

Síndrome de *burnout* en el profesorado de educación secundaria del Campo de Gibraltar

Enrique Emberley Moreno / IECG y Daniel Grande Jiménez / Ayuntamiento de La Línea

Recibido: 5 de noviembre de 2025 / Revisado: 23 de noviembre de 2025 / Aceptado: 14 de enero de 2026 / Publicado: 23 de abril de 2026

RESUMEN

En este estudio se investiga el síndrome de *burnout* en el profesorado de Educación Secundaria de los centros públicos del Campo de Gibraltar (Cádiz). Se utilizó un cuestionario donde se presentaron los ítems correspondientes al *Maslach Burnout Inventory* (MBI), (Maslach y Jackson, 1986) y otras cuestiones correspondientes a la distribución demográfica de la muestra, como la edad, sexo y años de servicio. Incluimos también un apartado de estresores autopercebidos relacionados con la docencia. La muestra estuvo constituida por un total de 271 profesores (14.82% del total del profesorado del Campo de Gibraltar), de los cuales 94 eran hombres (34.7%) y 177 eran mujeres (65.3%). Los resultados obtenidos a nivel general en los tres aspectos que se han medido han sido un nivel alto en Cansancio Emocional, medio en Despersonalización y bajo/medio en Realización Personal. Se realizaron también comparaciones por sexo, edad y años de servicio. Entre los estresores declarados destacaron la burocracia excesiva, la conducta disruptiva del alumnado y la alta ratio de alumnado por clase.

Palabras clave: Profesorado, Educación Secundaria, estrés laboral, *burnout*.

ABSTRACT

This study investigates the prevalence of burnout syndrome among secondary school teachers in public schools in the Campo de Gibraltar (Cadiz). A questionnaire was used that included items from the Maslach Burnout Inventory (MBI) (Maslach and Jackson, 1986) and other questions related to the demographic distribution of the sample. The sample consisted of a total of 271 teachers (14.82% of the population), of whom 94 were men (34.7%) and 177 were women (65.3%). The overall results obtained in the three aspects measured were high in Emotional Exhaustion, medium in Depersonalisation and low/medium in Personal Accomplishment. Comparisons were also made by gender, age and years of service. In the section on self-perceived stressors, excessive bureaucracy, disruptive student behaviour and high student-to-class ratios stood out.

Keywords: Teachers, Secondary Education, Work Stress, *burnout*.

1. INTRODUCCIÓN

El *burnout*, también conocido como síndrome de desgaste profesional, es introducido en la ciencia por Freudenberger (1974). Consiste en un estado de cansancio físico, mental y emocional, que surge como resultado de un estrés laboral crónico caracterizándose por Cansancio Emocional, Despersonalización y una disminución de la Realización Personal. El Cansancio Emocional se distingue por tener una sensación de estar vacío y emocionalmente agotado, con falta de energía y dificultad para afrontar las demandas diarias;

la Despersonalización consiste en el desarrollo de actitudes cínicas, distantes y negativas hacia el trabajo, compañeros y clientes y la disminución de la Realización Personal es el sentimiento de falta de logro, ineficacia y desmotivación en el trabajo (Maslach y Jackson, 1986).

Autores como Gil-Montes (2005) consideran el *burnout* como una respuesta a los estresores crónicos laborales. En el ámbito concreto de las profesiones educativas, el *burnout* ha sido considerado como una de las principales afectaciones del profesorado (Pyhälä *et al.*,

2020). Zhao *et al.* (2022) encontraron que el estrés laboral tuvo un efecto predictivo significativo en el agotamiento laboral docente. Niveles altos de estrés pueden causar este síndrome, aparejando efectos negativos para el profesorado afectado (Martínez-Álvarez *et al.*, 2024), asociándose el agotamiento profesional docente con quejas somáticas sistemáticas (Madigan *et al.* 2023).

Este síndrome suele desarrollarse con mayor prevalencia en tareas laborales en las que los profesionales realizan su actividad de cara al público, tales como los docentes (Aldrete Rodríguez *et al.* 2008; Cornejo Chávez, 2009; Guerrero Barona, 2003; Tissiotti *et al.*, 2007; Ayuso y Guillén, 2008)), siendo esta la profesión que adquiere los mayores niveles de *burnout* (Schaufeli, 2005; Malander, 2019). Hay autores como Safiye *et al.* (2023) que la consideran como profesión de alto riesgo debido a la alta probabilidad de poner en peligro la salud mental de los docentes.

La investigación acerca del *burnout* docente ha tenido una gran expansión desde los años ochenta (Cunningham, 1983) y ha cobrado especial relevancia en la última década, como lo demuestran numerosos trabajos que se han ocupado del tema desde diferentes perspectivas (Daniilidou *et al.*, 2020; García-Arroyo *et al.*, 2019). Uno de los estudios más destacados sobre el Burnout en los profesores es el realizado por García-Carmona *et al.* (2021), quienes encontraron que el 44% de los docentes encuestados presentaban dicho síndrome. El grupo laboral de los docentes es considerado como uno de los más estresantes debido a las demandas psicológicas y emocionales que implica la profesión. Según los estudios de Delgado *et al.* (2019) y Phillipe *et al.* (2019), los docentes experimentan niveles altos de estrés laboral debido a factores como la sobrecarga de trabajo, la falta de recursos y apoyo, la falta de control en su entorno laboral y la exposición a situaciones emocionalmente demandantes, como conflictos interpersonales y problemas disciplinarios.

