



Síndrome de *Burnout* en Docentes: Una Revisión Sistemática sobre su Impacto y Factores de Riesgo

Autor: John Edwin Cruz Rojas
Universidad César Vallejo, UCV
jcuzro21@ucvvirtual.edu.pe
Trujillo, Perú

<https://orcid.org/0000-0002-9872-6509>

Resumen

El síndrome de *burnout* constituye una problemática creciente que afecta la salud mental y el desempeño de los docentes en las instituciones educativas. El objetivo de esta investigación fue determinar el impacto del síndrome de *burnout* en docentes de organizaciones educativas durante el período 2015-2024. Se realizó una revisión sistemática con enfoque mixto y predominancia cuantitativa, aplicando el protocolo PRISMA (Elementos de Reporte Preferidos para Revisiones Sistemáticas y Meta-Análisis) en las bases de datos Scopus y *Web of Science*, lo que permitió seleccionar 29 artículos científicos. Los resultados evidencian que el *burnout* afecta negativamente a los docentes de todos los niveles educativos, con prevalencias de niveles altos entre 11,6% y 36,7%. Los factores de riesgo identificados incluyen el género femenino, la escasa experiencia profesional, la sobrecarga laboral, los conflictos interpersonales y las deficientes condiciones organizacionales. Las manifestaciones principales son el agotamiento emocional, la despersonalización y la baja realización personal. Se concluye que las instituciones educativas actúan como factores precipitantes o protectores del síndrome, por lo que se requieren intervenciones organizacionales para prevenir esta problemática y mejorar la calidad de vida del profesorado.

Palabras clave: síndrome de *burnout*; personal docente; salud mental; estrés profesional; instituciones educativas.

Código de clasificación internacional: 6109.02 - Motivación y actitudes.

Cómo citar este artículo:

Cruz, J. (2025). Síndrome de *Burnout* en Docentes: Una Revisión Sistemática sobre su Impacto y Factores de Riesgo. *Revista Científica*, 10(Ed. Esp. 5), 208-228, e-ISSN: 2542-2987. Recuperado de: <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2025.10.E5.10.208-228>

Fecha de Recepción:
27-03-2025

Fecha de Aceptación:
15-10-2025

Fecha de Publicación:
05-11-2025



Burnout Syndrome in Teachers: A Systematic Review of Its Impact and Risk Factors

Abstract

Burnout syndrome is a growing problem that affects teachers' mental health and performance in educational institutions. The aim of this study was to determine the impact of burnout syndrome on teachers in educational organizations during the period 2015-2024. A systematic review with a mixed-methods approach and quantitative predominance was conducted, applying the PRISMA protocol (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) in the Scopus and Web of Science databases, which allowed the selection of 29 scientific articles. The results show that burnout negatively affects teachers at all educational levels, with high-level prevalence ranging between 11,6% and 36,7%. Identified risk factors include female gender, limited professional experience, work overload, interpersonal conflicts, and poor organizational conditions. The main manifestations are emotional exhaustion, depersonalization, and low personal accomplishment. It is concluded that educational institutions act as either precipitating or protective factors for the syndrome; therefore, organizational interventions are required to prevent this problem and improve teachers' quality of life.

Keywords: burnout syndrome; teaching staff; mental health; occupational stress; educational institutions.

International classification code: 6109.02 - Attitudes and morale.

How to cite this article:

Cruz, J. (2025). **Burnout Syndrome in Teachers: A Systematic Review of Its Impact and Risk Factors.** *Revista Científica*, 10(Ed. Esp. 5), 208-228, e-ISSN: 2542-2987. Retrieved from: <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2025.10.E5.10.208-228>

Date Received:
27-03-2025

Date Acceptance:
15-10-2025

Date Publication:
05-08-2025



1. Introducción

El síndrome de *burnout* constituye un fenómeno psicosocial que afecta a los profesionales como consecuencia de las altas demandas emocionales y el constante estrés que experimentan dentro de sus centros organizacionales. Según lo señalado por Alfaro y Castillo (2023a): esta problemática genera un deterioro significativo en la salud mental de los trabajadores. Por su parte, Calvopiña y Martínez (2023): coinciden en que esta problemática incide en diversos ámbitos laborales, sin embargo, es en la actividad docente en donde se observa con mayor prevalencia.

Conforme a los datos proporcionados por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022): casi mil millones de personas presentan trastornos de salud mental, y al menos un 15% ha experimentado estrés, depresión o ansiedad en el ámbito laboral. Corroborando estos hallazgos, los docentes presentan una alta probabilidad de padecer *burnout* debido a factores psicosociales y organizacionales. Tal como lo demuestran Madigan, Kim, Glandorf y Kavanagh (2023): estos factores incrementan significativamente el riesgo de desarrollar este síndrome en el profesorado.

Respecto al contexto peruano, se evidencia que el síndrome de *burnout* ha impactado de manera negativa en los docentes de todos los niveles educativos. A modo de ilustración, Martin, Agüero y Dávila (2024): reportaron una prevalencia de 43,94% de este fenómeno en docentes universitarios. En el mismo sentido, Estrada y Gallegos (2020): identificaron una prevalencia del 42,1% de docentes de nivel primaria y secundaria que padecen del síndrome de *burnout*.

Conceptualmente, los investigadores del síndrome de *burnout* coinciden en definirlo como un trastorno que emerge por la acumulación de estrés laboral no gestionado de manera efectiva. Para Pujol, Valerio-Rao, Vaquero-Cepeda y Catalá-López (2024): este fenómeno constituye una respuesta prolongada a estresores crónicos en el trabajo.



El síndrome de *burnout* se estructura en un modelo trifactorial compuesto por agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. De acuerdo con Alfaro y Castillo (2023b): estas dimensiones se asocian al desgaste emocional, al desapego interpersonal y a la percepción de ineficacia y bajo logro profesional.

