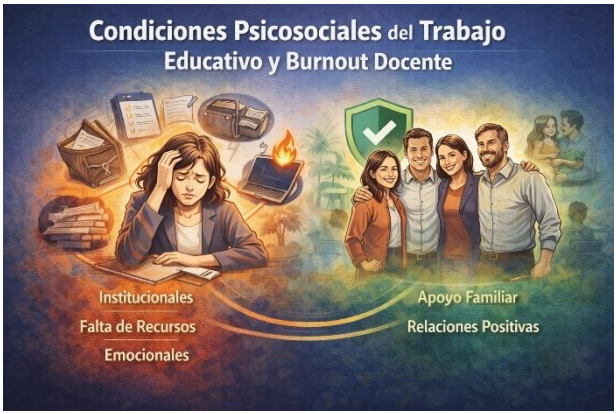
El estudio de Manzano Díaz, realizado en docentes ecuatorianos mediante un diseño descriptivo, señala que cuando las instituciones educativas presentan condiciones laborales deficientes o limitan la autonomía profesional, se incrementa la tensión psicológica y la probabilidad de desarrollar estrés laboral (Manzano, 2020)

Por otra parte, el estudio “Desgaste profesional o burnout y su impacto en la calidad educativa” desarrollado por Maldonado (2024) mediante un enfoque cualitativo descriptivo y bibliográfico en el contexto latinoamericano, identificó que la sobrecarga laboral, la falta de recursos pedagógicos y las presiones emocionales constituyen factores centrales en el desarrollo del burnout docente.

Asimismo, la investigación realizada por (Morocho & Morocho, 2025) con una muestra de 260 docentes mediante un diseño descriptivo evidenció que el apoyo familiar y las relaciones positivas con

compañeros de trabajo funcionan como factores protectores, mientras que la carga laboral excesiva incrementa el riesgo de desgaste profesional.

Figura 4: Condiciones psicosociales del trabajo docente.



En relación con la figura número 4 se logra demostrar que las condiciones psicosociales del trabajo educativo constituyen factores psicoeducativos clave asociados al síndrome de burnout docente, ya que integran aspectos institucionales, relacionales y emocionales que influyen en el bienestar del profesorado. Estudios realizados en Ecuador y Latinoamérica evidencian que condiciones laborales deficientes, sobrecarga pedagógica, falta de recursos y presiones emocionales incrementan el riesgo de desgaste profesional.

Sin embargo, elementos como el apoyo familiar y las relaciones positivas entre compañeros actúan como factores protectores. En conjunto, estos hallazgos muestran que el burnout docente surge de la interacción entre el contexto educativo y las demandas emocionales del ejercicio pedagógico.

1.2.3. Realidad socioeducativa y emocional de los docentes.

La realidad emocional del profesorado ecuatoriano está profundamente influenciada por las transformaciones recientes del sistema educativo y por las demandas sociales que atraviesan el aula. En este sentido, la revisión de alcance realizada por Moya Farías en Latinoamérica analizó estudios publicados entre 2020 y 2023 sobre burnout docente en educación básica y secundaria durante la pandemia. Esta investigación evidenció que el cambio hacia la enseñanza remota incrementó la carga emocional del profesorado, ya que los docentes debieron asumir funciones adicionales relacionadas con el apoyo socioemocional de estudiantes y familias (Moya, 2024)

Además, el estudio correlacional desarrollado por Patricia et al., (2024) en docentes en Cuenca, mediante un diseño cuantitativo transversal con 39 participantes, encontró niveles bajos de agotamiento emocional y altos niveles de realización personal, lo que sugiere que la interacción

social propia de la docencia puede funcionar como un factor protector frente a procesos emocionales negativos

Estos hallazgos permiten comprender que la experiencia emocional del profesorado se construye entre dos polos: por un lado, la satisfacción derivada de la vocación educativa y la interacción social; y por otro, el desgaste progresivo asociado a las demandas institucionales y sociales del trabajo docente.

Con respecto a lo mencionado anteriormente, se evidencia que la realidad socioeducativa y emocional del profesorado constituye un factor psicoeducativo relevante asociado al síndrome de burnout docente, al integrar dimensiones emocionales, pedagógicas y relacionales que influyen directamente en el bienestar psicológico. Las transformaciones recientes del sistema educativo y el incremento de las demandas socioemocionales han intensificado la carga emocional del docente, configurando escenarios que pueden favorecer el desgaste profesional.

No obstante, la interacción social propia del ejercicio pedagógico y el sentido vocacional emergen como elementos protectores que contribuyen a mantener niveles adecuados de realización personal. En consecuencia, el burnout docente puede comprenderse como el resultado del equilibrio entre las exigencias institucionales y sociales

del trabajo educativo y los recursos emocionales que el profesorado desarrolla en su práctica cotidiana.

1.3. Evidencia del síndrome del burnout en la calidad educativa.

1.3.1. Hallazgos cuantitativos relevantes.

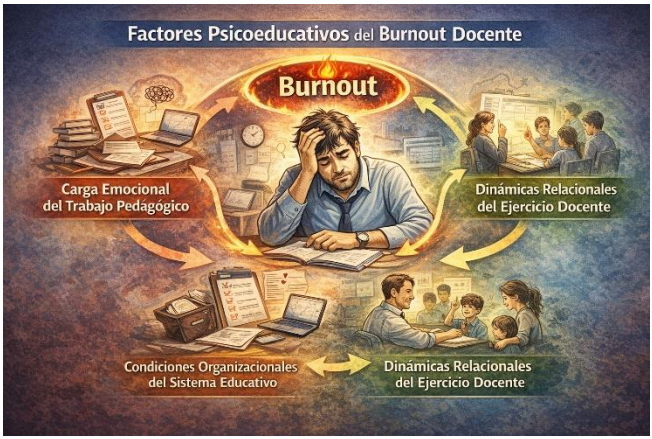
Ordoñez et al., (2023) es su estudio titulado “Burnout en docentes de instituciones educativas del régimen Costa *del Ecuador”* el cual tuvo un enfoque cuantitativo exploratorio-descriptivo y el objetivo fue determinar los niveles de burnout existentes en los docentes de las unidades educativas del Ecuador y se desarrolló con 701 docentes ecuatorianos que cursaban estudios de maestría en gestión educativa obtuvieron como resultados que el 5% ya presentaba burnout, mientras que un 9% tenía altos niveles de cansancio emocional y un 11% se encontraba en riesgo de desarrollarlo, lo que evidencia que el desgaste profesional es una realidad presente, aunque no siempre visible.

Otro estudio relevante es el realizado por Aguilar y Mayorga (2020), titulado “Relación entre Estrés Docente y Síndrome de Burnout en docentes de la Zona 3 de Ecuador”. El cual tuvo un enfoque investigativo de tipo descriptivo correlacional de corte transversal aplicada a 91 docentes, donde se utilizaron la escala ED-6 para medir estrés docente y el Maslach Burnout Inventory para evaluar burnout. Los resultados mostraron altos niveles de estrés docente, aunque solo

se evidenció una tendencia hacia el burnout y no su presencia consolidada, lo que sugiere que el desgaste se desarrolla gradualmente y puede estar influido por factores contextuales o incluso por la deseabilidad social en las respuestas.

A nivel regional latinoamericano, revisiones sistemáticas han encontrado cifras preocupantes. El estudio de Tabares et al., (2020) desarrollado en la Universidad de Nariño (Colombia), revisó 53 investigaciones sobre burnout docente y encontró prevalencias entre el 4,2% y el 16% en niveles severos, además de entre el 42% y 60% en niveles altos en al menos una dimensión del síndrome, especialmente en agotamiento emocional.

Figura 5: Factores del agotamiento docente.



A partir de los hallazgos cuantitativos, se evidencia que el síndrome de burnout docente se desarrolla de forma progresiva a partir de diversos factores psicoeducativos presentes en el contexto escolar. Entre las principales dimensiones asociadas al desgaste profesional se identifican la carga emocional del trabajo pedagógico, las condiciones organizacionales del sistema educativo y las dinámicas relacionales del ejercicio docente.

Los estudios revisados muestran que el estrés laboral sostenido, las demandas pedagógicas prolongadas y las presiones institucionales actúan como antecedentes del burnout, mientras que el agotamiento emocional emerge como una de sus manifestaciones más frecuentes. En conjunto, estos resultados permiten comprender el burnout como el producto de la interacción entre las exigencias emocionales del rol docente y los recursos personales e institucionales disponibles para afrontarlas.

