

# Relación de efecto del Síndrome de Burnout y resiliencia con factores implícitos en la profesión docente. Una revisión sistemática

## Effect relationship of Burnout Syndrome and resilience with implicit factors in the teaching profession. A systematic review

DOI: 10.4438/1988-592X-RE-2021-394-508

Gabriel González-Valero  
Félix Zurita-Ortega  
Silvia San Román-Mata  
Pilar Puertas-Molero

*Universidad de Granada*

### Resumen

**Introducción:** La presencia del Síndrome de Burnout en el ámbito docente ha crecido exponencialmente en la última década. Ese crecimiento hace indiscutible la influencia negativa que esta está ejerciendo sobre este colectivo. En este sentido, la resiliencia es un factor que ha cobrado relevancia en las investigaciones, pues constituye una herramienta para hacer frente de forma satisfactoria a las adversidades en el ámbito laboral. Se pretende conocer las principales variables que se asocian con el Síndrome de Burnout y la resiliencia en el ámbito de la enseñanza, así como establecer los efectos de esas relaciones. **Metodología:** En la presente investigación se realizó una revisión sistemática de la producción científica (Web of Science) publicada en la franja temporal comprendida entre 2016 y 2019, centrada en los efectos y relación que ejerce la resiliencia y el Burnout en el ámbito docente, en los diversos niveles educativos. **Resultados:** Tras aplicar un sistema de análisis basado en la declaración *Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analysis* (PRISMA), en el estudio se concretó una muestra de 25 artículos. **Conclusión:** se hizo evidente la importancia que estos

constructos psicosociales tuvieron en el bienestar mental y social de los docentes, así como su influencia en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

*Palabras claves: Síndrome de Burnout; Resiliencia; Docentes; Revisión sistemática; Efecto de relación.*

### **Abstract**

**Introduction:** The presence of Burnout Syndrome in the teaching field has grown exponentially in the last decade. This growth makes indisputable the negative influence it is having on this group. In this sense, resilience is a factor that has become relevant in research, since it is a tool to satisfactorily face adversities in the work environment. The aim is to find out the main variables associated with Burnout Syndrome and resilience in the field of education, as well as to establish the effects of these relationships. **Methodology:** In the present research, a systematic review of scientific production (Web of Science) published in the time frame between 2016 and 2020 was carried out, focusing on the effects and relationship between resilience and Burnout in the field of education, at the various educational levels. **Results:** After applying an analysis system based on the Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analysis (PRISMA) statement, the study identified a sample of 25 papers. **Conclusion:** It became evident how important these psychosocial constructs were for the mental and social well-being of teachers, as well as their influence on the teaching-learning process.

*Keywords: Burnout syndrome; Resilience; Teachers; Systematic review; Relationship effect*

## **Introducción**

Actualmente el ámbito educativo está experimentando una serie de cambios vertiginosos como la expansión de las nuevas tecnologías y su inclusión en las aulas, los nuevos modelos de estructuración familiar, los cambios a nivel legislativo y los procesos selectivos para entrar a formar parte de este cuerpo (Ballantyne y Retell, 2020; Scheepers, 2017). Todos estos cambios y a la velocidad que se están produciendo están influyendo negativamente en la población docente pues exige que estos se vean obligados a dar respuesta a los nuevos acontecimientos (Lambert et al., 2018; Vera-González, 2020).

En este sentido, cabe destacar que nos encontramos ante una situación alarmante en este sector laboral, pues tal y como se constata en la Organización Mundial del Trabajo (OIT), se está produciendo un aumento de enfermedades de salud mental, donde se establece que 1 de cada 10 trabajadores sufren estrés, ansiedad, depresión, síndrome de Burnout, entre otras. Llegando a colocarse como la segunda causa que está generando absentismo laboral, bajas, jubilaciones anticipadas o incluso hospitalizaciones (González-Valero *et al.*, 2019; Puertas-Molero *et al.*, 2018). Asimismo, autores como Howard y Hughes (2013), manifiestan que la enseñanza es una de las profesiones más afectadas por este tipo de patologías, ya que constatan que un 25% de los docentes definen su trabajo como agotador o extremadamente estresante (Hogan *et al.*, 2018)

En relación a lo expuesto, el síndrome de Burnout puede ser entendido como el factor que surge de la relación entre un estrés prolongado y crónico y el desarrollo del propio trabajo (Maslach, 2003; Veronese y Pepe, 2014). Este constructo se caracteriza por la aparición de sentimientos de agotamiento, despersonalización, irritabilidad, desmotivación hacia el trabajo, baja realización personal, sensación de fracaso y de querer huir (Sastre-Morcillo *et al.*, 2018). Autores como Colomeischi (2015) y Guidetti *et al.* (2018), manifiestan que el Burnout viene determinado dentro del contexto educativo por la sobrecarga laboral, la cual invade las vidas privadas de los sujetos, el contacto directo con los familiares, el aumento de responsabilidades, el desempeño de cargos de gestión, así como el continuo contacto con el alumnado y los compañeros (Aldrup *et al.*, 2018).

Por lo que cabe mencionar que existen rasgos individuales o condiciones con los que cada persona cuenta y puede activar para enfrentarse a las demandas laborales. Lo que pone de manifiesto que hay sujetos que son más vulnerables que otros a desarrollar dicho síndrome, pues dependerá de las técnicas y estrategias cognitivas que tenga un individuo para resolver problemas, así como de los factores de resistencia y protección que posea para desenvolverse satisfactoriamente ante los agentes estresores cotidianos (Vargas *et al.*, 2017; Drew y Sosnowski, 2019).

Entre los recursos individuales que posee un individuo que pueden prevenir el desarrollo del Burnout se encuentra la resiliencia, la cual es entendida como la actitud positiva de un sujeto ante situaciones complejas por las que atraviesa en un momento determinado, lo que

representa el lado positivo de la salud mental. Asimismo, es un factor que comprende la derrota como una oportunidad de desarrollo personal (Santos, 2013). En este sentido, según Vicente de Vera-García y Gabari-Gambarte (2019a) los profesionales de la educación que presentan mayores niveles de resiliencia son aquellos que poseen habilidades y competencias para enfrentarse satisfactoriamente a su trabajo y presentan menores niveles de estrés. Sin embargo, los menos resilientes presentan sensación de cansancio e indiferencia por su trabajo. Siendo la resiliencia un constructo que contribuye a la disminución del estrés percibido, así como de los sentimientos de agotamiento a nivel emocional (Richards *et al.*, 2016).

Siguiendo a García-Zuluaga *et al.* (2016), el síndrome de Burnout surge cuando los individuos utilizan estrategias de carácter pasivo para enfrentarse a los estresores, las cuales se basan en las emociones y en la evitación, en vez de usar técnicas constructivas basadas en la resolución del problema. Asimismo, existe una gran evidencia científica que avala que emociones de carácter positivo, como la felicidad, el asertividad o el optimismo influyen positivamente en la construcción de la resiliencia (Barradas-Alarcón, 2018; Pulido y Herrera, 2018; Mazzaro, 2020).

En base a lo expuesto, este estudio tiene como objetivo principal realizar una revisión sistemática del síndrome de Burnout y resiliencia en docentes a cualquier nivel educativo. Específicamente, se pretende conocer las principales variables que se asocian con el Síndrome de Burnout y la resiliencia en el ámbito de la enseñanza, así como establecer los efectos de esas relaciones.