La incidencia es más elevada en quienes trabajan en la etapa de enseñanza secundaria

obligatoria (12-16 años) y postobligatoria (16-18 años), con población adolescente (Vicente de Vera y Gabari, 2019). El docente de educación secundaria se enfrenta a situaciones emocionales y cognitivas complejas, debido a las demandas que plantea el alumnado adolescente (Brandao *et al.*, 2025).

Algunas investigaciones indican que las variables edad, sexo, antigüedad y experiencia profesional se asocian de forma significativa con el Burnout (Hoff y Lee, 2021; McCormack *et al.*, 2018), de tal modo que las mujeres, los trabajadores más jóvenes y aquellos con menor experiencia laboral presentan mayores niveles de este síndrome. Sin embargo, existen otros estudios, como el de Yeboah *et al.* (2022), que ponen de relieve que los hombres experimentan una puntuación global de *burnout* superior a las mujeres. No obstante, según las dimensiones del Burnout, los resultados difieren en función del sexo: las mujeres presentaron niveles más altos en Cansancio Emocional y los hombres en Despersonalización. Otras investigaciones no hallaron diferencias en función del sexo (El Ghaziri *et al.*, 2019) y algunas encontraron resultados inconsistentes entre *burnout* y edad (Meredith *et al.*, 2022) o entre *burnout* y experiencia laboral (Simionato y Simpson, 2018).

El estudio tuvo los siguientes objetivos:

- a) Averiguar la prevalencia del síndrome de *burnout*, así como en las subescalas del mismo, en el profesorado de Educación Secundaria de los Institutos Públicos del Campo de Gibraltar, provincia de Cádiz.
- b) Distribución y diferencias en lo referente al sexo, edad y años de servicio docente.
- c) Aproximación a los factores laborales considerados como los más estresantes en la labor docente.

2. MÉTODO

2.1. Participantes

La población de estudio fue el total del profesorado de estos centros citados, cuyo número es de 27 entidades donde trabajan 1829 docentes de los cuales 748 (41%) son hombres y 1081 (59%) son mujeres. La muestra estuvo

constituida por un total de 271 profesores (14.82% del total), de los cuales 94 eran hombres (34.7%) y 177 eran mujeres (65.3%).

Las edades de los participantes figuran en la siguiente tabla:

Tabla 1. Tramos de edad de los participantes

EDAD	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
MENOS DE 30 AÑOS	15	5,5	5,5	5,5
ENTRE 31 Y 40 AÑOS	61	22,5	22,5	28,0
ENTRE 41 Y 50 AÑOS	124	45,8	45,8	73,8
ENTRE 51 Y 60 AÑOS	63	23,2	23,2	97,0
MAS DE 60 AÑOS	8	3,0	3,0	100,0
Total	271	100,0	100,0	

Los años dedicados a la docencia se reflejan en la siguiente tabla:

Tabla 2. Años de docencia de los participantes

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
MENOS DE 5 AÑOS	73	26,9	26,9	26,9
ENTRE 6 Y 10 AÑOS	92	33,9	33,9	60,9
ENTRE 11 Y 20 AÑOS	61	22,5	22,5	83,4
ENTRE 21 Y 30 AÑOS	32	11,8	11,8	95,2
MAS DE 30 AÑOS	13	4,8	4,8	100
Total	271	100	100	

2.2. Diseño

Este trabajo es de tipo cuantitativo, descriptivo en cuanto a la situación estudiada y transversal, ya que se mide y se detalla en un momento determinado. Dada la naturaleza de la investigación, el diseño transversal nos permitió una fotografía precisa de la situación actual. El envío del cuestionario al profesorado y la recogida de datos se realizó a lo largo del segundo trimestre (enero-marzo) del curso 2024/2025. La muestra fue totalmente aleatoria tanto en el profesorado como en los centros participantes. Las variables estudiadas fueron las dimensiones del *burnout*: Cansancio Emocional; Despersonalización y Realización Personal y su distribución en función de la muestra total, el sexo, la edad y los años de servicio de los participantes.

2.3. Instrumentos

Se utilizó el *Maslach Burnout Inventory (MBI)*, (Maslach y Jackson, 1986) con la traducción al castellano de Seisdedos, N. (1997). Se trata de un inventario que puede ser autoadministrado y que mide las tres dimensiones clásicas del Burnout (Cansancio Emocional, Despersonalización y Realización Personal). Consta de 22 ítems con respuestas tipo Likert.

