



Ciencia Latina
Internacional

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), marzo-abril 2024,
Volumen 8, Número 2.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2

LA FRUSTRACIÓN EN DOCENTES DE EDUCACIÓN PRIMARIA RURAL Y SU IMPACTO EN EL DESEMPEÑO DE LOS ESTUDIANTES

FRUSTRATION IN RURAL PRIMARY EDUCATION TEACHERS
AND ITS IMPACT ON STUDENT PERFORMANCE

Olivia Guadalupe Pérez Torruco
Investigador Independiente

DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10704

La Frustración en Docentes de Educación Primaria Rural y su Impacto en el Desempeño de los Estudiantes

Olivia Guadalupe Pérez Torruco¹

olipereztorruco89@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0007-2192-8683>

Investigador Independiente

RESUMEN

Introducción: Una de las profesiones más demandantes es la docencia, en donde se muestran porcentajes altos de Burnout, estrés, frustración y/o agotamiento, esto muchas veces no solo perjudica al docente, sino que también se ven involucrados los estudiantes al no recibir una adecuada atención, generando en muchos de ellos un rezago educativo. Por lo cual, el objetivo de la investigación fue Medir el grado de frustración que experimentan los docentes de educación primaria en el ámbito rural y su impacto en el desempeño académico de los estudiantes a través de una investigación cuantitativa de corte transversal, utilizando el test de burnout de Maslach y una entrevista sociodemográfica aplicada a 6 docentes de educación primaria rural.

Palabras claves: *Burnout, estrés, frustración, agotamiento, docencia, rezago educativo, Desempeño académico, investigación cuantitativa*

¹ Autor principal

Correspondencia: olipereztorruco89@gmail.com

Frustration in Rural Primary Education Teachers and its Impact on Student Performance

ABSTRACT

One of the most demanding professions is teaching, where high percentages of Burnout, stress, frustration and exhaustion are shown. This often not only harms the teacher, but also the students are involved by not receiving adequate attention, generating in many of them an educational lag. Therefore, the objective of the research was to measure the degree of frustration experienced by primary education teachers in rural areas and its impact on the academic performance of students through a cross-sectional quantitative investigation, using the Maslach burnout and a sociodemographic interview applied to 4 primary education teachers.

Keywords: Burnout, stress, frustration, exhaustion, teaching, educational backwardness, Academic performance, Quantitative investigation



INTRODUCCIÓN

La figura del docente juega un papel muy importante dentro del ámbito educativo, sobretodo en el proceso de enseñanza - aprendizaje que se da entre los estudiantes y el profesor, pero dentro de este ámbito, el docente también desempeña otro tipo de tareas que lo llevan a ocuparse, tales como: la planeación de sus clases, desarrollo de materiales didácticos, resolución de conflictos dentro y fuera del aula con alumnos y/o padres de familia, juntas directivas, desarrollo de evidencias de clases, actualización constante a través de cursos, asistencia a consejos técnicos etc. Aunado a factores externos como el vivir lejos de la institución en la que labora, no contar con material e infraestructura necesaria para desarrollar sus clases, incluso el mal salario que puedan llegar a percibir, hacen que a largo plazo el docente desarrolle estrés y frustración laboral.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) como citado en (Instituto Nacional de Salud Pública, 2020) menciona que, el estrés o frustración laboral es considerado como el conjunto de reacciones emocionales, psicológicas, conductuales y cognitivas generadas en el individuo ante un cúmulo de exigencias laborales que sobrepasan los límites de conocimiento y habilidades del trabajador.

Una de las profesiones más demandantes es la docencia, y el caso de los docentes es muy común ver que tengan episodios de estrés por la carga académica que llegan a tener, sobre todo a inicios y finales de los ciclos escolares, y esto muchas veces no solo perjudica al docente, sino que también se ven involucrados los estudiantes al no recibir una adecuada atención, generando en muchos de ellos un rezago educativo.

