173 - SÍNDROME DE DESGASTE PROFESIONAL, ÍNDICE DE MASA CORPORAL Y OTROS FACTORES ASOCIADOS A LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE IBAGUÉ

FELIPE AUGUSTO REYES OYOLA[1];
NESTOR WILLIAN APONTE LOPEZ[2]
1 - Licenciado en Educación Física, Deportes y Recreación de la Universidad del Tolima. Estudiante de la Maestría en Educación.Estudiante de la Especialización en Pedagogía. Investigador del Grupo de Investigación "Formación en Movimiento". 2 - Mag. En Educación y Desarrollo humano Director Grupo de investigación Formación en movimiento.Estudiante doctorado. Educación física y artística U. Extremadura España.
Maestría en Educación, Universidad del Tolima, Ibagué
fareyeso@ut.edu.co
doi:10.16887/86.a1.173

INTRODUCCIÓN

De acuerdo con Fernández (2011), el término burnout se acuña en los años setenta refiriéndose a los deportistas de alto rendimiento, ante la falta de éxito en las competiciones tras prolongados periodos de ilusión, esfuerzo y duros entrenamientos (p.41).

Los estudios iniciales acerca del origen y acuñación del término burnout recaen en el psiquiatra estadounidense Hebert Freudenberger, el cual trabajaba como asistente voluntario en la Clínica Libre de Nueva York para toxicómanos. En sus labores diarias, observaba que hacia el año de empezar a trabajar, la mayoría de voluntarios como él sufría una progresiva pérdida de energía, hasta llegar al agotamiento, así como desmotivación para el trabajo, junto con varios síntomas de ansiedad y de depresión. Con base a esto, Freudenberg define el Burnout como el estado de fatiga o de frustración que se produce por la dedicación a una causa, forma de vida o de relación que no produce el esperado esfuerzo (Freudenberger, 1974, p. 44).

De otro lado, Cherniss (1980) afirma que el burnout es: "proceso en el que las actitudes y las conductas de los profesionales cambian de forma negativa en respuesta al estrés laboral. Fue el primero en proponer un desarrollo continuo y fluctuante en el tiempo" (p. 44).

Otra connotacion del termino burnout hace referencia a:

> Es el estado de agotamiento mental, físico y emocional, producido por la implicación crónica en el trabajo en situaciones emocionalmente demandantes". Proponen una definición más amplia, no restringida a las profesiones de ayuda. El agotamiento físico se caracteriza por baja energía, fatiga crónica, debilidad general y una amplia variedad de manifestaciones psicosomáticas. El agotamiento emocional incluye sentimientos de incapacidad, desesperanza y de alienación con el trabajo. El desarrollo de Burnout puede llevar a dejar el trabajo o cambiar de profesión para evitar el contacto con personas. Por último, agotamiento emocional se refiere al desarrollo de actitudes negativas hacia uno mismo, hacia el trabajo y a la vida misma (Pines & Aronson, 1988, p. 44).

La definición más acertada y en la que están en acuerdo varios investigadores, es la que propone Maslach y Jackson (1981), que consideran el síndrome de burnout como un constructo multidimensional configurado por tres dimensiones básicas (p. 44):

> -Agotamiento emocional. Se refiere a la disminución y pérdida de recursos emocionales. Sensaciones de sobreesfuerzo físico y hastío emocional que se produce como consecuencia de las continuas interacciones que los trabajadores deben mantener entre ellos, así como con los clientes. Es la sensación descrita como "no poder dar más de sí mismo a los demás".
> -Despersonalización. La despersonalización o deshumanización consiste en el desarrollo de actitudes negativas, de insensibilidad y cinismo hacia los receptores del servicio. Actitudes de insensibilidad, desarrollo de sentimientos y respuestas negativas, distantes y frías hacia otras personas especialmente hacia los beneficiarios del propio trabajo.
> -Baja realización personal. Conlleva la pérdida de confianza en la realización personal y la presencia de un autoconcepto negativo como resultado, muchas veces inadvertido, de las situaciones ingratas. Sentimientos de incompetencia profesional. Dolorosa desilusión para dar sentido a la propia vida y hacia los logros personales con sentimientos de fracaso y baja autoestima.

Con base a estas tres dimensiones, las autoras crean el cuestionario estandarizado Maslach Burnout Inventory (MBI) (Maslach & Jackson, 1996), en este caso una versión adaptada para docentes, que consta de 22 preguntas cerradas con escalamiento tipo Lickert, con opciones de respuesta del cero al seis. La dimensión de agotamiento emocional esta compuestas de 9 ítems; la dimensión de despersonalización está formada por 5 ítems; y l dimensión de realización personal está constituida por 8 ítems.