## Método

Una vez visto los términos del síndrome de Burnout y resiliencia, se ha realizado una revisión de literatura de carácter sistemático, ya que el proceso de selección ha sido desarrollado de acuerdo a la versión adaptada al español de los ítems para publicar revisiones sistemáticas y metaanálisis de la declaración PRISMA (Sotos-Prietos *et al.*, 2014), a fin de establecer un adecuado estado de la cuestión y evolución de la producción científica

## Procedimiento y estrategia de búsqueda

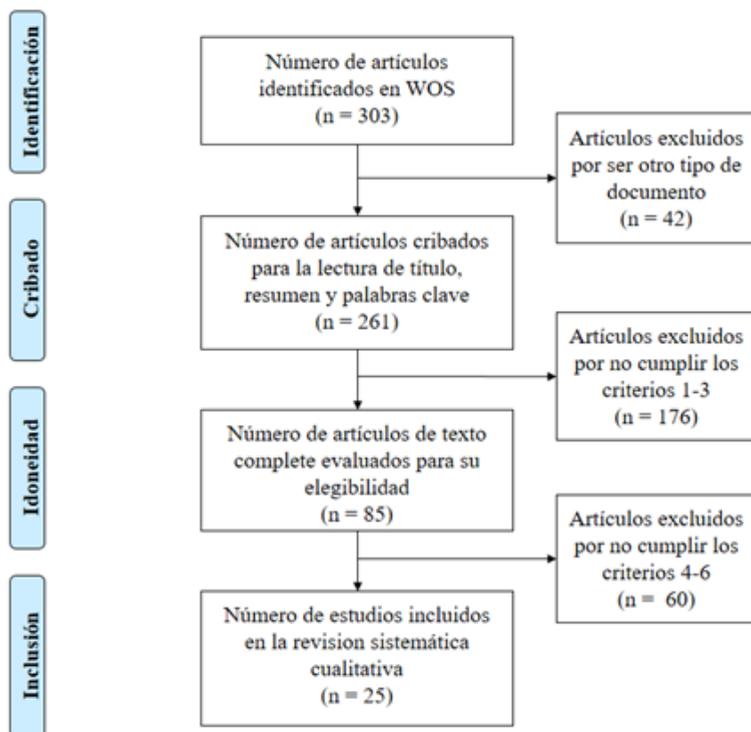
Para el desarrollo de la misma, se realizó una búsqueda de literatura científica en la base de datos Web of Science (WOS) de Clarivate Analytics durante las primeras semanas del mes de febrero de 2020. Concretamente, se consideraron todas las bases de datos y se delimitó el rango temporal a los últimos cuatro años de producción (2016-2019). Se utilizaron como términos claves “Burnout Syndrome” o “Resilien\*” y “Teacher”, acompañado de los operadores booleanos “and” y “or” y se añadió la búsqueda sencilla por título. Asimismo, se tuvieron en cuenta todas las áreas de investigación. De esta forma se fijó una población total de 303 publicaciones científicas.

Para determinar la muestra de artículos que comprenden el cuerpo base de este estudio, se siguieron los siguientes criterios de inclusión, establecidos a partir lo expuesto por Sotos-Prietos *et al.* (2014) y Aguilera-Morales *et al.* (2018):

- (1) Artículos publicados en español o inglés y sometido a una evaluación por pares.
- (2) Estudios científicos que incluyan el término síndrome de Burnout, resiliencia y docentes en el título, resumen o palabras clave.
- (3) Población y muestra de estudio centrada en docentes a cualquier nivel educativo.
- (4) Publicaciones científicas que muestren un diseño metodológico de corte transversal y/o longitudinal.
- (5) Utilizan instrumentos de investigación para recoger la información de los participantes.
- (6) Las investigaciones muestran resultados significativos y conclusiones que permitan analizar las variables de estudio.

Para aplicar los criterios de inclusión se realizó una primera lectura del resumen y título. Posteriormente, se efectuó una lectura profundizada del texto completo, a fin de aplicar los criterios conceptuales, estadísticos y metodológicos. Tras las consideraciones de inclusión y exclusión, en la siguiente figura se muestra el proceso, fijando una muestra válida para este estudio de un total de 25 artículos científicos para la síntesis cualitativa (figura 1).

FIGURA I. Diagrama de flujo del cuerpo base de artículos válidos para la revisión sistemática cualitativa



## Procedimiento de extracción de datos y descripción de los artículos seleccionados

Los datos fueron extraídos en relación a las unidades de análisis y utilizando la siguiente codificación: (1) Autor/es; (2) Año de publicación; (3) País; (4) Población de estudio; (5) Diseño metodológico; (6) Variables; (7) Instrumentos; (8) Efecto de relación; (9) Elementos de asociación.

En la tabla 1 se exponen las principales características de los artículos que componen el cuerpo base de la revisión sistemática:

**TABLA I.** Características de los artículos

<b>Autores (año)</b>	<b>País</b>	<b>Etap/a</b> rea (muestra)	<b>Diseño</b>
<b>Síndrome de Burnout</b>			
Rabasa <i>et al.</i> (2016)	España	ES (N = 120)	T
Malandier (2016)	Argentina	ES (N = 123)	T
Rodríguez-Mantilla y Fernández-Díaz (2017)	España	ES (N = 1291)	T
Solera-Hernández <i>et al.</i> (2017)	España	EP (N = 48)	T
Sánchez-Narváez y Velasco-Orozco (2017)	México	EP y ES (N = 459)	T
Salgado-Roa y Leria-Dulčić (2018)	Chile	EP (N = 212)	T
Puertas-Molero <i>et al.</i> (2019)	España	EU (N = 1316)	T
Reyes-Oyola <i>et al.</i> (2019)	Colombia	EF (N = 111)	T
Carlotto y Gonçalves-Câmara (2019)	Brasil	EP (N = 679)	T
Ptáček <i>et al.</i> (2019)	República Checa	EP (N = 2394)	T
Gallardo-López <i>et al.</i> (2019)	España	EI, EP y ES (N = 1890)	T
Arias-Gallegos <i>et al.</i> (2019)	Perú	EI, EP, ES y EU (N = 413)	T
Villaverde <i>et al.</i> (2019)	México	EP y ES (N = 357)	T
Smetackova <i>et al.</i> (2019)	República Checa	EP (N = 2394)	T
<b>Resiliencia</b>			
Bowles y Arnup (2016)	Australia	EP y ES (N = 160)	T
Sadziak <i>et al.</i> (2018)	Polonia	EF (N = 198)	T
Baum <i>et al.</i> (2018)	Israel	EP (N = 49)	L
Forján y Morelato (2018)	Argentina	EP (N = 66)	T
Li <i>et al.</i> (2019)	China	ES (N = 455)	T
Van Wingerden y Poell (2019)	Holanda	EP (N = 174)	T
Fernandes <i>et al.</i> (2019)	Portugal	EP y ES (N = 59)	L
Chesak <i>et al.</i> (2019)	Estados Unidos	EU (N = 36)	L
<b>Síndrome de Burnout y resiliencia</b>			
Richards <i>et al.</i> (2016)	Estados Unidos	EP y ES (N = 415)	T
Burić <i>et al.</i> (2019)	Croacia	EP (N = 941)	T
Vicente de Vera-García y Gabari-Gambarte (2019b)	España	ES (N = 334)	T