Existen varios teóricos que hablan acerca de la frustración, tal es el caso de (Amsel, 1958) con su teoría de la frustración la cual menciona que al quitársele el estímulo de recompensa a una persona, esta genera un estímulo diferente llamado frustración, tal como lo menciona en su estudio hecho con animales:

“Según dicha teoría, en la fase de adquisición el animal aprende a anticipar la recompensa recibida en el contexto experimental gracias a la presencia de claves contextuales que la anuncian. Luego de que se omite sorpresivamente la recompensa, el animal desencadena una respuesta emocional



innata y aversiva llamada frustración que ahora es anticipada por las claves que antes anunciaban recompensa” (Baquero & Gutiérrez, 2007) pág. 664

Por su parte, Dollard y Miller como citado en mencionan en la teoría de la frustración - agresión que al darse cualquier tipo de agresión en un individuo, ésta presupone la existencia de un estímulo frustrante, lo que desencadena dicha agresión, es decir, que al quitarle a un individuo algún estímulo gratificante, por ejemplo descansar, comer, llegar temprano a un lugar, tener tiempo para hacer alguna actividad etc. desencadenará en la persona una frustración que lo lleve posteriormente a niveles mayores de agresividad.

Respecto al concepto de frustración, en los últimos años se ha hecho énfasis en otro concepto conocido como “Burnout” cuyo término está referido a la frustración, cansancio y/o agotamiento el cual resulta conveniente analizar, pues enmarca diferentes aspectos relacionados a esta investigación.

El “Burnout” o “Agotamiento” por su significado en español es definido por (Freudenberger, 1974) como un desgaste ocasionado por la excesiva carga o demanda de energía en una persona que se agota en su intento por alcanzar sus metas profesionales. Por otra parte (Maslach & Pines, 1977) como citado en (Rodríguez Ramírez et al., 2017) definen el Burnout como un síndrome en el cual ocurre un estado de agotamiento físico y mental en el profesional que lo padece y este presenta desinterés en su trabajo, así como actitudes negativas hacia los demás, además de una baja autoestima.

En México las cifras de estrés laboral son cada vez más elevadas, para la Organización Mundial de la Salud (OMS) el estrés laboral será la nueva pandemia del siglo XXI puesto que está afectando a miles de trabajadores, a como se afirma en el artículo síndrome de Burnout en docentes

“En México se registran aproximadamente 19,000 infartos al año, causados por estrés laboral. Este padecimiento representa pérdidas entre un 0.5% y un 3.5% del producto interno bruto (PIB) de los países, de acuerdo con cifras reveladas por la Organización Internacional del Trabajo (OIT). Una encuesta hecha por el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) dio a conocer que México ocupa el primer lugar con más porcentaje de estrés relacionado al trabajo a nivel mundial. Esta



situación ocasiona pérdidas que van desde 5,000 a 40,000 millones de dólares al año” (Rodríguez Ramírez et al., 2017) p. 48-49

Ahora bien, la profesión docente no queda exenta de este problema por lo que es importante conocer y analizar los niveles de estrés, cansancio y/o agotamiento que los docentes están teniendo, al igual que las repercusiones que se pueden llegar a presentar en el aprendizaje de los estudiantes, puesto que si un docente no logra dar al 100% las enseñanzas a sus alumnos, estos tendrán consecuencias en sus aprendizajes, sobre todo en niveles básicos, dado que se necesita de una orientación y acompañamiento del profesor mucho más que en niveles avanzados. De ahí la importancia de la presente investigación de Medir el grado de frustración que experimentan los docentes de educación primaria en el ámbito rural y su impacto en el desempeño de los estudiantes a través de un instrumento basado en la escala o inventario maslach para medir burnout laboral en los docentes y el impacto en su práctica.

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño

La presente investigación se realizó a docentes de educación primaria seleccionados a través de una muestra aleatoria simple, el tipo de investigación es cuantitativo de corte transversal, se utilizó una variable independiente relacionada a la frustración y dos variables dependientes relacionadas a desempeño docente y aprendizajes de estudiantes.

