

## SÍNDROME DE BURNOUT Y COMPETENCIAS DIGITALES EN DOCENTES DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y FARMACIA

### BURNOUT SYNDROME AND DIGITAL COMPETENCES IN TEACHERS OF THE FACULTY OF PSYCHOLOGY AND PHARMACY

<sup>1</sup>**Eloy Melvin Santos-Figueroa**, Universidad de Panamá, Facultad de Psicología, Panamá, Eloy.santos@up.ac.pa Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2791-5895>

<sup>2</sup>**Ivette Schuverer**, Universidad de Panamá Facultad de Psicología, Panamá, schuvererivette@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2791-5895>.

<sup>3</sup>**Alberto Gil Picota B.**, Universidad de Panamá Facultad de Psicología, Panamá. Email: apicota@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-8290-1328>

<sup>4</sup>**Manuel Campos Labrador**, Universidad de Panamá Facultad de Psicología, Panamá Email: manuel.campos@up.ac.pa Orcid: <https://orcid.org/0000-0000-0000-0000>

<sup>5</sup>**Fátima Pimentel**, Universidad de Panamá, Facultad de Farmacia, Panamá, Email: fatima.pimentel@up.ac.pa Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-7446-6503>

<sup>6</sup>**Mirna M. Murillo**, Universidad de Panamá, Facultad de Farmacia, Panamá. Email: mirna.murillo@up.ac.pa. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-8975-2852>  
DOI <https://doi.org/10.48204/red.v2n2.4017>

**Recibido:** 2 de marzo de 2023

**Aceptado:** 25 de mayo de 2023

### RESUMEN

El síndrome de Burnout es conocido en el ámbito académico como síndrome de desgaste profesional y está relacionado al estrés sostenido durante largo periodos de tiempo a causa del trabajo, mientras que la competencia digital es un conjunto de conocimientos, habilidades, actitudes, estrategias, valores y concienciación que se requieren cuando se usan las TIC y los medios digitales para realizar tareas docentes. Es por ello que hemos realizado un estudio cuantitativo, transversal correlacional, con el objetivo de cuantificar la prevalencia del síndrome de Burnout y determinar si existe relación entre las competencias digitales y el síndrome de Burnout. La muestra estuvo compuesta por 50 docentes, 25 de la Facultad de

Psicología y 25 de la Facultad de Farmacia. Los resultados demuestran que la prevalencia del síndrome está en 30% aproximadamente, mientras que, en la competencia digital, alrededor del 70% de la muestra evidenció un nivel de medio a alto. La relación entre ambas variables determinada por el coeficiente de Pearson  $r = -.475$  fue significativa en agotamiento emocional,  $r = -.51$  significativa en la escala de despersonalización y  $r = .353$  significativa en la escala de realización personal. Los resultados nos llevan a la conclusión que existe relación entre la competencia digital y el síndrome de Burnout.

**Palabras clave:** agotamiento emocional, despersonalización, realización personal, docentes

### **Abstract**

Burnout syndrome, also known in academic circles as professional Burnout syndrome, is related to sustained stress over long periods of time due to work, while digital competence is a set of knowledge, skills, attitudes, strategies, values, and awareness required when using ICT and digital media to perform teaching tasks. That is why we conducted a quantitative, cross-sectional correlational study with the aim of quantifying the prevalence of Burnout syndrome and determining whether there is a relationship between digital competencies and Burnout syndrome. The sample consisted of 50 teachers, 25 from the Faculty of Psychology and 25 from the Faculty of Pharmacy. The results show that the prevalence of Burnout syndrome is approximately 30%, while around 70% of the sample demonstrated a medium to high level of digital competency. The relationship between both variables determined by the Pearson coefficient  $r = -.475$  was significant in emotional exhaustion,  $r = -.51$  significant in the depersonalization scale, and  $r = .353$  significant in the personal accomplishment scale. The results lead us to the conclusion that there is a relationship between digital competence and Burnout syndrome.

