

SÍNDROME DE BURNOUT Y ANSIEDAD EN LOS MAESTROS DURANTE EL CONFINAMIENTO POR LA PANDEMIA COVID-19

BURNOUT SYNDROME AND ANXIETY IN TEACHERS DURING CONFINEMENT DUE TO THE COVID-19 PANDEMIC

¹**Régulo N. Sandoya M.**, Universidad de Panamá. Facultad de Psicología. Departamento de Psicología Educativa y Escolar. Panamá. Email: regulo.sandoya@up.ac.pa ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4575-8187>

²**Omar Quintana**, Universidad de Panamá. Facultad de Psicología., Panamá. E-mail: omarq127@hotmail.com
DOI <https://doi.org/10.48204/red.v2n2.4024>

Recibido: 5 de mayo de 2023

Aceptado: 5 de junio de 2023

RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo determinar la relación existente entre síndrome de burnout y ansiedad en los maestros que imparten clases en el Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito. El tipo de estudio fue descriptivo y correlacional y el diseño de investigación fue no experimental. Se trabajó con 18 maestros a los cuales se les aplicaron los instrumentos de medición estandarizados: el Inventario de ansiedad rasgo y estado. (IDARE) de C. D. Spielberger, R. L. Gorsuch, R. E. Lush y el Cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI). Los resultados indicaron que los 18 maestros, obtuvieron una puntuación alta, en la escala que mide la ansiedad como estado, mientras que en ansiedad -rasgo, 13 docentes, quienes representan el 72% de la muestra, calificaron como nivel alto, mientras que 5 docentes restante, los cuales representan el 28% obtuvieron una puntuación moderada. En cuanto al síndrome de Burnout se pudo concluir que los docentes no mostraron el síndrome como tal. Los resultados de esta investigación nos permitieron observar que no existió una relación significativa entre el síndrome de Burnout y la ansiedad en los docentes del Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano.

Palabras clave: Ansiedad estado, ansiedad rasgo, cansancio, despersonalización, realización personal, síndrome de Burnout, confinamiento.

ABSTRACT

The objective of this study is to determine the relationship between burnout syndrome and anxiety in teachers who teach at the Manuel Belgrano General Basic Educational Center in the district of San Miguelito. The type of study was descriptive and correlational and the research design was non-experimental. We worked with 18 teachers to whom standardized measurement instruments were applied: the Trait and State Anxiety Inventory. (IDARE) by C. D. Spielberger, R. L. Gorsuch, R. E. Lush and the Maslach Burnout Inventory (MBI) Questionnaire. The results indicated that the 18 teachers obtained a high score on the scale that measures anxiety as a state, while in anxiety-trait, 13 teachers, who represent 72% of the sample, qualified as a high level, while 5 remaining teachers, which represent 28%, obtained a moderate score. Regarding the Burnout syndrome, it was possible to conclude that the teachers did not show the syndrome as such. The results of this investigation allowed us to observe that there was no significant relationship between the Burnout syndrome and anxiety in the teachers of the Manuel Belgrano General Basic Educational Center.

Keywords: State anxiety, trait anxiety, tiredness, depersonalization, personal fulfillment, Burnout syndrome.

INTRODUCCIÓN

La salud mental incluye el bienestar emocional, psicológico y social de una persona en todos los sentidos de cada palabra. Los docentes en Panamá presentan una difícil tarea en cuanto al tema de educación se refiere, por las problemáticas presentadas para brindar una educación de calidad en el país.

El tratar de resolver problemas que generan estrés laboral en los docentes, llevó a tener una necesidad de investigar a un grupo de docentes para saber cómo había afrontado la situación pandémica.

Al referirnos al síndrome de burnout, debemos tomar en cuenta las consecuencias que trae dicho síndrome. Se hace necesario saber cuáles pueden ser las distintas respuestas ante situaciones de estrés laborales.

Si nos referimos a la ansiedad debemos tener en cuenta que niveles puede ofrecer la persona y en que situaciones padecen dichos niveles de ansiedad.

Es por esto por lo que el objetivo de esta investigación es determinar la relación que existe entre el síndrome de burnout y la ansiedad en los docentes del Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito en el año 2021. Este estudio aportó información valiosa para los docentes de la sociedad panameña, por el hecho de hay poca información en cuanto a la ansiedad y síndrome de burnout se refiere.

ANTECEDENTES

González Herrera, D. (2022), realizó un “Estudio del Síndrome de Burnout en una muestra de edad adulta intermedia del personal sanitario de La Región de Salud de Panamá Norte y docentes de la Escuela República Árabe de Egipto, durante la pandemia por la COVID-19”. El objetivo de esta investigación fue conocer los niveles del Síndrome de Burnout en una muestra conformada por el personal sanitario de La Región de Salud de Panamá Norte y profesionales del área de docencia de la Escuela República Árabe de Egipto, todos con rangos de edades pertenecientes a la clasificación del desarrollo como la edad adulta intermedia. A través del estudio descriptivo, se contó con un total de sesenta participantes, siendo treinta de ellos profesionales del área sanitaria y los otros treinta del área docente, donde se aplicó el Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT) y un cuestionario sociodemográfico y laboral para obtener información complementaria a la investigación. Los datos fueron analizados mediante frecuencias, porcentajes y el estadístico T de Student. Encontraron un total de ocho participantes con niveles clínicamente significativos de Burnout y no se comprueba la hipótesis de investigación, ya que los resultados indicaron que las medias de ambos grupos muestrales son diferentes.