Instrumento

Para efectos de esta investigación se decidió utilizar el test de Maslach y Jackson test “*Maslach burnout inventory*” compuesto de tres dimensiones: 1) realización personal en el trabajo, que aparece como una inclinación a evaluarse negativamente en relación con su persona y su labor; 2) agotamiento emocional, dimensión que hace referencia a un agotamiento de energía y de recursos personales emocionales como consecuencia al contacto diario con alumnos; y, 3) la dimensión *despersonalización*, que hace referencia a todas las actitudes y sentimientos negativos hacia otros, como el maltrato o el trato inhumano. Además se completó dicho test con un cuestionario sociodemográfico y para la comparación entre Burnout docente y desempeño



académico de los alumnos se analizaron las calificaciones y los índices de desempeño escolar de los estudiantes de la institución educativa.

Población y Muestra

La investigación se llevó a cabo en la escuela primaria rural federal “27 de febrero “ ubicada en la ranchería José María Pino Suárez 1ra sección, con clave: 27DPR1049C. La selección de los participantes fue a través de una muestra aleatoria simple, y se trabajó con cuatro docentes y un director que laboran en dicha institución, así como con una persona que se encuentra en el área de psicología y ayuda a los niños. La primaria es una escuela multigrado por lo que los docentes manejan más de un grupo a la vez y su director también funge como docente de un grupo. toda la plantilla de docentes labora en el horario matutino.

RESULTADOS

En la investigación realizada se encontraron los siguientes resultados que se muestran a continuación a través de los datos de las gráficas con la información obtenida y la descripción de cada uno de ellos.

La participación de los docentes se dió de la siguiente manera, el 33.3% de los participantes fueron del sexo masculino, mientras que el 66.6% fueron del sexo femenino, las edades de quienes participaron en la investigación oscilan entre los 25 a 40 años de edad específicamente de 25 a 30 años un 16.7% de 30 a 35 con un 33.3% de 35 a 40 años con un 16.7% y finalmente con un 33.3% mayores de 40 años.

Figura 1: Edad de los participantes



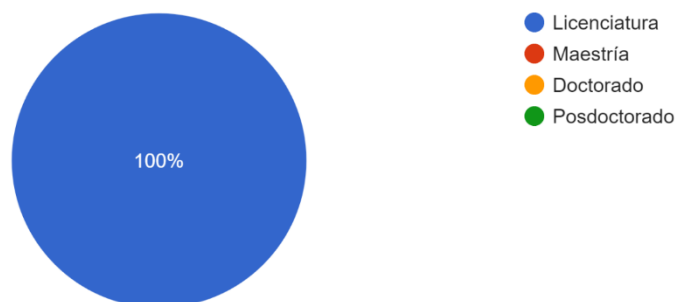
Fuente: Elaboración propia

En cuanto al nivel educativo que tienen, el 100% de los docentes cuentan con una licenciatura culminada, el 83.3% cuentan con una licenciatura en educación primaria y un 16.6% tiene la licenciatura en psicología.

Figura 2: Nivel de escolaridad

Nivel de escolaridad

6 respuestas



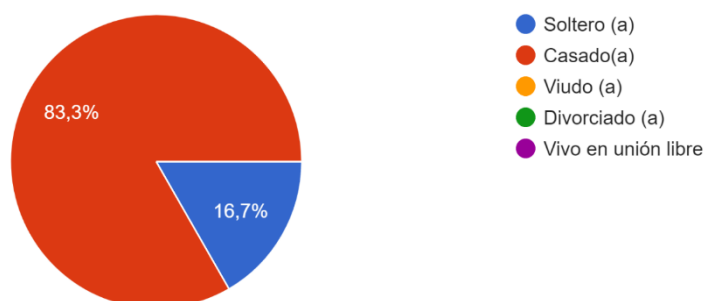
Fuente: Elaboración propia

El 83.3% de los docentes son casados y tienen entre 1 a 4 hijos, mientras que sólo el 16.7% resultó estar soltero y no tener ningún hijo, además el 66.7% mencionó tener entre 1 a 3 personas a su cargo, el 16.7% de 3 a 4 personas, mientras que el 16.7% de personas restantes no tienen ninguna persona a cargo por el momento.