**Keywords:** emotional exhaustion, depersonalization, personal accomplishment, teachers

### **INTRODUCCIÓN**

El síndrome de Burnout, también conocido como síndrome del trabajador quemado “es un estado de agotamiento mental emocional y físico que se presenta como resultado de un estrés laboral crónico” (Méndez Venegas, 2004). En este sentido Amador Velázquez, et. al, (2014)

señalan que suele manifestarse a través de “un estado de desgaste, desmotivación y falta de interés por el trabajo”; es decir, que las personas que lo padecen pueden sentir una sensación de falta de energía, desmotivación, insatisfacción y estrés constante en relación con su trabajo. El término “Burnout”, fue descrito por primera vez en la década de 1970 por Herbert Freudenberger, (Serna Corredor y Martínez Sanchez, 2020). Años más tarde Maslach, amplió la definición del síndrome de Burnout y sus síntomas. Maslach, propuso que el síndrome de Burnout era un resultado de “la exposición prolongada a altos niveles de estrés laboral y emocional, y que se caracterizaba por tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal”. (Vivanco Vivanco, et. al, 2018)

Desde entonces, el síndrome de Burnout ha sido objeto de una amplia investigación en diversas áreas profesionales, y se ha demostrado que “puede afectar a trabajadores de muchos campos, incluidos la medicina, la enfermería, la enseñanza, la policía, el trabajo social y la atención al cliente, entre otros”. (Martínez Pérez, 2010)

El síndrome de Burnout, es considerado una problemática de salud mental en el trabajo y uno de los principales que enfrentan las organizaciones en la actualidad; y es que, esta actualidad implica muchos cambios con relación a las últimas décadas, tales como: la globalización de los mercados, el aumento de la competitividad y sobre todo el desarrollo de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) ha provocado profundos cambios y transformaciones en las organizaciones y que son factores que pueden propiciar el surgimiento de este síndrome en el individuo sin importar el área en la cual se desempeña. Hace algunos años se pensaba que el síndrome de Burnout afectaba solo a profesiones de servicios como médicos, enfermeras, psicólogos, policías y bomberos; sin embargo, hoy sabemos, que en realidad puede afectar a cualquier persona, independientemente de su género, edad o profesión.

Debemos señalar que el Síndrome de Burnout, no es considerado una enfermedad física, por ser un trastorno psicológico relacionado al trabajo, pero es importante comprender el síndrome porque es algo relacionado a la salud mental grave que puede afectar significativamente la salud física y mental de una persona, así como su rendimiento laboral y su calidad de vida.

Además de la importancia del bienestar laboral, la salud mental y el Síndrome de Burnout, otro tema relevante en el mundo actual es la competencia digital o Tecnologías de la

Información y la Comunicación (TIC), principalmente en el ámbito académico. Si bien es cierto, en la mayoría de los trabajos, es fundamental contar con habilidades digitales para poder desempeñarse eficazmente en un entorno cada vez más tecnológico, la llegada de la pandemia obligó al sistema educativo a buscar formas no tradicionales para llevar a cabo el proceso de enseñanza aprendizaje.

En este sentido autores como (Solís de Ovando Calderón y Jara Jara, 2019) definen la competencia digital como los “conocimientos, capacidades, actitudes y estrategias que el educador debe activar, adoptar y gestionar en situaciones reales para facilitar el aprendizaje”

En este contexto, es importante señalar que el avance de la tecnología de la información y comunicación (TIC), en la educación superior, sumado a la nueva metodología de impartir clases que ha surgido en los últimos años, y que acentuó muchas a partir de la pandemia, exigen al docente universitario desarrollar y a empoderarse de nuevas habilidades específicas, como son las competencias digitales, las cuales consisten en la utilización de las Tics para la gestión del conocimiento, siendo esto un reto para los docentes, a tal punto que en algunos casos han desarrollado estados de estrés que comprometen su salud mental.