1. Subescala de agotamiento o Cansancio Emocional. Valora la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo ($\alpha = .90$). Puntuaciones directas de 0 a 18 indican bajo cansancio, de 19 a 26 cansancio medio y de 27 a 56 alta valoración de cansancio emocional.

2. Subescala de Despersonalización. Valora el grado en que cada uno reconoce actitudes de frialdad, apatía y distanciamiento. ($\alpha = .70$). Puntuaciones directas de 0 a 5 indican baja Despersonalización, de 6 a 9 Despersonalización media y de 10 a 30 alta sensación de Despersonalización.

3. Subescala de Realización Personal. Evalúa los sentimientos de autoeficiencia y satisfacción en el trabajo. ($\alpha = .82$). Puntuaciones de 0 a 33 indican baja Realización Personal, de 34 a 39 puntuaciones medias y de 40 a 56 alta Realización Personal.

La versión de Seisdedos (1997) es un referente en la investigación y evaluación del *burnout* en el ámbito hispanohablante. La versión española presenta una fiabilidad medida por el Alpha de Cronbach de .90 en Cansancio Emocional, .79 en Despersonalización y .71 en Realización personal (Seisdedos, 1997). En este trabajo la fiabilidad encontrada fue de .90 en el primer apartado, .70 en el segundo y .82 en el tercero. La validez del cuestionario viene establecida a través de su estructura factorial, que generalmente confirma las tres dimensiones teóricas del *burnout* propuestas por Maslach (Gil Monte y Peiró, 1999).

Se incluyeron ítems adicionales para obtener datos de edad, sexo, años de docencia y estresores laborales autopercebidos.

2.4. Procedimiento

Gracias a la colaboración de los asesores/as del Centro del Profesorado de Algeciras-La Línea y

los responsables FEIE (Formación, Evaluación e Innovación Educativa) de los institutos se distribuyó un cuestionario entre el profesorado donde, además del Inventario Maslach (MBI), figuraban los ítems demográficos antes citados, esenciales para el análisis. Se explicitó que la participación era libre, voluntaria y anónima.

2.5. Análisis de datos

Los datos obtenidos se clasificaron y fueron tratados utilizando el programa Excel y el SPSS (versión 27). Se calcularon los valores descriptivos de la muestra y los de cada dimensión (Cansancio emocional, Despersonalización y Realización personal) del MBI. Se compararon con los umbrales de corte establecidos para dicha prueba y se confeccionaron las tablas resultantes. Además, se realizaron otros análisis estadísticos para seguir analizando los objetivos de la investigación: La prueba Kolmogorov-Smirnov para las pruebas de normalidad; la U de Mann-Whitney para la comparación entre sexos; la prueba Kruskal-Wallis para comparar edad y años de servicio y la prueba de Dunn para el análisis post hoc. Se utilizaron pruebas estadísticas no paramétricas al no encontrar distribución normal en los resultados de la muestra.

3. RESULTADOS

En el total de la muestra los resultados mostraron un nivel alto (30.19) en la dimensión de Cansancio emocional, mientras que para Despersonalización se obtuvo un valor medio (6.71) y un nivel bajo/medio (33.9) para Realización Personal.

Tabla 3. Valores medios de la muestra

	N	Mínimo	Máximo	M (Dt)
CANSANCIO EMOCIONAL	271	0	54	30.19 (12.00)
DESPERSONALIZACIÓN	271	0	30	6.718 (5.71)
REALIZACIÓN PERSONAL	271	0	48	33.90 (7.51)
N válido (según lista)	271			

M (media), Dt (Desviación típica)

Al diferenciar los datos entre el colectivo de profesoras y profesores se obtuvieron unos

resultados elevados tanto para mujer (31.32) como para hombre (28.06) en la dimensión Cansancio Emocional. En la dimensión de Despersonalización la prueba obtuvo niveles medios para mujer (6.29) así como para hombre (7.51). En ambas categorías también se detectaron niveles bajos/medios en la dimensión de Realización Personal (33.99 en mujeres y 33.73 en hombres).

Tabla 4. Resultados según sexo de los participantes

	Sexo	n	M (Dt)
Cansancio Emocional	mujer	177	31.32 (11.54)
	hombre	94	28.06 (12.58)
Despersonalización	mujer	177	6.29 (5.48)
	hombre	94	7.51 (6.10)
Realización Personal	mujer	177	33.99 (7.14)
	hombre	94	33.73 (8.14)

M (media), Dt (Desviación típica)

La prueba U de Mann-Whitney señaló una diferencia estadísticamente significativa entre profesoras (mayor nivel) y profesores en la dimensión de Cansancio Emocional, no encontrándose diferencias en las otras dos dimensiones.

Tabla 5. Prueba de hipótesis por sexo

Resumen de prueba de hipótesis				
	Hipótesis nula	Test	Sig.	Decisión
1	La distribución de CANSANCIO EMOCIONAL es la misma entre las categorías de SEXO.	Prueba U de Mann-Whitney de muestras independientes	,025	Rechazar la hipótesis nula.
2	La distribución de DESPERSONALIZACIÓN es la misma entre las categorías de SEXO.	Prueba U de Mann-Whitney de muestras independientes	,108	Retener la hipótesis nula.
3	La distribución de REALIZACIÓN PERSONAL es la misma entre las categorías de SEXO.	Prueba U de Mann-Whitney de muestras independientes	,538	Retener la hipótesis nula.