Figura 3: Estado civil

Estado civil

6 respuestas

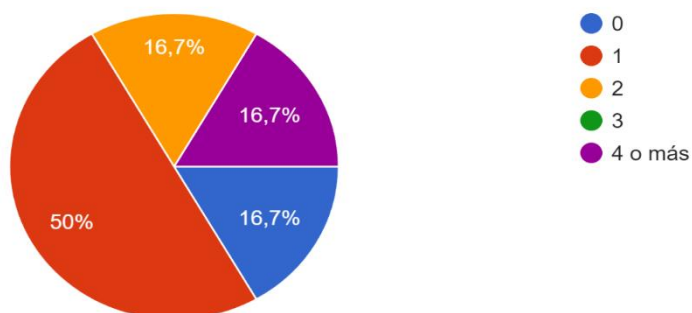


Fuente: Elaboración propia

Figura 4: Número de hijos que tiene

Numero de hijos que tiene

6 respuestas



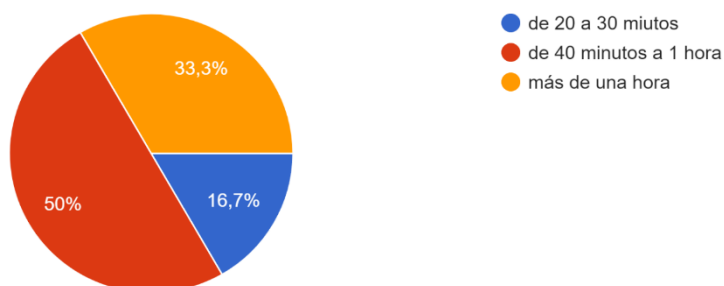
Fuente: Elaboración propia

El tipo de vivienda que poseen los docentes en un 100% respondieron tener casa propia, y contar con todos los servicios como luz, agua, electrodomésticos, internet etc. De igual forma el 100% de ellos tienen que trasladarse de su casa a la institución educativa y viceversa en transporte público, además de que el 50% tarda entre 40 minutos a una hora en llegar a la institución, el 33.3% se hace aproximadamente una hora y el 16.7% restante toma de 20 a 30 minutos de tiempo para poder llegar a la institución que labora.

Figura 5: tiempo de traslado

Tiempo de traslado de su casa a la escuela

6 respuestas



Fuente: Elaboración propia

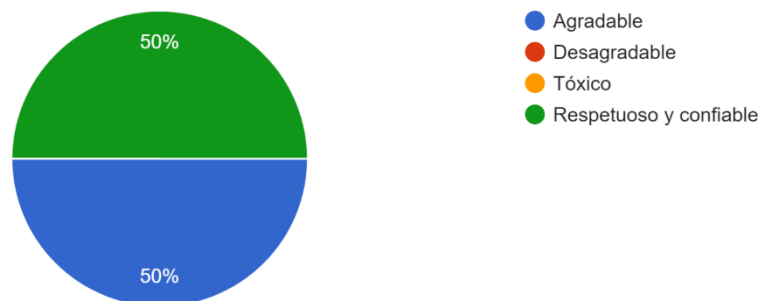
Para el 50% de los maestros encuestados el ambiente laboral que se percibe en la institución que labora les parece agradable, mientras que el 50% restante considera que mantienen un ambiente respetuoso y confiable, aun así el 83.3% ha pensado en cambiarse de la institución educativa en

la que se encuentra actualmente, mayormente por el tiempo que se hacen en llegar a la institución y/o por lograr tener mayores oportunidades laborales en otra parte.

Figura 6: Ambiente laboral

tipo de ambiente laboral en la institución que presta su servicio

6 respuestas

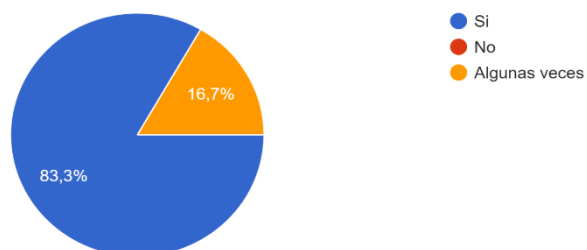


Fuente: Elaboración propia

Figura 7: Cambio de institución educativa

¿Ha pensado en cambiar de institución educativa por problemas de traslado, ambiente laboral o mejores oportunidades de trabajo?