1.3.2. Impacto del burnout en la calidad educativa.

Más allá de los números, uno de los aspectos más preocupantes del burnout docente es su impacto directo en la calidad educativa. El estudio realizado por Aguilar y Mayorga (2020) señala que el estrés docente puede afectar la relación con estudiantes y colegas, llegando

incluso a provocar ausentismo laboral o abandono de la profesión cuando el desgaste se intensifica

De manera similar, la investigación de Ordoñez et al., (2023) concluye que niveles elevados de cansancio emocional y despersonalización pueden disminuir el rendimiento docente y afectar el clima institucional, lo que repercute en los procesos de enseñanza y aprendizaje.

Las revisiones latinoamericanas también coinciden en este punto Lulema (2025) destaca que el burnout reduce la productividad, incrementa el ausentismo y deteriora el ambiente educativo, mientras que Baldeón et al., (2023) señalan que el desgaste profesional puede disminuir la motivación docente y afectar la interacción pedagógica, elementos esenciales para garantizar una educación de calidad.

1.4. Factores psicoeducativos como problemática emergente.

Tabla 1: Factores psicoeducativos asociados al síndrome de burnout.

Dimensión psicoeducativa	Factor identificado	Autor (es)	Evidencia
Emocional-psicológica	Estrés laboral docente	(Manzano, 2020)-(Vega y otros, 2020)	Demandas prolongadas y exposición emocional constante en el rol docente
	Carga emocional del trabajo pedagógico	(Moya, 2024)-(Tabares y otros, 2020)	Incremento de responsabilidades socioemocionales y agotamiento emocional.
	Agotamiento emocional	(Ordoñez y otros, 2023)- (Aguilar & Mayorga, 2020)	Indicadores tempranos del desgaste profesional docente.

Institucional-Organizacional	Sobrecarga pedagógica y laboral	(Maldonado & Bustos, 2024)- (Hernandez y otros, 2021)	Aumento de tareas docentes y presión institucional.
	Falta de apoyo institucional	(Moya, 2024) - (Hernandez y otros, 2021)	Escaso respaldo organizacional incrementa tensión psicológica.
	Limitación de autonomía profesional	(Manzano, 2020)	Demandas educativas superiores a recursos disponibles
Relacional-social	Relación docente–estudiante–familia	(Vega y otros, 2020)	Interacción constante que implica alta carga emocional.
	Clima laboral y relaciones entre colegas	(Morocho & Morocho, 2025)	Relaciones positivas disminuyen el desgaste profesional.
	Apoyo familiar	(Morocho & Morocho, 2025)	Funciona como recurso emocional frente al estrés docente.

Pedagógica - Socioeducativa	Demandas socioemocionales del aula	(Maldonado & Bustos, 2024)	Adaptación a nuevas necesidades educativas y emocionales.
	Cambios educativos postpandemia	(Hernandez y otros, 2021)	Transformaciones educativas incrementan la carga laboral.
	Sentido vocacional y realización personal	(Patricia y otros, 2024)	Interacción social docente favorece bienestar emocional.

La tabla presentada permite visualizar de manera integrada cómo los factores psicoeducativos asociados al síndrome de burnout docente no responden a una única causa, sino que se configuran a partir de la interacción entre dimensiones emocionales, institucionales, relacionales y pedagógicas propias del contexto educativo. Este enfoque evidencia que el desgaste profesional no debe comprenderse únicamente como un fenómeno individual, sino como el resultado de condiciones estructurales y dinámicas sociales que atraviesan el ejercicio docente.

En primer lugar, la dimensión emocional–psicológica refleja que el estrés laboral sostenido y la carga emocional del trabajo pedagógico constituyen antecedentes centrales del burnout. Los estudios presentados muestran que la exposición constante a demandas educativas y socioemocionales incrementa el riesgo de agotamiento emocional, una de las manifestaciones más frecuentes del síndrome. Este hallazgo confirma que la labor docente implica un alto grado de implicación afectiva, lo que puede convertirse en un factor de riesgo cuando no existen recursos suficientes para la regulación emocional.

En segundo lugar, los factores institucionales–organizacionales evidencian que el contexto educativo influye significativamente en el bienestar del profesorado. La sobrecarga pedagógica, la falta de apoyo

institucional y la escasez de recursos didácticos, señaladas por Maldonado (2024) y Hernández et al. (2021), muestran que las condiciones laborales pueden intensificar la percepción de presión profesional. Desde una perspectiva psicoeducativa, estos elementos afectan la autonomía docente y la motivación, contribuyendo al desarrollo progresivo del desgaste profesional.

Por otra parte, la dimensión relacional–social destaca el papel de las interacciones humanas dentro del entorno educativo. Mientras que la relación constante con estudiantes y familias puede incrementar la carga emocional, investigaciones como la de (Morocho & Morocho, 2025) evidencian que el apoyo familiar y las relaciones positivas entre compañeros funcionan como factores protectores que favorecen la resiliencia docente. Esto sugiere que el burnout no solo depende de factores de riesgo, sino también de los recursos sociales disponibles en el entorno laboral y personal.

Finalmente, la dimensión pedagógica–socioeducativa muestra que las transformaciones recientes del sistema educativo, especialmente en el contexto postpandemia, han incrementado las demandas emocionales y tecnológicas del profesorado. Tal como señala Moya (2024), la adaptación a nuevas metodologías y el acompañamiento socioemocional de los estudiantes han ampliado las responsabilidades

docentes, generando escenarios que pueden favorecer el desgaste cuando no existen estrategias institucionales de apoyo.

En conjunto, el análisis de la tabla permite concluir que los factores psicoeducativos asociados al síndrome de burnout en docentes de educación básica se organizan en torno a un equilibrio dinámico entre las exigencias del rol educativo y los recursos personales e institucionales disponibles. Así, el burnout emerge cuando las demandas emocionales, pedagógicas y organizacionales superan las capacidades de afrontamiento del docente, lo que resalta la importancia de promover entornos educativos saludables que fortalezcan tanto el bienestar profesional como la calidad educativa.

Capitulo II: Marco Teórico

En coherencia con el análisis empírico desarrollado en el capítulo anterior, el presente apartado profundiza en los fundamentos teóricos que permiten comprender cómo los factores psicoeducativos influyen en la aparición del síndrome de burnout en docentes de educación básica.

2.1. Síndrome del burnout.

El síndrome de burnout se entiende como una respuesta al estrés laboral crónico que surge cuando las demandas del trabajo superan de manera sostenida los recursos emocionales y personales del profesional. Desde una perspectiva clásica, Maslach lo definió como un síndrome psicológico caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y disminución de la realización personal, especialmente en profesiones de ayuda como la docencia (Arís, 2009)

Autores como Duran et al., (2001) explican que este desgaste no aparece de forma repentina, sino que se desarrolla progresivamente a partir de experiencias laborales prolongadas que implican contacto constante con personas y responsabilidades emocionales elevadas. En el ámbito educativo, este proceso suele vincularse con cambios sociales, exigencias institucionales y conflictos propios del contexto escolar.

Incluso investigaciones recientes en otras áreas profesionales, como el estudio transversal realizado con residentes de dermatología en España, han confirmado que el burnout está directamente relacionado con la carga laboral y el equilibrio entre demandas profesionales y vida personal, lo que demuestra que se trata de un fenómeno multidimensional presente en diferentes profesiones (Moreno y otros, 2024)

2.1.1. Dimensiones principales del burnout.

Las investigaciones coinciden en que el síndrome se manifiesta a través de tres dimensiones fundamentales evaluadas generalmente mediante el Maslach Burnout Inventory:

2.1.1.1. Agotamiento emocional.

Hace referencia a la sensación de cansancio psicológico y físico constante. En estudios con docentes analizados por (Arís, 2009) este agotamiento aparece como una respuesta al estrés continúo derivado de la interacción con estudiantes y las exigencias educativas,

2.1.1.2. Despersonalización.

Se expresa como actitudes frías, distantes o incluso cínicas hacia estudiantes o compañeros Duran et al., (2001) señalan que esta

dimensión suele surgir como mecanismo defensivo frente a la sobrecarga emocional del trabajo docente.