No obstante, no existe un consenso sobre las consecuencias de este fenómeno psicológico en los docentes, debido a la particularidad de cada caso y de las instituciones educativas en las que laboran. En concordancia con lo expuesto por Lobo-Ortiz, Castañeda-Bustos y Rivera-Porras (2023): los docentes pueden experimentar diversas manifestaciones como insomnio, vulnerabilidad al estrés, agotamiento emocional y alteraciones en el bienestar general.

Desde el punto de vista teórico, el estudio contribuye a comprender la relación entre condiciones organizacionales, estrés y bienestar psicológico docente. En el plano social, permite identificar causas y consecuencias del fenómeno para proponer estrategias que mejoren el ambiente laboral.

Ante la evidencia expuesta, surge la siguiente interrogante que orienta esta revisión sistemática: ¿De qué manera el síndrome de *burnout* afecta el desempeño profesional, el bienestar personal y las relaciones interpersonales de los docentes en las organizaciones educativas?.

A partir de lo expuesto, el objetivo general de esta revisión sistemática es determinar el impacto del síndrome de *burnout* en docentes de organizaciones educativas durante el período 2015-2024. Los objetivos específicos son: identificar los factores asociados al desarrollo del síndrome de *burnout* en docentes; describir las manifestaciones físicas, emocionales y conductuales de este fenómeno en el profesorado; y analizar la influencia de las características organizacionales en la aparición del síndrome.



2. Metodología (materiales y métodos)

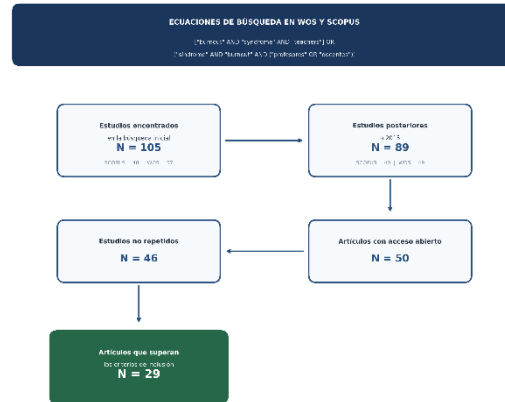
La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque mixto con predominancia cuantitativa, el cual, según García-González y Sánchez-Sánchez (2020): permitió articular elementos conceptuales, lógicos y formales, integrando datos numéricos con análisis interpretativo para comprender el fenómeno estudiado. Se utilizó el método inductivo, partiendo de observaciones particulares en los estudios seleccionados para establecer conclusiones generales sobre el *burnout* docente.

El diseño correspondió a una investigación no experimental de tipo documental, específicamente una revisión sistemática con síntesis temática, que permitió analizar y sintetizar información de investigaciones cuantitativas relevantes. Como señalan Sánchez-Serrano, Pedraza-Navarro y Donoso-González (2022): este tipo de diseño facilitó la identificación, evaluación y síntesis de la evidencia científica disponible sobre el tema de estudio.

El estudio se llevó a cabo durante el período comprendido entre los meses de septiembre y diciembre de 2024, empleando como fuentes de información las bases de datos Scopus y *Web of Science*, reconocidas por su rigurosidad académica y amplia cobertura de literatura científica indexada. Se seleccionaron artículos de revistas indexadas con una temporalidad que abarcó desde el año 2015 hasta el 2024, publicados en los idiomas inglés, portugués y español.

Los criterios de inclusión contemplaron investigaciones de tipo cuantitativo, experimental y transversal que abordaran el síndrome de *burnout* en población docente. Se excluyeron los artículos publicados fuera del rango temporal establecido, aquellos que aparecieron duplicados en las bases de datos consultadas y los estudios que no cumplieron con los estándares de calidad metodológica requeridos. La recopilación de artículos se realizó siguiendo el protocolo PRISMA (Elementos de Reporte Preferidos para Revisiones Sistemáticas y Meta-Análisis), tal como se ilustra en la figura 1.

Figura 1. Selección de artículos mediante el método PRISMA.



Fuente: El Autor (2025).

La figura 1 presenta la ruta metodológica mediante la cual se obtuvieron los artículos seleccionados para este estudio. Se ejecutaron búsquedas sistemáticas en las plataformas digitales Scopus y *Web of Science*, utilizando el parámetro “*Article title*” y aplicando el siguiente operador booleano: “*burnout*” AND “*síndrome*” AND “*teachers*” OR “*síndrome*” AND “*burnout*” AND “*profesores*” OR “*docentes*”. En la fase inicial de identificación se localizaron un total de 105 artículos (48 en Scopus y 57 en *Web of Science*).

Posteriormente, se aplicó el filtro temporal que permitió retener únicamente los artículos publicados a partir del año 2015, lo que redujo el corpus a 89 documentos. En la siguiente etapa, se consideró como criterio el acceso abierto de las publicaciones, obteniéndose 50 artículos. Asimismo, se eliminaron los artículos duplicados entre ambas bases de datos, quedando 46 documentos.

Finalmente, se evaluaron aspectos como la pertinencia temática, las características de la muestra, la alineación de los objetivos con la presente investigación y el rigor metodológico de los estudios, resultando en una selección final de 29 artículos que constituyeron el corpus de análisis de esta revisión sistemática. El presente estudio se enmarcó dentro de los principios



Artículo Original / Original Article

éticos de la investigación documental, respetando la autoría intelectual de las fuentes consultadas mediante la correcta citación de los trabajos revisados.

3. Resultados (análisis e interpretación de los resultados)

Los resultados obtenidos se organizaron a partir de la información extraída de los 29 estudios seleccionados. La tabla 1 presenta la síntesis de los artículos analizados, considerando los siguientes parámetros: (1) autor y fecha de publicación, (2) fuente de publicación, (3) muestra seleccionada y (4) principales conclusiones.

Tabla 1. Artículos analizados en sus conclusiones.