6 respuestas



Fuente: Elaboración propia

Ahora bien, en cuanto al test de Burnout que les fue aplicado a los docentes para saber el nivel de frustración que tenían con respecto a su labor educativa, los resultados fueron los siguientes.

RANGOS DE MEDIDA DE LA ESCALA

0 = Nunca.

1 = Pocas veces al año o menos.

2 = Una vez al mes o menos.

3 = Unas pocas veces al mes.

4 = Una vez a la semana.

5 = Unas pocas veces a la semana.

6 = Todos los días.

Tabla 1. Valores de referencia

	BAJO	MEDIO	ALTO
Cansancio emocional	0 – 18	19 – 26	27 – 54
Despersonalización	0 – 5	6 – 9	10 – 30
Realización personal	0 – 5	34 – 39	40 – 56

Tabla 2. Test de Burnout

Número de pregunta	Pregunta	D1	D2	D3	D4	D5	D6
1	Me siento emocionalmente agotado/a por mi trabajo.	2	3	5	4	5	5
2	Me siento cansado al final de la jornada de trabajo.	2	4	5	6	5	5
3	Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado.	1	3	3	5	5	5
4	Tengo facilidad para comprender cómo se sienten mis alumnos/as.	5	6	2	4	5	4
5	Creo que estoy tratando a algunos alumnos/as como si fueran objetos impersonales.	0	0	1	2	1	1
6	Siento que trabajar todo el día con alumnos/as supone un gran esfuerzo y me cansa.	1	3	3	6	4	4
7	Creo que trato con mucha eficacia los problemas de mis alumnos/as.	6	4	2	3	4	4
8	Siento que mi trabajo me está desgastando. Me siento quemado por mi trabajo.	1	5	4	5	4	4
9	Creo que con mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida	6	3	4	4	2	4



	de mis alumnos/as.						
10	Me he vuelto más insensible con la gente desde que ejerzo la profesión docente.	0	3	0	0	0	1
11	Pienso que este trabajo me está endureciendo emocionalmente.	1	3	1	1	1	1
12	Me siento con mucha energía en mi trabajo.	6	2	3	4	4	4
13	Me siento frustrado/a en mi trabajo	1	3	4	4	3	3
14	Creo que trabajo demasiado.	1	2	6	5	5	4
15	No me preocupa realmente lo que les ocurra a algunos de mis alumnos/as.	0	2	1	1	1	1
16	Trabajar directamente con alumnos/as me produce estrés	1	3	4	3	4	4
17	Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis alumnos/as.	6	4	3	2	2	5
18	Me siento motivado después de trabajar en contacto con alumnos/as.	6	6	3	3	5	4
19	Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo	6	6	5	5	4	5
20	Me siento acabado en mi trabajo, al límite de mis posibilidades.	0	4	4	4	4	4
21	En mi trabajo trato los problemas emocionalmente con mucha calma.	5	6	5	1	4	4
22	Creo que los alumnos/as me culpan de algunos de sus problemas.	0	4	4	1	2	2



Tabla 3**CÁLCULO DE PUNTUACIONES** Se suman las respuestas dadas a los ítems que se señalan:

Aspecto evaluado	Preguntas a evaluar	Valor total Obtenido	Indicios de Burnout
Cansancio emocional	1-2-3-6-8-13-14-16-20		Más de 26
Despersonalización	5-10-11-15-22		Más de 9
Realización personal	4-7-9-12-17-18-19-21		Menos de 34

Tabla 4. Resultados del test de Burnout

Aspecto evaluado	Valor obtenido	Indicios de Burnout
Cansancio emocional	Docente 1= 10	Docente 1= No
	Docente 2= 30	Docente 2= Si
	Docente 3= 38	Docente 3= Si
	Docente 4= 42	Docente 4= Si
	Docente 5= 39	Docente 5= Si
	Docente 6= 38	Docente 6= Si
Despersonalización	Docente 1= 2	Docente 1= No
	Docente 2= 14	Docente 2= Si
	Docente 3= 7	Docente 3= No
	Docente 4= 5	Docente 4= No
	Docente 5= 5	Docente 5= No
	Docente 6= 6	Docente 6= No
Realización personal	Docente 1= 46	Docente 1= No
	Docente 2= 37	Docente 2= No
	Docente 3= 33	Docente 3= Si
	Docente 4= 26	Docente 4= Si
	Docente 5= 30	Docente 5= Si
	Docente 6= 37	Docente 6= No