Otra definición que encontramos para las competencias digitales docentes, la encontramos en (Dávila Morán, et. al, 2022) quienes señalan que son “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y destrezas relacionadas con el uso de la tecnología digital en el contexto educativo”. Estas incluyen el manejo de información, la comunicación y la colaboración, la creación de contenido, la administración de recursos digitales, la seguridad informática, así como la evaluación de herramientas digitales y de contenidos. (Díaz-Arce y Loyola-Illescas, 2021)

Es muy importante que los profesores actuales desarrollemos la competencia digital, ya que éstas son esenciales para los docentes porque les permiten mejorar la calidad de la enseñanza, preparar a los estudiantes para el futuro, facilitar la comunicación y la colaboración, y ampliar el alcance de la enseñanza, y hablar el mismo lenguaje en que hablan y se comunican los jóvenes de hoy. Por lo anteriormente expuesto, se puede remarcar la necesidad de los docentes de desarrollar la competencia digital, que les ayudará en su labor y podrán adquirir la habilidad de utilizar tecnologías digitales de manera efectiva, crítica y segura en la vida cotidiana y en el trabajo, ya que es una habilidad esencial para participar plenamente en la sociedad digital actual.

Revisando la literatura hemos encontrado varios estudios que demuestran la relación entre el síndrome de Burnout y las competencias digitales. Somos de la hipótesis de que un docente con altas competencias digitales puede ser menos propenso a sufrir el síndrome de Burnout. A raíz de las revisiones bibliográficas que realizamos, un grupo de profesores de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá, nos hicimos algunas preguntas: ¿Existirá síndrome de Burnout en los profesores de la Facultad? ¿Contamos con la suficiente competencia digital para atender a nuestros estudiantes? ¿Existirá relación entre el síndrome de Burnout y las competencias digitales en los profesores? Atendiendo a estas interrogantes, hemos llevado a cabo una investigación para determinar la relación existente entre el síndrome de Burnout y las competencias digitales. El estudio se realizó con una muestra de 50 profesores, 25 de la Facultad de Psicología y 25 de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Panamá.

Como mencionamos en el párrafo anterior, diversos son los estudios que han abordado la relación entre el síndrome de Burnout y la competencia digital en el ámbito académico. Un artículo publicado en Revista de Investigación en Ciencias de la Educación, Horizontes en 2022 investigó esta relación y concluyó que la competencia digital puede influir positivamente en la reducción del síndrome de Burnout. (Alave Pari, 2022) Adicionalmente, otro estudio realizado por Mendoza García, (2022) encontró que el nivel de competencia digital se asoció significativamente con el bajo compromiso organizacional y el alto Burnout. Estos resultados sugieren que un mayor nivel de competencia digital puede ayudar a reducir el Burnout y mejorar el compromiso organizacional.

Por su parte, Solorzano Chaca, (2022), estudió la relación de la competencia digital, trabajo colaborativo y síndrome de Burnout en docentes de una institución educativa de Lima, encontrando que las variables competencia digital y el trabajo colaborativo se relacionan significativamente con las dimensiones del Síndrome de Burnout

A demás, otro estudio realizado por Suarez Pardo, (2021) examinó la relación entre la competencia digital y el estrés laboral y encontró que los trabajadores que eran más competentes en el uso de las tecnologías digitales experimentaban menos estrés laboral y estaban menos sujetos al síndrome de Burnout.

Los anteriores estudios parecen indicar que existe una relación inversa entre el síndrome de Burnout y las competencias digitales. Los estudios que hemos señalado, que son recientes,

han demostrado que un mayor nivel de competencia digital se asocia con un menor nivel de síndrome de Burnout. Esto puede deberse a que un mayor nivel de competencia digital permite a los docentes aprovechar mejor las herramientas digitales para realizar su trabajo, lo que les permite experimentar menos estrés y fatiga. Además, un mayor nivel de competencia digital permite a los docentes tener mayor control sobre las tareas que realizan, lo que les permite administrar mejor su tiempo y energía.