Se muestran las significancias asintóticas. El nivel de significancia es ,05.

Tabla 6. Análisis de resultados post hoc por sexo

N total	271
U de Mann-Whitney	6.939,000
W de Wilcoxon	11.404,000
Probar estadística	6.939,000
Error típico	613,857
Estadística de prueba estandarizada	-2,248
Sig. asintótica (prueba de dos caras)	,025

En lo que se refiere a la distribución de valores según la edad de los participantes, en la prueba de Kruskal-Wallis no se encontraron diferencias significativas en ninguna de las tres dimensiones.

Tabla 7. Resultados por tramos de edad

EDAD	N	M (Dt)		
		C.E.	D	R.P.
MENOS DE 30 AÑOS	15	26.93(10.71)	7.53(3.62)	37,40(4,91)
ENTRE 31 Y 40 AÑOS	61	31.31(11.70)	7.61(5.56)	32,90(6,87)
ENTRE 41 Y 50 AÑOS	124	32.04(11.34)	7.16(6,02)	33,46(8,03)
ENTRE 51 Y 60 AÑOS	63	26.87(12.69)	5,08(5,27)	34,19(7,18)
MAS DE 60 AÑOS	8	25.13(15.12)	4,25(6,29)	39,62(7,36)
Total	271	30.19(11.98)	6,71(5,71)	33,90(7,51)

C.E: Cansancio Emocional; D: Despersonalización; R.P.: Realización Personal
M (media), Dt (Desviación típica)

En cuanto a los valores de las dimensiones en relación con los años de docencia, las diferencias significativas se encontraron tan solo en Cansancio Emocional. En el análisis *post-hoc* de Dunn, el grupo de menos de 5 años de docencia reflejó menores valores comparados con el grupo de entre 6 y 10 años y con él de entre 11 y 20 años.

Tabla 8. Prueba de hipótesis por años de docencia

Resumen de prueba de hipótesis				
	Hipótesis nula	Test	Sig.	Decisión
1	La distribución de CANSANCIO EMOCIONAL es la misma entre las categorías de AÑOS DE DOCENCIA.	Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes	,000	Rechazar la hipótesis nula.
2	La distribución de DESPERSONALIZACIÓN es la misma entre las categorías de AÑOS DE DOCENCIA.	Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes	,150	Retener la hipótesis nula.
3	La distribución de REALIZACIÓN PERSONAL es la misma entre las categorías de AÑOS DE DOCENCIA.	Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes	,435	Retener la hipótesis nula.

Se muestran las significancias asintóticas. El nivel de significancia es ,05.

Tabla 9. Análisis de resultados post hoc por años de docencia

Cada nodo muestra el rango de media de muestras de AÑOS ...						
Muestra1-Muestra2	Prueba estadística	Error típico	Desv. Prueba estadística	Sig.	Sig. ady.	
MAS DE 30 AÑOS-MENOS DE 5 AÑOS	4,617	23,584	,196	,845	1,000	
MAS DE 30 AÑOS-ENTRE 21 Y 30 AÑOS	16,072	25,767	,624	,533	1,000	
MAS DE 30 AÑOS-ENTRE 11 Y 20 AÑOS	51,442	23,932	2,149	,032	,316	
MAS DE 30 AÑOS-ENTRE 6 Y 10 AÑOS	52,031	23,213	2,241	,025	,250	
MENOS DE 5 AÑOS-ENTRE 21 Y 30 AÑOS	-11,455	16,610	-,690	,490	1,000	
MENOS DE 5 AÑOS-ENTRE 11 Y 20 AÑOS	-46,825	13,590	-3,445	,001	,006	
MENOS DE 5 AÑOS-ENTRE 6 Y 10 AÑOS	-47,414	12,280	-3,861	,000	,001	
ENTRE 21 Y 30 AÑOS-ENTRE 11 Y 20 AÑOS	35,370	17,100	2,068	,039	,386	
ENTRE 21 Y 30 AÑOS-ENTRE 6 Y 10 AÑOS	35,959	16,078	2,236	,025	,253	
ENTRE 11 Y 20 AÑOS-ENTRE 6 Y 10 AÑOS	,589	12,936	,046	,964	1,000	

Cada fila prueba la hipótesis nula que las distribuciones de la Muestra 1 y la Muestra 2 son las mismas.
Se muestran las significancias asintóticas (pruebas de 2 caras). El nivel de significancia es ,05.

En el plano general, encontramos que el 59.77% de la muestra se encuentra en los niveles altos de Cansancio Emocional; el 50.55% declararon altos niveles de Despersonalización (frialdad, apatía y distanciamiento) y tan solo el 24.72% de la muestra alcanzan niveles altos de Realización Personal, mientras que el 43.17% declara encontrarse en niveles bajos.