2.1.1.3. Baja realización personal.

Implica sentimientos de ineficacia profesional y pérdida de sentido en la labor educativa. Estudios revisados por Guerrero et al., (2023) muestran que cuando el docente experimenta baja motivación o desánimo, puede disminuir su compromiso con el proceso pedagógico.

Tabla 2: Caso Mariana.

En una institución educativa de nivel básico, la docente Mariana inicia el año con entusiasmo y compromiso; sin embargo, el aumento de demandas pedagógicas, administrativas y socioemocionales genera en ella un cansancio persistente y desgaste psicológico, reflejando agotamiento emocional asociado al estrés continuo del trabajo docente. Con el tiempo, adopta actitudes más frías y distantes hacia algunas situaciones escolares, evidenciando despersonalización como mecanismo defensivo ante la sobrecarga emocional. Paralelamente, comienza a cuestionar la eficacia y el sentido de su labor, experimentando desmotivación y sensación de estancamiento, lo que se vincula con la baja realización personal y puede afectar su compromiso con el proceso pedagógico

Figura 6: *El agotamiento de Mariana en clase.*



El caso de Mariana muestra cómo el burnout docente puede aparecer de manera progresiva cuando las demandas del trabajo superan los recursos emocionales y personales del profesorado. Al inicio, el cansancio constante refleja el agotamiento emocional provocado por la presión académica y el acompañamiento socioemocional que exige el aula. Con el tiempo, su actitud más distante hacia algunas situaciones puede entenderse como una forma de protegerse del desgaste, lo que evidencia rasgos de despersonalización. Finalmente, al comenzar a cuestionar su eficacia y perder motivación, surge la baja realización personal, afectando su percepción del sentido del trabajo docente.

2.2. Burnout en el contexto educativo.

Hablar del burnout dentro del ámbito educativo implica reconocer que la docencia es una profesión con características muy particulares. A diferencia de otros trabajos, el docente mantiene un contacto permanente con estudiantes, familias y equipos institucionales, lo que convierte la relación interpersonal en el eje central de su labor diaria. Esta interacción constante, sumada a las demandas pedagógicas y sociales, hace que el profesorado sea especialmente vulnerable al desgaste emocional.

El estudio desarrollado por Aris (2009) con docentes de educación infantil y primaria en el Vallés Occidental (Barcelona), mediante un diseño transversal basado en encuestas, muestra que el burnout no surge de manera repentina, sino que se construye gradualmente a partir de experiencias laborales acumuladas. En su investigación, aplicada a 89 docentes, se evidenció que el ejercicio continuado de la función docente en determinadas condiciones puede generar estrés crónico que evoluciona hacia agotamiento emocional y sensación de estar "quemado" este estudio resulta clave porque demuestra que el contexto escolar, con sus dinámicas sociales y educativas cambiantes, actúa como un escenario donde se combinan múltiples fuentes de presión emocional.

Desde una perspectiva más amplia, Duran et al., (2001) explican que el entorno educativo exige al docente una implicación emocional constante, ya que su trabajo no solo se centra en contenidos académicos, sino también en la gestión de conflictos, el acompañamiento emocional del alumnado y la adaptación a cambios sociales. Estos autores destacan que el burnout en docentes suele aparecer cuando existe una discrepancia entre las expectativas profesionales y los recursos reales disponibles para cumplir con las demandas del trabajo.

Además, revisiones recientes sobre burnout en profesionales educativos realizadas por Guerrero (2023) señalan que el aumento de responsabilidades académicas, la adaptación tecnológica y las exigencias institucionales han incrementado la carga laboral docente en los últimos años. En los estudios analizados dentro de esta revisión, se reporta que alrededor del 20% de los profesionales educativos evaluados en España presentaban niveles elevados de burnout, asociados principalmente a estrés laboral y dificultades para equilibrar responsabilidades personales y profesionales.

Otro aspecto relevante dentro del burnout educativo es la transformación del rol docente. El profesorado actual se enfrenta a expectativas sociales contradictorias, donde muchas veces se le responsabiliza de problemáticas sociales amplias, desde el rendimiento académico hasta cuestiones relacionadas con la convivencia escolar. Esta presión externa puede generar sentimientos de frustración y contradicción profesional, contribuyendo al desgaste emocional progresivo

Desde una mirada más humana, podría decirse que el burnout docente no aparece únicamente por la cantidad de trabajo, sino por la intensidad emocional con la que se vive la enseñanza. Cuando el docente debe implicarse constantemente en las preocupaciones

académicas y personales de sus estudiantes, sin contar siempre con espacios de apoyo o reconocimiento, el cansancio emocional se convierte en una experiencia frecuente dentro del aula.

Finalmente, investigaciones en otros contextos profesionales también han demostrado que factores organizacionales como el apoyo institucional y el equilibrio entre vida personal y laboral influyen directamente en los niveles de burnout. Un estudio transversal realizado con profesionales sanitarios en España evidenció que las cargas laborales prolongadas y la falta de descanso incrementan significativamente el riesgo de desgaste emocional (Moreno y otros, 2024).

En conclusión, el burnout en docentes de educación básica puede comprenderse como el resultado de la interacción entre diversos factores psicoeducativos. Desde el plano psicológico, la implicación emocional constante con estudiantes y familias incrementa el riesgo de agotamiento emocional. En el ámbito pedagógico, la ampliación del rol docente y las altas expectativas profesionales generan estrés cuando los recursos disponibles son insuficientes. A nivel institucional, el aumento de responsabilidades, las exigencias tecnológicas y la falta de apoyo organizacional contribuyen al desgaste progresivo.

2.3. Factores psicoeducativos.

De acuerdo con Bambula et al., (2012) , los factores psicoeducativos del síndrome de burnout pueden entenderse como el conjunto de condiciones psicológicas, pedagógicas, institucionales y psicosociales laborales que influyen en la aparición, mantenimiento o prevención del agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución de la realización personal en profesionales de contextos educativos y de ayuda. Esta concepción se sustenta en la integración de evidencias provenientes tanto de investigaciones en trabajadores de la salud como en docentes, las cuales coinciden en señalar que el burnout no es un fenómeno exclusivamente individual, sino el resultado de la interacción entre características personales y demandas organizacionales del entorno laboral.

2.3.1. Factores psicológicos.

Incluyen variables internas del docente como regulación emocional, percepción de autoeficacia y manejo del estrés Jiménez et al., (2023) señalan que el estilo personal de afrontamiento influye directamente en la aparición del síndrome, ya que el burnout se construye gradualmente a partir de experiencias laborales acumuladas.

2.3.2. Factores pedagógicos.

Bambula et al., (2012) señala que las demandas propias de la enseñanza, como la interacción constante con estudiantes, la multiplicidad de funciones y el nivel educativo en el que se imparte clase, influyen en el desarrollo del burnout, encontrándose mayor agotamiento emocional en docentes de secundaria. Sus hallazgos sobre actividades monótonas, carga emocional y exigencias constantes incrementan la presión laboral. Por ello, los factores pedagógicos se relacionan con la naturaleza misma del proceso educativo y con las exigencias propias del rol docente.

2.3.3. Factor Institucional.

Puede definirse como el conjunto de condiciones estructurales, organizativas y de gestión educativa que configuran el contexto laboral del docente y que influyen en la aparición del síndrome de burnout. Este factor integra variables como el tipo de contrato, la estabilidad laboral, el estilo de dirección institucional, las políticas académicas, la distribución de la carga laboral y la disponibilidad de recursos organizacionales, los cuales determinan el nivel de control percibido y apoyo institucional experimentado por el profesorado.

De acuerdo con el estudio, el burnout se vincula principalmente con factores extrínsecos relacionados con la organización del trabajo y la gestión de riesgos laborales, más que con características individuales del docente. Asimismo, se evidencia que elementos institucionales como la modalidad contractual, la jornada laboral y la estructura organizacional generan percepciones de inequidad, presión laboral y falta de reconocimiento, lo cual puede activar procesos de desgaste emocional según modelos teóricos como el demanda-control-apoyo y el desbalance esfuerzo-recompensa (Castro & Silva, 2023)

2.3.4. Factores psicosociales laborales.

Puede entenderse como el conjunto de dinámicas relacionales, demandas emocionales y condiciones de interacción que emergen del ambiente de trabajo y que afectan el bienestar psicológico del docente. Este factor incluye variables como la carga laboral, el clima organizacional, las relaciones interpersonales, las exigencias académicas y la presión por el desempeño profesional.