Autor y fecha	Fuente	Muestra	Conclusión
Almatrafi, et al. (2022a)	Medical Science	354 docentes de primaria y secundaria	Existe una alta presencia de este fenómeno en los docentes de la muestra, siendo un 36,7 % quienes experimentaron niveles altos. Mientras que un 32,2 % niveles moderados y un 31,1 % de índices bajos.
Andreu-Moñino y Martínez-Ramón (2024a)	Estudios Sobre Educación	259 docentes de educación básica	No se observan niveles clínicos de síndrome de <i>burnout</i> en los docentes encuestados. Sin embargo, se hallaron indicadores altos de agotamiento emocional y cinismo, presente en un tercio de los docentes, lo que podría ser un riesgo de padecer este fenómeno.
Arias, Huamani y Ceballos (2019a)	Propósitos y Representaciones	413 docentes de todos los niveles	El <i>burnout</i> constituye un riesgo de carácter psicosocial, puesto que afecta la salud mental y física, ocasionando un menor desempeño pedagógico.
Bedoya, Vega, Severiche y Meza (2017a)	Formación Universitaria	150 docentes de educación superior	Se identificó un bajo porcentaje de docentes afectados por este malestar, especialmente en el agotamiento emocional y despersonalización. No obstante, la falta de realización personal tuvo índices altos.
Biavati, Cordeiro y Ramires (2024a)	Ciencias Psicológicas	166 docentes de educación básica	El síndrome de <i>burnout</i> influye en mayor medida, en docentes que carecen de habilidades sociales, falta de experiencia profesional y sobre los que enfrentan grandes cargas familiares y laborales.
Carloto y Gonçalves (2017a)	Avances en Psicología Latinoamericana	250 docentes de educación superior	El <i>burnout</i> en docentes está influenciado por factores psicosociales como la falta de autonomía, el bajo apoyo social, los conflictos interpersonales y el conflicto de roles.
Cortez, Campana, Huayama y Aranda (2021a)	Propósitos y Representaciones	205 docentes de educación secundaria	El síndrome de <i>burnout</i> afecta negativamente el bienestar docente, generando agotamiento emocional, disminución de la empatía y deterioro de sus capacidades, lo que a su vez contribuye a la insatisfacción laboral.
Estrada-Araoz, Bautista, Velazco, Mamani, Ascona y Arias (2023a)	Social Sciences	170 docentes de educación básica	Hay alta manifestación del síndrome de <i>burnout</i> en docentes al regreso a clases presenciales luego de la pandemia del COVID-19. Los niveles de este fenómeno fueron los siguientes: 39,4 % moderado, 31,2 % bajo y 29,4 % alto.
Estrada-Araoz, et al. (2023c)	Gaceta Médica de Caracas	184 docentes de educación básica	Existe una relación directa entre el malestar psicológico y el síndrome de <i>burnout</i> . Generando altos índices de angustia en los docentes tras su regreso a clases presenciales posterior a la pandemia del Covid-19.
Gallardo-López, López-Noguero y Gallardo-Vázquez (2019a)	Revista Electrónica Educare	1890 docentes de educación básica	El síndrome de <i>burnout</i> tiene un impacto significativo en los docentes de la muestra, localizándose un coeficiente del 11,6 % que presentan un nivel alto, mientras que el 88,3% un nivel medio.
Goelvel y Carlott (2019a)	Avances en Psicología Latinoamericana	310 docentes de educación superior	La organización educativa es un predictor para el desarrollo del síndrome de <i>burnout</i> , que puede generar altos niveles de estrés laboral y desequilibrio entre la vida laboral y familiar.
González-Valero, Gómez-Carmona, Bastida-Castillo, Corral-Pernía, Zurita-Ortega y Melguizo-Ibáñez (2023a)	Sport Sciences for Health	415 docentes de educación básica	El <i>burnout</i> afecta de manera negativa, principalmente a aquel personal que no practicaban actividad física, mostrando mayores niveles de estrés, agotamiento emocional y menor capacidad de resiliencia.
Llorca-Pellicer, Soto-Rubio y Gil-Monte (2021a)	Frontiers in Psychology	8,235 docentes de educación básica	Los factores relacionados al síndrome de <i>burnout</i> son la demanda y recursos laborales, afectando el bienestar y el desempeño profesional de los docentes.
Marić, Mandić-Rajčević, Maksimović, y Bulat (2020a)	International Journal of Environmental Research and Public Health	952 docentes de primaria y secundaria	Los docentes al finalizar el año escolar experimentan altos niveles de <i>burnout</i> , incidiendo en su comportamiento habitual y su estabilidad emocional.
Novotná, Burkovičová y Šimik (2024a)	International Journal of Instruction	182 docentes de educación inicial	El síndrome de <i>burnout</i> afecta a los docentes de preescolar, quienes enfrentan altas demandas físicas, emocionales y mentales en su trabajo diario.
Passos, et al. (2021a)	Revista de Salud Pública	57 docentes de educación superior	Los docentes universitarios de cursos de salud experimentan síndrome de <i>burnout</i> , especialmente las mujeres. Los docentes que padecen elevados niveles de <i>burnout</i> son aquellos que no realizan actividades de ocio.
Piperac, et al. (2024a)	Archives of Industrial Hygiene and Toxicology	482 docentes de educación inicial	Hay un impacto negativo del síndrome de <i>burnout</i> en los docentes, afectando a un 27,1 % de los participantes en la presente investigación, afectando su salud mental.
Puertas-Molero, Zurita-Ortega, Chacón-Cuberos, Martínez-Martínez, Castro-Sánchez y González-Valero (2018a)	Journal of Clinical Medicine	1316 docentes de educación superior	El síndrome de <i>burnout</i> en docentes universitarios está vinculado al estrés laboral y la falta de inteligencia emocional, lo que afecta negativamente su bienestar mental y desempeño profesional.
Santiago, Trevisan, Oliveira, Quina, Fernandez y De Marchi (2022a)	Acta Paulista de Enfermagem	200 docentes de educación primaria y secundaria	Existe una relación relevante entre el síndrome de <i>burnout</i> y la violencia laboral, especialmente en las dimensiones de agotamiento emocional (57,5%), despersonalización (49%) y baja realización profesional (36%).
Rodríguez-Mantilla y Fernández-Díaz (2017a)	Psicothema	794 docentes de educación secundaria	Las relaciones interpersonales tienen una incidencia significativa en el desarrollo del síndrome de <i>burnout</i> . Una relación negativa con los estudiantes podría aumentar los niveles de agotamiento emocional y cinismo.
Rodríguez y Sánchez (2018a)	Rie. Revista de Investigación Educativa	260 docentes de educación superior	Respecto al síndrome de <i>burnout</i> , se determinó la prevalencia de niveles medios de cansancio emocional, despersonalización, distorsión del entorno laboral, realización personal y realización laboral en docentes.