Nota 1: Educación Infantil (EI); Educación Primaria (EP); Educación Secundaria (ES); Educación Universitaria (EU); Educación Física (EF); Educación Especial (EE)

Nota 2: Transversal (T); Longitudinal (L)

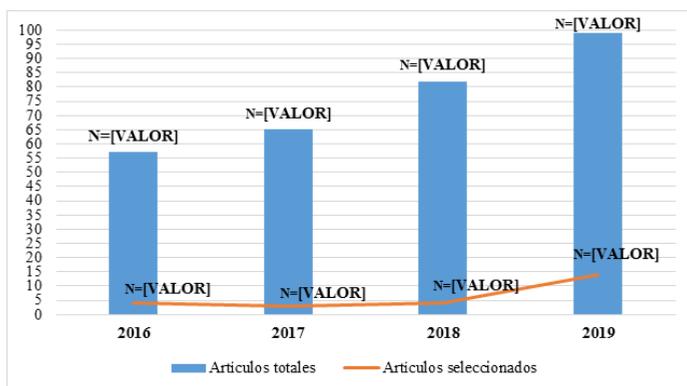
## Resultados y discusión

### Evolución de la producción científica sobre Síndrome de Burnout y Resiliencia en docentes

A través de este estudio, se ha realizado una revisión sobre la relación entre la resiliencia y el síndrome de Burnout en el ámbito docente. Cabe destacar que se trata de un tema de carácter ascendente, pues diversas investigaciones han comenzado a constatar que se trata dos constructos esenciales para que dicha profesión se pueda ejercer de forma óptima (Schussler, et al., 2018; Chesak, et al., 2019; Kutsyuruba et al., 2019; Ferreira de Brio-Mota et al., 2019; Jovanović et al., 2019).

En la figura 2 se muestra la evolución de la producción científica y de los artículos seleccionados para este estudio. La tendencia ascendente del gráfico verifica la importancia que están adquiriendo estos factores psicosociales en la población de docentes en los últimos años, adquiriendo el pico más alto en el 2019 (N = 99) hasta el momento. Aun siendo el Síndrome de Burnout y la resiliencia dos constructos altamente conocidos en el campo de la investigación físico-educativa y en otros contextos, la muestra de artículos seleccionados para este estudio resalta la importancia de seguir investigando y actualizando el estado actual de los docentes en función de estas variables, ya que se trata de un ámbito poco estudiado.

FIGURA 2. Evolución de la producción científica en los últimos cinco años ("Teacher", "Burnout Syndrome" y "Resilien\*") y de los artículos seleccionados.



## Instrumentos de evaluación del Síndrome de Burnout y Resiliencia. Efecto de relación entre variables implícitas en el ámbito docente

La tabla 2 presenta los instrumentos utilizados para las variables de estudio, así como los efectos de relación entre elementos. Para calcular los tamaños del efecto se emplean los manuales propuestos por Cohen (1988) y Rosenthal (1994), donde la  $d$  de Cohen queda definida como una diferencia entre media y el índice  $r$  como correlación entre productos. Para el parámetro  $d$ , los tamaños del efecto entre relaciones quedan establecidos como pequeños ( $d = 0,2$ ), mediano ( $d = 0,5$ ) y grande ( $d = 0,8$ ). Del mismo modo ocurre con el parámetro  $r$ , queda definido como pequeño ( $r = 0,1$ ), mediano ( $r = 0,3$ ) y grande ( $r = 0,5$ ).

**TABLA 2.** Instrumentos de evaluación y efecto de las relaciones entre variables

Estudio	Instrumento	Variables	TE (d y r)	Efecto de relación	Elemento
<b>Síndrome de Burnout</b>					
Rabasa <i>et al.</i> (2016)	CESQT	DS	$r = 0,250$	Pequeño	IAB
		SC	$r = 0,240$	Pequeño	
Malander (2016)	MBI	AE	$r = -0,269$	Pequeño	Autorrealización
		D	$r = -0,232$	Pequeño	
		RP	$r = 0,542$	Grande	
Rodríguez-Mantilla y Fernández-Díaz (2017)	MIBST	AE	$r = -0,469$	Mediano	Relación entre profesor-alumno
		D	$r = -0,450$	Mediano	
		INEF	$r = -0,252$	Pequeño	
Solera-Hernández <i>et al.</i> (2017)	CBP-R	AE	$d = 0,000$	Nulo	Comparación entre CP y CPV
		D	$d = 0,200$	Pequeño	
		RP	$d = 0,293$	Pequeño	

Sánchez-Narváez y Velasco-Orozco (2017)	MBI-Ed	AE	$r = 0,440$	Mediano	SA
		D	$r = 0,176$	Pequeño	
		RP	$r = -0,288$	Pequeño	
Salgado-Roa y Leria-Dulčić (2018)	CESQT	ITB	$d = 0,570$	Mediano	Diferencias entre hombres y mujeres
		IND	$d = 0,480$	Pequeño	
		SC	$d = 0,480$	Pequeño	
Puertas-Molero et al. (2019)	MBI	AE	$r = 0,322$	Mediano	AEM
		D	$r = -0,182$	Pequeño	CEM
		RP	$r = 0,501$	Grande	REM
Reyes-Oyola et al. (2019)	CESQT-PE	DS	$d = 0,508$	Mediano	Diferencias entre hombres y mujeres
Carlotto y Gonçalves-Câmara (2019)	SBI	ITB	$r = 0,231$	Pequeño	Autonomía
		DS	$r = -0,173$	Pequeño	
Ptáček et al. (2019)	SMBM	SB	$r = 0,701$	Grande	SD
Gallardo-López et al. (2019)	CBP-R	D	$d = 0,261$	Pequeño	Comparación entre EI y EP
			$d = 0,625$	Mediano	Comparación entre EI y ES
			$d = 0,446$	Pequeño	Comparación entre EP y ES
Arias-Gallegos et al. (2019)	MBI	AE	$d = 0,141$	Nulo	Comparación entre ME y PE
		D	$d = 0,315$	Pequeño	
		RP	$d = 0,817$	Grande	
Villaverde et al. (2019)	CESQT	DS	$r = -0,425$	Mediano	Sociabilidad expresiva
		IND	$r = -0,293$	Pequeño	
		SC	$r = -0,270$	Pequeño	
Smetackova et al. (2019)	SMBM	SB	$d = 0,835$	Grande	Autoeficacia
<b>Resiliencia</b>					
Bowles y Arnup (2016)	RSA	R	$r = 0,540$	Grande	AEN
Sadziak et al. (2018)	ERS	R	$d = 0,610$	Mediano	Comparación entre escuelas especiales y ordinarias