El documento evidencia que la carga y el ambiente laborales presentan correlaciones estadísticamente significativas con la incidencia del síndrome de burnout, mostrando que a medida que aumenta la carga o disminuye la calidad del ambiente laboral, se incrementa el riesgo de desgaste profesional. Además, desde la perspectiva teórica del estrés

laboral crónico, el burnout surge cuando las demandas del trabajo superan los recursos disponibles y se reduce el apoyo social o institucional (Castro & Silva, 2023)

Por tanto, los factores psicosociales laborales se relacionan con la experiencia subjetiva del trabajo docente, integrando aspectos emocionales, sociales y organizacionales que configuran la percepción de estrés continuo y favorecen la aparición de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal (Echeverry y otros, 2021)

Capitulo III: Marco normativo

3.1. Constitución política de Ecuador.

El análisis del síndrome de burnout en docentes de educación básica dentro del contexto ecuatoriano requiere situarse en un marco jurídico que reconozca la educación, la salud y el trabajo digno como derechos fundamentales. En este sentido, la Constitución de la República del Ecuador (2008) establece principios normativos que permiten comprender el bienestar docente no solo como una condición individual, sino como una responsabilidad del Estado orientada a garantizar entornos educativos saludables y de calidad. Estos principios se relacionan directamente con los factores psicoeducativos institucionales, emocionales y relacionales analizados en el presente libro.

Desde una perspectiva general, el artículo 1 define al Ecuador como un Estado constitucional de derechos y justicia, lo que implica que las políticas públicas deben orientarse a proteger integralmente a las personas dentro de sus contextos sociales y laborales. Complementariamente, el artículo 3 establece como deber primordial del Estado garantizar el acceso a la educación y a la salud, configurando así una base jurídica para comprender que el bienestar

psicológico del profesorado constituye un elemento clave para el cumplimiento del derecho a una educación de calidad.

Estos principios se fortalecen con el artículo 11, que reconoce la aplicación directa e inmediata de los derechos constitucionales, promoviendo condiciones de igualdad y protección frente a situaciones que puedan afectar la integridad física y emocional de los trabajadores.

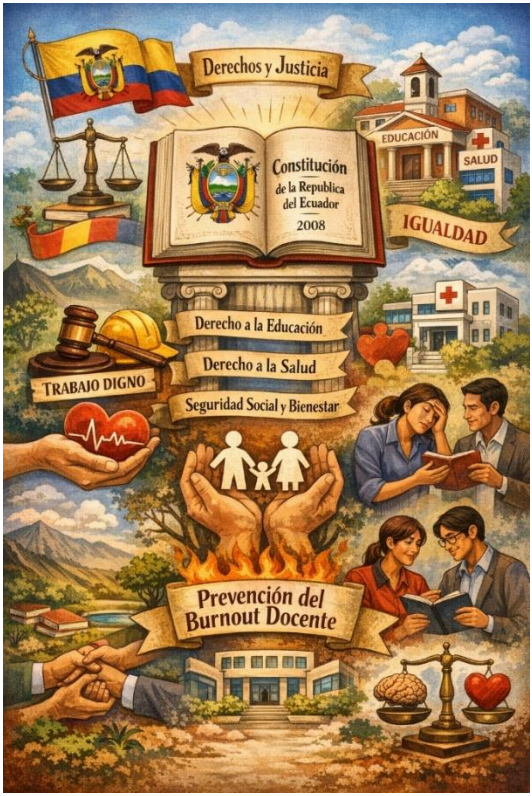
En el ámbito educativo, los artículos 26, 27 y 28 reconocen la educación como un derecho humano fundamental y una responsabilidad ineludible del Estado, orientada al desarrollo integral de las personas y sustentada en principios de calidad y calidez. Este enfoque humanista permite vincular el bienestar emocional docente con la calidad educativa, ya que las condiciones en las que se desarrolla la labor pedagógica influyen directamente en los procesos de enseñanza y aprendizaje. En coherencia con ello, el artículo 348 señala que el Estado debe garantizar una educación de calidad, lo que implica no solo asegurar recursos pedagógicos adecuados, sino también generar condiciones institucionales favorables para quienes ejercen la docencia, reconociendo de manera implícita la importancia de la salud mental docente dentro del sistema educativo.

Por otra parte, el artículo 32 reconoce el derecho a la salud como un derecho integral vinculado al buen vivir, incluyendo tanto la dimensión

física como la mental. Este reconocimiento permite interpretar el síndrome de burnout como una problemática que trasciende lo individual y que debe abordarse desde políticas públicas orientadas a la prevención de riesgos psicosociales en el trabajo educativo. En relación con ello, el artículo 33 establece que el trabajo es un derecho y un deber social que debe desarrollarse en condiciones dignas y saludables, lo que proporciona sustento jurídico para analizar la sobrecarga pedagógica, la falta de apoyo institucional y las demandas emocionales del rol docente como factores laborales que requieren atención desde una perspectiva preventiva.

Asimismo, el artículo 34 reconoce el derecho a la seguridad social y a la protección frente a riesgos laborales, lo que permite comprender el burnout docente dentro del marco de los riesgos psicosociales asociados al trabajo educativo. Este enfoque se complementa con los principios del buen vivir establecidos en la Constitución, particularmente aquellos relacionados con el derecho a un ambiente sano y al equilibrio entre la vida personal y laboral, aspectos que resultan fundamentales para comprender las condiciones psicoeducativas que influyen en el bienestar del profesorado.

Figura 7: "Principios constitucionales del bienestar psicoeducativo docente"



En conjunto, el marco constitucional ecuatoriano ofrece una base normativa sólida para analizar el síndrome de burnout desde una perspectiva psicoeducativa e institucional. Los derechos a la educación, la salud y el trabajo digno se articulan como pilares que respaldan la necesidad de promover entornos escolares saludables, donde el bienestar emocional del docente sea reconocido como un

elemento esencial para la calidad educativa. De esta manera, el burnout deja de entenderse únicamente como una experiencia individual y pasa a concebirse como un fenómeno vinculado a las condiciones estructurales del sistema educativo y a las responsabilidades del Estado en la garantía de derechos fundamentales (Asamblea Nacional , 2008)

3.2. Ley Orgánica de educación intercultural (LOEI)

El análisis del síndrome de burnout docente y de los factores psicoeducativos asociados al bienestar profesional en el contexto ecuatoriano encuentra sustento jurídico en la Ley Orgánica de Educación Intercultural (2011) normativa que regula la organización, principios y funcionamiento del Sistema Nacional de Educación. Esta ley desarrolla los derechos y obligaciones de los actores educativos y establece lineamientos orientados a garantizar una educación de calidad, inclusiva y centrada en el ser humano, aspectos que se relacionan directamente con las condiciones institucionales y psicosociales que influyen en la experiencia laboral docente.

En primer lugar, el artículo 1 de la LOEI señala que la ley garantiza el derecho a la educación dentro del marco del Buen Vivir y regula las relaciones entre los actores del sistema educativo, reconociendo la importancia de generar condiciones adecuadas para el desarrollo

integral del proceso de enseñanza y aprendizaje. Desde esta perspectiva, el bienestar docente se vincula con la calidad del sistema educativo, ya que las dinámicas institucionales y organizacionales forman parte de los factores psicoeducativos que pueden favorecer o prevenir el desgaste profesional.

Asimismo, el artículo 2 establece los principios que rigen la actividad educativa, entre ellos la calidad y calidez, la integralidad, la convivencia armónica, la cultura de paz y las escuelas saludables y seguras. Estos principios reflejan una visión educativa que integra dimensiones cognitivas, emocionales y sociales, lo cual permite relacionarlos con el abordaje del burnout docente como fenómeno asociado al clima escolar, a las relaciones interpersonales y a las condiciones organizacionales del trabajo educativo. De manera particular, el principio de integralidad reconoce la interacción entre cognición, emoción y acción dentro del proceso educativo, aspecto que se vincula directamente con los factores psicoeducativos analizados en este estudio.

Por su parte, el artículo 3 establece los fines de la educación, destacando el desarrollo integral de la persona, la construcción de una cultura de paz y la promoción de relaciones sociales basadas en el respeto y la equidad. Estos elementos evidencian que la educación no

se limita a la transmisión de conocimientos, sino que implica procesos socioemocionales complejos que también impactan en la experiencia laboral docente y en su bienestar psicológico.