Además, se encontró que, ateniéndonos a los criterios de valores en el tramo alto de Cansancio Emocional y Despersonalización y bajos valores en Realización Personal, un total de 52 docentes (19.18%) cumplen plenamente los criterios diagnósticos del síndrome de *burnout*.

En cuanto a la percepción del profesorado sobre cuáles son los estresores más destacados en su labor docente los valores que se obtuvieron son los que figuran en la siguiente tabla:

Tabla 10. Estresores autopercebidos en la labor docente

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Burocracia excesiva e inútil	100	36.9	36.9
Conducta disruptiva del alumnado	65	24.0	60.9
Falta de conexión con los compañeros	4	1.5	62.4
Precariedad en el trabajo	13	4.8	67.2
Incomprensión de las familias	9	3.3	70.5
Falta de preparación pedagógica	1	.4	70.8
Control de la inspección educativa	2	.7	71.6
Falta de medios	3	1.1	72.7
Alta ratio de alumnado en clase	63	23.2	95.9
Escasa vocación docente	4	1.5	97.4
Otros	7	2.6	100.0
Total	271	100.0	

En negrita los más destacados

4. DISCUSIÓN

Los objetivos del presente estudio fueron analizar la prevalencia del síndrome del Burnout en el profesorado de Educación Secundaria en el Campo de Gibraltar y su distribución en función de diversos aspectos demográficos antes citados. Los resultados encontrados en relación con el primero de los objetivos podemos concluir que los altos niveles en Cansancio Emocional, con especial incidencia en el profesorado femenino, indican un agotamiento profesional muy extendido en esta población docente. Asimismo, la falta de implicación y dedicación que se obtiene en el componente de Despersonalización de parte del profesorado apunta en la misma dirección. En lo referente a la Realización Personal, tan solo una cuarta parte del colectivo declara encontrarse en niveles altos, mientras que casi la mitad no se encuentra confortable y realizado con su cometido docente.

Se podría concluir que, al menos uno de cada cinco docentes participantes de esta investigación presenta Burnout, estos resultados concuerdan con investigaciones previas como las de Esparza *et al.* (2025). Ello implica impactos negativos tanto en el bienestar del profesorado como en los resultados académicos del alumnado (Pérez-Salas *et al.*, 2025). García-Carmona *et al.* (2019) mostraron a través de su revisión sistemática como un gran porcentaje de profesores de secundaria suelen padecer altos niveles de

Burnout. En concreto, recopilaron que el 28.1% sufre de Cansancio Emocional severo, el 37.9% tiene altos niveles de Despersonalización y el 40.3% tiene bajos niveles de Realización Personal.

Respecto al segundo de los objetivos planteados, hay una diferencia significativa en la dimensión de Cansancio Emocional entre las mujeres (mayor puntuación) y los hombres, datos que concuerdan con lo encontrado por otros autores como Salanova *et al.* (2003), Grayson (2008), Sánchez Pujalte *et al.* (2021), Izquierdo *et al.* (2025), Ozamiz-Etxebarria (2023). No encontramos diferencias en lo referente a la edad de los docentes, aunque sí que existe una relación clara en cuanto a los años de docencia, incrementándose a partir de los primeros años de desarrollo profesional, lo que concuerda con los resultados obtenidos en otros estudios Echevarría-Molina y Sánchez-Cabrero (2021). Esta situación se produce cuando el profesorado que ha sido formado para una determinada práctica docente, se va encontrando con unas nuevas situaciones sobrevenidas que no puede gestionar ni controlar (Napione Berge, 2008).

En cuanto al tercero de los objetivos planteados, tal y como se autodiagnostica en el cuestionario, la elevada exigencia de actividades burocráticas exigentes y que suponen una inversión de tiempo importante al docente, constituye un factor estresante de primera magnitud. Otro de los factores de estrés declarado por los docentes es la conducta disruptiva y desafiante (Emberley y Pelegrina, 2011) de una parte del alumnado que impide el normal desarrollo de las clases y una pérdida de tiempo académico realmente importante, teniendo que dedicar el docente una parte de su tiempo y su esfuerzo a mantener la necesaria disciplina, imprescindible para poder desarrollar con calidad su trabajo. Algunos autores señalan esa interacción negativa profesorado-alumnado como un factor importantísimo en el agotamiento emocional del docente, especialmente en Secundaria (Rodríguez-Mantilla y Fernández-Díaz, 2017; Saltijeral y Ramos, 2015; Unterbrink, 2007). En tercer lugar, el número excesivo de alumnado en clase constituye otro de los factores implicados en la

situación estresante del trabajo docente, al tener que dedicar la atención a un grupo numeroso donde, además, curso a curso se incrementa la diversidad, debiendo dedicar parte de su tiempo a atender a ese alumnado con distintas necesidades educativas y personales a pesar de carecer, en general, de formación específica (Hazan-Liran, y Karni-Vizer, 2024; Rohmer *et al.*, 2024)