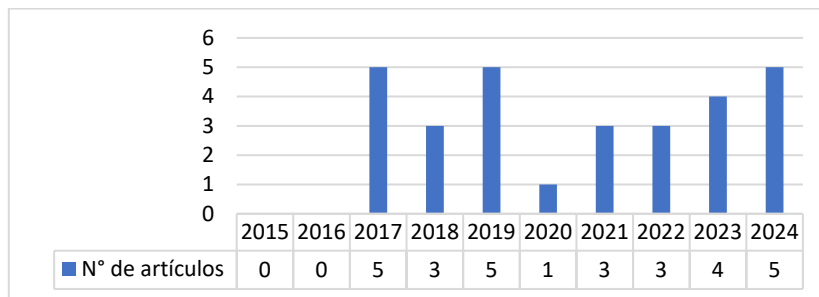
Artículo Original / Original Article

Salgado y Lería (2018a)	Revista CES Psicología	212 docentes de educación primaria	Hay un impacto negativo significativo del síndrome de <i>burnout</i> en docentes de educación primaria, vinculándose principalmente con los estilos de personalidad, y otras variables sociodemográficas y sociolaborales.
Sánchez-Narváez y Velasco-Orozco (2017a)	Papeles de Población	459 docentes de educación básica	El <i>burnout</i> se puede relacionar con la ansiedad y la depresión, factores que podrían ocasionar problemas significativos en la salud mental docente.
Santos, Lima, Peres, Jannota, Gomes y Borba-Pinheiro (2023a)	Retos	59 docentes de todos los niveles	Los docentes padecieron niveles de riesgo medio de síndrome de <i>burnout</i> , en mayor medida, los que se ubican en el nivel de enseñanza básica y superior. Afectando principalmente su calidad de vida.
Smetackova, Viktorova, Pavlas, Pachova, Francova y Stech (2019a)	Frontiers in Psychology	2,394 docentes de educación primaria y secundaria	El síndrome de <i>burnout</i> genera consecuencias negativas en el bienestar personal y en el desempeño profesional de los docentes, generando una desconexión emocional con la enseñanza y los estudiantes.
Solera, Gutiérrez y Palacios-Ceña (2017a)	Universitas Psychologica	48 docentes de educación secundaria	Los docentes de centros públicos presentan mayores niveles de <i>burnout</i> , especialmente en aspectos organizacionales, supervisión y reconocimiento.
Tito, Torres y Perez (2022a)	Enfermería Global	262 docentes de educación superior	El <i>burnout</i> se ve influenciado significativamente por el género y el grupo etario en el que los docentes se encuentran. Afectando la eficacia profesional de los docentes.
Villaverde, Unda, Escotto y Flores (2019a)	Propósitos y Representaciones	375 docentes de educación básica	Los rasgos de personalidad pueden desencadenar el síndrome de <i>burnout</i> en docentes. Especialmente en personas que presentan baja Sociabilidad Expresiva, baja Organización y baja Aceptabilidad.
Vieira, Dos Santos, Ribeiro y Magella (2024a)	Revista Brasileira de Medicina do Trabalho	164 docentes de educación superior	Si bien no se determinó la existencia del síndrome de <i>burnout</i> en la muestra, se identificó un riesgo en desarrollarla, debido a índices altos de agotamiento emocional y despersonalización.

Fuente: El Autor (2025).

En la tabla 1 se observó que los 29 estudios seleccionados abarcaron muestras docentes de diversos niveles educativos, con tamaños que oscilaron desde 48 participantes hasta 8,235 docentes. Los hallazgos reportados en las conclusiones de los estudios revelaron una presencia significativa del síndrome de *burnout* en la población docente, con porcentajes de niveles altos que variaron entre el 11,6% y el 36,7% según el contexto y la muestra estudiada. Las investigaciones coincidieron en identificar el agotamiento emocional, la despersonalización y la baja realización personal como las dimensiones más afectadas en los docentes. El gráfico 1 presenta la distribución de los artículos seleccionados según su año de publicación.

Gráfico 1. Artículos según año de publicación.

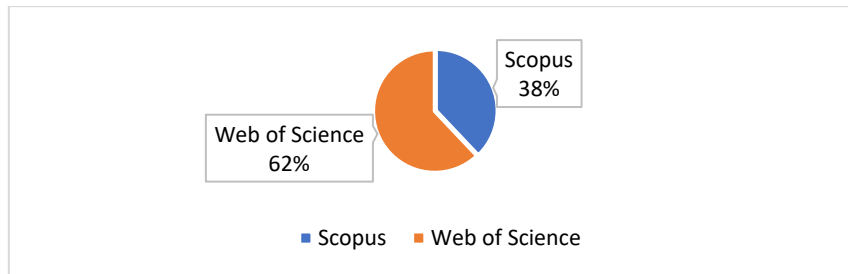


Fuente: El Autor (2025).