Delgado-González (2021), realizaron una investigación titulada, “El nivel de ansiedad en docentes de las escuelas normales mexicanas durante el confinamiento por COVID-19”. Este estudio contó con una muestra 191 docentes de las escuelas normales de diferentes estados del país de México, con el objetivo de medir su nivel de ansiedad y descubrir una relación entre ésta, el género, la edad,

la paternidad y la maternidad, así como la situación de cohabitación de los docentes tras nueve(9) meses de confinamiento, trabajo virtual y a distancia. Los resultados de esta investigación revelaron que la mayoría de los docentes se encuentran en los niveles normales y leves, con un porcentaje combinado de 61.3 %; mientras que los docentes con ansiedad moderada y severa suman el 38.7 %.

Flores (2021), realizó un estudio sobre “El impacto de la pandemia COVID-19 sobre profesores y estudiantes en escuelas de negocios en México”, en la universidad Anáhuac México en México el cual tenía como objetivo el entendimiento del impacto que tiene la pandemia de COVID-19 en la salud mental de estudiantes y profesores de escuelas de negocios en México, mediante la evaluación de las variables: depresión, ansiedad, insomnio, impacto del evento COVID-19 y agotamiento. Los resultados del estudio muestran que antes de declarar la pandemia, al inicio del curso, en febrero de 2020, los indicadores de las variables que se asocian con la salud estaban en niveles primordialmente normales y leves. Sin embargo, una vez declarada la pandemia COVID-19 que anuncia la propagación del virus Sars-Cov-2, el grupo de estudiantes y profesores de las universidades privadas sometidas a estudio presentaron afectaciones en su estado de salud mental, ya que, las variables de estudio mostraron un cambio en los niveles moderado y severo del inicio, al final del curso, como se observa en los datos siguientes: depresión de 8.4% a 61.5%, ansiedad de 10.1% a 28.4%, insomnio de 9.5% a 21.2%, impacto del evento de 3.8% a 28.9% y agotamiento de 12.6% a 38.2%.

Baque-Castro (2021), llevaron a cabo la investigación sobre “El rol docente y el estrés de la modalidad virtual”. Este estudio fue aplicado a 43 docentes del colegio de la ciudad de Manta. En este estudio se buscaba conocer como la modalidad virtual provoca estrés en el docente, considerando que no todos los estudiantes tienen acceso a la tecnología y/o servicios de internet, donde el docente debe hacer lo que esté a su alcance para estar en comunicación continua con sus estudiantes. Se pudo concluir que el principal prejuicio que influyó en el estrés laboral docente fue hacia el uso de las tecnologías de información como método para dictar clases virtual, debilitando sus ganas de transmitir los conocimientos o pensando, cual es la manera precisa para aportar significativamente al estudiante al no retroceder en sus conocimientos. Al no tener sus prioridades operativas claras, el maestro cae en un estado de estrés.

JUSTIFICACIÓN

Con la aparición de la pandemia de la COVID-19, han ocurrido cambios drásticos en los hábitos de vida de los seres humanos. La educación primaria no es ajena a las diversas reformas que la coyuntura actual demanda. Por ello, muchas de ellas adaptaron sus clases a una modalidad netamente virtual. En ese contexto, la presente investigación busca analizar las repercusiones en la salud mental de los maestros del Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano en el marco de la cuarentena por COVID-19.

La relevancia del estudio radica en realizar una investigación que aporte datos significativos a los maestros, ya que esto les será de gran ayuda para poder hacerle frente al estrés y la ansiedad que afecte sus vidas.

El impacto que se presenta con la investigación se encuentra en la información que se ofrecerá para revisar, desarrollar y apoyar las teorías tanto de la ansiedad como del estrés en el docente, producto de las clases virtuales. De igual forma, los resultados encontrados podrían ser sustento para futuras investigaciones e incluso para la realización de posibles intervenciones para remediar o enfatizar sobre técnicas de manejo de síndrome de burnout y ansiedad.

Con la realización del estudio se obtendrá un beneficio institucional, ya que la escuela se verá favorecida con los resultados de la investigación, los cuales servirán de sustento para exponer el estado actual del maestro que labora en ella; permitiendo conocer los niveles de estrés y ansiedad existentes, con la información, la institución podrá emplear y manejar acciones orientadas a la mejoría de la condición del maestro, para asegurar un estado óptimo físico y mental, el cual mejorará su desenvolvimiento educativo.

La investigación resultará factible gracias a la apertura que se le puede dar al desarrollo del estudio; debido que al tratarse de población que labora en la misma institución, resulta de fácil acceso realizar la correspondiente aplicación de los instrumentos psicológicos seleccionados, contando además con la colaboración de ellos, como también de sus respectivas autoridades. De este modo se destaca también la existencia de la disponibilidad de tiempo, recursos financieros, humanos y materiales para la realización de la misma.

MATERIALES Y MÉTODOS

- **Enfoque Metodológico**

Se realizó una investigación de enfoque cuantitativo puesto que utiliza la recolección de datos para probar una hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías. (Sampieri, 2014, pág. 4)

▪ **Tipo de investigación**

La investigación es de tipo descriptivo correlacional. Es un estudio de tipo descriptivo, porque se pretende medir, recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren. (Sampieri, 2014, pág. 92) Es correlacional puesto que se pretende identificar las posibles relaciones entre las variables síndrome burnout y ansiedad.