Si bien la investigación sobre *burnout* docente es cada vez más frecuente, aún son pocos los estudios centrados en el análisis del *burnout* y su relación con factores contextuales y de tipo organizacional (Mulyani *et al.*, 2021). Los resultados obtenidos en esta investigación ponen el acento en la situación actual en la que se encuentran los profesionales de la docencia en el ámbito de la educación secundaria, una fotografía que muestra los principales problemas en las dimensiones de Cansancio Emocional, Despersonalización y Realización Personal del profesorado en general. Todo esfuerzo que se dedique, por parte de las personas responsables, para reducir esos factores y promover hábitos y estrategias de salud mental en el profesorado constituirá una inversión importante para el incremento de la calidad de enseñanza y la formación de los futuros ciudadanos del mañana. Esto implica la necesidad de establecer programas de desarrollo de estrategias de afrontamiento y recursos para el profesorado (González *et al.*, 2023; Monsivais *et al.*, 2024) que fomenten la satisfacción laboral del profesorado y la impartición de una educación de alta calidad (Saloviita y Pakarinen, 2021). Este es un problema de gran relevancia en el ámbito educativo que necesita ser abordado en toda su complejidad y ofrecer soluciones a corto plazo desde las administraciones educativas (García-Carmona *et al.*, 2019; Sabagh *et al.*, 2018).

El presente estudio presenta algunas limitaciones como el número de participantes, la restringida extensión geográfica, la falta de contextualización por zonas y áreas de docencia y la escasa disponibilidad de más recursos de investigación, por poner sólo algunos ejemplos. Como objetivos futuros estarían el estudio

longitudinal de la distribución de este síndrome y la comparación estadística con otras zonas geográficas y con el profesorado de diferentes etapas educativas como educación primaria e infantil y la universidad.

5. BIBLIOGRAFÍA

- Aldrete Rodríguez, M. G.; Preciado Serrano, M. L.; Franco Chávez, S. A.; Pérez, J. A.; Aranda Beltrán, C. (2008). "Factores psicosociales laborales y Síndrome de Burnout, diferencias entre hombres y mujeres docentes de secundaria, Zona Metropolitana de Guadalajara, México" *Ciencia y Trabajo* (10) (30). 138-142.
- Ayuso Marente, J.A. y Guillén Gestoso, C. L. (2008). "Burnout y Mobbing en Enseñanza Secundaria". *Revista Complutense de Educación* 19 (1). 157-173.
- Brandão, T., Alfacinha, L., Brites, R., & Diniz, E. (2025). "Burnout in Teachers: The Role of Emotion Regulation, Empathy, and Educational Level Taught". *School Mental Health*, 17(3), 1014-1025
- Cornejo Chavez, R. (2009). "Condiciones de trabajo y bienestar/malestar en profesores de enseñanza media de Santiago de Chile". *Educación y Sociedad* (30) (107). 409-426.
- Cunningham, W.G. (1983). "Agotamiento docente: Soluciones para la década de 1980: Una revisión de la literatura". *The Urban Review*, 15, 37-51. <http://dx.doi.org/10.1007/BF01112341>
- Daniilidou, A., Platsidou, M. y Gonida, E. (2020). "Primary School Teachers' Resilience: Association with Teacher Self-Efficacy, Burnout and Stress". *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 18(52), 549-582. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v18i52.3487>
- Delgado, L., Devia, L., & Martínez, C. (2019). *Instrumento para evaluar capital psicológico en las organizaciones colombianas* (PSICAP). Bogotá D. C: Universidad Católica de Colombia.
- El Ghaziri, M., Dugan, A. G., Zhang, Y., Gore, R., y Castro, M. E. (2019). "Sex and gender role differences in occupational exposures and work outcomes among registered nurses in correctional settings". *Annals of Work Exposures and Health*, 63 (5), 568-582. <https://doi.org/10.1093/annweh/wxz018>