Baum <i>et al.</i> (2018)	CD-RISC (10)	Intervención con talleres	d = 0,550	Mediano	R
Forján y Morelato (2018)	ERD	PSG	d = 0,422	Mediano	Contexto social
		CPR	d = 0,662	Mediano	
		APR	d = 0,021	Nulo	
		PAP	d = 0,604	Mediano	
Li <i>et al.</i> (2019)	TRS	R	r = 0,787	Grande	CMEN
			r = 0,800	Grande	SENA
			r = 0,818	Grande	CUTR
Van Wingerden y Poell (2019)	PCQ	R	r = 0,350	Mediano	Compromiso con el trabajo
Fernandes <i>et al.</i> (2019)	TRS	PRAP	d = 1,310	Grande	R
Chesak <i>et al.</i> (2019)	CD-RISC	Programa SMART	d = 0,307	Pequeño	R
<b>Síndrome de Burnout y resiliencia</b>					
Richards <i>et al.</i> (2016)	MBI y CD-RISC	R	r = -0,240	Pequeño	CR
			r = -0,260	Pequeño	AR
			r = -0,320	Mediano	SR
Burić <i>et al.</i> (2019)	OLBI y BRS	R	r = -0,490	Mediano	Emociones
			r = -0,620	Grande	SB
			r = -0,530	Grande	Síntomas SB
Vicente de Vera-García y Gabari-Gambarte (2019b)	MBI-GS y CD-RISC	CPI	r = 0,370	Mediano	AE
		COMP	r = 0,310	Mediano	RP
		APC	r = 0,340	Mediano	RP
		CIES	r = 0,610	Grande	AE
		TAD	r = -0,580	Grande	AE

Nota 1: Investigación/cita utilizada en la revisión sistemática (estudio); Herramienta de evaluación del Síndrome de Burnout y/o la resiliencia (instrumento); Principales aspectos a estudiar (variables); Tamaño del efecto (TE); Aspectos con los que se relacionan las principales variables de estudio (elemento).

Nota 2: Shirom-Melamed Burnout Scale (SMBM); Stress Coping Style Questionnaire (SVF 78); Questionnaire of the Burnout Syndrome Assessment (CESQT); Maslach's Burnout Inventory (MBI); Cuestionario de Burnout del profesorado (CBP-R); Spanish Burnout Inventory (SBI); Cuestionario para la evaluación del síndrome de quemarse con el trabajo, versión para profesionales de la educación (CESQT-PE); Inventario de Burnout Potencial (IBP); Perceived Stress Scale (PSS); Inventario de Burnout de Maslach

para educación (MBI-Ed); Measuring Instrument for Burnout Syndrome in Teachers (MIBST); Maslach Burnout Inventory-General Survey (MBI-GS); Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC); Oldenburg Burnout Inventory (OLBI); Brief Resilience Scale (BRS); Teacher Resilience Scale (TRS); The Resilience Process Questionnaire (RPQ); PsyCap questionnaire (PCQ); Cuestionario de Evaluación de Resiliencia (CER); Escala de resiliencia docente (ERD); Ego Resiliency Scale (ERS); Escala de resiliencia SV-RES (SV-RES); Resilience Scale Adult (RSA)

Nota 3: Ilusión por el Trabajo (ITB); Desgaste psíquico (DS); Sentimiento de Culpa (SC); Indolencia (IND); Ineficacia (INEF); Síndrome de Burnout (SB); Resiliencia (R); Participación Significativa (PSG); Conducta Prosocial (CPR); Autoestima y Aprendizaje (APR); Percepción de Apoyo (PAP); Programa de Aprendizaje Profesional (PRAP); Stress Management and Resiliency Training (SMART); Confianza en los Propios Instintos (CPI); Competencias Personal (COMP); Aceptación Positiva del Cambio (APC); Control e Influencia Espiritual (CIES); Tolerancia a la Adversidad (TAD)

Nota 4: Inclinación al Absentismo (IAB); Agotamiento Emocional (AE); Despersonalización (D); Realización Personal (RP); Síntomas de Ansiedad (SA); Síntomas Depresivos (SD); Maestros de Escuela (ME); Profesores Universitarios (PU); Atención Emocional (AEM); Claridad Emocional (CEM); Reparación Emocional (REM); Afrontamiento de emociones negativas (AEN); Compromiso y Motivación para la Enseñanza (CMEN); Sentido de Autoeficacia (SENA); Cumplimiento hacia el Trabajo (CUTR); Conflicto de Roles (CR); Ambigüedad de roles (AR); Sobrecarga de Roles (SR)

## Relación y efecto del Síndrome de Burnout con aspectos psicosociales y sociodemográficos de la profesión docente

En el estudio de Puertas-Molero *et al.* (2019), demostraron que la realización personal se relaciona con la reparación emocional con un efecto grande ( $r = 0,501$ ). Con un efecto mediano ( $r = 0,322$ ) la atención emocional y el agotamiento emocional se relacionan de forma directa. En cambio, con un efecto de relación pequeño ( $r = -0,182$ ) la despersonalización de los docentes universitarios está estrechamente ligado de forma indirecta con la claridad emocional. Con un efecto pequeño de relación, el desgaste psíquico ( $r = 0,250$ ) y el sentimiento de culpa ( $r = 0,240$ ) se asocian con los indicios de absentismo laboral de los docentes (Rabasa *et al.*, 2016). En el estudio propuesto por Ptáček *et al.* (2019), se muestra con un gran efecto ( $r = 0,701$ ) que el Síndrome de Burnout se relaciona con los síntomas depresivos de los maestros de Educación Primaria. El estudio realizado en docentes de Educación Primaria y Secundaria por Sánchez-Narváez y Velasco-Orozco (2017) resaltan que los síntomas de la ansiedad están condicionados por la atención emocional (efecto mediano;  $r = 0,440$ ) y despersonalización (efecto pequeño;  $r = 0,176$ ), al contrario de lo que ocurre con la realización personal (efecto pequeño;  $r = -0,288$ ).

Además, Arias-Gallegos *et al.* (2019) expone que los docentes universitarios tienen mayor despersonalización que los docentes de infantil, primaria y secundaria (efecto pequeño;  $d = 0,315$ ), mientras

que estos últimos se encuentran más realizados personalmente con su trabajo que los docentes universitarios (efecto grande;  $d = 0,817$ ). Gallardo-López *et al.* (2019) aunque existe una mayor despersonalización en Educación Primaria que en Educación Infantil (efecto pequeño;  $d = 0,261$ ), estas diferencias tienen efecto mediano cuando se comparan con los docentes universitarios ( $d = 0,625$ ). En esta línea, los docentes universitarios también se encuentran más despersonalizados que los docentes de Educación Secundaria. En base al estudio propuesto por Solera-Hernández *et al.* (2017) y aunque el efecto sea pequeño, los profesionales que imparten docencia en centros públicos obtienen mayores niveles de despersonalización ( $d = 0,200$ ) y realización personal ( $d = 0,293$ ), que aquellos que lo hacen en entidades concertadas.

Atendiendo a Villaverde *et al.* (2019) el factor de personalidad como es la sociabilidad expresiva se muestra relacionado indirectamente con el desgaste psíquico (efecto mediano;  $r = -0,425$ ), la indolencia (efecto pequeño;  $r = -0,293$ ) y el sentimiento de culpa (efecto pequeño;  $r = -0,270$ ). En esta misma línea, Carlotto y Gonçalves-Câmara (2019) muestran que la autonomía se asocia con la ilusión por el trabajo en la profesión docente (efecto pequeño;  $r = 0,231$ ), mientras que se relacionan negativamente con el desgaste psicológico (efecto pequeño;  $r = -0,173$ ). Smetackova *et al.* (2019) los docentes que no presentan Síndrome de Burnout, obtienen mejores niveles de autoeficacia que los que presentan esta patología (efecto grande;  $d = 0,835$ ). De tal forma, Malander (2016) verifica con un efecto pequeño que la autorrealización se relaciona indirectamente con el agotamiento emocional ( $r = -0,269$ ) y la despersonalización ( $r = -0,232$ ), mientras que con un efecto grande ( $r = 0,542$ ), unos buenos niveles de realización personal se relacionan con una mayor autorrealización.

