

# El *burnout* docente: los estragos de la pandemia

Alhelí Armendáriz Gutiérrez

---

*Saturación de actividades laborales que se realizan utilizando recursos personales del docente, tales como celular, Internet y computadora.*



Fuente: Imagen cortesía de Alhelí Armendáriz Gutiérrez.

---

Armendáriz Gutiérrez, A. (2023). El *burnout* docente: los estragos de la pandemia. En J. A. Trujillo Holguín, J. L. García Leos y L. A. Pérez Núñez (coords.), *Desarrollo profesional docente: deserción y rezago educativo después de la pandemia* [col. Textos del Posgrado n. 8] (pp. 165-179). Escuela Normal Superior Profr. José E. Medrano R.

---

## Resumen

El presente artículo tiene como objetivo principal validar las preocupaciones planteadas por los docentes respecto al exceso de trabajo durante el confinamiento debido a la pandemia de COVID-19. Para lograrlo se llevó a cabo un análisis comparativo entre las experiencias vividas por los padres de familia y los alumnos durante el aislamiento, y la realidad experimentada por los maestros. Este contraste permitió obtener una comprensión integral de la situación desde diferentes perspectivas, concluyendo que, efectivamente, los docentes están experimentando un desgaste considerable, conocido como síndrome de *burnout* docente. En una primera instancia se desarrolla el contexto para proporcionar al lector una visión completa del entorno en el cual se enmarca este documento académico y cómo se relaciona con el tema en cuestión. A continuación se presentan los resultados de los instrumentos utilizados para comparar las posturas de los docentes y sus alumnos, lo cual brinda un respaldo empírico a la presencia del agotamiento excesivo de los profesionales de la educación como consecuencia de la contingencia y el confinamiento. Es importante destacar que el síndrome de *burnout* no es exclusivo de la profesión docente ni de nuestro entorno, pero su prevalencia ha aumentado debido a la presencia de la pandemia. En conclusión, este documento respalda las afirmaciones de los docentes sobre el exceso de trabajo durante la contingencia y el confinamiento, lo cual ha llevado a un agotamiento significativo en los profesionales de la educación. Los resultados obtenidos a través de los instrumentos aplicados refuerzan esta conclusión, destacando la importancia de abordar y atender el síndrome de *burnout* docente como una preocupación relevante en el contexto educativo actual.

Palabras clave: CONTINGENCIA SANITARIA, TRABAJO DOCENTE, ESTRÉS LABORAL, RESILIENCIA.

## Introducción

Sin duda, la contingencia sanitaria provocada por el coronavirus en el año 2020 ha tenido un impacto significativo en la vida de las personas alrededor del mundo. Sin embargo, al enfocarnos en el ámbito educativo, resulta evidente que esta crisis ha desencadenado la creación emergente e improvisada de un modelo de trabajo a distancia. En el caso específico de nuestro país, México, considero que el sistema educativo se encontraba poco preparado para hacer frente a esta pandemia. Desde mi perspectiva, esta situación ha resaltado aún más las carencias existentes en las instituciones educativas públicas de México.

La contingencia sanitaria, con un aislamiento que ha llegado a extenderse cerca de dos años, ha exigido una adaptación acelerada por parte de las instituciones educativas en todo el mundo. Sin embargo, en el caso de México, el sistema educativo se ha enfrentado a múltiples desafíos para responder de manera efectiva a esta crisis. El modelo de trabajo a distancia, que se implementó como medida preventiva, ha puesto en evidencia las debilidades

estructurales y las limitaciones tecnológicas con las que las instituciones educativas públicas han tenido que lidiar.

Desde mi perspectiva, la falta de recursos tecnológicos adecuados, la falta de capacitación docente en el uso de herramientas digitales y la brecha digital existente entre los estudiantes han sido factores determinantes en la dificultad de implementar un modelo de educación a distancia eficiente y equitativo. Estas carencias se han vuelto aún más notorias durante esta pandemia, ya que han afectado especialmente a los estudiantes de comunidades vulnerables y con menor acceso a recursos.

Es evidente que la contingencia sanitaria ha puesto de manifiesto la necesidad urgente de mejorar y fortalecer el sistema educativo público en México, invirtiendo en infraestructura tecnológica, ofreciendo una formación docente más sólida en el uso de herramientas digitales y garantizando la equidad en el acceso a la educación a distancia. Esta situación nos ha recordado la importancia de estar preparados para enfrentar crisis y adaptarnos a nuevas realidades, para así asegurar una educación de calidad para todos los estudiantes, incluso en situaciones adversas como la que estamos viviendo.