- Emberley, E. y Pelegrina, M. (2011). "Prevalencia, sintomatología y distribución del trastorno negativista desafiante". *Psicothema*. Vol. 23, nº 2, pp. 215-220.
- Echevarría-Molina, I., y Sánchez-Cabrero, R. (2021). "La satisfacción del docente de Educación Secundaria en España a través de TALIS". *Revista Fuentes*, 23 (3), 341-352.
- Esparza, C. M., Menéndez, E. G., González, M. A. G., & Torrano, F. (2025). "Burnout y salud mental en trabajadores españoles que desempeñan labores educativas y de inclusión en el tercer sector de acción social". *Revista Española de Pedagogía*, 83 (291), 297-321.
- Freudenberg, H.J. (1974). "Staff Burnout". *The Journal of Social Issues*, 30 (1), 159-166.
- García-Arroyo, J. A., Osca Segovia, A. y Peiró, J. M. (2019). "Meta-analytical review of teacher Burnout across 36 societies: the role of national learning assessments and gender egalitarianism". *Psychology & Health*, 1-21. <https://doi.org/10.1080/08870446.2019.1568013>
- García-Carmona, M., Marín, M. D., y Aguayo, R. (2019). "Burnout syndrome in secondary school teachers: A systematic review and meta-analysis". *Social Psychology of Education*, 22(1), 189-208. <https://doi.org/10.1007/s11218-018-9471-9>
- García-Carmona, M., Gómez Martínez, M.A., García Rodríguez, A., y Rodríguez Sánchez, A. M. (2021). "Association between coping strategies and Burnout in teachers of children with autism spectrum disorder in Spain". *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10), 5320. <https://doi.org/10.3390/ijerph18105320>
- Gil-Monte, P. (2005). *El síndrome de quemarse por el trabajo ("Burnout"). Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar*. Madrid: Pirámide.
- Gil-Monte, P. y Peiró, J. M. (1999). "Validez factorial del Maslach Burnout Inventory en una muestra multiocupacional". *Psicothema*, Vol 11, nº 3. pp. 679-689.
- González, M. L. G., González-Ocampo, G., Terés, M. C. Q., y Salazar, L. C. N. (2023). "Burnout en profesores universitarios: autorregulación y corrección como estrategias de afrontamiento". *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 21(59), 147-172.
- Guerrero Barona, E.J. (2003). "Análisis pormenorizado de los grados de Burnout y afrontamiento del estrés docente en profesorado universitario". *Anales de Psicología*, 19 (1). 145-158.
- Grayson, J. (2008). "School climate factors relating to teacher Burnout: A mediator model". *Teaching and Teacher Education*, 24, 1349-1363.
- Hazan-Liran, B., y Karni-Vizer, N. (2024). "Psychological capital as a mediator of job satisfaction and Burnout among teachers in special and standard education". *European Journal of Special Needs Education*, 39(3), 337-351.
- Hoff, T., y Lee, D. R. (2021). "Burnout and physician gender: What do we know?". *Medical Care*, 59(8), 711-720. <https://doi.org/10.1097/mlr.0000000000001584>
- Izquierdo, Andrea; Gilar-Corbi, Raquel y Castejón, Juan Luis (2025). "Inteligencia emocional, resiliencia, estrés, Burnout y bienestar psicológico: análisis de diferencias entre profesoras y profesores en formación". En: Merma-Molina, Gladys (coord.). *II Congreso Internacional sobre Innovación, Didáctica y Educación para la sostenibilidad*: CIIDES, 2025, 26, 27 y 28 de marzo de 2025: libro de actas. Alicante: Universidad de Alicante. ISBN 978-84-1302-257-4, p. 188.
- McCormack, H. M., MacIntyre, T. E., O'Shea, D., Herring, M. P., y Campbell, M. J. (2018). "The prevalence and cause(s) of Burnout among applied psychologists: A systematic review". *Frontiers in Psychology*, 9, 1897. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01897>
- Madigan, D. J., Kim, L. E., Glandorf, H. L., y Kavanagh, O. (2023). "Teacher Burnout and physical health: A systematic review". *International Journal of Educational Research*, 119, 102173.
- Malander, N. (2019). "Prevalencia de Burnout en docentes de nivel secundario". *Revista de Psicología*, 15 (29), 84-99.
- Martínez-Álvarez, I., Llamas-Salguero, F., e Hidalgo-Fuentes, S. (2024). "Burnout en docentes: papel predictor de la inteligencia emocional y el humor". *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 18(2).