En el gráfico 1 se evidenció que la producción científica relacionada con

el síndrome de *burnout* en docentes no siguió un patrón de crecimiento lineal durante el período analizado. No se identificaron publicaciones en los años 2015 (N=0) y 2016 (N=0), mientras que los años con mayor producción fueron 2017 (N=5), 2019 (N=5) y 2024 (N=5). Los años 2018, 2021 y 2022 registraron tres publicaciones cada uno (N=3), el año 2023 presentó cuatro artículos (N=4), en tanto que 2020 registró únicamente un artículo (N=1). El gráfico 2 muestra la distribución de los artículos según las bases de datos consultadas durante la década comprendida entre 2015 y 2024.

Gráfico 2. Artículos según bases de datos.



Fuente: El Autor (2025).

En el gráfico 2 se observó que la base de datos *Web of Science* concentró la mayor proporción de artículos seleccionados, con un 62% del total (N=18). Por su parte, la base de datos Scopus aportó el 38% restante (N=11). Esta distribución reflejó la mayor disponibilidad de estudios sobre síndrome de *burnout* en docentes indexados en *Web of Science* durante el período analizado. La tabla 2 presenta la distribución de los artículos seleccionados según el nivel de enseñanza al que pertenecieron los docentes de las muestras estudiadas.

Tabla 2. Muestra docente de acuerdo con nivel de enseñanza en los artículos seleccionados.

Docentes de acuerdo con nivel de enseñanza	N.º de artículos	Porcentaje (%)
Docentes de educación inicial	2	6,90%
Docentes de educación primaria	1	3,45%
Docentes de educación secundaria	3	10,34%
Docentes de educación superior	8	27,59%



Artículo Original / Original Article

Docentes de educación primaria y secundaria	4	13,79%
Docentes de educación básica	9	31,03%
Docentes de todos los niveles	2	6,90%

Fuente: El Autor (2025).

En la tabla 2 se identificó una predominancia de estudios cuya muestra docente se ubicó en el nivel de educación básica (que integra inicial, primaria y secundaria), con un total de 9 artículos (31,03%). Asimismo, se destacaron las investigaciones que emplearon a docentes de educación superior como muestra, con un total de 8 artículos (27,59%).

En contraste, se registró una menor producción científica en torno a la variable de estudio en docentes de nivel primaria exclusivamente (3,45%), nivel inicial (6,90%) y estudios que abarcaron todos los niveles educativos (6,90%). Los docentes de educación secundaria fueron objeto de estudio en 3 artículos (10,34%), mientras que las investigaciones que incluyeron conjuntamente docentes de primaria y secundaria representaron el 13,79% (N=4).

Los estudios revisados permitieron identificar que los docentes que experimentan el síndrome de *burnout* se ven influenciados por factores de carácter personal, laboral y psicosocial, tal como lo evidencian (Estrada-Araoz, Bautista, Velazco, Mamani, Ascona y Arias, 2023b); (Rodríguez y Sánchez, 2018b); (Marić, Mandić-Rajčević, Maksimović y Bulat, 2020b). En cuanto a los factores personales, el género y la edad resultan determinantes, siendo las mujeres y los docentes jóvenes con poca experiencia quienes presentan mayor riesgo de *burnout*, según lo reportado por (Bedoya, Vega, Severiche y Meza, 2017b); (Almatrafi, et al., 2022b).

Los estudios evidencian que factores laborales como conflictos interpersonales, falta de autonomía, apoyo social deficiente, mala organización y sobrecarga laboral predicen *el burnout*, de acuerdo con (Estrada-Araoz, et al., 2023d); (Carlotto y Gonçalves, 2017b); (Goevel y



Carlott, 2019b).

Mientras que, en cuanto a los factores psicosociales, Santiago, Trevisan, Oliveira, Quina, Fernandez y De Marchi (2022b); y Biavati, Cordeiro y Ramires (2024b); señalan que los principales criterios que influyen en el agotamiento emocional y la despersonalización docente son la violencia verbal y física (como víctima o testigo), la reevaluación positiva, ser sostén familiar y la cantidad de hijos. De igual forma, estos autores coinciden en que el desarrollo de habilidades sociales y la inteligencia emocional actúan como factores de protección contra el síndrome de *burnout* (Andreu-Moñino y Martínez-Ramón, 2024b).

En cuanto a las manifestaciones del *burnout* en docentes, los hallazgos mostraron que estas se relacionan con sus tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, como lo demuestran (Passos, et al., 2021b); (Gallardo-López, López-Noguero y Gallardo-Vázquez, 2019b); (Cortez, Campana, Huayama y Aranda, 2021b). Investigaciones como la de Sánchez-Narváez y Velasco-Orozco (2017b); y Santos, Lima, Peres, Jannota, Gomes y Borba-Pinheiro (2023b); han demostrado la estrecha relación existente entre el agotamiento emocional como principal dimensión del síndrome de *burnout*, generando incrementos en los niveles de depresión y ansiedad docente.

Sobre la despersonalización, resulta relevante el papel de la actitud y el estilo de personalidad docente, pues las investigaciones de Salgado y Leria (2018b); y Villaverde, Unda, Escotto y Flores (2019b); demostraron que los docentes con un tipo de personalidad insegura se encuentran más propensos a sufrir de este malestar psicológico. Mientras que, respecto a la dimensión baja realización personal, se observa que la eficacia profesional percibida por los docentes posee un efecto mediador entre el síndrome de *burnout* y el agotamiento (Tito, Torres y Perez, 2022b); (Smetackova, Viktorova, Pavlas, Pachova, Francova y Stech, 2019b).



Respecto a las características organizacionales que favorecen el desarrollo de este fenómeno en docentes, los estudios analizados coinciden en que las instituciones educativas ejercen influencia directa sobre este grupo de profesionales, conforme a lo planteado por (Novotná, Burkovičová y Šimik, 2024b); (Piperac, et al., 2024b); (Llorca-Pellicer, Soto-Rubio y Gil-Monte, 2021b). Se observa a través de la investigación de Solera, Gutiérrez y Palacios-Ceña (2017b); y Rodríguez-Mantilla y Fernández-Díaz (2017b); que los docentes pertenecientes a instituciones educativas de régimen público presentan mayores niveles de síndrome de *burnout*, especialmente en factores relacionados al reconocimiento y a la supervisión.