Otro aspecto reseñable es el que proponen Salgado-Roa y Leria-Dulčić (2018) en su estudio, pues las mujeres presentan una mayor ilusión por la profesión docente con un efecto de relación medio ( $d = 0,570$ ), mientras que con un efecto pequeño, los hombres muestran valores más elevados para la indolencia ( $d = 0,480$ ) y el sentimiento de culpa ( $d = 0,480$ ). De tal forma y con un efecto mediano ( $d = 0,508$ ) Reyes-Oyola *et al.* (2019) resaltan que las docentes mujeres de Educación Física tienen un mayor desgaste psicológico que los hombres. Rodríguez-Mantilla y Fernández-Díaz (2017) establecen una comparación entre las dimensiones del Burnout con la relación entre profesor-alumno. Concretamente, mejores relaciones entre estos componentes se asocian con niveles más bajos de

agotamiento emocional (efecto mediano;  $r = -0,469$ ), despersonalización/cinismo (efecto mediano;  $r = -0,450$ ) e indiferencia (efecto pequeño;  $r = -0,252$ ).

En base al efecto de relación establecido, estudios realizados en la etapa educativa de primaria como el de Carlotto y Gonçalves-Câmara (2019) y Ptáček et al. (2019), manifiestan que esta profesión viene determinada por altos niveles de estrés, que prolongada en el tiempo termina por desarrollar el Burnout. Asimismo, atendiendo al sexo de los participantes resaltaron que los hombres suelen mostrar un mayor agotamiento emocional, mientras que las mujeres lo hacen en el agotamiento físico (Sánchez-Naváez y Velazco Orozco, 2017). Del mismo modo, la experiencia docente reveló que cuanto mayor es esta, menores son los niveles de Burnout (Solera-Hernández et al., 2017). Hecho que puede deberse a que con el paso del tiempo los docentes aprenden a gestionar y resolver las situaciones conflictivas a las que deben atender diariamente.

En el estudio desarrollado por Salgado-Roa y Leira-Dulčić (2017), basado en los factores de personalidad, destacaron que esta tiene una estrecha relación con la aparición de esta patología, pues manifestaron que aquellos sujetos que se englobaban bajo una personalidad de tipo insegura, presentaban niveles más elevados en indolencia y culpa y con ello una mayor predisposición al desarrollo del Burnout, frente a los que presentaban una personalidad emprendedora, los cuales se relaciona con una mayor ilusión por el trabajo y con un menor sentimiento de culpabilidad.

Con respecto a la educación secundaria, decir que estudios como el de Rabasa et al. (2016), señalan que la sobrecarga laboral, está íntimamente relacionada con el desgaste psíquico y con una menor ilusión por el trabajo, lo que repercute en la aparición de sentimientos de culpa y con ello del síndrome de Burnout. Asimismo, autores como Gallardo-López et al. (2019) y Reyes-Oyola et al. (2019), constatan que existen mayores niveles de despersonalización y agotamiento emocional en los docentes de secundaria que en los de primaria o infantil. Por lo que la edad estudiantil influye en la aparición de esta patología, pues el estudiantado adolescente puede presentar unas características conductuales difíciles de gestionar desde una perspectiva socioeducativa (Villaverde et al., 2019). En Base a lo expuesto, Smetackova et al., (2019) manifiesta que el agotamiento emocional tiene una íntima relación con el afrontamiento

negativo ante las situaciones conflictivas. De tal forma, Rodríguez-Mantilla y Fernández-Díaz (2017) muestran la importancia de cuidar las relaciones interpersonales en los centros con el fin de asegurar el bienestar del profesorado, la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje y en última instancia la prevención del Burnout.

Finalmente, autores como Puertas-Molero et al. (2018), señalan que en la etapa de la educación universitaria, existe una relación directa entre el estrés y el síndrome de Burnout, el cual de forma prolongada genera sentimientos de rechazo hacia la profesión, respuestas provocada por el exceso de tensión y la necesidad de solventar conflictos que conlleva problemas atencionales (Bedoya *et al.*, 2017; Arias-Gallegos *et al.*, 2019). Asimismo, el estudio desarrollado por Rodríguez-Flores y Sánchez-Trujillo (2018), señalaron como factor clave para el desarrollo de esta patología el hecho de que múltiples docentes que se dedican a la enseñanza no han estudiado para desempeñar esta profesión, lo que termina generándoles sensaciones de insatisfacción laboral y en el tiempo el desarrollo del Burnout.

## **Relación y efecto de la resiliencia con aspectos psicosociales y sociodemográficos de la profesión docente**

En el estudio de Bowles y Arnup (2016) se muestra un efecto positivo de relación grande ( $r = 0,540$ ) entre el afrontamiento de las emociones negativas y la capacidad de superar la adversidades, considerando esto como un reto. Otra de las asociaciones extraídas para la resiliencia con un efecto de relación mediano ( $r = 0,350$ ), se encuentra con el compromiso hacia el trabajo, pues ambos se relacionan directamente (Van Wingerden y Poell, 2019). Forján y Morelato (2018) proponen un estudio en el que comparan los diferentes factores de la resiliencia en docentes que se encuentran en contextos con y sin vulnerabilidad. Obteniendo un efecto de relación mediano, los docentes que se encuentran en contextos sociales con vulnerabilidad presentan mayores niveles en los factores de resiliencia de participación significativa ( $d = 0,422$ ), conducta prosocial ( $d = 0,662$ ) y percepción de apoyo ( $d = 0,604$ ). Li *et al.* (2019) muestran que la resiliencia es un factor predictor, con un efecto de relación grande en el compromiso y motivación hacia la enseñanza ( $r = 0,787$ ), el sentido de autoeficacia ( $r = 0,800$ ) y el cumplimiento con el trabajo

( $r = 0,818$ ). Sadziak *et al.* (2018) establecieron diferencias de resiliencia en maestros de Educación Física en función de si ejercía en centros de educación especial o en centros ordinarios. Se establece un efecto de relación mediano ( $d = 0,610$ ) donde los docentes de Educación Física de las escuelas especiales obtienen valores más elevados de resiliencia que los de escuelas convencionales.

En la línea de lo comentado, Baum *et al.* (2018) muestra que intervenir con talleres de superación mejora los niveles de resiliencia (efecto mediano;  $d = 0,550$ ). De forma semejante, una intervención basada en seis módulos en los que se trabaja la capacidad de superar adversidades, creación de relaciones, bienestar emocional, gestión del estrés, enseñanza afectiva y la gestión en el aula, ofrece un gran efecto positivo ( $d = 1,310$ ) sobre la resiliencia en docentes (Fernandes *et al.*, 2019). En esta línea, Chesak *et al.* (2019) realizan una intervención en docentes con el programa “Stress Management and Resiliency Training” (SMART), el cual tiene como componentes esenciales el entrenamiento de la atención y el desarrollo de una mentalidad resiliente. Concretamente, a través de este programa se produjo un aumento de la resiliencia con un efecto positivo pequeño ( $d = 0,307$ ).

