

GRIETAS EN LA VOCACIÓN: UN ANÁLISIS COMPARATIVO DEL SÍNDROME DE BURNOUT ENTRE DOCENTES URBANOS Y RURALES DE DIFÍCIL ACCESO

Gina Maritza Castiblanco
Alvarado¹

Código Orcid: <https://orcid.org/0009-0005-3156-7784>
e-mail: ginacastiblanco@gmail.com
Doctorando en Education
Instituto Pedagógico Rural“Gervasio Rubio” (IPRGR)

Hilmar Alonso Castiblanco
Alvarado²

Código Orcid: <https://orcid.org/0009-0009-7409-0954>
e-mail: hilmar.castiblanco@gmail.com
Doctorando en Education
Instituto Pedagógico Rural“Gervasio Rubio” (IPRGR)

Zuleidy Niño Suarez³

Código Orcid: <https://orcid.org/0009-0007-1820-0288>
e-mail: zuleidy15@hotmail.com
Doctorando en Education
Instituto Pedagógico Rural“Gervasio Rubio” (IPRGR)

Recibido: 28/08/2025

Aprobado: 22/09/2025

RESUMEN

El síndrome de Burnout es cada vez más recurrente en la labor y práctica pedagógica docente, por lo cual el presente artículo analiza comparativamente su incidencia entre profesores que ejercen en contextos urbanos y rurales de difícil acceso, a partir de las condiciones particulares que configuran cada entorno educativo. En las zonas urbanas, el ritmo acelerado, la presión institucional y la competitividad generan un tipo de agotamiento vinculado al exceso de demanda y evaluación constante; mientras que en las zonas rurales, el aislamiento, la escasez de recursos y la soledad pedagógica propician un desgaste silencioso y sostenido. A partir de estas realidades, el artículo propone una reflexión sobre las “grietas” que se abren en la vocación docente, entendidas como las fracturas emocionales y

¹ Magister en Educación, Licenciada en Educación Preescolar, Docente de Preescolar Colegio Morisco IED.

² Magister en Tecnologías Digitales Aplicadas a la Educación, Ingeniero Electricista, Rector en el Municipio de Paime, Institución Educativa Departamental Nacionalizado Paime.

³ Magister en Informática Educativa, Licenciada en Educación Preescolar, Docente de Preescolar Institución Educativa Maipore.

éticas que surgen cuando el contexto desborda la capacidad de respuesta del maestro. Finalmente, se busca comprender cómo el entorno influye en la experiencia del burnout y cómo, desde el autocuidado, la resiliencia y el acompañamiento institucional, los docentes pueden reconstruir el sentido de su práctica educativa.

PALABRAS CLAVE: burnout docente, contexto rural, docencia urbana, salud mental, vocación pedagógica.

CRACKS IN THE VOCATION: A COMPARATIVE ANALYSIS OF BURNOUT SYNDROME AMONG URBAN AND RURAL TEACHERS

ABSTRACT:

Burnout syndrome is becoming increasingly common in teaching and educational practice. This article therefore compares its incidence among teachers working in urban and rural areas that are difficult to access, based on the specific conditions that characterize each educational environment. In urban areas, the fast pace, institutional pressure, and competitiveness generate a type of exhaustion linked to excessive demands and constant evaluation, while in rural areas, isolation, scarcity of resources, and pedagogical loneliness lead to silent and sustained wear and tear. Based on these realities, the article proposes a reflection on the "cracks" that open up in the teaching vocation, understood as the emotional and ethical fractures that arise when the context overwhelms the teacher's capacity to respond. Finally, it seeks to understand how the environment influences the experience of burnout and how, through self-care, resilience, and institutional support, teachers can rebuild the meaning of their educational practice.

Keywords. teacher burnout, rural context, urban teaching, mental health, teaching vocation.