Para la mayoría de las investigaciones sobre el SQT, se ha empleado el MBI. Sin embargo, de acuerdo a Gil-Monte, Rojas y Sandoval (2009), este instrumento presenta deficiencias psicométricas, y los otros instrumentos de evaluación del SQT no operacionalizan de manera adecuada a la definición del síndrome (p. 206). Ante esto, los autores inventaron y validaron el "Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo-CESQT", formado por 4 dimensiones:

> -Ilusión por el trabajo: deseo del individuo de alcanzar las metas laborales porque supone una fuente de placer personal.
> -Desgaste psíquico: definido como la aparición de agotamiento emocional y físico debido a que en el trabajo se tiene que tratar a diario con personas que presentan o causan problemas.
> -Indolencia: definida como la aparición de actitudes negativas de indiferencia y cinismo hacia los clientes de la organización.
> -Culpa: aparición de sentimientos de culpa por el comportamiento y las actitudes negativas desarrolladas en el trabajo, en especial hacia las personas con las que se establecen relaciones laborales.

El propósito planteado para desarrollar la actual investigación es analizar los niveles del SDP en los docentes de educación física de básica secundaria de las instituciones educativas del municipio de Ibagué, relacionando las variables de edad, sexo e índice de masa corporal con las tres dimensiones de desgaste profesional (ilusión por el trabajo, desgaste psíquico, indolencia y culpa).

DESARROLLO, ARGUMENTOS Y ANÁLISIS

El síndrome de burnout, característico de los profesionales de servicio de ayuda o de servicios humanos, se caracteriza por un estado de agotamiento, como consecuencia de trabajar intensamente y sin tomar en consideración las propias necesidades, serían personas "quemadas" por su abnegada dedicación al trabajo (Freudenberger, 1974). De acuerdo al anterior postulado, para que los individuos para satisfagan las grandes demandas y el cumplimiento de sus obligaciones en el contexto laboral, deben exigirse y esforzarse más, pasando sobre sus propios intereses y capacidades, pagando un precio alto al incrementar su rendimiento.

Al ser la educación un campo laboral en el que se encuentra en continuo contacto social con los mismos profesores, estudiantes, padres de familia, directivos docentes, entre otros, la docencia se convierte en el trabajo con las mayores posibilidades de contraer cantidades elevadas de estrés debido a diversos factores estresantes, originado directamente el síndrome de burnout y desencadenando graves problemas en la salud integral de los docentes (a nivel físico, social, mental, emocional).

El síndrome afecta a todos los profesores de todas las áreas educativas, sin excepción alguna, ocasionando un proceso de desgaste profesional caracterizado por un estado de frialdad, de alienación, de cinismo, de apatía, lo que evidentemente puede perjudicar al clima social del aula, así como a la calidad de la enseñanza, además de incidir en el aumento del absentismo laboral (Calvete y Villa, 1999, p. 292).

En las Instituciones Educativas del municipio de Ibagué existen altas probabilidades de hallar niveles elevados de SDP en los docentes, principalmente en los docentes del área de educación física, debido a las diversas fuentes de estrés provenientes de los alumnos, la infraestructura, los materiales, los compañeros de trabajo, las condiciones climáticas, medidas tomadas por el plantel educativo, entre otras. A partir de la problemática descrita, surgen las siguientes preguntas de problémicas: ¿Cuál es el nivel de síndrome de desgaste profesional que se evidencia en los profesores de Educación Física de secundaria en las Instituciones Educativas del Municipio de Ibagué?, ¿Cuál es la relación existente entre la variable IMC y las variables multidimensionales del SDP (Agotamiento Emocional, Despersonalización, ausencia de Realización Personal)?, ¿Cuál es la relación existente entre la edad con las variables multidimensionales SDP?, ¿Cuál es la relación existente entre el sexo y las variables multidimensionales SDP?.

Madrera (2008) reflexiona acerca de la importancia que ha adquirido la educación física con el pasar de los años, puesto que ha dejado de ser considerada como "gimnasia", construyéndose como un área de conocimiento y práctica con una doble fundamentación, basada en la educación de la salud y en una adecuada utilización del tiempo libre en ocio activo. Se tiende cada año desde las clases a buscar la creación de estilos y hábitos de vida y salud positivos (actividad física general, ejercicio físico, deporte escolar y popular, ergonomía y salud postural, relajación y descanso, alimentación y dieta, etc.), y la prevención de los negativos (lucha contra el sedentarismo, el consumo de drogas, el mal consumo alimenticio, etc.).