Es por ello que es importante que los profesores universitarios desarrollemos la competencia digital, ya que para nadie es un secreto que las tecnologías digitales están transformando rápidamente el contexto de los seres humanos y principalmente el ámbito académico y se están convirtiendo en una parte integral de la enseñanza y el aprendizaje en las universidades. Los profesores que tengan una mayor competencia digital pueden aprovechar al máximo estas herramientas para mejorar la calidad de la enseñanza y el aprendizaje, y ofrecer a los estudiantes experiencias más enriquecedoras y efectivas.

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

La población que se estudió estuvo compuesta por 91 docentes en total, de los cuales 45 pertenecen a las facultades de Psicología, y 46 son parte del cuerpo docente de la Facultad de Farmacia. Mientras que la muestra estará constituida por 50 docentes, 25 de cada una de las facultades participantes. Para la conformación de la muestra, se utilizó un muestreo no probabilístico, por conveniencia.

Se trató de una investigación enmarcada dentro del paradigma cuantitativo, de nivel correlacional y de corte transversal. Por su parte el diseño de la investigación fue de tipo no experimental, ya que no hubo ningún tipo de manipulación de las variables.

Utilizamos dos instrumentos para recopilar los datos. El primer instrumento fue para medir la competencia digital, y se utilizó el Cuestionario de Competencia Digital para Futuros Maestros, Dicho instrumento está basado en los principales marcos de desarrollo de la competencia digital: ISTE (Crompton, 2017) y Dig-Comp. (Cabero-Almenara, et al, 2020).

El segundo instrumento. Es el Maslach Burnout Inventory (MBI), Los elementos de éste recogen las 3 dimensiones establecidas por las autoras Maslach y Jackson, en 1997: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal; el instrumento está

estructurado con 22 preguntas, en forma de afirmaciones, en relación a: actitudes, emociones y sentimientos personales del profesional en su trabajo y hacia las personas que atiende

### 1. Resultados y discusión

Los datos recopilados sobre la muestra del estudio revelaron que estuvo compuesta por 50 docentes, 25 de la facultad de Psicología y 25 de la facultad de Farmacia, la distribución por sexo fue de 56% de mujeres y 44% de hombres, una muestra bastante balanceada en cuanto tamaño y que se está dentro de la distribución por sexo, dentro de la Universidad de Panamá. En general, la edad de los profesores que formaron parte de la muestra, el 32% se ubicó en edades que superan los 70 años, 24% se ubicó en los rangos de 61 a 70, igual porcentaje en el rango de 51 a 60 años, 10% en el rango de edad de 41 a 50, 6% entre los 31 y 40 años, mientras solo el 4% de la muestra dijo tener menos de 30 años.

Mientras que a lo que se refiera a los años de servicio, 26% tiene entre 41 y 50 años de experiencia docente, 24% dijo tener entre 31 y 40 años de servicio, 22% entre 21 y 30 años de servicio docente, mientras 28% tienen menos de 20 años de servicio

#### Figura 1

Puntuación media y mediana de las escalas de Burnout y sus valores de referencia

Escala de Burnout	Descriptivos		valores de referencia		
	Media	Mediana	Bajo	Medio	Alto
Agotamiento emocional	18.28	15.50	0-18	18-26	27-54
Despersonalización	6.86	3.50	0-5	6-9	10-30
Realización personal	33.88	34.00	0-33	34-39	40-56