Por estas razones, es necesario destacar la resiliencia, la cual ha sido tratada en esta población docente en diversas investigaciones (Sadziak *et al.*, 2018; Fernandes *et al.*, 2019; Van-Wingerden y Poell, 2019). Si bien, Baum *et al.*, (2018) señala la necesidad de incorporar este factor en la formación del profesorado, pues tal y como constatan Bowles y Arnup (2016), aquellos sujetos que se enfrentan a situaciones adversas de una forma adaptativa, con estabilidad emocional, flexibilidad a los cambios, apertura y aceptación a nuevas experiencias, son aquellos que consiguen reducir la fatiga y el agotamiento en su profesión. Además, Forján y Morelato (2018) y Li *et al.* (2019) señalan la importancia del trabajo en equipo y el respaldo como medios protectores ante el estrés, así como favorecedores de la resiliencia. Díaz-Sánchez y Barra-Almagia (2017), resaltan que las características disposicionales de la resiliencia son factores que permiten desarrollar la satisfacción laboral independientemente de las adversidades que esta lleve implícitas, donde se pueden destacar la intensidad del trabajo, la falta de descanso y de recursos, sensación de abandono, factores estresores, obstáculos técnicos, sociales y de salud mental, entre otros (Arnup y Bowles, 2016; Salerni y Vaccarelli, 2019). Por ello, cabe desatacar el programas de intervención

como el desarrollado por Chesak et al. (2019), el cual mostró en sus resultados que el desarrollo de la resiliencia, constituye una herramienta efectiva para mejorar la ansiedad, el estrés, la felicidad, la satisfacción y la calidad de vida.

## **Efecto de relación entre el Síndrome de Burnout y la Resiliencia en el ámbito docente**

Entendiendo la resiliencia como un protector del estrés crónico en los docentes (Vicente de Vera García y Gabari-Gambarte, 2019b), se muestra un efecto mediano y positivo entre la realización personal y la aceptación positiva al cambio ( $r = 0,340$ ) y la competencia personal ( $r = 0,310$ ). Del mismo modo ocurre entre la atención emocional y la confianza en los propios instintos ( $r = 0,370$ ). Además, se muestra un efecto de relación grande y directo entre la atención emocional y el control e influencia espiritual ( $r = 0,610$ ), aunque de forma indirecta lo hace con la tolerancia hacia las adversidades ( $r = -0,580$ ).

Se ha demostrado una estrecha relación de la resiliencia con el papel que se desempeñan los profesores dentro de la labor docente, pues esta puede tener consecuencias relacionadas con patologías de estrés. En el estudio de Richards *et al.* (2016) exponen que la resiliencia se asocia negativamente con el conflicto de roles (efecto pequeño;  $r = -0,240$ ), con la ambigüedad de roles (efecto pequeño;  $r = -0,260$ ) y la sobrecarga de roles (efecto mediano;  $r = -0,320$ ) en el ámbito docente. Asimismo, Burić *et al.* (2019) proponen en su estudio un modelo de predicción en el que la resiliencia se asocia negativamente con las emociones negativas (efecto mediano;  $r = -0,490$ ), Síndrome de Burnout (efecto grande;  $r = -0,620$ ) y sus síntomas (efecto grande;  $r = -0,530$ ).

Atendiendo a estos estudios que trabajan la resiliencia y el síndrome de Burnout en el contexto educativo, conviene destacar que Richards *et al.* (2016) mostraron en sus resultados que un mayor sentimiento de confianza en sí mismo, junto con la capacidad de apreciar las adversidades como retos son aquellos que presentan menos indicios de Burnout. Lo que dota a la resiliencia como factor esencial para el bienestar psicológico y social de los docentes y con ello una mejor calidad en la educación (Burić *et al.*, 2019). En este sentido, el estudio de Vicente de Vera-García y Gabari-Gambarte (2019a) manifiesta que determinados factores de la

personalidad hacen que las personas sean más o menos susceptibles al desarrollo de patologías como el Burnout, destacando que la resiliencia dentro del contexto educativo es imprescindible para consolidar una educación de calidad, pues este actúa disminuyendo la vulnerabilidad al Burnout (Goncalves, 2017; Alarcón, 2018; Vicente de Vera-García y Gabari-Gambarte, 2019b).

## Conclusiones

Cabe destacar que el tratamiento y evaluación del Síndrome de Burnout y resiliencia en la profesión docente se trata de un tema que presenta un carácter ascendente en la publicación científica, debido al interés y la necesidad de conocer el estado de los profesionales de la educación.

Se puede constatar que en todos los niveles educativos existe un nivel medio y alto de Burnout, el cual está ascendiendo cada vez más y está repercutiendo negativamente tanto en la salud mental de estos sujetos, como en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Sin embargo, la resiliencia puede ser el factor clave para solventar esta situación, pues se ha comenzado a contrastar que aquellos profesores que presentan niveles elevados de esta, consiguen enfrentarse de forma satisfactoria ante las difíciles situaciones que se les plantea desde su trabajo, convirtiendo estas amenazas en retos personales y de crecimiento. Los principales efectos de investigación resaltan la relación y diferencias entre el género de los docentes, el bienestar psicológico y social, factores psicosociales como la inteligencia emocional, motivación y autoestima, así como la satisfacción laboral, relaciones interprofesionales y el contexto y etapas educativas.

Dentro del alcance de esta revisión sistemática se resalta la importancia de seguir investigando y actualizando el estado actual de los docentes en función de las variables del Síndrome de Burnout y resiliencia, ya que se trata de un ámbito poco estudiado. Por ello, por medio de este estudio se pone de manifiesto la importancia de desarrollar programas que favorezcan el desarrollo de la resiliencia en los docentes, pues esta contribuye en la reducción de los niveles de estrés, ansiedad y Burnout y con ello a mejorar el bienestar psicosocial y laboral del profesorado.