En contraste, Gálvez (2004) plantea que uno de los objetivos primordiales en educación física y salud corporal es buscar que los escolares se encuentren a gustos con y en su cuerpo, ya que será, a partir de aquí, cuando disfruten del desarrollo de la práctica de actividad física. Este mismo autor, resalta: "el cuerpo va a ser un agente educativo de primer orden". De esta forma, es importante destacar la influencia que tiene la imagen corporal expresada por el docente de educación física hacia sus alumnos en lo referente a la promoción de hábitos y estilos de vida saludable, dado que es oportuno establecer que un docente de educación física con niveles altos de peso no va a tener una adecuada comunicación didáctica con sus educandos al no mostrar una buena imagen corporal, por tanto, no será un ejemplo a seguir. Para explicar las causas de estos elevados pesos, investigaciones recientes en profesores (Ranchal y Vaquero, 2008, p. 52) relacionan el Índice de Masa Corporal (IMC) con las tres dimensiones del burnout, siendo evidente: a mayor normalidad de peso corporal, mayor satisfacción y realización personal.

La mayoría de los estudios a nivel mundial citan al profesorado como una de las profesiones más afectadas por el SDP, especialmente al de secundaria, junto a otras profesiones como la enfermería, la medicina y el trabajo social (Moriana y Herruzo, 2004, p. 48).

En cuanto a los antecedentes, existen innumerables estudios orientados a analizar los efectos deteriorantes del síndrome de desgaste profesional sobre los educandos. En el contexto nacional, se efectuó un estudio del síndrome de burnout en dos instituciones educativas de la ciudad de Cali (una privada y la otra oficial), tomando como muestra 82 docentes, concluyéndose que existen "niveles de burnout bajos en ambas instituciones… Las variables sociodemográficas no presentaron relaciones significativas con el síndrome, a excepción del nivel de enseñanza en el cual los docentes imparten clases" (Díaz, López, y Varela, 2012, p. 217).

A nivel municipal, en el año 2006 se hizo un estudio en la Institución Educativa ciudad Ibagué, tomando como muestra 21 docentes, arrojando como conclusión final: "gran parte de los docentes presentan niveles bajos de burnout, pero se resalta que el 34% de estos presentan niveles altos de cinismo (o despersonalización) y el 31% niveles altos de ineficiencia frente al trabajo" (Hermosa, 2006, p. 88).

En el campo de la educación física, se destacan principalmente dos investigaciones. En primera instancia, Viloria, Paredes y Paredes (2003) hicieron una investigación en la ciudad de Mérida (Venezuela), en docentes de educación física de instituciones privadas y oficiales (primaria y secundaria), concluyéndose: "niveles bajos de burnout (41,4%), niveles medios (48,6%) y niveles altos (10%)"(p. 133).

En segunda instancia, Tiera, Ulbricht y Ripka (2011) realizaron un estudio buscando identificar la prevalencia del Síndrome de Burnout en 35 individuos de educación física, 9 profesionales bachilleres y 26 profesores activos en académicos y/o escuelas estatales, en el municipio de Piraqua, obteniendo como resultado central: "El síndrome de burnout no fue identificado en ningún individuo de la muestra, tal hecho puede ser atribuido a la práctica de actividad física, mayor relación afectiva y de tipo de personalidad" (p. 1). Además, resaltan que en Brasil existen muchos estudios del Síndrome de Burnout, pero hay una carencia de esos estudios cuando se trata específicamente de profesionales de educación física.

Respecto a la relación entre el IMC y el síndrome de burnout, Ranchal y Vaquero (2008) realizaron un estudio en la provincia de Córdoba, tomando como muestra 186 profesores de secundaria, arrojando como resultado: "Diferencias significativas al relacionar los componentes de burnuot con el IMC. Concretamente, con el componente de "realización profesional", indicando que quienes perciben estar mejor realizados profesionalmente tienen un mejor IMC" (p.49).

Tiera, Ulbricht y Ripka destacan los escases de estudios centrados en el desgaste profesional en docentes de educación física. En Colombia, son nulas las investigaciones relacionadas con el SDP en profesores de educación física, lo cual

constituye el principal punto de partida para realizar una investigación de esta índole.