Santos, et. al, 2023

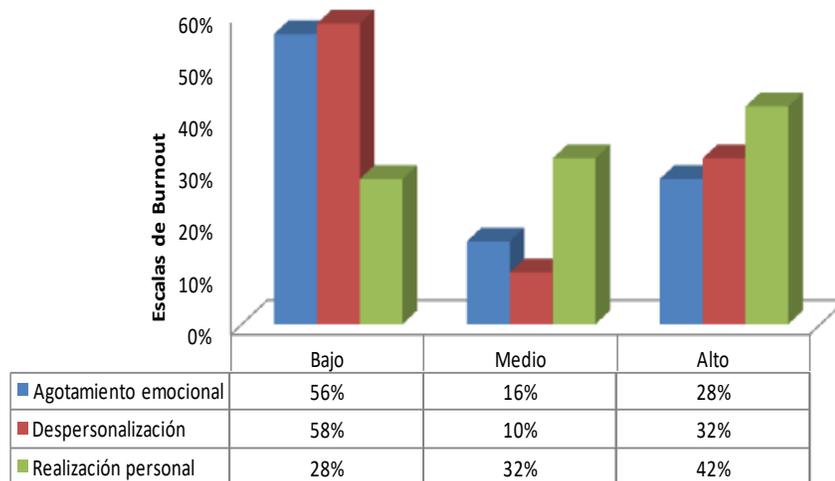
En lo referente a la variable de síndrome Burnout, siguiendo con los lineamientos señalados por Maslach, la factorización de las 22 afirmaciones presentadas en el inventario, resulta en 3 factores o escalas, y se analizó las puntuaciones de las escalas de manera independiente, así podemos observar en la tabla.1 que la muestra en la escala agotamiento emocional, obtuvo una puntuación media de 18.28 y mediana de 15,50, mientras que en la escala de despersonalización, obtuvieron puntuaciones de 6.86 en la media y 3.50 en la mediana, por último en la escala de realización personal, obtuvieron puntuación media de 33.88 y media de 34. La referida tabla1. Incluye los valores de referencia de cada escala.

Las puntuaciones de la Figura 1 nos brindan una medida descriptiva numérica de la muestra, por lo que se procedió a transformar las puntuaciones directas de los participantes en cada una de las dimensiones de Burnout, para categorizarlas en puntuaciones de frecuencia relativa o porcentajes y se agruparon en tres niveles: puntuaciones altas, medias y bajas.

Es importante mencionar que algunos autores consideran que las dimensiones centrales del Burnout son el agotamiento emocional y la despersonalización, ya que la dimensión realización personal ha sido criticada tanto a nivel conceptual, como metodológico (León-Rubio, et. al, 2013)

## Figura 2

Niveles de Burnout según escalas de la prueba



Santos, et.al, 2023

En lo que respecta a la prevalencia del síndrome de Burnout, en la muestra de estudio, la Figura 2 evidencia que, en la escala de agotamiento emocional, 56% presentaban niveles bajos, 16% niveles medio y 28% niveles altos. Para la escala de despersonalización, podemos decir que 58% presentó niveles bajos de despersonalización, 10% niveles medios y 32% de la muestra presentó niveles altos de despersonalización. Mientras que en la escala de realización personal el 26% presentó niveles bajos de realización personal, 32% niveles medios y 42% de la muestra presentó altos niveles de realización personal.