En relación con las obligaciones del Estado, los artículos 4, 5 y 6 reconocen la educación como un derecho humano fundamental y establecen la responsabilidad estatal de garantizar espacios educativos seguros, libres de violencia y con condiciones que favorezcan el desarrollo integral de estudiantes y docentes. Dentro de estas obligaciones se incluyen acciones orientadas a la convivencia pacífica, la participación de la comunidad educativa y la promoción de entornos saludables, aspectos que se relacionan con la prevención de riesgos psicosociales laborales y con la necesidad de generar ambientes institucionales protectores frente al burnout.

Un elemento especialmente relevante para el análisis del bienestar docente se encuentra en el artículo 10, el cual reconoce los derechos del profesorado, incluyendo el acceso a formación continua, estabilidad laboral, remuneración justa, servicios de bienestar social y salud integral, así como programas orientados a precautelar la salud ocupacional del docente. Estas disposiciones evidencian que la normativa educativa ecuatoriana reconoce la importancia del bienestar profesional como componente esencial de la calidad educativa, lo cual

se relaciona directamente con los factores institucionales y organizacionales que inciden en el síndrome de burnout.

De manera complementaria, el artículo 11 establece las obligaciones del docente, destacando la promoción de relaciones interpersonales constructivas, la convivencia armónica y el respeto a la diversidad dentro del entorno educativo. Estas responsabilidades evidencian la dimensión relacional y socioemocional del rol docente, elemento que puede convertirse tanto en un factor protector como en un factor de riesgo frente al desgaste profesional, dependiendo de las condiciones institucionales y del apoyo organizacional existente.

Figura 8: Análisis del síndrome de Burnout docente.



EDUCACIONAL

3.2. Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI)

El análisis del síndrome de burnout docente y de los factores psicoeducativos asociados *al bienestar profesional en el contexto ecuatoriano* encuentra sustento jurídico en la Ley Orgánica de Educación Intercultural (2011), normativa que regula la organización, principios y funcionamiento del Sistema Nacional de Educación. Esta ley desarrolla los derechos y obligaciones de los actores educativos y establece lienamientos orientados a garantizar una educación de calidad, inclusiva y centrada en el ser humano, aspectos que se relacionan directamente con las condiciones institucionales y psicosociales que influyen en la experiencia laboral docente.

En primor lugar, el artículo 1 de la LOEI señala que la ley garantiza cierecho à la educación dentro del marco del Buen Vivir y regula las fesiaciones entre los actores del sistema educativo, reconociendo la importancia de generar condiciones adequadas para el desarrollo integral del proceso de enseñanza y aprendizajé. Desde esta perspectiva, el bienestar docente se vincula con la calidad del sistema educativo, ya que las dinámicas institucionales y organizacionales forman parte de los factores psicoeducativos que pueden favorcer o prevenir el desgasta profesional.

Por su parte, el articulo 3 establece los fines de la educación, destacando el desarrollo integral de la persona, la construcción de una cultura de paz. y la promoción de relaciones sociales besadas en el respeto y la equidad. Estos elementos evidencian que la educación no se limita a la transmisión de conocimientos, sino que implica procesos socioemocionales complejos que tambien impactan en la experiencia laboral docentea y en su bienostara psrológico de xaente denojo zes las condiciones institucionales del trabajb educativo.

Por su parte, el articulo 3 establece los principios que rigen la actvicad educativa, entre elcemiso destación el desarrollo integral de la persona, la construcción de una cultura de paz y la promoción de relaciones sociales basada, en el respeto y la vquidad, datas elemen tos evidención que la educación no is limita a lo reonounsión de conormentos, sino que implica procesos socicenucionales complcjos. que tambien impactan en la experiencia laboral docente

Por su parte, el articulo 3 establece los principios qúe rigen la actividad educativa, entrecllos la calidad y calidés, la tmegralidad, la convivencia armónica; ló cultura de paz y la promoción de relaciones sociales basadcs en el respeto y la equidad. Estos elementos evidencian que la cducación no se limita à la transmisión de conocemntós, sino que implica processs sociomacionales complejos que tambien impactán en la experiencia laboral docente y en su bienestar psicologic ó.

Asimismo, el artículo 3 establece lo principios del profesorado incluyendo el accese a fórmacional comvinua; estabilidad laboral, remuneración justa, servicios de bienestar social y salud integral

De manera complementaria, el artículo 11 establece las obligaciones del docente, destacando la promoción de relaciones interpersonales constructivas, la cotvivencia remérica y el respeto à la diversidad dentro del extento educativo. Estas responsabilidades evidencian la dimenicra relacional y socicmeciaal del docente, elementq que puede conventrus narte en su façour projecicorna en ondsaio de trago, baed, al desgate profesional, dependiendo de las condiciones institucicaura y del apoye organizacional existente.

De acuerdo con el periódico evidenciado en la figura número 8, la Ley Orgánica de Educación Intercultural proporciona un marco normativo que reconoce la educación como un proceso integral en el que confluyen dimensiones pedagógicas, emocionales y sociales. Desde esta perspectiva, el síndrome de burnout docente puede comprenderse como una problemática vinculada no solo a factores individuales, sino también a las condiciones estructurales del sistema educativo, al clima institucional y a las responsabilidades que la ley asigna tanto al Estado como a los actores educativos para garantizar entornos escolares saludables y de calidad.

Capitulo IV: Metodología

El presente capítulo describe el enfoque metodológico utilizado para comprender los factores psicoeducativos asociados al síndrome de burnout en docentes de educación básica. Considerando que el objetivo del estudio es explorar experiencias y percepciones desde la realidad cotidiana del profesorado, se optó por un diseño cualitativo que permite analizar en profundidad las vivencias individuales dentro del contexto educativo.

4.1. Enfoque metodológico.

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, ya que este permite comprender fenómenos sociales y educativos desde la perspectiva de los propios participantes. A diferencia de los enfoques cuantitativos, el método cualitativo busca interpretar significados, emociones y experiencias, elementos fundamentales para analizar el desgaste profesional docente y los factores psicoeducativos que lo rodean (Salazar, 2020)

Este enfoque resulta pertinente debido a que el síndrome de burnout no solo puede evaluarse mediante indicadores numéricos, sino también a través de las narrativas y percepciones del profesorado

sobre su práctica educativa, sus relaciones laborales y las condiciones institucionales en las que se desempeñan.

4.2. Tipo y diseño de investigación.

El estudio se enmarca en un diseño cualitativo de carácter descriptivo–interpretativo. Este tipo de investigación tiene como finalidad comprender cómo los docentes interpretan su realidad laboral y cómo identifican factores que pueden influir en su bienestar emocional.

Desde esta perspectiva, la investigación no busca generalizar resultados a toda la población docente, sino profundizar en experiencias específicas que permitan comprender el fenómeno del burnout desde una mirada contextualizada y cercana a la realidad educativa.

4.3. Participantes.

La muestra estuvo conformada por tres docentes de educación básica seleccionados mediante un muestreo intencional, considerando criterios relacionados con la experiencia laboral y la participación dentro del sistema educativo.

La elección de un número reducido de participantes responde a la naturaleza cualitativa del estudio, donde el interés principal se centra

en la profundidad del análisis más que en la cantidad de casos. Los docentes participaron de manera voluntaria y se garantizó la confidencialidad de su identidad y de la información proporcionada.

4.4. Técnica e instrumento de recolección de información.

La técnica utilizada fue la entrevista semiestructurada, ya que permite explorar temas previamente definidos sin limitar la expresión libre de los participantes. Este tipo de entrevista facilita la comprensión de experiencias personales relacionadas con factores psicológicos, pedagógicos e institucionales que pueden influir en la aparición del burnout.

El instrumento consistió en una guía de preguntas abiertas orientadas a indagar aspectos como:

- Percepción del estrés laboral docente,
- Demandas pedagógicas y carga laboral,
- Apoyo institucional y clima escolar,
- Experiencias emocionales dentro del ejercicio profesional.

La flexibilidad de la entrevista permitió adaptar el diálogo según las respuestas de cada docente, favoreciendo la obtención de información rica y contextualizada.

Capitulo V: Resultados

5.1. Pregunta número 1.

¿Qué situaciones dentro de su trabajo como docente le generan mayor estrés o presión en el día a día?