Los resultados obtenidos por Arias, Huamani y Ceballos (2019b): indican que los docentes de nivel de enseñanza superior son aquellos que muestran mayor predisposición de experimentar el síndrome de *burnout* debido a sus condiciones laborales y sus características sociodemográficas.

Adicionalmente, existen factores organizacionales que contribuyen a mitigar el síndrome de *burnout*. Entre los más efectivos se encuentran: la actividad física, la claridad y regulación emocional, las interacciones sociales y las estrategias de afrontamiento centradas en problemas, tales como el afrontamiento activo, la planificación y la reevaluación positiva, según lo hallado por (González-Valero, Gómez-Carmona, Bastida-Castillo, Corral-Pernía, Zurita-Ortega y Melguizo-Ibáñez, 2023b); (Puertas-Molero, Zurita-Ortega, Chacón-Cuberos, Martínez-Martínez, Castro-Sánchez y González-Valero, 2018b); (Vieira, Dos Santos, Ribeiro y Magella, 2024b).

El análisis de los resultados confirma una alta prevalencia del síndrome de *burnout* en docentes, con niveles elevados entre el 11,6% y el 36,7%. Asimismo, evidencian la interacción sinérgica de factores personales, laborales y organizacionales en su desarrollo.

Asimismo, se identificó que las tres dimensiones del síndrome - agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal- se



manifestaron de forma diferenciada según el contexto institucional y las características sociodemográficas del profesorado, siendo los docentes de educación básica y superior los grupos con mayor representación en la literatura científica revisada.

4. Conclusiones

El síndrome de *burnout* es una problemática relevante en el ámbito educativo actual. Su análisis permite identificar factores de riesgo y poblaciones vulnerables, facilitando la implementación de programas preventivos orientados al bienestar docente, especialmente en docentes noveles, personal femenino y profesionales con escaso apoyo institucional.

La novedad del estudio radica en la integración sistemática de evidencia de diversos contextos y niveles educativos, lo que permite identificar patrones transversales del *burnout*. Asimismo, destaca su carácter estructural, al evidenciar la interacción entre factores personales, laborales y organizacionales que requieren intervenciones sistémicas.

El estudio presenta limitaciones metodológicas, como la restricción a bases de datos específicas y a artículos de acceso abierto, así como la heterogeneidad de diseños e instrumentos. No obstante, estas no invalidan los hallazgos, dado el alto impacto de las fuentes seleccionadas y el rigor de los criterios de inclusión.

Las futuras investigaciones deben priorizar estudios longitudinales que permitan establecer relaciones causales y evaluar estrategias de afrontamiento e intervenciones institucionales. ¿Qué características de las organizaciones educativas favorecen la resiliencia docente frente al *burnout*?; ¿Cómo influyen las políticas educativas nacionales en la prevalencia de este síndrome?. Estas interrogantes abren posibilidades para nuevas investigaciones que contribuyan a la construcción de entornos laborales más saludables para el profesorado.



Esta revisión sistemática concluye que el síndrome de *burnout* afecta negativamente a los docentes, manifestándose en agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, asociados a factores personales, laborales y organizacionales.

La evidencia científica sustenta que las instituciones educativas constituyen tanto factores precipitantes como protectores del síndrome, por lo que se requiere una transformación de las condiciones organizacionales para prevenir y mitigar esta problemática que afecta la calidad de vida del profesorado y, consecuentemente, la calidad educativa.

5. Referencias

- Alfaro, A., & Castillo, S. (2023a,b). **Síndrome de *burnout*: un análisis desde el ámbito organizacional.** *Revista Científica Searching de Ciencias Humanas y Sociales*, 4(2), 44-61, e-ISSN: 2709-1023. Recuperado de: <https://doi.org/10.46363/searching.v4i2.5>
- Almatrafi, M., Alsulami, E., Saleh, R., Sadaqa, G., Alamoudi, R., Althagafi, J., ... Goweda, R. (2022a,b). **The prevalence and severity of burnout syndrome among school teachers in Makkah city, Saudi Arabia: a cross-sectional study.** *Medical Science*, 26(129), 1-9, e-ISSN: 2321-7367. Retrieved from: <https://doi.org/10.54905/disssi/v26i129/ms466e2522>
- Andreu-Moñino, A., & Martínez-Ramón, J. (2024a,b). **Inteligencia emocional y síndrome de *burnout* en el profesorado de secundaria.** *Estudios Sobre Educación*, 46, 195-217, e-ISSN: 2386-6292. Recuperado de: <https://doi.org/10.15581/004.46.009>
- Arias, W., Huamani, J., & Ceballos, K. (2019a,b). **Síndrome de *Burnout* en profesores de escuela y universidad: un análisis psicométrico y comparativo en la ciudad de Arequipa.** *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 72-110, e-ISSN: 2310-4635. Recuperado de:



<https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.390>

Bedoya, E., Vega, N., Severiche, C., & Meza, M. (2017a,b). **Síndrome de quemado (*burnout*) en docentes universitarios: el caso de un centro de estudios del Caribe colombiano.** *Formación Universitaria*, 10(6), 51-58, e-ISSN: 0718-5006. Recuperado de:

<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062017000600006>

Biavati, A., Cordeiro, L., & Ramires, D. (2024a,b). **Síndrome de burnout e relações com habilidades sociais, coping e variáveis sócio-ocupacionais em professores do ensino fundamental.** *Ciencias Psicológicas*, 18(2), 1-17, e-ISSN: 1688-4221. Recuperado de:

<https://doi.org/10.22235/cp.v18i2.3727>

Calvopiña, G., & Martínez, A. (2023). **Síndrome del profesor quemado y su relación con el clima institucional.** *Revista Científica*, 8(27), 91-118, e-ISSN: 2542-2987. Recuperado de:

<https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2023.8.27.5.98-118>

Carlotto, M., & Gonçalves, S. (2017a,b). **Riscos psicossociais associados à síndrome de burnout em professores universitários.** *Avances en Psicología Latinoamericana*, 35(3), 447-457, e-ISSN: 2145-4515. Recuperado de:

<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4036>

Cortez, D., Campana, N., Huayama, N., & Aranda, J. (2021a,b). **Satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes durante el confinamiento por la pandemia COVID-19.** *Propósitos y Representaciones*, 9(3), 1-11, e-ISSN: 2310-4635. Recuperado de:

<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n3.812>

Estrada, E., & Gallegos, N. (2020). **Síndrome de burnout y variables sociodemográficas en docentes peruanos.** *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(6), 714-723, e-ISSN: 0798-0264. Venezuela: Sociedad Venezolana de Farmacología Clínica y



Terapéutica.