- Maslach, C., Jackson, S. E. (1986). *Maslach Burnout Inventory Manual* (2.^a ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Meredith, L. S., Bouskill, K., Chang, J., Larkin, J., Motala, A., y Hempel, S. (2022). "Predictors of Burnout among US healthcare providers: A systematic review". *BMJ Open*, 12, e054243. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-054243>
- Monsivais, C. L. R., Vargas, M. C., Andrade, Y. A., y Vázquez, L. M. (2024). "¿Puede el Mindfulness Reducir el Burnout en los Docentes?". *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(1), 42-55.
- Mulyani, S., Salameh, A. A., Komariah, A., Timoshin, A., Nik Hashim, N. A., Pupu Fauziah, R. S., Mulyaningsih, M. y Ahmad, I. y Mohy Ul din, S. (2021). "Emotional Regulation as a Remedy for Teacher Burnout in Special Schools: Evaluating School Climate, Teacher's Work-Life Balance and Children Behavior". *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.655850>
- Napione Bergé, M. N. (2008). *¿Cuándo se quema el profesorado de Secundaria?* Buenos Aires. Ediciones Díaz de Santos.
- Ozamiz-Etxebarria, N., Legorburu Fernnandez, I., Lipnicki, D. M., Idoiaga Mondragon, N., y Santabárbara, J. (2023). "Prevalence of Burnout among teachers during the COVID-19 pandemic: a meta-analysis". *International journal of environmental research and public health*, 20(6), 4866.
- Pérez-Salas, C., Zañartu, I., Chávez-Castillo, Y., y Rodríguez-Díaz, V. (2025). "Impacto del compromiso escolar percibido en el Burnout docente: el rol mediador del enfado y el papel moderador de la relación docente-estudiante". *Revista Española de Pedagogía*, 83(291), 417-435.
- Philippe, F. L., Lopes, M., Houlfort, N., y Fernet, C. (2019). "Work-related episodic memories can increase or decrease motivation and psychological health at work". *Work & Stress*, 33(4), 366-384. <https://doi.org/10.1080/02678373.2019.1577311>
- Pyhältö, K., Pietarinen, J., Haverinen, K., Tikkanen, L. y Soini, T. (2020). "Teacher Burnout profiles and proactive strategies". *European Journal of Psychology of Education*, 36, 219-242. <https://doi.org/10.1007/s10212-020004656>
- Rodríguez-Mantilla, J.M. y Fernández-Díaz, M.J. (2017). "The effect of interpersonal relationships on Burnout síndrome in Secondary Education teachers". *Psicothema*, 29 (3), 370-377.
- Rohmer, O., Palomares, E. A., y Popa-Roch, M. (2024). "Attitudes towards disability and Burnout among teachers in inclusive schools in France". *International Journal of Disability, Development and Education*, 71(1), 83-100.
- Sabagh, Z., Hall, N. C., y Saroyan, A. (2018). "Antecedents, correlates and consequences of faculty Burnout". *Educational Research*, 60(2), 131-156. <https://doi.org/10.1080/00131881.2018.1461573>
- Safiye, T., Vukčević, B., Milidrag, A., Dubljanin, J., Gutic Cikotić, A., Dubljanin, D., y Gutic, M. (2023). "Relationship between mentalizing and teacher Burnout: A cross sectional study". *Plos one*, 18(1), e0279535.
- Salanova, M., Llorens, S. y García-Renedo (2003). "¿Por qué se están quemando los profesores?". *Revista de Prevención, Trabajo y Salud*, 28, 16-20.
- Saloviita, T., y Pakarinen, E. (2021). "Teacher Burnout explained: Teacher-, student-, and organisation-level variables". *Teaching and teacher education*, 97, 103221.
- Saltijeral, M.T., Ramos, L. (2015). "Identificación de estresores laborales y Burnout en docentes de una secundaria para trabajadores del Distrito Federal". *Salud Mental* 38(5), 361-369.
- Sánchez Pujalte, M., Navarro Mateu, D., Gómez Yepes, T., y Etchezahar, E. (2021). "Burnout, inteligencia emocional y competencias socioemocionales en docentes de escuela secundaria durante la pandemia del COVID-19 en España". En XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. Facultad de Psicología .Universidad de Buenos Aires.
- Schaufeli, W. (2005). "Burnout en profesores: una perspectiva social del intercambio". *Revista de Psicología del Trabajo y de las organizaciones*, 21 (1-2), 15-35.

- Seisdedos, N. (1997). *Inventario del Burnout de Maslach, Síndrome del “quemado” por el estrés laboral asistencial*. Madrid. TEA.
- Simionato, G. K., y Simpson, S. (2018). “Personal risk factors associated with Burnout among psychotherapists: A systematic review of the literature”. *Journal of Clinical Psychology*, 74(9), 1431-1456. <https://doi.org/10.1002/jclp.22615>
- Tisiotti, P. V., Parquet C.A. y Neudeck V.H. (2007). “Prevalencia y dimensiones del Burnout en profesionales de una escuela diferencial de la ciudad de Corrientes”. *Revista de Postgrado de la Via Cátedra de Medicina*, 172, 4-7.
- Unterbrink, T. (2007). “Parameters influencing health variables in a sample of 949 german teachers”. *International Archives of Occupational Health*, 82, 117-123.
- Vicente de Vera, M.I. y Gabari, M.I. (2019). “Niveles de Burnout en docentes de secundaria: un estudio descriptivo analítico”. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. INFAD Revista de Psicología*, N°1 - Monográfico 1, pp:455-464.
- Yeboah, E., Arboh, F., y Quainoo, E. A. (2022). “Psychological effects of Burnout among health worker”. *Journal of Clinical Images and*

Medical Case Reports, 3(3), 1734. <http://dx.doi.org/10.52768/2766-7820/1734>

- Zhao, W., Liao, X., Li, Q., Jiang, W., y Ding, W. (2022). “The relationship between teacher job stress and Burnout: A moderated mediation model”. *Frontiers in Psychology*, 12, 784243.

Enrique Emberley Moreno

Doctor en Psicología

Daniel Grande Jiménez

Graduado en Psicología

Cómo citar este artículo

Enrique Emberley Moreno / IECG y Daniel Grande Jiménez / Ayuntamiento de La Línea.

“Síndrome de *burnout* en el profesorado de educación secundaria del Campo de Gibraltar”. *Almoraima. Revista de Estudios Campogibaltareños* (64), abril 2026. Algeciras: Instituto de Estudios Campogibaltareños, pp. 191-200.