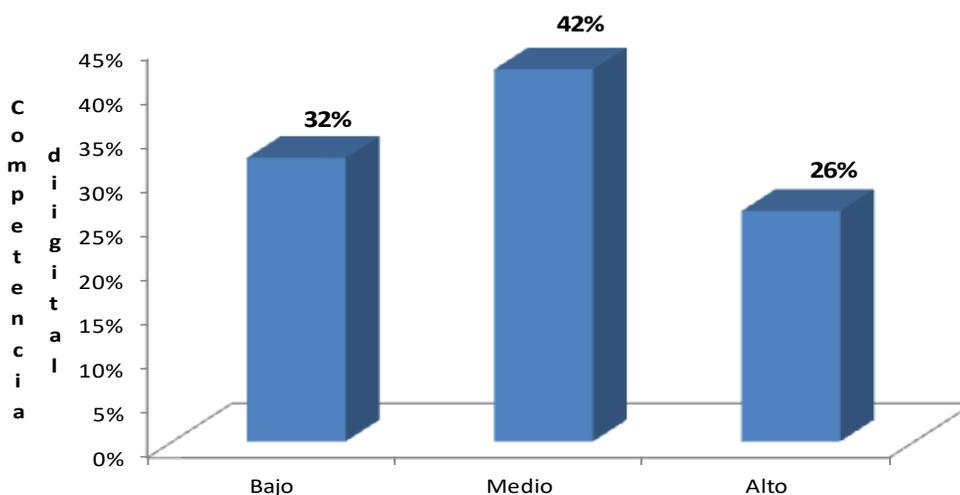
La interpretación de las escalas de agotamiento emocional y despersonalización guardan una relación directamente proporcional con el síndrome de Burnout; es decir, a mayor puntuación, mayores serán los niveles de Burnout. Mientras que, en la escala de realización personal, las puntuaciones tienen una relación inversamente proporcional; es decir, a mayor puntuación, mayor es el logro de la realización personal, en consecuencia, menor nivel Burnout.

Los resultados de nuestra investigación coinciden con diversos estudios que han encontrado que la prevalencia de Burnout se encuentra entre el 14% y 40% de la población. Entre estos estudios se encuentran los realizados por: (León-Rubio, et. al 2013), (Posada y Molan, 2019), (Prince, et. al, 2016) (Hermosa Rodríguez, 2006) y (García Padilla et. al, 2017).

Mientras que, en la escala de realización personal, las puntuaciones tienen una relación inversamente proporcional; es decir, a mayor puntuación, mayor es el logro de la realización personal, en consecuencia, menor nivel Burnout.

### Figura 3

Niveles de competencia digital de los profesores



Santos, et. al, 2023

En cuanto a nuestra otra variable, la competencia digital, la muestra obtuvo una puntuación media de 136 de 200 que era la puntuación máxima. Al momento de clasificar la variable, que presentamos en la figura 3, podemos apreciar que 32% obtuvo niveles bajos, 42% un nivel medio y 26% de la muestra cuenta con un alto nivel de competencia digital. Estos datos parecen concordar con los estudios realizados por (Bustos López y Gómez Cermeño, 2017), (Solís de Ovando Calderón y Jara Jara, 2019), (Melchorita Zevallos Atoche, 2018) y (Pozos Pérez y Tejada Fernández, 2018) que encontraron porcentajes similares a los nuestros, en donde, alrededor de un tercio de muestra obtiene puntuaciones bajas de competencia digital.

#### Figura 4

Correlación de Pearson entre las escalas del Burnout y la competencia digital

Correlaciones		Competencia digital	Agotamiento emocional	Despersonalización	Realización personal
Competencia digital	Correlación de Pearson	1	-.475**	-.510**	.353*
	Sig. (bilateral)		.000	.000	.012
Agotamiento emocional	Correlación de Pearson	-.475**	1	.654**	-.505**
	Sig. (bilateral)	.000		.000	.000
Despersonalización	Correlación de Pearson	-.510**	.654**	1	-.537**
	Sig. (bilateral)	.000	.000		.000
Realización personal	Correlación de Pearson	.353*	-.505**	-.537**	1
	Sig. (bilateral)	.012	.000	.000	
N		50	50	50	50

Santos, et. al, 2023

Para finalizar el análisis de resultados se sometió a prueba de correlación, y la hipótesis de nuestro estudio que señala que existe entre el síndrome de Burnout (sus escalas) y la competencia digital. Se realizó un análisis de correlación mediante el coeficiente de correlación de Pearson, esto debido a que los datos muestrales presentan un comportamiento que se aproxima a la distribución normal.