Estrada-Araoz, E., Bautista, J., Velazco, B., Mamani, H., Ascona, P., & Arias, Y. (2023a,b). **Post-pandemic mental health: psychological distress and burnout syndrome in regular basic education teachers.** *Social Sciences*, 12(5), 1-11, e-ISSN: 2076-0760. Retrieved from:

<https://doi.org/10.3390/socsci12050279>

Estrada-Araoz, E., Gallegos-Ramos, N., Labrin, J., Valencia, J., Farfán-Latorre, M., Lavilla-Condori, W., & Paricahua-Peralta, J. (2023). **Mental health upon return to face-to-face classes: burnout syndrome in basic education teachers.** *Gaceta Médica de Caracas*, 131(4), 899-907, e-ISSN: 2739-0012. Retrieved from:

<https://doi.org/10.47307/GMC.2023.131.4.12>

Gallardo-López, J., López-Noguero, F., & Gallardo-Vázquez, P. (2019a,b). **Análisis del síndrome de burnout en docentes de educación infantil, primaria y secundaria para su prevención y tratamiento.** *Revista Electrónica Educare*, 23(2), 1-20, e-ISSN: 1409-4258.

Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.23-2.17>

García-González, J., & Sánchez-Sánchez, P. (2020). **Diseño teórico de la investigación: instrucciones metodológicas para el desarrollo de propuestas y proyectos de investigación científica.** *Información Tecnológica*, 31(6), 159-170, e-ISSN: 0718-0764. Recuperado de:

<https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07642020000600159>

Goevel, D., & Carlotto, M. (2019a,b). **Predictores sociodemográficos, laborales y psicosociales del síndrome de burnout en docentes de educación a distancia.** *Avances en Psicología Latinoamericana*, 37(2), 295-311, e-ISSN: 2145-4515. Recuperado de:

<http://dx.doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.6886>

González-Valero, G., Gómez-Carmona, C., Bastida-Castillo, A., Corral-Pernía, J., Zurita-Ortega, F., & Melguizo-Ibáñez, E. (2023a,b). **Could the**



complying with WHO physical activity recommendations improve stress, burnout syndrome, and resilience?. A cross-sectional study with physical education teachers. Sport Sciences for Health, 19, 349-358, e-ISSN: 1825-1234. Retrieved from:
<https://doi.org/10.1007/s11332-022-00981-6>

Llorca-Pellicer, M., Soto-Rubio, A., & Gil-Monte, P. (2021a,b). ***Development of burnout syndrome in non-university teachers: influence of demand and resource variables. Frontiers in Psychology***, 12, 1-13, e-ISSN: 1664-1078. Retrieved from:
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.644025>

Lobo-Ortiz, V., Castañeda-Bustos Y., & Rivera-Porras, D. (2023). ***Systematic review on stress, insomnia, and burnout syndrome in secondary school teachers. Revista UNIMAR***, 41(2), 203-226, e-ISSN: 2216-0116. Retrieved from: <https://doi.org/10.31948/Rev.unimar/unimar41-2-art12>

Madigan, D., Kim, L., Glandorf, H., & Kavanagh, O. (2023). ***Teacher burnout and physical health: a systematic review. International Journal of Educational Research***, 119, 1-12, e-ISSN: 1873-538X. Retrieved from:
<https://doi.org/10.1016/j.ijer.2023.102173>

Marić, N., Mandić-Rajčević, S., Maksimović, N., & Bulat, P. (2020a,b). ***Factors Associated with Burnout Syndrome in Primary and Secondary School Teachers in the Republic of Srpska (Bosnia and Herzegovina). International Journal of Environmental Research and Public Health***, 17(10), 1-13, e-ISSN: 1660-4601. Retrieved from:
<https://doi.org/10.3390/ijerph17103595>

Martin, M., Agüero, E., & Dávila, R. (2024). ***Factores psicosociales y síndrome de Burnout en docentes universitarios de Ciencias de la Salud. Prohominum***, 6(2), 44-59, e-ISSN: 2665-0169. Recuperado de:
<https://doi.org/10.47606/ACVEN/PH0251>