Introducción

La labor docente en Colombia atraviesa un escenario de creciente tensión emocional, donde la vocación comienza a mostrar grietas frente a las condiciones laborales actuales. En distintos contextos, los maestros enfrentan exigencias institucionales que van más allá de la enseñanza, a saber, la burocracia, las evaluaciones estandarizadas, la sobrecarga administrativa y la falta de reconocimiento profesional (Tovar & Tovar, 2023). Este panorama se agrava en las zonas rurales de difícil acceso, donde las limitaciones de infraestructura, recursos y acompañamiento institucional profundizan el desgaste psicológico y físico de los educadores. Así, el síndrome de burnout entendido como una respuesta de agotamiento emocional, despersonalización y pérdida de realización profesional (González, 2024), emerge como una problemática estructural que compromete el bienestar docente y la calidad del proceso educativo.

Desde esta perspectiva, el presente artículo busca analizar comparativamente la incidencia del síndrome de burnout entre docentes que laboran en contextos urbanos y rurales, reconociendo que cada entorno configura experiencias laborales distintas. En el ámbito urbano, la presión por cumplir metas de rendimiento y los procesos de evaluación punitiva generan un entorno de estrés competitivo; en contraste, el aislamiento, la carencia de recursos y la multiplicidad de funciones propias de las escuelas rurales desencadenan un agotamiento silencioso pero persistente (Tovar y Tovar, 2023). En ambos escenarios se

evidencia que las condiciones estructurales del sistema educativo moldean las emociones y la salud mental del profesorado, afectando su sentido de propósito y pertenencia.

El análisis parte de un enfoque documental que busca comprender las manifestaciones del burnout más allá de las cifras, explorando los significados que los propios docentes atribuyen a su labor y al desgaste emocional que experimentan. Esta mirada cualitativa se sustenta en la comprensión del trabajo docente como una práctica humana vinculada a la motivación y a la identidad profesional (Franco, 2021). De este modo, se reconoce que la docencia implica no solo la transmisión del conocimiento, sino la sostenibilidad emocional de quienes enseñan, por lo que la investigación se orienta a visibilizar cómo los factores del entorno impactan la dimensión vocacional del ser maestro.

Así, el artículo propone una reflexión sobre las grietas invisibles que el burnout abre en la vocación pedagógica con el propósito de comprender estas diferencias contextuales y cuestionar la homogeneidad de las políticas educativas y los modelos de evaluación que desconocen la diversidad territorial y emocional del magisterio. Al revelar las condiciones que erosionan la pasión docente, se pretende contribuir a una discusión crítica sobre la urgencia de políticas de bienestar laboral y acompañamiento psicosocial diferenciado para el profesorado urbano y rural. Se trata de un ejercicio de comprensión y reivindicación donde se

reconozca que cuidar la salud emocional del maestro es también una forma de cuidar la educación.

Desarrollo temático

El síndrome de burnout en los docentes

El síndrome de burnout conceptualizado desde la década de 1970 por Freudenberger y posteriormente sistematizado por Maslach y Jackson, se ha consolidado como una de las problemáticas psicosociales más frecuentes entre los profesionales de la educación. Este fenómeno, entendido como una respuesta prolongada ante factores de estrés laboral, se manifiesta en tres dimensiones interrelacionadas: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal (Mohamed-Amar & Mohamed-Amar, 2022). En el contexto docente, el burnout no solo deteriora la salud mental y física del profesorado, sino que impacta directamente en su desempeño pedagógico, reduciendo la motivación, la empatía y la calidad del vínculo con los estudiantes. El estrés constante, la sobrecarga administrativa y las demandas contradictorias del sistema educativo crean un entorno donde el agotamiento se vuelve estructural y no episódico, configurando un escenario de desgaste progresivo.

Diversas investigaciones recientes han evidenciado la creciente prevalencia del síndrome de burnout en el magisterio; por ejemplo, posterior al confinamiento por la pandemia, la docencia experimentó un viraje abrupto hacia modalidades virtuales que incrementaron la carga laboral, la incertidumbre y la sensación de

aislamiento, factores que elevaron significativamente los niveles de agotamiento (Mohamed-Amar & Mohamed-Amar, 2022). De igual modo, en la educación básica y media, la exigencia de adaptarse a entornos digitales sin los recursos adecuados intensificó la frustración docente y debilitó la motivación intrínseca, exponiendo las limitaciones del sistema frente al bienestar del maestro (García et al., 2021).