Me parece que tal y como ha sucedido en otros cambios educativos, recayó en hombros de los docentes la mayor carga de trabajo para poder seguir brindando el servicio educativo, pese a los factores en contra a los que se enfrentaban nuestros alumnos, de lo cual considero que se tuvo que hacer gala de la capacidad para atender la diversidad, de la resiliencia y del autodidactismo, poniendo en marcha variedad de estrategias para cumplir con el precepto de no dejar a nadie afuera, en todos los niveles educativos, incluyendo el de educación primaria, que es en el cual se llevó a cabo este análisis, desde el cargo directivo. Es probable que se piense que esta situación complicada es exclusiva de las comunidades rurales, pero pudo observarse gran dificultad en nuestra escuela en Chihuahua capital, lo que nos permite imaginar lo complejo que debe haberse tornado el panorama en lugares más alejados. Estos antecedentes de gran trabajo, innovación, agotamiento y resiliencia docente ameritan analizar la realidad compleja que enfrentaron los educadores.

El presente artículo habla del *burnout* docente, específicamente cómo se vivió durante los tiempos de pandemia. Se desarrolla en cuatro grandes apartados: se inicia haciendo de su conocimiento el contexto donde se observó esta problemática; en segundo lugar encontramos terminología que nos ayuda a distinguir si este agotamiento es exclusivo de docentes y solamente en tiempos de pandemia, además de permitir entender de qué se trata este término que se encuentra en boga. Para adentrarnos en la realidad vivida, en el tercer apartado se muestra el sentir de los docentes respecto al exceso de trabajo durante la pandemia, en contraste con una serie de instrumentos aplicados a padres de familia y alumnos, que permiten tener idea de la realidad desde otros puntos de vista, con el propósito de conocer si la evocación

de los maestros es infundada. Por último nos encontramos con el apartado que sintetiza las conclusiones alcanzadas, las cuales obtienen validez y sentido, si conocemos lo que acontece en los apartados antes mencionados. En este contexto, es imprescindible destacar que una de las conclusiones fundamentales revela que los docentes, efectivamente, experimentaban el fenómeno del *burnout* docente.

### **¿En dónde estoy? Mi contexto**

Antes de enfocarnos en la temática, los situaré en la realidad que acontece en esta problemática, haciendo de su conocimiento el contexto que la rodea. Partiremos de una escuela primaria turno vespertino, ubicada en la ciudad de Chihuahua. Dicha institución consta de infraestructura adecuada, compartida con el turno matutino, para trabajar con seis grupos de primero a sexto grados, equipo de la Unidad de Servicios y Apoyo a la Educación Regular (USAER), clases de educación física, computación y arte, grupos que oscilan entre los 25 a 30 alumnos por aula.

La escuela no se encuentra en una buena situación económica, en parte por falta de aportaciones de los padres de familia, que son el principal ingreso económico a las arcas escolares, claro que también por el escaso apoyo de las instancias gubernamentales. Incluso así, se ha organizado lo mejor posible y gestionado lo necesario, contando con equipamiento razonable para las clases, como lo son proyectores en todas las aulas e impresoras para la mayoría de los maestros.

Además contamos con insumos para clases especiales y para creación de materiales y organización docente, como bocinas, engargoladoras y enmascaradora, conectividad para docentes, procurando brindar la mayor cantidad de insumos y espacios adecuados para la mejora del aprendizaje. Sin embargo, todas estas herramientas pasaron a ser inútiles en el trabajo a distancia, pues en ese momento era necesario mayor tecnología en casa y en la escuela, pues aunque en la institución se cuenta con un aula de cómputo donde los maestros pudieran trabajar a distancia, el Internet se dejó de pagar por falta de recursos, además las computadoras son antiguas, por lo que no tienen las características necesarias para un trabajo óptimo en esta situación.

Por otra parte, según lo observado, los tutores participan escasamente en actividades escolares cuando solicitamos su colaboración y apoyan en poca medida a los estudiantes en actividades académicas, por ejemplo con alguna tarea. Pese a eso, la población estudiantil tienen por sí solos buena actitud en la escuela, en su mayoría son obedientes, no tenemos problemas actitudinales graves ni de faltas de respeto o acoso escolar; son niños de bajos recursos, que vienen de familias compuestas, es decir, con padrastros o madrastras, con un nivel de escolaridad bajo y una cultura recurrente de violencia y drogadicción. Tenemos alumnos que pasan la mayor parte del

tiempo bajo el cuidado de hermanos mayores o familiares, por la ausencia de sus padres, ya sea por trabajo o por descuido.

Estas situaciones se hicieron más notorias al trabajar en casa durante la pandemia, pues los tutores tenían la necesidad de salir a sus trabajos, por lo cual fue difícil apoyarlos en actividades escolares, por otra parte, el bajo nivel académico no permite que los padres entiendan los temas para auxiliar a los hijos. Un problema grave fue que, incluso durante el tiempo que normalmente pasaban en la escuela los alumnos, ahora se quedaban solos, ya que las familias no cuentan con recursos para contratar un servicio de guardería, en el mejor de los casos los niños quedaban a cargo de un familiar cercano, no obstante, esto vino a modificar las dinámicas en el hogar, los horarios y las rutinas que previamente existían en casa, ya no era solamente trabajar con nuestros alumnos en la jornada, ahora dependíamos de muchas situaciones que no podíamos resolver.