▪ **Diseño de investigación**

El diseño de la investigación fue no experimental, transversal. No experimental, porque no se ejerció manipulación alguna sobre las variables; es transversal ya que la recolección de datos se dio en un solo momento.

▪ **Población**

La población para investigar fueron los maestros que imparten clases en el Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano, corregimiento de Belisario Frías del distrito de San Miguelito.

▪ **Muestra**

La muestra estuvo compuesta de 18 maestros de ambos sexos que imparten clases en el Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito.

• **Criterio de inclusión**

- Ser docente que imparten clases en el Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito.
- Haber firmado el consentimiento informado.
- Haber completado las pruebas psicológicas

• **Criterio de exclusión**

- No ser docente que imparten clases en el Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito.
- No haber firmado el consentimiento informado.
- No haber completado las pruebas psicológicas

EL INSTRUMENTO

Inventario de ansiedad rasgo y estado. (IDARE)

Autores: C. D. Spielberger, R. L. Gorsuch, R. E. Lushene.

Descripción:

El IDARE es un inventario autoevaluativo, diseñado para evaluar dos formas relativamente independientes de la ansiedad: la ansiedad como estado (condición emocional transitoria) y la ansiedad como rasgo (propensión ansiosa relativamente estable) autoaplicada. Cada una de ellas tiene 20 ítems. En el IDARE-E, hay 10 ítems positivos de ansiedad (o sea, que a mayor puntuación mayor ansiedad) y 10 ítems negativos. En la escala rasgo hay 13 ítems positivos y 7 negativos. La forma de respuesta va de 0 a 4 en ambas subescalas. En la Escala de Estado se le orienta al sujeto que debe responder cómo se siente en el momento actual en relación a los ítems formulados, y cómo se siente generalmente en relación a los ítems de la Escala de ansiedad como rasgo.

Confiabilidad

La confiabilidad del IDARE fue evaluada según el método test-retest con una población de 484 estudiantes universitarios no graduados (253 hombres y 231 mujeres). Par la escala A- Rasgo, las correlaciones de test-retest, según un intervalo de 104 días, fueron significativamente altas, variando entre 0.73 y 0.86; mientras que las correlaciones para la escala A- Estado fueron relativamente bajas, variando entre 0.16 y 0.54. Además, debido a la naturaleza transitoria de los estados de ansiedad, se hallaron los coeficientes alfa de confiabilidad interna, que variaron entre 0.83 y 0.92 para la escala A- Estado y entre 0.86 y 0.92 para la escala A- Rasgo (Spielberger y Díaz – Guerrero, 1975).

Validez

La validez concurrente de la escala A- Rasgo del IDARE, se obtuvo a través de las correlaciones entre esta escala y otros instrumentos que miden la ansiedad como la Escala de ansiedad (IPAT) de Cattell y Scheier (1963), la escala de ansiedad manifiesta (TMAS) de Taylor (1963) y la lista de adjetivos (AACL) de Zuckerman (1960), encontrando que dichas correlaciones eran moderadamente altas (entre 0.52 y 0.83) tanto para estudiantes universitarios como para pacientes (Spielberger y Díaz – Guerrero, 1975).

La validez de la escala A – Estado se obtuvo en una muestra de 977 estudiantes (332 hombres y 645 mujeres), no graduados de la Universidad Estatal de Florida, a quienes se les aplicó esta escala bajo las instrucciones estándar (condición de norma). En seguida, se les solicitó que respondiesen

la misma escala de acuerdo a cómo ellos creían que se sentirían “Inmediatamente antes de un examen final en uno de los cursos más importantes” (condición de examen).

Finalmente, encontraron que la calificación promedio para la escala A – Estado era más alta en la condición de examen que en la condición de norma tanto para hombre como para mujeres, 37 corroborando la capacidad que tienen los reactivos de esta escala para discriminar entre condiciones caracterizadas por distintos grados y tipo de tensión (Spielberger y Díaz – Guerrero, 1975)

Cuestionario de Burnout de Maslach (MBI)

Autores: Christina Maslach, Susan E. Jackson, Michael P. Leiter, Wilmar B. Schaufeli, & Richard L. Schwab

Este cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) está constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo y hacia los alumnos y su función es medir el desgaste profesional. Este test pretende medir la frecuencia y la intensidad con la que se sufre el Burnout. Mide los 3 aspectos del síndrome de Burnout:

1. Subescala de agotamiento o cansancio emocional. Valora la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo. Consta de 9 preguntas (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14,16, 20.) Puntuación máxima 54.
2. Subescala de despersonalización. Valora el grado en que cada uno reconoce actitudes frialdad y distanciamiento Está formada por 5 ítems (5, 10, 11, 15, 22.) Puntuación máxima 30.
3. Subescala de realización personal. Evalúa los sentimientos de autoeficiencia y realización personal en el trabajo. Se compone de 8 ítems (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21.) Puntuación máxima 48.