No obstante, el fenómeno no puede comprenderse únicamente desde la perspectiva del estrés individual, dado que el burnout docente responde a una combinación de factores estructurales y culturales dentro de las instituciones educativas. Las investigaciones de García et al. (2021) destacan que los síntomas más comunes como el agotamiento físico, pérdida de energía, sensibilidad a la crítica y estrés persistente, se originan en modelos de gestión escolar que sobrevaloran la productividad y minimizan el autocuidado. Este síndrome más que una enfermedad personal es el reflejo de un sistema educativo que exige resultados constantes sin ofrecer condiciones de equilibrio emocional y apoyo institucional; los docentes atrapados entre la vocación y la exigencia experimentan una tensión continua entre el ideal pedagógico y las realidades del aula, lo que produce una erosión gradual de su identidad profesional.

En esta línea, el síndrome de burnout en el profesorado se convierte en un espejo de las contradicciones del oficio docente contemporáneo en la medida que conlleva a una alta implicación emocional, un escaso reconocimiento y recursos limitados. Su impacto trasciende el bienestar individual para incidir en la cultura

escolar, afectando la convivencia, la innovación y la calidad educativa. Ante ello, autores como Hernández et al. (2021) proponen que las instituciones implementen estrategias preventivas basadas en la gestión emocional, la reducción de la carga burocrática y el fortalecimiento de redes de apoyo entre pares; dado que reconocer el burnout como un problema colectivo y estructural constituye el primer paso hacia una educación más humana, donde el cuidado del docente sea parte esencial de la calidad educativa. Entre la ciudad y lo rural: condiciones contextuales y factores diferenciales

El síndrome de burnout adquiere matices distintos según el entorno donde el docente desarrolla su labor; dado que, en los contextos urbanos, el agotamiento suele estar asociado con la sobrecarga administrativa, la presión por cumplir estándares de calidad y la constante evaluación institucional. El ritmo acelerado, la competitividad y la demanda de resultados medibles convierten el trabajo docente en una experiencia de vigilancia continua, lo que incrementa el estrés y la sensación de ineficacia profesional (Rúa, 2025). Por el contrario, en los escenarios rurales el desgaste emocional surge de la precariedad estructural, a saber, en las escuelas con recursos limitados, por el aislamiento geográfico y la falta de acompañamiento pedagógico. Esta diferencia contextual no solo condiciona el tipo de estrés experimentado, sino también las estrategias de afrontamiento que los docentes logran construir dentro de su comunidad educativa (Estrada-Araoz, 2025).

En las ciudades la docencia se desarrolla en entornos con mayor acceso a formación continua, infraestructura tecnológica y redes de apoyo institucional; sin embargo, estas ventajas se diluyen ante la exigencia permanente de resultados y el control burocrático que limita la autonomía pedagógica. La saturación de tareas y la competitividad generan un clima laboral donde predomina el cansancio cognitivo y emocional, evidenciado en actitudes de distanciamiento y pérdida de sentido vocacional (Calle y Guazhambo, 2025). En contraste, los maestros rurales enfrentan un tipo de carga distinta: la emocional, derivada del aislamiento social y del desarraigo familiar. Muchos deben desplazarse largas distancias, permanecer lejos de sus hogares y asumir múltiples roles dentro de la comunidad, lo que incrementa la fatiga y debilita su equilibrio emocional (Estrada-Araoz, 2025).

El entorno rural presenta también limitaciones materiales que profundizan el desgaste profesional, dados por las carencias en infraestructura, la falta de servicios básicos o la escasa conectividad tecnológica dificultan la planificación y ejecución de las clases, generando frustración y sensación de abandono institucional. Estos factores se relacionan con mayores índices de agotamiento emocional y despersonalización, dimensiones centrales del burnout (Rúa, 2025). A diferencia del docente urbano, que padece el estrés de la sobrecarga, el maestro rural vive una presión silenciosa, sostenida por la precariedad y la soledad laboral. No obstante, ambos escenarios comparten un elemento transversal: la insuficiente

atención estatal al bienestar mental del profesorado, que convierte el burnout en una problemática estructural más que individual (Calle y Guazhambo, 2025).