Diana Restrepo	Olga Martínez	Luisa Restrepo	Análisis
De pronto no entender con los padres de familia sobre las responsabilidades	La sobre población	El cumplimiento de actividades administrativas en momentos inesperados.	Las respuestas muestran que el estrés docente viene principalmente de factores externos al aula, como la relación con padres de familia, la cantidad de estudiantes y las tareas administrativas inesperadas. Esto refleja que la presión laboral no solo está en enseñar, sino también en las demandas institucionales y organizacionales.

Tabla 3: Situaciones laborales que generan mayor estrés o presión en el ejercicio docente.

5.2. Pregunta número 2.

¿Cómo percibe la carga de trabajo que tiene actualmente y qué actividades considera más exigentes dentro de su labor docente?

Diana Restrepo	Olga Martínez	Luisa Restrepo	Análisis
Lo que aplico con la pedagogía todo es importante para todos los días.	La carga de trabajo en el aula no es pesada a comparación con tanto documento que hay que hacer para presentar	Los tiempos cortos e inesperados para cumplir con las actividades.	Las docentes coinciden en que la carga de trabajo se vuelve más pesada por el exceso de documentos y por los tiempos limitados para cumplir actividades. Aunque la enseñanza es importante, las tareas administrativas generan mayor sensación de exigencia y presión.

Tabla 4: Percepción de la carga laboral y exigencias en el ejercicio docente.

5.3. Pregunta número 3.

¿Siente que cuenta con apoyo por parte de la institución o del equipo directivo cuando enfrenta dificultades laborales? ¿Por qué?

Diana Restrepo	Olga Martínez	Luisa Restrepo	Análisis
En mi institución tengo apoyo de mi autoridad porque siempre estamos para ser un equipo de trabajo.	No, ya que no hay compañerismo cada uno defiende lo suyo.	En la mayoría de las ocasiones las actividades no son específicas y claras para poder dar cumplimiento.	Las opiniones son variadas: mientras una docente percibe trabajo en equipo y apoyo, otras sienten falta de compañerismo o poca claridad en las actividades. Esto evidencia que el clima institucional influye mucho en cómo se vive el trabajo diario.

Tabla 5: Percepción del apoyo institucional y del equipo directivo ante dificultades laborales.

5.4. Pregunta número 4.

¿Qué emociones suelen acompañarle durante su jornada laboral como docente y cómo influyen en su motivación para enseñar?

Diana Restrepo	Olga Martínez	Luisa Restrepo	Análisis
Cumplir con responsabilidad y aplicar a tiempo las actividades es una emoción de trabajo puntual.	Cada día es una enseñanza así que trato de venir con energía positiva.	Preocupación.	Las emociones durante la jornada laboral van desde responsabilidad y actitud positiva hasta preocupación constante. Esto muestra que la motivación docente convive con niveles de tensión que pueden afectar el bienestar emocional.

Tabla 6: Experiencias emocionales del docente y su influencia en la motivación para enseñar.

5.5. Pregunta número 5.

Desde su experiencia, ¿qué cambios cree que serían necesarios para mejorar el bienestar emocional de los docentes en su institución?

Diana Restrepo	Olga Martínez	Luisa Restrepo	Análisis
Tener acceso a Internet y poder aplicar a los estudiantes.	Tanto papeleo y que el docente sea valorado como antes.	Una mejor comunicación.	Las docentes sugieren mejorar el acceso a recursos, reducir el papeleo y fortalecer la comunicación institucional. Estas propuestas reflejan la necesidad de cambios organizacionales que ayuden a disminuir el estrés y mejorar el bienestar docente.

Tabla 7: Propuestas de mejora para el bienestar emocional docente desde la experiencia profesional.

Capitulo VI: Discusión de resultados

El análisis conjunto de las respuestas proporcionadas por Diana Restrepo, Olga Martínez y Luisa Restrepo permite identificar coincidencias importantes, diferencias en la percepción del contexto laboral y patrones que dialogan directamente con la literatura científica sobre el síndrome de burnout docente. Desde una mirada integral, las tres docentes coinciden en señalar que las principales fuentes de estrés no provienen únicamente del proceso pedagógico, sino de factores institucionales y organizacionales que influyen en la experiencia laboral diaria.

En relación con las situaciones que generan mayor presión, Diana Restrepo menciona las dificultades en la comunicación con padres de familia, Olga Martínez destaca la sobrepoblación estudiantil y la carga administrativa, mientras que Luisa Restrepo señala el cumplimiento de actividades institucionales en tiempos inesperados. Aunque cada docente expresa su experiencia desde perspectivas distintas, todas coinciden en que las demandas externas al aula incrementan la presión emocional y la carga laboral. Este hallazgo se alinea con estudios que señalan que el tamaño del grupo, las tareas administrativas y las condiciones organizacionales son factores relevantes en el desarrollo

del burnout docente, ya que aumentan el desgaste emocional y la sensación de sobrecarga profesional (Belinda y otros, 2022)

Cuando se analiza la percepción del apoyo institucional, emergen diferencias significativas. Diana Restrepo describe un ambiente donde existe trabajo en equipo y apoyo de la autoridad, lo que puede interpretarse como un factor protector frente al desgaste emocional. En contraste, Olga Martínez manifiesta que no percibe compañerismo dentro de su institución, lo cual refleja un clima organizacional menos favorable.

Por su parte, Luisa Restrepo señala que muchas actividades no son claras ni específicas, evidenciando dificultades en la comunicación institucional y en la organización del trabajo docente. Estas diferencias muestran cómo el apoyo directivo y la claridad en las funciones influyen directamente en la vivencia del trabajo, algo que ha sido respaldado por investigaciones que relacionan el estrés de rol y los factores organizacionales con la aparición del burnout en el profesorado (Diaz y otros, 2012)

En cuanto a la carga laboral, las respuestas permiten observar otra coincidencia relevante. Olga Martínez enfatiza el exceso de documentación administrativa como el principal factor de presión, mientras que Luisa Restrepo menciona los tiempos cortos e

imprevistos para cumplir actividades institucionales. Diana Restrepo, aunque desde una postura más orientada al cumplimiento pedagógico, también evidencia la exigencia constante que implica la labor docente. Estas percepciones reflejan que la sobrecarga no solo se relaciona con la enseñanza en sí misma, sino con las tareas administrativas que acompañan el rol profesional, situación que diversos estudios han señalado como una de las principales causas de desgaste emocional y desmotivación laboral en docentes (Ramirez y otros, 2017).

A nivel emocional, también se identifican matices importantes. Diana Restrepo vincula su experiencia con la responsabilidad y el cumplimiento puntual, mostrando una actitud más estructurada frente al trabajo. Olga Martínez menciona la necesidad de mantener una energía positiva cada día, lo cual puede interpretarse como una estrategia personal de afrontamiento. Sin embargo, Luisa Restrepo expresa la preocupación como emoción predominante durante su jornada laboral, evidenciando mayor tensión frente a las demandas institucionales.

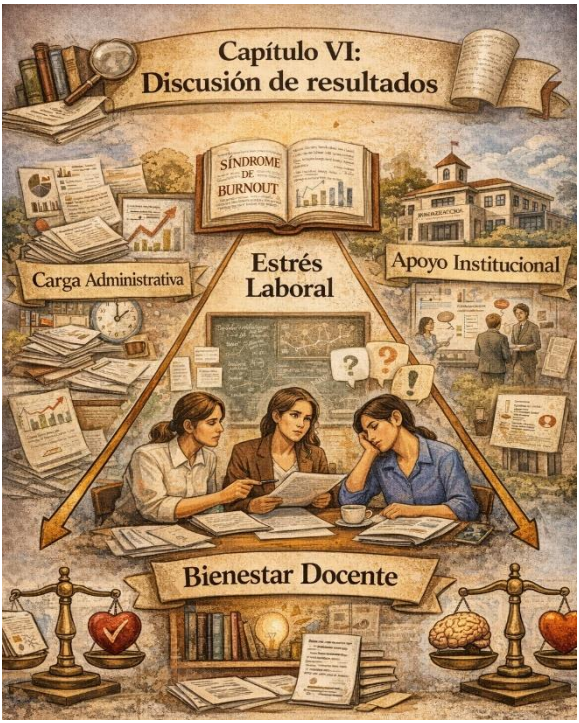
Aunque las emociones son distintas, las tres narrativas reflejan el alto gasto emocional que implica la docencia, lo cual coincide con investigaciones que describen esta profesión como una actividad que exige una implicación emocional constante y que puede derivar en

agotamiento si no existen condiciones organizacionales adecuadas (Gallardo y otros, 2019)

Finalmente, al analizar las propuestas de mejora planteadas por las docentes, se observa una coincidencia clara en la necesidad de cambios institucionales. Diana Restrepo propone mejorar el acceso a recursos tecnológicos, Olga Martínez enfatiza la reducción del papeleo y el reconocimiento del rol docente, mientras que Luisa Restrepo resalta la importancia de fortalecer la comunicación dentro de la institución.