Como se puede apreciar en la Figura 4 el coeficiente de correlación de Pearson entre las escalas del síndrome de Burnout y la competencia digital, muestran una correlación de moderada a baja en las tres escalas, sin embargo, estas correlaciones son estadísticamente

significativa, ya que para agotamiento emocional  $r = -47.5\%$ , para despersonalización  $r = -51\%$  y para la realización personal  $r = -35.3\%$ , todas ellas significativas a un nivel de significación estadística de 5%. Estos datos nos permiten concluir que existe evidencia suficiente en la muestra para rechazar la hipótesis nula  $H_0$  y quedarnos con la alterna que prueba que existe relación entre la competencia digital y el síndrome de Burnout.

Nuestros resultados coinciden con los estudios de (Solorzano Chaca, 2022) que encontraron correlación entre la competencia digital y las escalas de Agotamiento emocional y despersonalización, cuantificadas en  $Rho = -0.426$  y  $Rho = -0.264$  y para la escala de realización personal  $Rho = 0.364$ . Del mismo modo tenemos resultados con cierta similitud con (Suarez Pardo, 2020) que llegó a la conclusión que existe relación entre las competencias digitales y el síndrome de Burnout en docentes de la institución educativa 7073 de Villa María del Triunfo. En su estudio se encontró una significancia ( $Sig. = 0.005$ )  $< 0.05$ , para  $Rho$  igual a **-0.355**.

## **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

La prevalencia del Síndrome de Burnout, en la muestra fue de aproximadamente un tercio, es decir uno de cada tres docentes tiene puntuaciones altas en alguna de las tres escalas relacionada al síndrome. Por lo que nuestra primera recomendación sería realizar un estudio más abarcador, con una muestra más grande y que incluya a toda la planta docente de la Universidad de Panamá. Así mismo, sería recomendable crear o desarrollar programas de intervención, en concordancia con la Clínica Psicológica de la Facultad de Psicología, que permitan a los docentes manejar adecuadamente las manifestaciones de ansiedad y de estrés, que como señala la literatura, es el principal detonante para que aparezca el síndrome de Burnout.

La mayoría de los docentes de las facultades de Psicología y Farmacia de la Universidad de Panamá cuentan con niveles de competencia digital de medio a alto, sin embargo queda un tercio que se ubicó en puntuaciones bajas, y en este mundo tecnológico actual es fundamental el desarrollo de las competencias digitales, por lo que nuestra sugerencia a las instancias administrativas es realizar las coordinaciones que den como resultado seminarios efectivos a los Profesores, que les permita desarrollar las habilidades de las competencias digitales en su labor pedagógica.

Los resultados evidencian que existe relación entre las competencias digitales y el síndrome de Burnout en docentes de las Facultades de Psicología y Farmacia de la Universidad de Panamá. Por lo que se recomienda a la administración de la Universidad de Panamá lo siguiente:

- ✓ Ofrecer programas de bienestar para los profesores, como terapia o asesoramiento, para ayudarles a manejar el estrés y las demandas del trabajo.
- ✓ Mejorar las condiciones de trabajo, como proporcionar espacios de trabajo adecuados y equipamiento tecnológico actualizado, para reducir el estrés asociado con la tecnología y otros desafíos del trabajo.
- ✓ Fomentar espacios de convivio social entre profesores, actividades recreativas y hasta deportivas fuera de los predios de la Universidad.
- ✓ Proporcionar oportunidades de desarrollo profesional para los profesores, como capacitación en habilidades tecnológicas y pedagógicas, para ayudarles a mejorar sus habilidades y aumentar su confianza en el uso de la tecnología.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Alave, G. (2022). Competencias Digitales y el Síndrome de Burnout en Docentes de la UGEL El Collao. Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación, 2094-2104.
- Bustos, H. y Gómez Cermeño, M. G. (2017). La Competencia Digital en Docentes de Preparatoria como Medio para la Innovación Educativa. Revista de Educación Educativa, 66-86.
- Díaz-Arce, D., y Loyola-Illescas, E. (2021). Competencias Digitales en el Contexto COVID 19: una Mirada desde la Educación. Revista Innova Educación Vol. 3 Núm.1, 120-150.
- García, A., Escorcía, C. y Pérez, B. (2017). Síndrome de Burnout y Sentimiento de Auto eficacia en Profesores Universitarios. Propósitos y Representaciones, 66-96.
- Hermosa, A. (2006). Satisfacción Laboral y Síndrome de “Burnout” en Profesores de Educación Primaria y Secundaria. Revista Colombiana de Psicología, 81-89.
- León-Rubio, J. M., León-Pérez, J. M., y Cantero, F. (2013). Prevalencia y Factores Predictivos del Burnout en Docentes de la Enseñanza Pública: el Papel del Género. Ansiedad y Estrés, 11-25.
- Martínez-Pérez, A. (2010). El síndrome de Burnout. Evolución conceptual, estado actual de la cuestión. Vivat Academia, (112), 42. <https://doi.org/10.15178/va.2010.112.42-80>