De esta forma, las diferencias entre ciudad y lo rural no deberían entenderse solo en términos de carencia o privilegio, sino como realidades educativas que configuran formas distintas de vulnerabilidad emocional; mientras el docente urbano lucha por sostener su motivación frente a la saturación del sistema, el docente rural busca preservar su sentido de propósito en medio del aislamiento y la escasez. Comprender estas dinámicas implica reconocer que el burnout no surge de un solo factor, sino de la interacción entre contexto, políticas y condiciones de vida. Como plantea Estrada-Araoz (2025), la salud mental del profesorado rural debe considerarse un asunto de justicia social, pues las desigualdades estructurales entre territorios terminan reproduciéndose en la calidad del vínculo pedagógico y en el bienestar de quienes enseñan. Reparar las grietas: estrategias de cuidado y resignificación de la vocación

Superar el burnout docente requiere algo más que descanso, implica reconstruir el sentido de la enseñanza; esto en la medida que las investigaciones recientes coinciden en que las estrategias de afrontamiento más eficaces son aquellas que combinan el autocuidado con la resignificación de la práctica pedagógica. Puellas y Rondinel (2024) demostraron que los docentes que desarrollan estrategias centradas en la emoción como la aceptación, la reinterpretación positiva y el apoyo social, presentan menores niveles de

agotamiento emocional. Estas formas de afrontamiento no eliminan el estrés, pero lo transforman en aprendizaje personal, favoreciendo una autopercepción de competencia y resiliencia. En este sentido, el cuidado emocional no es un acto individual, sino una práctica colectiva que revitaliza la identidad profesional del maestro.

De acuerdo con Balaguera y Rojas (2025) el autocuidado docente se manifiesta en prácticas cotidianas como la gestión del tiempo, la conexión con redes de apoyo y la búsqueda de espacios de reflexión; los autores enfatizan en que reconocer el desgaste emocional es el primer paso hacia su manejo, pues permite abrir conversaciones sobre dignidad, bienestar y sostenibilidad del trabajo educativo. Así, el cuidado se convierte en una estrategia ética y política: cuidar al docente es cuidar la educación misma. En este marco, los programas institucionales que promueven la salud mental, la mediación de conflictos y la formación en inteligencia emocional emergen como herramientas clave para prevenir recaídas y fortalecer el sentido de pertenencia en los equipos docentes.

Asimismo, el afrontamiento proactivo basado en la planificación y la solución de problemas contribuye a reducir el impacto del estrés laboral. Las estrategias cognitivas como la reestructuración positiva o la redefinición del propósito docente ayudan a percibir las dificultades como desafíos y no como amenazas (Vintimilla et al., 2023). Este tipo de resiliencia cognitiva no depende solo de la personalidad, sino del contexto organizacional: un entorno que brinda reconocimiento, apoyo

directivo y autonomía favorece la recuperación emocional del profesorado. De esta manera, la institución educativa actúa como un espacio terapéutico y no únicamente administrativo.

De igual forma, resignificar la vocación docente implica devolverle humanidad al acto de enseñar. Las investigaciones coinciden en que la motivación intrínseca, es decir, la conexión con el propósito ético de educar es el antídoto más poderoso contra el burnout (Puellas y Rondinel, 2024). Cuando el maestro reencuentra sentido en su labor, la enseñanza se transforma en un acto de cuidado mutuo. Esta resignificación requiere políticas que valoren el tiempo para la reflexión pedagógica, la mentoría entre pares y el acompañamiento psicológico institucional. Reparar las grietas no es ocultarlas, sino aprender a habitarlas con conciencia y comunidad.