Para efectos de la comparación entre frustración docente y desempeño académico se tomaron en cuenta 3 materias generales las cuáles se promediaron de forma grupal de acuerdo a las calificaciones de cada uno de los estudiantes, obteniendo los siguientes resultados que se muestran en la tabla



Tabla 5. Promedios de estudiantes

Número de estudiantes	Matemáticas	Lengua Materna	Conocimiento del medio	Grupo	Docente
18	8.5	8.75	9.0	1ro	#1
16	8.3	8.2	8.0	2do	#2
12	8.1	7.9	8.3	3ro	#3
15	7.8	8.4	8.5	4to	#3
16	7.9	8.2	8.5	5to	#4
12	7.9	8.4	8.7	6to	#4

Al comparar los resultados de las calificaciones con el test aplicado a los docentes, podemos percatarnos de que existe un desempeño académico más bajo en estudiantes de mayor grado, los cuales son atendidos por maestros que presentaron un mayor índice de burnout, lo que supone el hecho de que el estrés o frustración que los docentes experimentan, repercute de alguna manera en los estudiantes, puesto que, en profesores que asesoran a grados como 1ro y segundo se nota un desempeño más elevado, además de que en el test presentaron poco índice de frustración laboral. Cabe destacar también que se presenta un rezago educativo moderado en el cual se identifica a los niños con problemas de aprendizajes y se les dan asesorías para poder agilizar su aprendizaje, dichas asesorías son impartidas por la directora quien también funge como docente en la institución educativa.

En cuanto a estudiantes con alguna discapacidad o capacidades diferentes, se encontraron dos niños con problemas de déficit de atención que son atendidos por la Psicóloga tres días a la semana y el resto de los días permanecen en actividades en aula junto a sus compañeros, Dichos estudiantes se encuentran en 5to y 6to año.

DISCUSIÓN

Después de haber realizado la investigación podemos comparar los resultados obtenidos con investigaciones de otros autores, tal es el caso de (Alvites Huamani, 2019) quien destaca la exigencia de nuevos perfiles, extensas horas de labor en la institución y fuera de ellas, así como el mal salario, como parte de los motivos por el cual un docente puede sufrir frustración o estrés



laboral. De igual forma (Aldrete Rodríguez et al., n.d.) menciona otros factores como las actividades a planear, los años de antigüedad en la institución, así como factores psicosociales que repercuten en el desempeño correcto del docente, y lo lleva a un estrés constante. (Patlán Pérez, s.f.) menciona que

“Las condiciones de trabajo estresantes pueden interferir con la capacidad del empleado para trabajar con seguridad, lo que contribuye a generar lesiones y enfermedades en el trabajo. Entre los estresores organizacionales se encuentran la pérdida de empleo, la innovación tecnológica, el cambio y la ineficacia de la alta dirección. Otros estresores son la sobrecarga de trabajo, la supervisión deficiente y la formación inadecuada para el trabajo.” p.178

Al hacer una comparación con la investigación que se realizó se puede mencionar que ciertos factores como las horas de trabajo, los años de labor docente y factores sociales representan también en nuestra investigación un referente de estrés para los maestros, puesto que los docentes entrevistados tienden a estresarse por la carga de trabajo, dado que 66.7% piensan que trabajan demasiado, el 50% mencionan sentirse emocionalmente agotados algunas veces a la semana, al igual que el 50% afirma sentirse agotado mentalmente después de cada jornada laboral, aunado a eso, también el 50% de ellos acepta que trabajar todo el día con niños le supone un gran esfuerzo y les causa estrés algunas veces a la semana.