- Méndez, J. (2004). Estrés Laboral o Síndrome de "Burnout". Acta Pediátrica de México Volumen 25, Núm. 5, 299-302.
- Mendoza, E. (2022). Competencia Digital, Burnout y Compromiso Organizacional en Educadores de Universidades Privadas en el Contexto de la COVID-19. Revista de Investigación Apuntes Universitarios 12 (3, 446-464.
- Melchorita, C. (2018). Competencia Digital en Docentes de una Organización Educativa Privada de Lima Metropolitana. Pontificia Universidad Católica del Perú, 66-86.
- Morán, R. C. D., Cajas, A. F. P., Huanca, D. Y. M., Murillo, A. R. V., y Gómez, H. E. L. (2022). Competencias digitales y el desempeño docente en profesores de la carrera ingeniería industrial de una universidad privada de Huancayo. Revista Conrado, 18(88), 34-43
- Posada, J., y Molan, P. (2019). Prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes: Factores asociados al estatuto de vinculación laboral en Colombia. Revista Internacional de Psicología, 119-133.
- Pozos, K., y Fernández. Tejada, J. Competencias Digitales en Docentes de Educación Superior: Niveles de Dominio y Necesidades Formativas." Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria 12.2 (2018): 59-87
- Prince, R., Medina, C., Figueroa, M., López, R., y Rodríguez, G. (2016). Prevalencia del Síndrome de Burnout en Docentes de la Universidad Autónoma de Baja California, Mexicali. Revista Cubana de Salud y Trabajo, 36-41.
- Serna, D., y Martínez, L. M. (2020). Burnout en el Personal del área de Salud y Estrategias de Afrontamiento. Correo Científico Médico (CCM), 372-387.
- Solís de Ovando Calderón, J., y Jara, V. (2019). Competencia digital de docentes de ciencias de la salud de una universidad chilena. Revista de Medios y Educación, 193-211.
- Solorzano, E. (2022). Competencia digital, trabajo Colaborativo y síndrome de Burnout en docentes de una institución educativa de Lima. Lima: Universidad Cesar Vallejo.
- Suarez, S. R. (2021). Competencias digitales y síndrome de Burnout en docentes de la institución educativa 7073 de Villa María del Triunfo 2020. Universidad Cesar Vallejo.
- Vargas-Murillo, G. (2019). Competencias Digitales y su Integración con Herramientas Tecnológicas en Educación Superior. Revista "Cuadernos" Vol. 60(1)., 88-94.
- Vivanco, M., Sánchez, C, Maldonado, R. y Enrique, E. (2018). Síndrome de Burnout en Profesionales de la Salud en Instituciones Públicas y Privadas: un Análisis en la Provincia de Loja, Ecuador. Revista boletín REDIPE, 7(11), 179-194.
- Morán, R. C., Cajas, A. F. P., Huanca, D. y. M., Murillo, A., y Gómez, H. (2022). Competencias digitales y el desempeño docente en profesores de la carrera ingeniería industrial de una universidad privada de Huancayo. Revista Conrado, 18, 34-43.