Proposición

Este artículo parte del compromiso de analizar el síndrome de burnout docente desde una mirada comparativa y humanista, reconociendo que las condiciones urbanas y rurales no solo configuran escenarios laborales distintos, sino también modos diversos de experimentar el desgaste emocional y la vocación pedagógica. Se propone demostrar que aunque las causas del agotamiento difieren entre la presión institucional en la ciudad y la precariedad en lo rural, ambas convergen en una misma necesidad, a saber, resignificar el sentido del cuidado y la salud mental en el ejercicio docente. Desde esta perspectiva, se asume la

promesa intelectual de contribuir a la comprensión crítica del burnout como fenómeno social y educativo, y no únicamente como una patología individual, apelando a una transformación ética en la forma en que se concibe y se acompaña la labor del maestro en Colombia.

Argumentos

Uno de los principales aportes de la investigación es la comprensión del burnout docente como una problemática estructural y sistemática en el cuerpo docente. Mohamed-Amar y Mohamed-Amar (2022) advierten que el síndrome se manifiesta en tres dimensiones, a saber, agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, que no solo afectan la salud mental del profesorado, sino también la calidad de su práctica pedagógica. Esta perspectiva permite superar miradas reduccionistas centradas en la patología individual y abre el análisis hacia las condiciones institucionales que perpetúan el desgaste. En esta línea, García et al. (2021) identifican que modelos de gestión centrados en la productividad invisibilizan las necesidades emocionales del docente, lo cual representa una debilidad en las políticas educativas actuales. Así, la investigación destaca como punto fuerte su enfoque sistémico, que permite ubicar el síndrome en la intersección entre lo personal y lo organizacional.

Asimismo, el contraste entre docentes urbanos y rurales en el desarrollo del burnout constituye un hallazgo clave. Rúa (2025) evidencia que en contextos urbanos prevalece el estrés por sobrecarga administrativa y control institucional,

mientras que Estrada-Araoz (2025) resalta la precariedad e invisibilización del profesorado rural. Este contraste enriquece el análisis, pues devela que el burnout no opera de forma homogénea, sino que se modula según las características del entorno. La debilidad radica en la falta de estrategias diferenciadas que reconozcan estas particularidades contextuales dentro de las políticas públicas. Aunque Calle y Guazhambo (2025) identifican que ambos contextos comparten la desatención estatal hacia el bienestar emocional docente, no existen propuestas específicas que respondan a la complejidad de cada territorio. El artículo, al visibilizar esta diversidad, aporta una mirada crítica y situada.

Otro aporte relevante del ensayo es la identificación de estrategias de afrontamiento centradas en el cuidado emocional y la resignificación de la vocación. Según Puellas y Rondinel (2024), prácticas como la aceptación emocional y el apoyo entre pares reducen significativamente los niveles de agotamiento. Esta afirmación contrasta con discursos que responsabilizan al docente de su propio malestar sin considerar los recursos institucionales disponibles. Balaguera y Rojas (2025) refuerzan esta idea al afirmar que el cuidado debe ser comprendido como un acto ético y político, lo cual fortalece la argumentación en favor de una política educativa centrada en el bienestar. La investigación se posiciona así dentro de las propuestas contemporáneas que abogan por humanizar la educación desde dentro de las instituciones.

Del mismo modo, la resignificación de la vocación docente aparece como un eje transversal para prevenir el burnout, tal como sostienen Vintimilla et al. (2023) que estrategias cognitivas como la planificación proactiva y la redefinición del propósito docente ayudan a transformar el estrés en oportunidad de aprendizaje. Este enfoque se alinea con la visión de Puellas y Rondinel (2024), quienes plantean que recuperar el sentido ético de la enseñanza actúa como una forma de resistencia emocional ante un sistema hostil; este argumento ofrece una alternativa práctica sino también filosófica al desgaste profesional. Así, la investigación propone una transformación del sistema educativo que no pase solo por reformas estructurales, sino también por la restauración del sentido humano de la enseñanza.