Cabe mencionar que otro factor relevante dentro de nuestra investigación es que la institución educativa es multigrado, es decir, los docentes dan clases a más de un grupo a la vez, lo que supone el doble de esfuerzo para ellos. pero a pesar de estos factores encontrados, se pudo observar que mantienen una preocupación por lo que ocurra con sus alumnos dentro de la institución puesto que el 66.7% menciona estar al tanto de ellos y el 33.3% sienten que pueden crear un clima agradable dentro del aula de clases con sus alumnos. Aunado a esto el estrés que sufren los estudiantes repercute de una manera moderada dentro del desempeño de los estudiantes, puesto que los porcentajes en cuanto a calificaciones grupales no son malos, ni existe en la institución educativa un rezago excesivo en los alumnos, como se puede apreciar en la tabla 5 “Promedios de estudiantes”.



Lo que sí se puede destacar es que, la mayoría de los profesores que más estrés o síndrome de Burnout padecen son aquellos que tienen alumnos de mayor grado, y que en este caso se ve una ligera disminución de aprovechamiento en los alumnos, lo que se ve reflejado en sus calificaciones.

A diferencia de las anteriores investigaciones mencionadas, en esta no se encontró tanta relación entre la edad y años de trabajo con el estrés, dado que profesores de mayor edad como el docente 1 y el 2 tienen menor nivel de estrés, a comparación de profesores más jóvenes.

CONCLUSIÓN

El objetivo de esta investigación fue medir el grado de frustración que experimentan los docentes en educación primaria a partir del test de burnout de Maslach, lo que nos permitió encontrar altos índices de frustración, estrés y cansancio en los docentes, al igual que un impacto moderado en el aprovechamiento de los estudiantes, lo cual repercute en su aprendizaje que se ve reflejado en sus calificaciones.

Motivos como el tiempo de traslado de la casa a la escuela, el arduo trabajo en una escuela multigrado, actividades extra clases como planeaciones, atención a grupos de padres de familia, incluso lidiar con problemas personales, afectan al docente al grado que se llega a quemar mental y físicamente, lo que le impide de cierta manera rendir en la institución educativa. A pesar de todo eso, los profesores tratan de mantener un ambiente sano y agradable para ellos y sus estudiantes y aunque logran ese buen ambiente entre ellos, muchos no descartan la posibilidad de moverse o pedir un cambio de institución, más que nada por motivos de traslado, pues es mucho el tiempo que implica llegar a la institución.

En este sentido, es importante concluir que el estrés o frustración laboral es latente en docentes de educación primaria y que en efecto, esta frustración permea en el desempeño escolar de los estudiantes, por ello, es importante buscar soluciones que ayuden a los docentes a mejorar sus niveles de estrés, permitiéndoles que logren relajarse física y mentalmente para poder rendir en su trabajo.

Esto de la mano con las autoridades competentes que garanticen la salud física y emocional de los trabajadores, esto a través de iniciativas no solo de mejora continua en los contenidos y



didácticas a favor del alumno, sino también en la mejora personal de los educadores, con esto se estaría garantizando no solo un mejor rendimiento de los docentes, sino también el buen desempeño de los alumnos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aldrete Rodríguez, M. G., Pando Moreno, M., Aranda Beltrán, C., & Balcázar Partida, N. (n.d.). Síndrome de Burnout en maestros de educación básica, nivel primaria de Guadalajara. *Investigación en salud*, 5(1), 1-10. <https://www.redalyc.org/pdf/142/14200103.pdf>
- Alvites Huamani, C. G. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y representaciones*, 7(3), 141-178. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>
- Amsel, A. (1958). The role of frustrative nonreward in noncontinuous reward situations. *Psychological Bulletin*, 102-119.
- Apiquian Guitart, A. (2007). EL SÍNDROME DEL BURNOUT EN LAS EMPRESAS. *Congreso de Escuelas de Psicología de las Universidades Red Anáhuac. Mérida*, 1-7. <https://www.ucm.es/data/cont/media/www/pag-30022/sindrome%20burnout.pdf>
- Acosta Silva, S., & Paredes Cruz, I. (2022). Prevención y tratamiento de la litiasis renal: Medidas dietéticas y farmacológicas. *Revista Científica De Salud Y Desarrollo Humano*, 3(1), 148-170. <https://doi.org/10.61368/r.s.d.h.v3i1.50>
- Avalos Charpentier, K. M., & Brenes Ferreto, P. (2022). The Impact of Covid-19 In Higher Education Classes, In the English Teaching for I And II Cycle Mayor at Universidad Hispanoamericana. *Sapiencia Revista Científica Y Académica*, 2(2), 26-45. Recuperado a partir de <https://revistasapiencia.org/index.php/Sapiencia/article/view/17>
- Baquero, A., & Gutiérrez, G. (2007). ABRAM AMSEL: TEORÍA DE LA FRUSTRACIÓN Y APRENDIZAJE DISPOSICIONAL. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(3), 664. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rlp/v39n3/v39n3a24.pdf>
- Cuestionario Burnout. (s.f). Test de Burnout. 1-2. <https://static.ecestaticos.com/file/035/b15/f97/035b15f97effea4c69fd6519e8114bcf.pdf>