- Novotná, V., Burkovičová, R., & Šimik, O. (2024a,b). **Opinions and perception of preschool teachers about burnout syndrome.** *International Journal of Instruction*, 17(2), 123-144, e-ISSN: 1308-1470. Retrieved from: <https://doi.org/10.29333/iji.2024.1728a>
- OMS (2022). **Informe mundial sobre la salud mental: Transformar la salud mental para todos.** ISBN: 978-92-4-005196-6. Ginebra, Suiza: Organización Mundial de la Salud.
- Passos, H., Pereira, V., Alves, R., Cordeiro, S., Da Silva, M., Ignacio, A., ... & Pereira, F. (2021a,b). **Síndrome de burnout em docentes universitários dos cursos de saúde.** *Revista de Saúde Pública*, 23(6), 1-8, e-ISSN: 0124-0064. Recuperado de: <https://doi.org/10.15446/rsap.V23n6.92326>
- Piperac, P., Terzić-Supić, Z., Maksimović, A., Todorović, J., Karić, S., Soldatović, I., ... & Petričević, S. (2024a,b). **Burnout syndrome among preschool teachers in Serbia.** *Archives of Industrial Hygiene and Toxicology*, 75(2), 116-124, e-ISSN: 1848-6312. Retrieved from: <https://doi.org/10.2478/aiht-2024-75-3825>
- Puertas-Molero, P., Zurita-Ortega, F., Chacón-Cuberos, R., Martínez-Martínez, A., Castro-Sánchez, M., & González-Valero, G. (2018a,b). **An explanatory model of emotional intelligence and its association with stress, burnout syndrome, and non-verbal communication in university teachers.** *Journal of Clinical Medicine*, 7(12), 1-12, e-ISSN: 2077-0383. Retrieved from: <https://doi.org/10.3390/jcm7120524>
- Pujol, A., Valerio-Rao, G., Vaquero-Cepeda, P., & Catalá-López, F. (2024). **Prevalencia del síndrome de burnout en médicos que trabajan en España: revisión sistemática y metaanálisis.** *Gaceta Sanitaria*, 38, 1-9, e-ISSN: 1578-1283. Recuperado de: <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2024.102384>
- Rodríguez, E., & Sánchez, M. (2018a,b). **Síndrome de Burnout y variables**



sociodemográficas en docentes de una universidad privada de Lima. *Rie. Revista de Investigación Educativa*, 36(2), 401-419, e-ISSN: 1989-9106. España: Asociación Interuniversitaria de investigación Pedagógica (AIDIPE).

Rodríguez-Mantilla, J., & Fernández-Díaz, M. (2017a,b). ***The effect of interpersonal relationships on burnout syndrome in secondary education teachers.*** *Psicothema*, 29(3), 370-377, e-ISSN: 0214-9915. España: Universidad de Oviedo.

Salgado, J., & Leria, F. (2018a,b). **Síndrome de *burnout* y calidad de vida profesional percibida según estilos de personalidad en profesores de educación primaria.** *Revista CES Psicología*, 11(1), 69-89, e-ISSN: 2011-3080. Recuperado de: <https://doi.org/10.21615/cesp.11.1.6>

Sánchez-Narváez, F., & Velasco-Orozco, J. (2017a,b). **Comorbilidad entre síndrome de *Burnout*, depresión y ansiedad en una muestra de profesores de Educación Básica del Estado de México.** *Papeles de Población*, 23(94), 261-286, e-ISSN: 2448-7147. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.22185/24487147.2017.94.038>

Sánchez-Serrano, S., Pedraza-Navarro, I., & Donoso-González, M. (2022). **¿Cómo hacer una revisión sistemática siguiendo el protocolo PRISMA?. Usos y estrategias fundamentales para su aplicación en el ámbito educativo a través de un caso práctico.** *Bordón. Revista de Pedagogía*, 74(3), 51-66, e-ISSN: 2340-6577. España: Sociedad Española de Pedagogía.

Santiago, B., Trevisan, J., Oliveira, A., Quina, M., Fernandez, M., & De Marchi, R. (2022a,b). ***Associação entre a síndrome de burnout e a violência ocupacional em professores.*** *Acta Paulista de Enfermagem*, 35, 1-8, e-ISSN: 1982-0194. Recuperado de: <https://doi.org/10.37689/actape/2022AO01902>

Santos, F., Lima, J., Peres, H., Jannota, A., Gomes, R., & Borba-Pinheiro, C.



(2023a,b). **Síndrome de Burnout: um estudo comparativo-correlacional entre docentes que atuam em diferentes níveis do ensino.** *Retos*, (50), 254-261, e-ISSN: 1988-2041. Recuperado de: <https://doi.org/10.47197/retos.v50.99244>

Smetackova, I., Viktorova, I., Pavlas, V., Pachova, A., Francova, V., & Stech, S. (2019a,b). **Teachers between job satisfaction and burnout syndrome: what makes difference in Czech elementary schools.** *Frontiers in Psychology*, 10, 1-8, e-ISSN: 1664-1078. Retrieved from: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02287>

Solera, E., Gutiérrez, S., & Palacios-Ceña, D. (2017a,b). **Evaluación psicológica del síndrome de burnout en profesores de educación primaria en la Comunidad de Madrid: comparación entre centros públicos y concertados.** *Universitas Psychologica*, 16(3), 1-9, e-ISSN: 2011-2777. Recuperado de: <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-3.epsb>

Tito, P., Torres, M., & Perez, E. (2022a,b). **Predictores del síndrome de burnout en docentes universitarios: un análisis factorial exploratorio.** *Enfermería Global*, 21(3), 50-81, e-ISSN: 1695-6141. Recuperado de: <https://doi.org/10.6018/eglobal.496901>

Vieira, G., Dos Santos, C., Ribeiro, M., & Magella, G. (2024a,b). **Burnout syndrome and coping strategies among professors in the health area.** *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, 22(3), 1-9, e-ISSN: 2447-0147. Retrieved from: <https://doi.org/10.47626/1679-4435-2024-1175>

Villaverde, D., Unda, S., Escotto, E., & Flores, R. (2019a,b). **Rasgos de personalidad predictores del síndrome de quemarse por el trabajo en profesores mexicanos.** *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 41-71, e-ISSN: 2310-4635. Recuperado de: <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.346>

John Edvin Cruz Rojase-mail: jcruzro21@ucvvirtual.edu.pe

Nacido en Trujillo, Perú, el 21 de marzo del año 1999. Cursé mis estudios universitarios en la Universidad Nacional de Trujillo (UNT), en la carrera de Educación Secundaria en la especialidad de Filosofía, Psicología y Ciencias Sociales; así mismo, cursé mis estudios de maestría en la Universidad César Vallejo (UCV), en la mención de Gestión Pública; también cuento con una segunda especialidad por la Universidad Católica de Trujillo (UCT) en Gestión Educativa; Laboro desde hace cuatro años como docente en las áreas de Ciencias Sociales, Filosofía, Psicología y Desarrollo Personal, Ciudadanía y Cívica.