Propuesta

La propuesta central de este artículo consiste en visibilizar y analizar las diferencias en la vivencia del síndrome de burnout entre docentes urbanos y rurales, con el propósito de comprender cómo los contextos determinan la experiencia emocional, la motivación y el sentido de pertenencia profesional. Se plantea que el burnout no debe entenderse como un trastorno individual ni tampoco como un síntoma que desvinculado, sino como una consecuencia de estructuras educativas desiguales que impactan de forma diferenciada la salud mental del profesorado. Desde esta comprensión, se propone una mirada comparativa que permita identificar los factores específicos que agravan el desgaste en cada entorno y, al

mismo tiempo, reconozca las prácticas de resistencia y autocuidado que los maestros desarrollan para sostener su vocación frente a la adversidad.

En correspondencia con este enfoque el artículo propone una resignificación de la vocación docente como un proceso que requiere acompañamiento institucional, formaci

ón emocional y políticas de bienestar que contemplen las condiciones territoriales de la enseñanza. Se sugiere promover programas de prevención del burnout que integren espacios de reflexión pedagógica, redes de apoyo entre pares, atención psicológica y estrategias de gestión emocional adaptadas tanto al entorno urbano como al rural. Estas acciones buscan reconstruir el tejido emocional del magisterio colombiano, fortaleciendo su capacidad para afrontar las demandas del sistema sin sacrificar su salud ni su compromiso ético con la educación.

Conclusiones o reflexiones finales

El análisis comparativo entre docentes urbanos y rurales permitió evidenciar que el síndrome de burnout no responde únicamente a las condiciones individuales del maestro, sino a la forma en que los contextos educativos moldean su experiencia emocional y profesional. En las zonas urbanas el agotamiento se asocia principalmente con la presión institucional, la burocracia y las exigencias de productividad que convierten la enseñanza en una práctica mecanizada. En contraste, en los entornos rurales, la falta de recursos, el aislamiento geográfico y la escasa valoración social del docente generan un desgaste silencioso, sostenido y profundo. Estas diferencias confirman que el burnout es un reflejo de desigualdades estructurales dentro del sistema educativo colombiano, donde la salud mental del profesorado ha sido históricamente relegada frente a los indicadores de rendimiento académico.

De igual manera, el estudio reafirma que las estrategias de afrontamiento, resiliencia y autocuidado son esenciales para reparar las grietas que el burnout abre en la vocación docente. Las experiencias analizadas muestran que los docentes que logran mantener un equilibrio emocional lo hacen a partir de prácticas colectivas de apoyo, reflexión pedagógica y reconstrucción del sentido ético de su labor. Este hallazgo sugiere que el bienestar del maestro no puede depender únicamente de su fortaleza personal, sino de políticas educativas que reconozcan su humanidad, reduzcan la sobrecarga administrativa y fomenten espacios de

cuidado institucional. Así, la docencia deja de ser un ejercicio de resistencia solitaria para convertirse en una experiencia compartida de construcción emocional y profesional.

Finalmente, se concluye que reparar las grietas en la vocación docente requiere un cambio de paradigma en la gestión educativa y en la cultura institucional, dado que es necesario transitar de modelos centrados en la eficiencia y la evaluación hacia enfoques que prioricen el bienestar integral del maestro como condición para una educación de calidad. Las reflexiones aquí presentadas abren nuevos cuestionamientos sobre cómo diseñar políticas diferenciadas que atiendan las realidades urbanas y rurales sin reproducir desigualdades históricas. También surgen nuevas preguntas que invitan a ahondar con mayor profundidad en la comprensión del fenómeno del burnout más allá del ámbito escolar. ¿De qué manera influyen las políticas educativas y las condiciones socioeconómicas regionales en la salud mental del profesorado? ¿Qué papel podrían desempeñar las tecnologías, la formación emocional y las redes de apoyo comunitario en la prevención del desgaste docente? ¿Cómo se manifiestan estas grietas vocacionales en otras etapas del sistema educativo, como la educación inicial o universitaria?