Confiabilidad

Para una muestra de 53 graduados universitarios en servicios sociales con un intervalo de dos a cuatro semanas entre ambas aplicaciones, y los índices de fiabilidad fueron de 0.82 en CE, 0,60 en DP y 0,80 en RP. En el segundo, sobre una muestra de 248 profesores y un intervalo de un año entre el momento del test y el del retest, se hallaron unos índices de 0,60 en CE, 0,54 en DP y 0,57 en RP

Validez

Los índices aportados por las autoras en su Manual original y referidos a estos tres tipos de análisis; se han señalado con uno o dos asteriscos cuando los índices son significativos al nivel de confianza del 5% y del 1%, respectivamente

CONSIDERACIONES ÉTICAS

Para la realización de este estudio investigativo se contó con la autorización de la escuela, así mismo se extendió una carta por parte de la Dirección de Escuela de la Facultad de Psicología para darle mayor seriedad al estudio.

Para la aplicación de las pruebas fue necesario obtener el consentimiento informado para cada uno de los participantes de la muestra, así mismo se les hizo saber que la información brindada fue utilizada únicamente con fines de investigación.

Se les explicó a los participantes, las pruebas de aplicación y lo que cada una de ellas mide, así mismo se les hizo una pequeña entrevista para recolectar más información de los evaluados, se les aseguró que toda información que nos revelaran ya fuera de su esfera familiar o laboral sería totalmente confidencial.

Se protegió la identidad de cada uno de los sujetos de la muestra ya que para la recolección de los datos no se pidió nombres completos, solo sus iniciales, edad y área correspondiente.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Resultados del Síndrome de Burnout

Figura 1

Estadísticos descriptivos del cuestionario de Burnout de Maslach (MBI), según los docentes del Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito.

Escala	N	Media	Desviación estándar
Agotamiento emocional	18	12.39	9.71
Despersonalización	18	2.56	2.94
Realización personal	18	45.94	3.06

Fuente: elaborado por Sandoya y Quintana, 2021.

Datos recolectados a partir de la aplicación del Cuestionario de Burnout de Maslach (MBI)

En la Figura 1 se presenta la media y la desviación estándar que se obtuvieron en los resultados de las puntuaciones de las subescalas del MBI, la cual indica una dispersión de los datos con respecto a la media. Como primer punto encontramos la subescala de *agotamiento emocional*, este se compone de una media aritmética de 12.39 y una desviación estándar de 9.71, lo que muestra un indicativo que los docentes presentaron una dispersión amplia en las puntuaciones de la presente subescala; por otra parte se encuentra la subescala de *despersonalización* con una media aritmética de 2.56 y una desviación estándar de 2.94, que nos demuestra que los docentes presentaron una distribución ligeramente alta en las puntuaciones de esta subescala y como última subescala se encuentra la de *realización personal* que cuenta con una media aritmética de 45.94 y una desviación estándar de 3.06, lo que indica que los docentes se dispersaron de una forma ligeramente alta en las puntuaciones de dicha subescala.

Agotamiento emocional

Figura 2

Distribución de frecuencia por niveles en la subescala “agotamiento emocional” del cuestionario de Burnout de Maslach (MBI), de los docentes del Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	10	67%
Moderado	2	13%
Alto	3	20%
Total	18	100%

Fuente: elaborado por Sandoya y Quintana, 2021.

Datos recolectados a partir de la aplicación del cuestionario de Burnout de Maslach (MBI)

En la Figura 2 se puede observar los niveles de la escala de agotamiento emocional, el cual según (Jackson C. M., 1997, pág. 8) mide los sentimientos de una persona emocionalmente exhausta por el propio trabajo; el elemento con mayor saturación contiene una expresión clara de dicho sentimiento. Se midió la escala en base a los niveles: bajo, moderado y alto; estos niveles se

obtuvieron del rango que presenta el cuestionario de Burnout de Maslach (MBI) en la escala de docentes de España. Lo que podemos observar es que los niveles bajo presenta una frecuencia de diez (10) docentes que se ubicaron en este nivel, los cuales representan el 67% de la muestra; por otra parte, tenemos en el nivel moderado ubicados a dos (2) docentes representando un 13% de la muestra y como nivel alto se encuentran ubicado tres (3) que vendrían a representar el 20 %.

Según los resultados obtenidos se puede decir que los participantes en su mayoría no presentaron un agotamiento emocional en su labor como docente, solo un 20% de los docentes puntuaron como “alto” en lo que agotamiento emocional se refiere.

Despersonalización

Figura 3

Distribución de frecuencia por niveles en la subescala “despersonalización” del cuestionario de Burnout de Maslach (MBI), de los docentes del Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Baja	10	56%
Moderada	2	11%
Alta	6	33%
Total	18	100%

Fuente: elaborado por Sandoya y Quintana, 2021.

Datos recolectados a partir de la aplicación del cuestionario de Burnout de Maslach (MBI)

En esta Figura 3 se presenta la escala de despersonalización la cual según Jackson C. M., 1997, pág. 8) se refiere a una respuesta impersonal y fría hacia los receptores de los servicios o cuidados del profesional. En esta tabla se puede ver que 10 docentes, los cuales representan el 56% de la muestra obtuvieron un nivel bajo; por otro lado, tenemos a 2 docentes que representan el 11% de la muestra reflejaron un nivel moderado y los seis (6) docentes restantes que representan el 33% obtuvieron un nivel bajo.