Para la investigación en curso, se planteó el siguiente objetivo general: Determinar la relación existente entre el Síndrome de Desgaste Profesional, Índice de Masa Corporal y otros factores relacionados a los profesores de Educación Física de Secundaria en las Instituciones Educativas del municipio de Ibagué. Este objetivo central está fundamentado bajo los siguientes objetivos específicos: a) Identificar la relación existente entre el IMC y el SDP de los profesores de Educación Física de Secundaria de las Instituciones Educativas de Ibagué; b) Identificar la relación existente entre el sexo y el SDP de los profesores de Educación Física de Secundaria de las Instituciones Educativas de Ibagué; e c) Identificar la relación existente entre la edad y el SDP de los profesores de Educación Física de Secundaria de las Instituciones Educativas de Ibagué.

Este estudio es de tipo descriptivo y correlacional. Es descriptivo porque se están describiendo los grados de SDP presentes en los docentes del área de educación física de las instituciones educativas del municipio de Ibagué, de acuerdo con los resultados obtenidos por el "Cuestionario para Evaluar el Síndrome de Quemarse por el Trabajo-Versión Profesionales de la Educación. CESQT-PE". Es de tipo correlacional porque relaciona las variables de edad, sexo e IMC con las variables SQT (ilusión por el trabajo, desgaste psíquico, indolencia y culpa) de los docentes del área de educación física.

La población está conformada por todos los profesores del área de educación física de básica secundaria que laboran en las 59 Instituciones educativas oficiales y las no oficiales de Ibagué, avalada en 111 docentes. Esta información se obtuvo según los datos proporcionados por el Grupo de Cobertura Educativa de la Secretaría de Educación Municipal (2015). El tamaño de la muestra fue el mismo número de la población.

Para la recolección de la información, se aplicaró la técnica de la encuesta; el instrumento utilizado para determinar el nivel de SDP en los docentes de educación física fue el "Cuestionario para Evaluar el Síndrome de Quemarse por el Trabajo-Versión Profesionales de la Educación. CESQT-PE", que consta de 20 preguntas cerradas con escalamiento tipo Lickert, con opciones de respuesta del cero al cuatro, distribuidas del siguiente modo para cada dimensión: ilusión por el trabajo (5), desgaste psíquico (4), indolencia (6) y culpa (5); además de 2 ítems correspondientes a la edad y el sexo, y 2 ítems relacionados con la variable IMC (estatura en cm y peso en kg, respectivamente). En lo referente al IMC, se tomó el peso corporal y la estatura basados en los estándares de medición aprobados por la comunidad científica internacional (International Society for the Advancement of Kinanthropometry-ISAK, 2001). Posteriormente, para agrupar los valores del IMC, se recurrió a la clasificación de la Organización Mundial de la Salud OMS (1998).

RESULTADOS ESPERADOS Y PROYECCIÓN ACADÉMICA DE LA INVESTIGACIÓN

Mediante esta investigación esperamos encontrar niveles medios o elevados de desgaste profesional en la población objeto de estudio; del mismo modo encontrar relaciones significativas entre el IMC, el sexo y la edad con las dimensiones del desgaste profesional. Con base a los resultados y a las conclusiones obtenidas, se realizaran las respectivas visitas a las instituciones educativas con el fin de hacer jornadas de socialización de los mismos, configurando colectivamente estrategias con miras a disminuir el SDP en los profesores de educación física de básica secundaria, mejorando su salud y la calidad de la enseñanza. Por último, se pretende efectuar la presentación de los resultados obtenidos en eventos académicos de categoría nacional e internacional, y la publicación de un libro, dirigido a los profesionales del área de la educación física, el deporte, la recreación, y la comunidad en general.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Calvete, E., y Villa, A. (1999). Estrés y burnout docente: influencia de variables cognitivas. Revista de Educación, (319) 291-303.

Cherniss, C. (1980). Professional Burnout in the Human Service Organizations. En Fernández, B. (2011). Un análisis multidimensional del síndrome de burnout en profesorado de conservatorios y enseñanza secundaria. Tesis Doctoral. Valencia: Servei de Publicacions.

Datos del informe de la OMS (1998). Obsesity: preventing and managing the global epidemic. Organización Mundial de la Salud: Génova.

Díaz, F., López, A. M., y Varela, M. T. (2012). Factores asociados al síndrome de burnout en docentes de colegios de la ciudad de Cali, Colombia. Universitas Phychologica, 11 (1) 217-227.

Fernández, B. (2011). Un análisis multidimensional del síndrome de burnout en profesorado de conservatorios y enseñanza secundaria. Tesis Doctoral. Valencia: Servei de Publicacions.

Freudenberger, H. (1974). Staff Burnout. En Fernández, B. (2011). Un análisis multidimensional del síndrome de burnout en profesorado de conservatorios y enseñanza secundaria. Tesis Doctoral. Valencia: Servei de Publicacions.