## Referencias bibliográficas

- Aguilera-Morales, D., Martín-Páez, T., Valdivia-Rodríguez, V., Ruiz-Delgado, Á., Williams-Pinto, L., Vílchez-González, J. M., y Perales-Palacios, F. J. (2018). La enseñanza de las ciencias basada en indagación. Una revisión sistemática de la producción española. *Revista de Educación*, 381, 259-284. doi: 10.4438/1988-592X-RE-2017-381-388
- Alarcón, R. (2018). La formación para el trabajo y el paradigma de formación por competencias. *Calidad en la Educación*, 16, 143-156. doi:10.31619/caledu.n16.434
- Aldrup, K., Klusmann, U., Ludtke, O., Gollner, R., y Trautwein, U. (2018). Student misbehavior and teacher well-being: testing the mediating role of the teacher-student relationship. *Learning and Instruction*, 58, 126-136. doi: 10.1016/j.learninstruc.2018.05.006
- Arias-Gallegos, W. L., Huamani-Cahua, J. C., y Ceballos-Canaza K. D. (2019). Burnout syndrome in school teachers and university professors: A psychometrical and comparative analysis from Arequipa city. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 72-110. doi: 0.20511/pyr2019.v7n3.390
- Arnup, J., y Bowles, T. (2016). Should I stay or should I go? Resilience as a protective factor for teachers' intention to leave the teaching profession. *Australian Journal of Education*, 60(3), 229-244. doi: 10.1177/0004944116667620
- Ballantyne, J., y Retell, J. (2020). Teaching careers: Exploring links between well-being, burnout, self-efficacy and praxis shock. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-13. doi: 10.3389/fpsyg.2019.02255
- Barradas-Alarcón, E. (2018). *Estrés y Burnout enfermedades en la vida actual*. España: Palibrio
- Baum, N. L., Stokar, Y. N., Ginat-Frolich, R., Ziv, Y., Abu-Jufar, I., López-Cardozo, B.,
- Bedoya, E. A., Vega, N. E., Sereviche, C. A., y Meza, M. J. (2017). Síndrome de quemado (Burnout) en docentes Universitarios: El caso de un centro de Estudio del Caribe Colombiano. *Formación Universitaria*, 10(6), 51-58. doi: 10.4067/S0718-50062017000600006
- Bowles, T., y Arnup, J. L. (2016). Early career teachers' resilience and positive adaptive change capabilities. *Australian Educational Researcher*, 43, 147-164. doi: 10.1007/s13384-015-0192-1

- Burić, I., Slišković, A., y Penezić, Z. (2019). Understanding teacher well-being: a cross-lagged analysis of burnout, negative student-related emotions, psychopathological symptoms, and resilience. *Educational Psychology*, 39(9), 1136-1155. doi:10.1080/01443410.2019.1577952
- Carlotto, M. S., y Gonçalves-Câmara, S. (2019). Prevalence and predictors of Burnout Syndrome among public elementary school teachers. *Análise Psicológica*, 2(37), 135-146. doi: 10.14417/ap.1471
- Chesak, S. S., Khalsa, T. K., Bhagra, A., Jenkins, S. M., Bauer, B. A., y Sood, A. (2019). Stress Management and Resiliency Training for public school teachers and staff: A novel intervention to enhance resilience and positively impact student interactions. *Complementary therapies in Clinical Practice*, 37, 32-38. doi: 10.1016/j.ctcp.2019.08.001
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Hillsdale: Erlbaum.
- Colomeischi, A. A. (2015). Teachers Burnout in Relation with Their Emotional Intelligence and Personality Traits. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 180, 1067-1073.
- Díaz-Sánchez, C., y Barra-Almagia, E. (2017). Resiliencia y satisfacción laboral en profesores de colegios municipales y particulares subvencionados de la comuna de Machalí. *Estudios Pedagógicos*, 23(1), 75-86.
- Drew, S. V., y Sosnowski, C. (2019). Emerging theory of teacher resilience: a situational analysis. *English Teaching-Practice and Critique*, 18(4), 492-507. doi: 10.1108/ETPC-12-2018-0118
- Fernandes, L., Peixoto, F., João-Gouveia, M., Castro-Silva, J., y Wosnitza, M. (2019). Fostering teachers' resilience and well-being through professional learning: effects from a training programme. *The Australian Educational Researcher*, 46, 681-698. doi: 10.1007/s13384-019-00344-0
- Ferreira de Brio-Mota, A., Pinto-Giannini, S. P., Bittante-de Oliveira, I., Paparelli, R., Dornelas, R., y Piccolotto-Ferreira, L. (2019). Voice disorder and burnout syndrome in teachers. *Journal of Voice*, 33(4), 581-591. doi: 10.1016/j.jvoice.2018.01.022
- Forján, R., y Morelato, G. (2018). Estudio comparativo de factores de resiliencia en docentes de contextos socialmente vulnerables. *Psicogente* 21(40), 277-296. doi: 10.17081/psico.21.40.3075
- Gallardo-López, J. A., López-Noguero, F., y Gallardo-Vázquez, P. (2019). Análisis del síndrome de burnout en docentes de educación infantil,

- primaria y secundaria para su prevención y tratamiento. *Educare Electronic Journal*, 23(2), 1-20. doi: 10.15359/ree.23-2.17
- García-Zuluaga, D. V. (2016). *Factores etiológicos del Síndrome de Burnout en los docentes de la Facultad de Odontología de la Universidad de Carabobo*. Master's thesis: Universidad de Carabobo.
- Goncalves, M. (2017). Capacidad y factores de resiliencia de niños y niñas en edad escolar. *Investigación y formación pedagógica. Revista del CIEGC*, 3(5), 26-44
- González-Valero, G., Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J. L., y Puertas-Molero, P. (2019). Use of meditation and cognitive behavioral therapies for the treatment of stress, depression and anxiety in students. A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Enviromental Research and Public Health*, 16, 4393-4416. doi: 10.3390/ijerph16224394
- Guidetti, G., Viotti, S., Gil-Monte, P, Converso, D. (2018). Feeling guilty or not guilty. Identifying burnout profiles among italian teachers. *Current Psychology*, 37(4), 769-780. doi: 10.1007/s12144-016-9556-6
- Horgan, K., Howard, S., y Gardiner-Hyland, F. (2018). Pre-service teachers and stress during microteaching: An experimental investigation of the effectiveness of relaxation training with biofeedback on psychological and physiological indices of stress. *Applied Psychophysiology and Biofeedback*, 43, 217-225. doi:10.1007/s10484-018-9401-9
- Howard, S., y Hughes, B. M. (2013). Type D personality is associated with a sensitized cardiovascular response to recurrent stress in men. *Biological Psychology*, 94, 450–455. doi: 10.1016/j.biopsycho.2013.09.001
- Jovanović, V., Karić, J., Mihajlović, G., Džamonja-Ignjatović, T., y Hinić, D (2019): Work-related burnout syndrome in special education teachers working with children with developmental disorders – possible correlations with some sociodemographic aspects and assertiveness, *European Journal of Special Needs Education*, 34(5), 692-701. doi:10.1080/08856257.2019.1572092
- Kutsyuruba, B., Godden, L., y Bosica, J. (2019). The impact of mentoring on the Canadian early career teachers' well-being. *International Journal of Mentoring and Coaching in Education*, 8(4), 285-309. doi: 10.1108/IJMCE-02-2019-0035
- Lambert, R. G., McCarthy, C. J., Fitchett, P. G., y Eyal, M. (2018). Examining elementary teachers' risk for occupational stress: Association with