Podemos inferir en vista de los resultados que más de la mitad de los maestros se ubicaron en el nivel bajo de la escala, sin embargo, el otro porcentaje alto se ubica en el moderado. Esto nos

dice que la mayoría de los participantes conservan un sentido de la realidad que les permite asimilar las situaciones sin hacer ninguna minimización de las mismas.

Realización personal

Figura 4

Distribución de frecuencia por niveles en la subescala “realización personal” del cuestionario de Burnout de Maslach (MBI) de los docentes del Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Baja	0	0%
Moderada	0	0%
Alta	18	100%
Total	18	100%

Fuente: elaborado por Sandoya y Quintana 2021

Datos recolectados a partir de la aplicación del cuestionario de Burnout de Maslach (MBI)

En esta Figura 4 podemos observar que los 18 docentes representando el 100% de la muestra obtuvieron el nivel más alto de realización personal, esta escala según (Jackson C. M., 1997, pág. 8) mide los sentimientos de competencia y éxito en el trabajo propio con personas. En contraste con las otras dos escalas, las puntuaciones altas son indicativas del síndrome.

Según esta tabla todos los maestros conservan un sentido de competencia y se mantienen con ganas de alcanzar el éxito en su labor de docente.

Resultados de ansiedad

Figura 5

Estadísticos descriptivos del Inventario de Ansiedad Rasgo y Estado. (IDARE), según los docentes del Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito.

Escala	N	Media	Desviación estándar
Ansiedad-Estado	18	63.50	4.32
Ansiedad-Rasgo	18	46.50	4.12

Fuente: elaborado por Sandoya y Quintana 2021

Datos recolectados de la aplicación del Inventario de ansiedad rasgo y estado. (IDARE).

En la Figura 5 se puede observar los resultados de la media y la desviación estándar que se obtuvieron del Inventario de Ansiedad Rasgo y Estado. (IDARE). A continuación, tenemos los resultados de la subescala de ansiedad-estado la cual obtuvo una media de 63.50 y una desviación estándar de 4.32, que los docentes se encuentran distribuidos de una forma ligeramente amplia en las puntuaciones. Por otra parte, tenemos los resultados de la subescala de ansiedad-rasgo la cual obtuvo como resultado una media de 46.50 y una desviación estándar de 4.12, lo que nos indica que los docentes tienden a ubicarse en un rango ligeramente amplio de puntuaciones.

Ansiedad-Estado

Figura 6

Distribución de frecuencia por niveles de “ansiedad- estado” del Inventario de Ansiedad Rasgo y Estado (IDARE) de los docentes del Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0	0%
Moderado	0	0%
Alto	18	100%
Total	18	100%

Fuente: elaborado por Sandoya y Quintana, 2021.

Datos recolectados de la aplicación del Inventario de ansiedad rasgo y estado. (IDARE).

En esta Figura 6 se presenta los resultados que se obtuvieron de la aplicación del Inventario de Ansiedad Rasgo y Estado. (IDARE). Los niveles presentados en esta escala de ansiedad como estado son de bajo, moderado y alto. La ansiedad como estado se define según (Spielberger, Anxiety as an emotional state, 1972) como un "estado emocional" inmediato, modificable en el tiempo, caracterizado por una combinación única de sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones, junto a cambios fisiológicos. Los resultados de esta tabla arrojaron que los 18 maestros los cuales representan el 100% de la muestra

obtuvieron una puntuación alta en la escala que mide la ansiedad como estado. Según los resultados obtenidos de la muestra, estos nos indica que todos los maestros están padeciendo de la ansiedad como estado.

Ansiedad-Rasgo

Figura 7

Distribución de frecuencia por niveles de “ansiedad- rasgo” del Inventario de Ansiedad Rasgo y Estado (IDARE) de los docentes del Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito.

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0	0%
Moderado	5	28%
Alto	13	72% %
Total	18	100%

Fuente: elaborado por Sandoya y Quintana, 2021.

Datos recolectados de la aplicación del Inventario de ansiedad rasgo y estado. (IDARE).

En esta Figura 7 se presentan los resultados de la escala del Inventario de Ansiedad Rasgo y Estado. (IDARE). La escala de ansiedad como rasgo la cual según (Spielberger, Anxiety as an emotional state, 1972) no se manifiesta directamente en la conducta y debe ser inferida por la frecuencia con la que un individuo experimenta aumentos en su estado de ansiedad. En este caso se puede ver que 13 docentes los cuales representan el 72% de la muestra, calificaron como nivel alto en lo que se refiere la ansiedad como rasgo, mientras que los 5 docentes restante los cuales representan el 28% obtuvieron una puntuación moderada.

En vista a los resultados reflejados, podemos observar que los maestros en su mayoría están padeciendo síntomas de lo que se conoce como rasgo y el restante lo están padeciendo de una manera moderada.

Contraste de hipótesis correlacional

Hipótesis 1

H₀: No existe relación entre síndrome de burnout y ansiedad en los maestros que imparten clases en el Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito.

$$H_0: r=0$$

H₁: Existe relación entre síndrome de burnout y ansiedad en los maestros que imparten clases en el Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito.

$$H_1: r \neq 0$$

Estadístico de prueba: (Rho) de Spearman

Nivel de significancia: 0.05

Regla de decisión: Si $p \leq 0.05$ se rechaza H₀

Si $p > 0.05$ se acepta H₀

Figura 8

Correlación entre Síndrome de Burnout y Ansiedad en los maestros que imparten clases en el Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito.