Estos interrogantes abren la posibilidad de continuar construyendo conocimiento interdisciplinario que articule la psicología, la pedagogía y la gestión educativa para avanzar hacia un modelo de escuela que no solo enseñe, sino que

también cuide a quienes enseñan. En este sentido, el artículo invita a continuar investigando sobre la relación entre salud mental, contexto y vocación pedagógica, con el fin de construir una educación más humana y emocionalmente sostenible.

Referencias

- Balaguera, M. Y., y Rojas, C. E. (2025). Estrés, síndrome de burnout en profesores de matemáticas: Una revisión documental sobre la salud mental. *Revista Boletín Redipe*, 14(11), 138–155. <https://doi.org/10.36260/vza3xh25>
- Calle, A. S., & Guazhambo R, D. A. (2025). *Motivación, burnout y nivel de actividad física en docentes de educación física de la zona rural y urbana de Cuenca* [Trabajo de titulación, Universidad de Cuenca]. <https://dspace.ucuenca.edu.ec/items/f99b8bc0-cb23-4888-ae7d-8a194a54704c>
- Estrada-Araoz, E. G. (2025). Docencia rural y salud mental: un desafío frente a la precariedad laboral. *Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana*, 22. <https://revhph.sld.cu/index.php/hph/article/view/862>
- Franco, J. A. (2021). La motivación docente para obtener calidad educativa en instituciones de educación superior. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (64), 151–179. <https://doi.org/10.35575/rvucn.n64a7>
- García, R., Sánchez, L. V., Dueñas, F., y Meza, A. (2021). El síndrome de burnout y sus consecuencias en la salud mental de los docentes: Síndrome de burnout y salud mental. *Revista Científica Sinapsis*, 1(19). <https://doi.org/10.37117/s.v19i1.392>
- González, S. (2024). *El burnout en docentes de educación primaria e infantil* [Trabajo de Fin de Grado, Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/75446/TFG-O-2856.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hernández, C., Aloiso, A., y Prada, R. (2021). Síndrome de burnout en docentes de educación básica y medios en tiempos de crisis. *Boletín Redipe*, 10(9), 472–488.

- Mohamed-Amar, R., & Mohamed-Amar, H. (2022). Síndrome de burnout en el docente universitario en tiempos de COVID-19. *RIHUMSO: Revista de Investigación del Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de La Matanza*, 22(11), 139–158. <https://doi.org/10.54789/rihumso.22.11.22.8>
- Pucllas, J. F., y Rondinel, D. A. (2024). *Estrategias de afrontamiento y síndrome de burnout en docentes de instituciones educativas de la provincia de Huancayo* [Tesis de grado, Universidad Continental]. Repositorio Institucional Continental. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/16579>
- Rúa, J. (2025). *Correlación de los factores sociodemográficos y sociolaborales con el síndrome de burnout en docentes de la Zona Bananera* [Tesis doctoral, Universidad Cuauhtemoc]. [https://www.ucuauhtemoc.edu.mx/hubfs/CORRELACI%C3%93N%20DE%20LOS%20FACTORES%20SOCIODEMOGR%C3%81FICOS%20Y%20SOCIOLABORALES%20CON%20EL%20S%C3%81NDROME%20DE%20BURNOUT%20EN%20DOCENTE%20DE%20LA%20ZONA%20BANANERA%20-Karina%20Ramos%20\(1\).pdf](https://www.ucuauhtemoc.edu.mx/hubfs/CORRELACI%C3%93N%20DE%20LOS%20FACTORES%20SOCIODEMOGR%C3%81FICOS%20Y%20SOCIOLABORALES%20CON%20EL%20S%C3%81NDROME%20DE%20BURNOUT%20EN%20DOCENTE%20DE%20LA%20ZONA%20BANANERA%20-Karina%20Ramos%20(1).pdf)
- Tovar, K., y Tovar, E. (2023). Tras los muros del aula: La evaluación docente en la percepción de los maestros colombianos de educación básica y media. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(5), 6030–6037. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i5.8197
- Vintimilla, S., Cárdenas, J., Pesántez, F., y Torres, A. (2023). *Estrategias para el manejo del síndrome de burnout*. Universidad Politécnica Salesiana. <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/24206>