- teacher, school, and state policy variables. *Teachers College Record*, 120(12), 24-33.
- Li, Q., Gu, Q., y He, W. (2019) Resilience of Chinese Teachers: Why Perceived Work Conditions and Relational Trust Matter, Measurement: *Interdisciplinary Research and Perspectives*, 17(3), 143-159. doi: 10.1080/15366367.2019.1588593
- Malander, N. M. (2016). Síndrome de burnout y satisfacción laboral en docentes de nivel secundario. *Ciencia & trabajo*, 18(57), 177-182. doi: 10.4067/S0718-24492016000300177
- Maslach, C. (2003). Job burnout: New directions in research and intervention. *Current directions in psychological science*, 12(5), 189-192.
- Mazzaro, M. (2020). Resilience and emotion. *Opera News*, 84(9), 18-19
- Pat-Horenczyk, R., y Brom, D. (2018). Building resilience intervention (BRI) with teachers in Bedouin communities: From evidence informed to evidence based. *Children and Youth Services Review*, 87, 186-191.
- Ptáček, R., Vnukova, M., Raboch, J., Smetackova, I., Sanders, E., Svandova, L., Harsa, P., Stefano, G. B. (2019). Burnout syndrome and lifestyle among primary school teachers: A Czech representative Study. *Medical Science Monitor*, 25, 4974-4981. doi: 10.12659/MSM.914205
- Puertas-Molero, P., Zurita-Ortega, F., Chacón-Cuberos, R., Martínez-Martínez, A., Castro-Sánchez, M., y González-Valero, G. (2018). An explanatory model of emotional intelligence and its association with stress, burnout syndrome, and non-verbal communication in the university teachers. *Journal of Clinical Medicine*, 7, 524-535. doi: 10.3390/jcm7120524
- Pulido, F., y Herrera, F. (2018). Predictors of Happiness and Emotional Intelligence in Secondary Education. *Revista Colombiana de Psicología*, 27(1), 71-84. doi.org/10.15446/rcp.v27n1.62705
- Rabasa, B., Figueiredo-Ferraz, H., Gil-Monte, P. R., y Llorca-Pellicer, M. (2016). El papel de la culpa en la relación entre el síndrome de quemarse por el trabajo y la inclinación de absentismo de profesores de enseñanza de secundaria. *Revista de Psicodidáctica*, 21(1), 103-119. doi: 10.1387/RevPsicodidact.13076
- Reyes-Oyola, F. A., Palomino-Devia, C., y Aporte-López, N. W. (2019). Síndrome de desgaste profesional, índice de masa corporal y otros factores asociados con la labor de profesores de educación

- física de Ibagué, Colombia. *Biomédica*, 39, 537-546. doi: 10.7705/biomedica.4282
- Richards, K. A. R., Levesque-Bristol, C., Templin, T. J., y Graber, K. C. (2016). The impact of resilience on role stressors and burnout in elementary and secondary teachers. *Social Psychology of Education*, 19, 511-536. doi: 10.1007/s11218-016-9346-x
- Rodríguez-Flores, E. A., y Sánchez-Trujillo, M. A. (2018). Síndrome de *Burnout* y variables sociodemográficas en docentes de una universidad privada de Lima. *Revista de Investigación Educativa*, 36(2), 401-419. doi: 10.6018/rie.36.2.282661
- Rodríguez-Mantilla, J. M., y Fernández-Díaz, M. J. (2017). The effect of interpersonal relationships on burnout syndrome in secondary education teachers. *Psicothema*, 29(3), 370-377. doi: 0.7334/psicothema2016.309
- Rosenthal, R. (1994). Parametric measures of effect size. In H. Cooper y L. V. Hedges (Eds.), *The Handbook of Research Synthesis* (231-244). New York: Sage.
- Sadziak, A., Wilinski, W., y Wieczorek, M. (2018). Resiliency in mainstream school teachers vs. Special school teachers. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 10(2), 81-91. doi: 10.29359/BJHPA.10.2.09
- Salerni, A., y Vaccarelli, A. (2019). Supporting School Resilience: A Study on a Sample of Teachers after the 2016/2017 Seismic Events in Central Italy. *Educational, Cultural and Psychological Studies*, 19, 83-103. doi: 10.7358/ecps-2019-019-sale
- Salgado-Roa, J. A., y Leira- Dulčić, F. J. (2017). 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. doi: 10.21615/cesp.11.1.6
- Sánchez-Naváez, F., y Velazco-Orozco, J. J. (2017). 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), 1-17. doi: 10.22185/24487147.2017.94.038
- Santos, R. (2013). *Levantarse y luchar: Cómo superar la adversidad con la resiliencia*. Madrid: Conecta Edición.
- Sastre-Morcillo, P., Blanco-Encomienda, J., y Latorre-Medina, M. J. (2018). Analysis of the factors influencing job burnout: Empirical evidence from Spain. *Pertanika Journal of Social Science and Humanities*, 26(4), 2211-2227.

- Scheepers, R. A. (2017). Physicians' professional performance: an occupational health psychology perspective. *Perspectives on Medical Education*, 6(6), 425-428. doi: 10.1007/s40037-017-0382-9
- Schussler, D. L., Dewese, A., Rasheed, D., Demauro, A., Brown, J., Greenberg, M., Y Jennings, P.A. (2018). Stress and Release: Case Studies of Teacher Resilience Following a Mindfulness-Based Intervention. *American Journal of Education*, 125(1), 1-28.
- Smetackova, I., Viktorova, I., Pavlas-Martanova, V., Pachova, A., Francova, V., y Stech, S. (2019). Teachers between job satisfaction and burnout syndrome: What makes difference in Czech elementary schools. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-8. doi: 10.3389/fpsyg.2019.02287
- Solera-Hernández, E., Gómez-Calcerrada, S. G., y Palacios-Ceña, D. (2017). 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. doi: 10.11144/Javeriana.upsy16-3. epsb
- Sotos-Prieto, M., Prieto, J., Manera, M., Baladia, E., Martínez-Rodríguez, R., & Basulto, J. (2014). Ítems de referencia para publicar Revisiones Sistemáticas y Metaanálisis: La Declaración PRISMA. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 18(3), 172-181. doi: 10.14306/renhyd.18.3.114
- Van-Wingerden, J., y Poell, R. F. (2019). Meaningful work and resilience among teachers: The mediating role of work engagement and job crafting. *PlosOne*, 14(9), 1-13. doi: 10.1371/journal.pone.0222518
- Vargas, L.D., Niño, C.L., y Acosta, J.Y. (2017). Estrategias que modulan el síndrome de Burnout en enfermeros (as): una revisión bibliográfica. *Revista Ciencia y Cuidado*, 14(1), 111-131. doi:10.22463/17949831.810
- Vera-González, R. (2020). Personalist Criteria for an Anthropological Assessment of Technology Use at School. *Revista Educación*, 44(1), 128-145. doi: 10.15517/revedu.v44i1.35406
- Veronese, G., y Pepe, A. (2014). Sense of coherence mediates the effect of trauma on the social and emotional functioning of Palestinian health providers. *American Journal of Orthopsychiatry*, 84(5), 597-606. doi: 10.1037/ort0000025.
- Vicente de Vera-García, M. I., y Gabari-Gambarte, M. I. (2019a). Liderazgo pedagógico en educación secundaria: Aportaciones desde la evaluación de Burnout-Resiliencia en docentes. *International Journal*

*of Educational Leadership and Management*, 7(1), 104-134. doi: 10.17583/ijelm.2018.3519

Vicente de Vera-García, M. I., y Gabari-Gambarte, M. I. (2019b). La resiliencia como factor protector del estrés crónico en docentes. *European Journal of Investigation in Health*, 9(3), 159-175. doi: 10.30552/ejihpe.v9i3.332

Villaverde, D., Unda, S., Escotto, E. A., y Flores, R. (2019). Personality traits that predict the burnout syndrome on mexican teachers. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 41-71. doi: 10.20511/pyr2019.v7n3.346

**Información de contacto:** Gabriel González-Valero. Universidad de Granada, Facultad de Ciencias de la Educación, Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Universidad de Granada (España). Campus de Cartuja, s/n 18071. Granada (España). E-mail: ggvalero@ugr.es