Ansiedad	Subescala del Síndrome de Burnout		
	Agotamiento emocional	Despersonalización	Realización personal
Ansiedad Estado	0.227 ^{ns}	0.333 ^{ns}	-0.047 ^{ns}
Ansiedad Rasgo	0.076 ^{ns}	0.063 ^{ns}	-0.309 ^{ns}

Fuente: elaborado por Sandoya y Quintana, 2021.

Nota: ns= no significativas $p > 0.05$

Decisión:

En la Figura 8 se observan correlaciones entre bajas y muy bajas, positivas y negativas. La relación tanto en Ansiedad Estado como Rasgo y cada una de las subescalas del Síndrome de Burnout no son significativa en los maestros que imparten clases en el Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito.

DISCUSIÓN

En base a los resultados obtenidos en esta investigación a través de la aplicación del cuestionario de Burnout de Maslach (MBI) y el Inventario de ansiedad rasgo y estado. (IDARE), se pudo determinar que no existe relación entre síndrome de burnout y ansiedad en los maestros que imparten clases en el Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano del distrito de San Miguelito, se procedió a la discusión de los resultados en contraposición con los antecedentes teórico que dan sostén a esta investigación.

En la variable del síndrome de Burnout, la investigación reveló que el grupo dieciocho (18) docentes obtuvo una puntuación promedio 12.39 en la subescala de agotamiento emocional, con una tendencia a variar por debajo o por encima del puntaje de 9.71; en esta subescala la mayoría de los docentes obtuvieron una calificación baja, con esto se puede observar que los maestros no se encuentran exhaustos por el trabajo que realizan. Esto resultados contrastan con los resultados de la investigación de Baque-Castro (2021) ya que los resultados de ese estudio arrojaron que en la variable de agotamiento laboral treinta y ocho (38) de los cuarenta y tres (43) docentes afirmaron que la mayoría sienten que realizan un trabajo agitado.

Por consiguiente, están los resultados de la subescala de despersonalización en donde los docentes reflejaron un promedio de 2.56, con una tendencia variar por encima o por debajo del puntaje de 2.94. Los resultados indican que un poco más de la mitad de los dieciocho (18) docentes no son indiferentes ante situaciones de estrés que se le presentan en el trabajo, aunque cabe destacar que seis (6) de los dieciocho (18) docentes sí pudieron estar presentando una actitud fría ante las situaciones de estrés del trabajo que realizan. Pérez & Martínez (2003) investigaron sobre “El estrés y ansiedad en los docentes en la Universidad Complutense de Madrid y del Centro de Enseñanza Superior Don Bosco”, en España. A pesar de que los autores no tienen un variable directamente relacionada con la despersonalización, explican las posibles causas que pueden llevar a padecer el estrés en los docentes; como lo son la prisa, la rivalidad, el individualismo, la sobrecarga y la fragmentación de tareas, la falta de formación, el deterioro de la imagen del profesor, la indisciplina, entre otros. También ofrece posibles estrategias que pueden ayudar a combatir y prevenir el estrés en los docentes; como lo es promover un clima institucional de confianza, seguridad, respeto y valoración como por la adopción individual de estrategias que garanticen la

calidad de vida y la autorrealización, entre las que cabe citar el establecimiento de relaciones personales gratificantes y la ocupación adecuada del tiempo libre.

Por último, se encuentra la subescala de realización personal en donde la muestra de dieciocho (18) docentes reflejó una puntuación promedio de 45.94, con una tendencia a variar por encima y por debajo de la puntuación 3.06. Según los resultados arrojados en esta subescala se pudo observar que todos los maestros conservan vigente las ganas de superarse en su profesión. Esto contrasta con la conclusión Baque-Castro (2021), ellos indican que el principal prejuicio que influyó en el estrés laboral docente fue hacia el uso de las tecnologías de información como método para dictar clases virtual, debilitando sus ganas de transmitir los conocimientos o pensamiento.

Los resultados de la variable ansiedad de los dieciocho (18) docentes arrojaron un promedio de puntuación de 65.5 en la subescala de ansiedad como estado, con una tendencia a variar por encima y por debajo de la puntuación 4.32. Los resultados revelan que todos los docentes presentaron un nivel alto sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo. Esto hace contraste con los resultados que arrojó la investigación de Delgado-González (2021), en donde sólo el 38.7% de la muestra obtuvieron una puntuación como ansiedad severa, y contrasta con la investigación de Prieto, Leal, & Ramírez (2017) en este estudio el 88,6% de los docentes obtuvieron una frecuencia baja según la escala de ansiedad y depresión hospitalaria (HAD). La ansiedad como estado también puede ser vista como el estado de ansiedad que presenta el individuo en momento, ese estado se puede observar desde enfoques fisiológicos, cognitivos y motores como lo hace la investigación de Solarzo (2015), donde se pudo observar que el nivel de ansiedad es semejante en las tres dimensiones (Cognitivo, Fisiológico y Motor) y se llegó a la conclusión que 15 de las 25 docentes evaluadas presentan un nivel de ansiedad severa o extrema.