Estas propuestas reflejan una visión compartida donde el bienestar docente no depende únicamente de estrategias individuales, sino de transformaciones estructurales en el sistema educativo. La literatura científica propuesta por Bambula et al., (2012) respalda esta perspectiva al señalar que la mejora del clima organizacional, la reducción de la carga administrativa y el fortalecimiento del apoyo institucional contribuyen significativamente a disminuir los niveles de burnout y a promover la satisfacción laboral en el profesorado.

Figura 9: Análisis del síndrome del burnout.



En conjunto, la triangulación de resultados evidencia que, aunque cada docente vive su experiencia desde realidades particulares, existe un patrón común centrado en la influencia de los factores institucionales y psicosociales en el bienestar profesional. Diana Restrepo muestra una percepción más positiva del entorno laboral, mientras que Olga Martínez y Luisa Restrepo expresan mayores niveles de tensión asociados a la carga administrativa, la comunicación organizacional y la claridad en las funciones.

Estas diferencias no solo enriquecen la comprensión del fenómeno, sino que también reflejan la complejidad del burnout docente como un proceso multidimensional que surge de la interacción entre las demandas del sistema educativo y la vivencia subjetiva de cada profesional (Belinda y otros, 2022).

Figura 10: Estrés laboral en docentes



Capitulo VII conclusiones

El presente estudio permitió comprender que el síndrome de burnout en docentes de educación básica no puede analizarse únicamente desde una perspectiva individual, sino como el resultado de múltiples factores psicoeducativos que interactúan dentro del contexto institucional, emocional y relacional del trabajo docente. A lo largo del desarrollo teórico, normativo y empírico del libro, se evidenció que el bienestar profesional del profesorado está profundamente vinculado con las condiciones organizacionales del sistema educativo ecuatoriano y con las transformaciones recientes del rol docente.

En primer lugar, los resultados obtenidos muestran que las principales fuentes de estrés docente no provienen exclusivamente del proceso pedagógico, sino de demandas externas al aula, tales como la sobrecarga administrativa, la comunicación con familias, la claridad en las funciones institucionales y el cumplimiento de actividades en tiempos limitados. Este hallazgo confirma que los factores institucionales y psicosociales laborales desempeñan un papel central en la experiencia cotidiana del profesorado, reforzando la idea de que el burnout emerge cuando las exigencias organizacionales superan los recursos disponibles para afrontarlas.

Asimismo, la triangulación de respuestas permitió identificar tanto coincidencias como diferencias entre Diana Restrepo, Olga Martínez y Luisa Restrepo, lo que evidencia que el burnout docente se construye desde vivencias subjetivas dentro de un mismo contexto educativo. Mientras Diana Restrepo percibe mayores niveles de apoyo institucional y mantiene una postura más orientada al cumplimiento responsable del rol, Olga Martínez y Luisa Restrepo expresan mayores tensiones relacionadas con el clima organizacional, la carga administrativa y la falta de claridad institucional. Estas diferencias reflejan que el apoyo directivo, la comunicación organizacional y el reconocimiento profesional funcionan como elementos protectores o de riesgo frente al desgaste emocional.

Desde una perspectiva emocional, el estudio permitió observar que la docencia implica una implicación afectiva constante que puede generar tanto satisfacción personal como preocupación y cansancio psicológico. Las emociones expresadas por las participantes evidencian que la motivación para enseñar convive con niveles elevados de exigencia emocional, lo cual confirma que el trabajo docente se desarrolla en un equilibrio permanente entre vocación y presión institucional.

Otro hallazgo relevante se relaciona con las propuestas de mejora planteadas por las docentes, quienes coinciden en señalar la necesidad de cambios estructurales dentro de las instituciones educativas. La reducción del papeleo administrativo, el fortalecimiento de la comunicación interna, el acceso a recursos tecnológicos y el reconocimiento del rol docente emergen como estrategias clave para promover el bienestar emocional y prevenir el desgaste profesional. Estas propuestas refuerzan la idea de que el burnout no debe abordarse únicamente desde estrategias individuales de afrontamiento, sino desde transformaciones organizacionales orientadas a crear entornos educativos saludables.

En coherencia con el marco normativo analizado, tanto la Constitución de la República del Ecuador como la Ley Orgánica de Educación Intercultural evidencian que el bienestar docente forma parte de las responsabilidades del Estado en la garantía del derecho a la educación, la salud y el trabajo digno. Esto permite comprender que la prevención del burnout docente no solo es una necesidad profesional, sino también un compromiso social y educativo que impacta directamente en la calidad del sistema educativo.

Finalmente, el estudio concluye que los factores psicoeducativos asociados al síndrome de burnout en docentes de educación básica se

organizan en torno a cuatro dimensiones principales: emocional, institucional, relacional y pedagógica. El equilibrio entre estas dimensiones determina la forma en que el profesorado experimenta su trabajo y su bienestar profesional. Por ello, promover entornos escolares que fortalezcan el apoyo institucional, las relaciones humanas positivas y la gestión saludable de las demandas laborales se convierte en una estrategia fundamental para garantizar no solo la salud mental docente, sino también procesos educativos más humanos y sostenibles.

Bibliografía

Aguilar, A., & Mayorga, M. (Abril- Junio de 2020). *Revista digital de Ciencia, Tecnología e Innovación*. Relación entre Estrés Docente y Síndrome de Burnout en docentes de la Zona 3 de Ecuador: https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/EPISTEME/article/view/1599

Arís, N. (2009). *Revista de educación y psicología* . El Síndrome de Burnout en los docentes: https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1324/1444

Asamblea Nacional . (2008). *Constitución de la república del Ecuador* . Lexis .

Asamblea Nacional. (2011). *Ley orgánica de educación intercultural.* Lexis.

Baldeón, M., Janampa, L., Rivera, A., & Santivañez, L. (2023). Síndrome de burnout: Una revisión sistemática en hispanoamérica. *Latinoamericana de ciencias sociales y humanidades,* *4*(1), 1809-1831. https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.378

Bambula, F., Sanchez, A. M., & Arevalo, M. (2012). *Universitas Psychologica*. Factores asociados al síndrome de burnout en docentes de colegios de la ciudad de Cali, Colombia: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672012000100018

Belinda, A., Obuobi, G., Burback, L., & Yifeng, A. (2022). Estrés, agotamiento, ansiedad y depresión en docentes: una revisión del alcance. *Investigación ambiental y salud pública, 19*, 2-42. https://doi.org/10.3390/ijerph191710706

Castro, E., & Silva, R. (2023). Factores psicosociales asociados a la incidencia del Síndrome de Burnout en docentes de medicina Azogues enero-junio 2023. *Religación , 9*(40), 2-24. https://doi.org/10.46652/rgn.v9i40.1164

Diaz, F., Lopoez, A. M., & Varela, M. (2012). *Universitas Psychologica*. Factores asociados al síndrome de burnout en docentes de colegios de la ciudad de Cali, Colombia : file:///C:/Users/Valentina%20Vanegas/Downloads/adminpujojs,+17-UP11-Fa%C3%8C_tima+Di%C3%8C_az+Bambula.pdf

Duran, A., Pacheco, N., & Peña, L. (2001). *Revista Apuntes de psicología* . El síndrome de burnout en el ámbito educativo:

una aproximación diferencia: https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/1341/1019

Echeverry, D., Gomez, L., & Gastelbondo, B. (Abril de 2021). *Respositorio Digital de la Universidad Iberoamericana* . Identificación de factores de riesgo psicosocial asociados al estrés y el sindrome del burnout en los docentes de básica primaria de la sede juan de corral de la IE Alfonso Lopez Pumarejo de muncipio de Tulua: https://repositorio.ibero.edu.co/server/api/core/bitstreams/5ada8e77-6352-4f3e-be6a-aa53078c1134/content