Gálvez, A. A. (2004). Actividad física habitual de los adolescentes de la región de Murcia. Análisis de los motivos de práctica y abandono de la actividad físico-deportiva. Tesis Doctoral. Murcía: Universidad de Murcía.

Hermosa, A. M. (2006). Satisfacción laboral y síndrome de "burnout" en profesores de educación básica primaria y secundaria. Revista colombiana de psicología, 81-89.

Madrera, E. (2008). Educación Física hoy, salud del mañana. Revista Digital EFdeportes.com, (125).

Maslach, C., y Jackson, S. (1981). The measurement of experienced burnout. En Fernández, B. (2011). Un análisis multidimensional del síndrome de burnout en profesorado de conservatorios y enseñanza secundaria. Tesis Doctoral. Valencia: Servei de Publicacions.

Maslach, C., y Jackson, S. (1996). Maslach Burnout Inventory Manual (3th Ed). California: Consulting Psicologist Press.

Moriana, J. A., y Herruzo, J. (2004). Estrés y burnout en profesores. En Ranchal, A., y Vaquero, M. (2008). Burnout, variables fisiológicas y antropométricas: un estudio en el profesorado. Revista de Medicina y Seguridad del Trabajo, 54 (210), 47-55.

Gil-Monte, P., Rojas, S. y Sandoval, J. (2009). Validez Factorial del Cuestionario para la evaluación del síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT). Salud Mental, 32 (3), 205-214.

Pines, A. M., y Aronson, E. (1988). Career burnout causes and cures. En Fernández, B. (2011). Un análisis multidimensional del síndrome de burnout en profesorado de conservatorios y enseñanza secundaria. Tesis Doctoral. Valencia: Servei de Publicacions.

Ranchal, A., y Vaquero, M. (2008). Burnout, variables fisiológicas y antropométricas: un estudio en el profesorado . Revista de Medicina y Seguridad del Trabajo, 54 (210), 47-55.

Secretaría de Educación Municipal (2015). Ibagué: Docentes de Educación Física por institución Educativa. Grupo de Cobertura Educativa. Ibagué.

Tiera, Ulbricht y Ripka (2011). A prevalência da síndrome de burnout nos profissionais de Educação Física.

Educación física y deportes, Revista Digital (163), 1-11.

Viloria, H., Paredes, M., y Paredes, L. (2003). Burnout en profesores de educación física. Revista de Psicología del Deporte, 12 (2) 133-146.

ABSTRACT

This article aims to show the progress of an ongoing investigation whose purpose is to determine the levels of professional burnout syndrome (SDP) or also called Burnout, Work (SQT) of physical education teachers and the relationship BMI between variables, sex and age for each of the dimensions of this syndrome (Illusion for work, psychological exhaustion, Indolence and Guilt). It is a study of descriptive and correlational, where applied instrument called "Questionnaire for Assessing Burn Syndrome Working with Professional version Educación.CESQT-PE", evaluated each of the dimensions of the syndrome. As for the BMI, body weight and height within the parameters established by the ISAK was taken. As a result we expect to find high levels of SDP, and meaningful relationships between BMI, sex and age.

KEYWORDS: Professional Burnout Syndrome, Physical Education Teacher.

SÍNDROME DE DESGASTE PROFESIONAL, ÍNDICE DE MASA CORPORAL Y OTROS FACTORES ASOCIADOS A LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE IBAGUÉ

RESUMEN

El presente artículo tiene como propósito mostrar los avances de una investigación en curso cuya finalidad es determinar los niveles de Síndrome de Desgaste Profesional (SDP) o también denominado Síndrome de Quemarse por el Trabajo (SQT) de los docentes de educación física y la relación existente entre las variables IMC, sexo y edad con cada una de las dimensiones de dicho síndrome (Ilusión por el trabajo, desgaste psíquico, Indolencia y Culpa). Es un estudio de tipo descriptivo y correlacional, donde se aplicó el instrumento denominado “Cuestionario para Evaluar el Síndrome de Quemarse con el Trabajo Versión para Profesionales de la Educación.CESQT-PE”, evaluándose cada una de las dimensiones del síndrome. En cuando al IMC, se tomó el peso corporal y la estatura bajo los parámetros establecidos por la ISAK. Como resultados se espera encontrar niveles elevados de SDP, y relaciones significativas entre el IMC, el sexo y la edad.

PALABRAS CLAVES: Síndrome de desgaste profesional, Profesor de Educación Física.