Por otra parte, los dieciocho docentes reflejaron un promedio de 46.5 en la subescala de ansiedad como rasgo, presentando una tendencia a variar por encima y por debajo de la puntuación 4.12. Los resultados dictaminaron que la mayoría de los docentes presentaron niveles altos de ansiedad como rasgo, lo que nos permite suponer que los maestros se encuentran en constante amento de estados de ansiedad. Esto hace contraste con el estudio hecho por Said-Hung, Marcano, & Garzon (2021), donde la mayoría de los docentes presentaron un nivel de ansiedad medio/bajo. También

contrasta con la investigación realizada por Romero & De Dios (2014) cuyos resultados sobre la ansiedad fue bajo.

En cuanto a correlación se refiere en los resultados del estudio, no existió una relación significativa entre el síndrome de burnout y la ansiedad, además se procedió a ver qué relación existía entre la subescala de cansancio emocional y el grado de ansiedad estado; entre la subescala de despersonalización y ansiedad rasgo y entre la subescala de realización personal y el grado de ansiedad estado –rasgo. En ningunas de las correlaciones planteadas se encontró una relación significativa. Esto nos podría indicar que los docentes realizan sus labores con mucha profesionalidad; ya que pudieron separar su estado de ansiedad de las actividades realizadas a diario en el ámbito profesional.

En base a todas las hipótesis y preguntas de esta investigación, podemos señalar que no existe una relación significativa entre el síndrome de burnout y la ansiedad, sin embargo, se pudo obtener datos de manera individuales que resolvieron interrogantes de la investigación y ayudaron a llenar el vacío investigativo que existe en Panamá sobre estas dos variables presentadas. Se puede concluir que la mayoría de los docentes presentaron altos niveles de ansiedad como estado y como rasgo. Esto nos invita a tomar las causas de la ansiedad que propuso Pérez & Martínez (2003), quienes investigaron sobre el estudio del estrés y ansiedad en los docentes, los autores se propusieron identificar patologías, describir trastornos y darle mejores vías para cuidar la salud mental de los docentes. Los investigadores concluyeron que el estrés y la ansiedad dependen del ambiente de trabajo y de la personalidad del profesor. Ambos conjuntos de factores, organizacionales e individuales, se influyen recíprocamente y, por lo mismo, han de ser contemplados en cualquier plan preventivo o recuperador de la salud mental del profesorado. El equilibrio psicológico de los docentes pasa tanto por promover un clima institucional de confianza, seguridad, respeto y valoración, como por la adopción individual de estrategias que garanticen la calidad de vida y la autorrealización, entre las que cabe citar el establecimiento de relaciones personales gratificantes y la ocupación adecuada del tiempo libre. También pudimos observar que, a pesar de la situación pandémica en las subescalas de agotamiento emocional, despersonalización y realización personal, la mayor parte de los docentes no presentaron el síndrome de Burnout como tal.

CONCLUSIONES

De acuerdo con los resultados encontrados, se concluye que la mayoría de los docentes podrían estar padeciendo de un nivel alto de lo que se conoce como ansiedad, esto podría ser un indicativo que los maestros no se encuentran cómodos con su entorno laboral donde se encuentran, como lo pueden ser las clases virtuales. Cabe de destacar que la ansiedad del estudio dio un resultado de nivel alto, indistintamente del género o el turno en que se medían, lo que nos indica un estado general por parte de los docentes del Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano de San Miguelito.

En cuanto al síndrome de Burnout se pudo concluir que los docentes del Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano, no padecen el síndrome como tal. Se pudo observar que en su mayoría los docentes no presentaron agotamiento emocional en ambos turnos, lo cual nos hace concluir que los docentes muestran una capacidad de sobreponerse a las dificultades que se le presentan en sus labores pedagógicas. Los docentes obtuvieron un grado de despersonalización baja indistintamente del género, lo cual nos puede indicar que la mayoría mantiene un sentido de realidad en las situaciones que le presentan en su labor, en cuanto a la realización personal los docentes muestran un deseo de superación y una profesionalidad óptima para la situación en la que se encuentran inmerso en su ámbito laboral.

Los resultados de esta investigación nos permitieron observar que no existe una relación significativa entre el síndrome de Burnout y la ansiedad en los docentes del Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano, lo que nos podría brindar un indicativo que los docentes operan con mucha profesionalidad su labor pedagógica al separar un estado psicológico, como lo es la ansiedad de sus actividades como educadores.