Fajardo, A. (Julio de 2022). *Repositorio digital de la universidad de Valladolid* . Factores asociados al síndrome de Burnout en docentes de Educación Básica y relación con su satisfacción laboral en la provincia de Napo, Ecuador : https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/57093/TFM-G1567.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Gallardo, J., Lopez, F., & Gallardo, P. (2019). Análisis del síndrome de burnout en docentes de educación infantil, primaria y secundaria para su prevención y tratamiento. *Electrónica*

Educare (Educare Electronic Journal), 23(2), 1-20. https://doi.org/10.15359/ree.23-2.17

Guerrero, K., Mendoza, J., Navarro, B., & Duran, M. (2023). Síndrome de Burnout en profesionales educativos. *Horizontes, 7*(8), 690-697. https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i28.547

Hernandez, C., Gamboa, A., & Nuñez, R. (Septiembre de 2021). *Revista Boletin Redipe*. Síndrome de burnout en docentes de educación básica y media en tiempo de crisis: https://repositorio.ufps.edu.co/server/api/core/bitstreams/e5ede191-f8d3-4e9d-a6df-bad6853834b5/content

Jimenez, L., Oñate, L., & Mendoza, M. (2023). Factores de riesgo psicosocial asociados al síndrome de burnout . *Colombiana de Salud Ocupacional, 13*(2). https://doi.org/10.18041/2322-634X/rcso.2.2023.10839

Lulema, S. (3 de Abril de 2025). *Repositorio Digital de la Universidad Internacional SEK ser mejores*. Síndrome de Burnout en Docentes en Latinoamérica: una revisión bibliográfica: https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/5484/1/Lulema%20Cahue%C3%B1as%20Kevin%20Santiago.pdf

Maldonado, D., & Bustos, S. (2024). Desgaste profesional o burnout y su impacto en la calidad educativa . *Polo del Conocimiento, 9*(4), 1550-1566. https://doi.org/10.23857/pc.v9i4.7011

Manzano, A. (2020). Síndrome de burnout en docentes de una Unidad Educativa, Ecuador. *Horizontes , 4*(16), 499-511. https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.vi16.132

Moreno, A., Lopez, A., Paniego, C., Gacia, E., Eisman, A., & Arias, S. (2024). *Academia española de dermatología y venereología* . Síndrome de burnout, ansiedad y depresión en residentes de dermatología: un estudio transversal: https://pdf.sciencedirectassets.com/277731/1-s2.0-S0001731024X00162/1-s2.0-S0001731024001571/main.pdf?X-Amz-Security-Token=IQoJb3JpZ2luX2VjEI7%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2F%2FwEaCXVzLWVhc3QtMSJHMEUCIQCBTiuu5yOTw2DZrggfdz8RREQj6Z8q1rEQ6c7V6VSr%2BQIgHZQetEVozw

Morocho, G., & Morocho, M. (17 de Enero de 2025). *Repositorio digital de la universidad Ucuenca*. Características del síndrome de Burnout en docentes de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca, Cuenca – Azuay 2024: https://rest-

dspace.ucuenca.edu.ec/server/api/core/bitstreams/8113b96e-4551-42a7-9f27-105e7b3312d3/content

Moya, M. (2024). *Repositorio digital de la universidad de chile* . Sindrome del burnout en educación básica y secundaria en Latinoamerica: Una revisón de alcance: https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/208278/Sindrome-de-burnout-en-educacion-basica.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ordoñez, A., Escudero, W., Gomez, V., & Gomez, C. (2023). Burnout en docentes de instituciones educativas del régimen Costa del Ecuador. *Venezolana de Gerencia, 28*(101), 80-92. https://doi.org/10.52080/rvgluz.28.101.6

Patricia, P., Fabricio, R., & Fabian, A. (2024). Síndrome de Burnout y Depresión en docentes ecuatorianos: un estudio correlacional . *Investigar, 8*(1), 1653-1670. https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.1.2024.1653-1670

Ramirez, J., Araiza, A., & Anaya, E. (14 de Abril de 2017). *Revista de investigación educativa de la rediech*. Síndrome de burnout en docentes:

file:///C:/Users/Valentina%20Vanegas/OneDrive/Desktop/2448-8550-ierediech-8-14-45.pdf

Salazar, L. (2020). Investigación Cualitativa: Una respuesta a las Investigaciones Sociales Educativas . *Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología, VI*(11), 101-110. https://doi.org/10.35381/cm.v6i11.327

Tabares, Y., Martinez, V., & Matabanchoy, S. (2020). Síndrome de Burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Universidad y salud , 22*(3), 265-279. https://doi.org/10.22267/rus.202203.199

Vega, P., Garcia, D., Ochoa, S., & Erazo, J. (2020). Síndrome de Burnout: Un estudio con docentes de Educación Básica. *Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA , 5*(1), 246-260. https://doi.org/10.35381/r.k.v5i1.782

Anexos

Docente Diana Restrepo.

Pregunta número 1.

¿Qué situaciones dentro de su trabajo como docente le generan mayor estrés o presión en el día a día?

Respuesta.

De pronto no entender con los padres de familia sobre las responsabilidades

Pregunta número 2.

¿Cómo percibe la carga de trabajo que tiene actualmente y qué actividades considera más exigentes dentro de su labor docente?

Respuesta.

Lo que aplico con la pedagogía todo es importante para todos los días.

Pregunta número 3.

¿Siente que cuenta con apoyo por parte de la institución o del equipo directivo cuando enfrenta dificultades laborales? ¿Por qué?

Respuesta.

En mi institución tengo apoyo de mi autoridad porque siempre estamos para ser un equipo de trabajo.

Pregunta número 4.

¿Qué emociones suelen acompañarle durante su jornada laboral como docente y cómo influyen en su motivación para enseñar?

Respuesta.

Cumplir con responsabilidad y aplicar a tiempo las actividades es una emoción de trabajo puntual.

Pregunta número 5.

Desde su experiencia, ¿qué cambios cree que serían necesarios para mejorar el bienestar emocional de los docentes en su institución?

Respuesta.

Tener acceso a Internet y poder aplicar a los estudiantes.

Docente Olga Martínez

Pregunta Número 1.

¿Qué situaciones dentro de su trabajo como docente le generan mayor estrés o presión en el día a día?

Respuesta.

La sobrepoblación.

Pregunta número 2.

¿Cómo percibe la carga de trabajo que tiene actualmente y qué actividades considera más exigentes dentro de su labor docente?

Respuesta.

La carga de trabajo en el aula no es pesada a comparación con tanto documento que hay que presentar.

Pregunta número 3.

¿Siente que cuenta con apoyo por parte de la institución o del equipo directivo cuando enfrenta dificultades laborales? ¿Por qué?

Respuesta.

No, ya que no hay compañerismo cada uno defiende lo suyo.

Pregunta número 4.

¿Qué emociones suelen acompañarle durante su jornada laboral como docente y cómo influyen en su motivación para enseñar?

Respuesta.

Cada día es una enseñanza así que trato de venir con energía positiva.

Pregunta número 5.

Desde su experiencia, ¿qué cambios cree que serían necesarios para mejorar el bienestar emocional de los docentes en su institución?

Respuesta.

Tanto papeleo ya que el docente sea valorado como antes.

Docente Luisa Restrepo.

Pregunta número 1.

¿Qué situaciones dentro de su trabajo como docente le generan mayor estrés o presión en el día a día?

Respuesta.

El cumplimiento de actividades administrativas en momentos inesperados.

Pregunta número 2.

¿Cómo percibe la carga de trabajo que tiene actualmente y qué actividades considera más exigentes dentro de su labor docente?

Respuesta.

Los tiempos cortos e inesperados para cumplir con las actividades.

Pregunta número 3.

¿Siente que cuenta con apoyo por parte de la institución o del equipo directivo cuando enfrenta dificultades laborales? ¿Por qué?

Respuesta.

En la mayoría de las ocasiones las actividades no son específicas y claras para poder dar cumplimiento.

Pregunta número 4.

¿Qué emociones suelen acompañarle durante su jornada laboral como docente y cómo influyen en su motivación para enseñar?

Respuesta.

Preocupación.

Pregunta número 5.

Desde su experiencia, ¿qué cambios cree que serían necesarios para mejorar el bienestar emocional de los docentes en su institución?

Respuesta.

Una mejor comunicación.