- Castro Rojas , M. F., & Silva Herrera , G. A. (2021). Evaluación de estrategias efectivas para la reinserción social de individuos pospenados. *Estudios Y Perspectivas Revista Científica Y Académica* , 1(1), 58-80. <https://doi.org/10.61384/r.c.a.v1i1.5>
- Delegación del Rector para la Salud Bienestar, Social y Medio ambiente. (s.f.). Fatiga laboral: Conceptos y prevención. *Universidad Complutense Madrid, Dirección del servicio de prevención de riesgo y medicina del trabajo*, 1-19. <https://www.ucm.es/data/cont/docs/3-2013-02-18-1-FATIGA%20LABORAL.%20CONCEPTOS%20Y%20PREVENCION%20C3%93N.pdf>
- del Hoyo Delgado, M. A. (n.d.). Estrés laboral. *Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo*, 1-52. <https://www.sesst.org/wp-content/uploads/2018/08/estres-laboral-guia.pdf>
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff Burnout. *Journal of Social Issues*, 18-47.
- Hederich Martínez, C., & Caballero Domínguez, C. C. (2016). Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano. *CES Psicología*, 9(1), 2-16. <https://www.redalyc.org/pdf/4235/423545768002.pdf>
- Instituto Nacional de Salud Pública. (2020, August 26). *Los riesgos del estrés laboral para la salud*. Instituto Nacional de Salud Pública. Retrieved February 3, 2024, from <https://www.insp.mx/avisos/3835-riesgos-estres-laboral-salud.html>
- Maslach, C., & Pines, A. (1977). The Burnout syndrome in day care setting. *Child Care Quart*, 6(2), 100.
- Ministerio del Trabajo & Pontificia Universidad Javeriana. (2016). Síndrome de agotamiento laboral - Burnout. Protocolo de prevención y actuación. *Mintrabajo, Pontificia Universidad Javeriana, Bogota*, 5-46. <https://www.amfpr.org/wp-content/uploads/10-Protocolo-prevencion-y-actuacion-burnout.pdf>
- Patlán Pérez, J. (s.f.). ¿Qué es el estrés laboral y cómo medirlo? *Salud Uninorte*, 31(1), 156-178. <http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v35n1/2011-7531-sun-35-01-156.pdf>



- Rodríguez Carvajal, R., & de Rivas Herмосilla, S. (2011). Los procesos de estrés laboral y desgaste profesional (burnout): diferenciación, actualización y líneas de intervención. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 57, 72-84. <https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v57s1/actualizacion4.pdf>
- Rodríguez Ramírez, J. A., Guevara Araiza, A., & Viramontes Anaya, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *IE Revista de investigación educativa de la REDIECH*, 8(14), 48-49. <https://www.scielo.org.mx/pdf/ierediech/v8n14/2448-8550-ierediech-8-14-45.pdf>
- Sandín, B. (2023, enero). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(1), 141-157. <https://www.redalyc.org/pdf/337/33730109.pdf>
- Sethi, P., Sonawane, S., Khanwalker, S., Keskar, R. B. (2017). Automatic text summarization of news articles. 2017 International Conference on Big Data, IoT and Data Science (BIG), pp. 23–29.
- Vargas Serafin, A. A. (2023). El cuidado de sí y la estética de la existencia: prácticas para reflexionar en torno a la educación. Una aproximación desde Michel Foucault. *Emergentes - Revista Científica*, 3(2), 32-42. <https://doi.org/10.60112/erc.v3i2.30>