A pesar de que en esta investigación no se pudo hallar una relación significativa entre el síndrome de burnout y la ansiedad, se obtuvieron datos útiles para tener una idea del estado en que se encuentran los docentes del Centro Educativo Básico General Manuel Belgrano de San Miguelito; esto puede ser de ayuda para investigaciones futuras y para poder abordar de una manera más sólida las distintas variables presentadas en este estudio.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Akiskal, H. S. (1985). Anxiety: Definition, relationship to depression, and proposal for an integrative model. Lawrence Erlbaum Associates, Inc., 787–797.
- Aneshensel, Harris, B., Cockerham, Kessler, Folkman, L. y., Mechanic, . . . Wheaton. (1983-2001). Social stress: Theory and research; The Bedford College life-events and difficulty schedule; Handbook of medical sociology; The effects of stressful life events on depression; Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. . Bedford College; Prentice-Hall; Annual Review of Psychology; Journal of Personality and Social Psychology.
- Ayuso, J. L., & Bulbena, A. (1988, 1986). Trastornos de angustia; Psicopatología de la psicomotricidad. In J. Vallejo (Ed.), Introducción a la psicopatología y la psiquiatría. Ediciones Martínez Roca; Salvat.
- Baque-Castro, G. Y. (2021). El rol docente y el estrés de la modalidad virtual. Revista Científico-Académica Multidisciplinaria.
- Campas, B. E. (1987). Coping with stress during childhood and adolescence. Psychological Bulletin.
- Castillo, M. (2010). La profesión docente. Departamento de Educación, 902.
- Cockerham, Mechanic, Siegrist, S. y., & Turner, W. y. (1976-2001).
- Cohen, S. K., & Lazarus, R. S. (1983,1984). A global measure of perceived stress; Stress, appraisal and coping. Journal of Health and Social Behaviour; Springer Publishing Company.
- Delgado-González, S. I.-J. (2021). El nivel de ansiedad en docentes de las escuelas normales mexicanas durante el confinamiento por COVID-19. Eduscientia. Divulgación de la ciencia educativa, 60-63.
- Flores, C. G. (2021). Impacto de la pandemia Covid-19 sobre profesores y estudiantes en escuelas de negocios en México. Revista del Centro de Investigación de la Universidad La Salle.
- Folkman, L. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis; The stress and coping paradigm. In C. Eisdorfer (Ed.), Models for clinical psychopathology. Journal of Personality and Social Psychology; Prentice-Hall.
- Holmes, T. H. (1967). The social readjustment rating scale. Journal of Psychosomatic Research.
- Jackso, C. M. (1997). Maslach Burnout Inventory, Manua. Madrid: TEA.
- Jackson, C. M. (1997). Maslach Burnout Inventory, Manua. Madrid: TEA.
- Lazarus, R. S. (1966). Psychological stress and the coping process. McGraw-Hill.
- Marente, J. A. (2006). Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de Estrés Laboral y Burnout. Revista Iberoamericana de Educación, 2.
- Marks, I. (1986). Tratamiento de neurosis. Martínez Roca.

- Mcgrath, J. E. (1970). A conceptual formulation for research on stress. In J. E. Macgrath, *Social and psychological factors in stress*. Holt Rinehart and Winston.
- Miguel-Tobal, J. J. (1990). La ansiedad. In J. L. Pinillos & J. Mayor (Eds.), *Tratado de psicología general: Motivación y emoción*. Alhambra.
- Pérez, A. M. (2010). El síndrome de burnout. Evolución conceptual y estado de la cuestión. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*, 44.
- Pérez, V., & Martínez, O. (2003). Estrés y ansiedad en los docentes. *Pulso revista de educación*.
- Prieto Jiménez, E. (2008). El papel del profesorado en la actualidad. su función docente y social. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*.
- Prieto, J., Leal, L., & Ramírez, Y. (2017). Ansiedad y depresión en docentes del Colegio Nacionalizado Femenino de Villavicencio. *Trabajo de grado*, 13,24,27.
- Psiquiatría, A. A. (2013). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM 5*. Arlington: Asociación Americana de Psiquiatría.
- Psiquiatría, A. A. (2014). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5*. Wilson Boulevard: Editorial Médica Panamericana.
- Röder, B. y., Cockerham, Piñol, F.-M. y., Matud, G. y., Moreno-Jiménez, G. y., Sandín, & Trujillo, O.-J. y. (s.f.). 1999-2002.
- Romero, M., & De Dios, J. (2014). Autopersección de la ansiedad en maestros de primaria de badajoz y castelo branco. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*.
- Said-Hung, E., Marcano, B., & Garzon, R. (2021). Ansiedad académica en docentes y covid-19. Caso instituciones de educación superior en iberoamérica. *Revista prisma social* N° 33.
- Sampieri, D. R. (2014). *Metodología de la investigación*. México D.F.: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- Sandín, B. (1999). *El estrés psicosocial*. Klinik.
- Santed, M. A. (2000). Predicción de la sintomatología somática a partir del estrés diario: Un estudio prospectivo controlando el efecto del neuroticismo. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*.
- Selye. (1956). *The stress of life*. McGraw Hill.
- Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos. *Revista Mal-estar E Subjetividade*, 17.
- Solarzo, M. J. (2015). nivel de ansiedad que existe en las docentes de educación primaria. *Univesidad Rafael Landívar*, 30-37.
- Spielberger. (1972). *Anxiety as an emotional state*. Academic Press, 23-49.
- Spielberger, C. D. (1988). The experience, expression, and control of anger. In M. P. Janisse (Ed.), *Health psychology: Individual differences and stress*. Springer Verlag.

- Tyrer, P. (1987). Major common symptoms in psychiatry: Anxiety. *Journal of Hospital Medicine*.
- Ursin, H. (1979). Personality, activation and somatic health, en coping and health. In S. Levine & H. Ursin (Eds.), *Coping and health*. Plenum.
- Ursin, H. (1982). The search of stress markers. *Journal of Psychology*.
- DIGEPLEU. (2008). *Modelo Educativo y Académico de la Universidad de Panamá*. Imprenta Universitaria. Panamá.
- DIGEPLEU. (2017). *Plan de Desarrollo Institucional (PDI) 2017-2021*. Universidad de Panamá.