Como todos los colectivos, se tienen fortalezas y debilidades, lo importante es que coincidamos en la intención de mejorar nuestro trabajo, el cual de pronto dio un giro descomunal, por lo que ahora había que enfrentar un reto mayúsculo. Con esto no se quiere decir que previo a la pandemia los maestros se encontraran en una zona de confort, pues la labor docente nunca lo permite, los cambios son necesarios e indispensables, pero las mejoras que intentábamos en el aula ahora ya no tenían peso, teníamos que atender nuevas áreas de oportunidad que surgieron, buscar otras formas de trabajo y aplicar actividades no solamente académicas con los niños, pues si deseábamos mejores resultados requeríamos previamente trabajar el uso de los medios de comunicación virtuales con los alumnos y los padres de familia cuando sus actividades se los permitieran. Si bien en grupos de primaria alta era más fácil, ya que los niños de mayor edad presentan facilidad para trabajar solos, los más pequeños se encontraban a expensas del apoyo de un adulto.

### **¿Existía el burnout docente previo a la pandemia?**

El docente se encuentra siempre a cargo de más actividades de las que le corresponden, nos fincan responsabilidades que no son nuestras, un ejemplo de esto se observa en la reforma anterior, donde textualmente nos dicen:

La reforma de 2013 atribuye los resultados educativos –y en concreto la calidad– a la labor desempeñada por los docentes. Es así como la reforma fue enfocada hacia el establecimiento de criterios para alcanzar la calidad a través de la idoneidad del profesorado [Trujillo, 2015, p. 86].

Aunado a ello viene la carga administrativa, y además agreguemos las que la sociedad nos ha impuesto, pues en ocasiones para algunos padres de familia resulta cómodo adjudicar parte de sus responsabilidades en hombros de los docentes, quienes tienen que resolverlas en el aula al instante; si el niño no trae materiales, no comió, necesita apoyo emocional, ser escuchado,

y muchas tareas más que un docente resuelve por sus alumnos, las cuales con el tiempo han pasado a formar parte de las actividades comunes que hacen los docentes, pero no por ello quiere decir que sea nuestra responsabilidad, pues la escuela no es un espacio solamente para que el alumnado esté resguardado, sino en realidad es una institución que abre las puertas a un mejor futuro, un paso para lograr la superación profesional y personal, donde los padres deben ser también corresponsables del proceso, conformando un trinomio indisoluble entre alumnos, padres y docentes.

Desde la década de los 70, específicamente en trabajos pioneros como los de Freudenber (1974) o Seyle (1978), se ha utilizado el término “burnout” para describir una condición que afecta cada vez más a los trabajadores en diversos ámbitos, sin embargo, en tiempos recientes se ha vuelto especialmente relevante en el contexto de los trabajadores de la educación, por lo tanto es necesario adentrarnos en el tema y comenzar explorando su conceptualización, ya que, aunque se asemeja al estrés laboral, no se trata exactamente de lo mismo.

Seyle (1978, citado en Rodríguez et al., 2017) aclara que los términos “estrés laboral” y “síndrome de burnout” son diferentes. El estrés es necesario para realizar ciertas actividades para la efectividad laboral, a esto se le conoce como estrés positivo (eustrés), el que ayuda a la persona a estar alerta y en condiciones de enfrentar desafíos cuyo nivel de acción no genera trastornos en el organismo; el contrario y perjudicial es el estrés negativo (distrés), que causa una serie de alteraciones físicas y psicológicas. Digamos que es natural y normal, cuando algo modifica nuestra zona de confort, nuestra primera reacción es estresarnos, pero eso nos permite buscar una solución y resolver el conflicto, por ejemplo con un alumno o padre de familia.

El término *burnout* fue definido por Freudenber (1974). Según el autor, se relaciona con el agotamiento y desgaste causado por un exceso de fuerza y/o demandas cada vez mayores de energía; esta situación sucede con un profesional, quien se “quema” (agota) y fracasa en su intento por alcanzar sus metas laborales [Rodríguez et al., 2017, p. 48].

Por lo tanto, es un estrés prolongado que se convierte en este síndrome, al que también se le conoce como síndrome de quemarse en el trabajo, síndrome de agotamiento emocional, síndrome de desgaste profesional, que se caracteriza por cansancio no solamente físico sino también emocional y actitudinal, por lo que Zavala resume: “estado permanente de exposición al estrés cuyos efectos son percibidos principalmente en un aspecto emocional con repercusiones en su comportamiento” (Zavala, 2008, p. 73).

Un ejemplo claro es cuando nos encontramos en un periodo de evaluación: los docentes tenemos mayor carga de trabajo, por lo que presentamos estados de ánimo más susceptibles e incluso comenzamos con molestias en nuestra salud, al concluir ese periodo volvemos a la normalidad, cosa que en

el trabajo a distancia no sucedió, prolongando la pesada carga de trabajo y aunada a ella la modificación de nuestras rutinas y la reclusión, que afectaban aún más la carga emocional y de fatiga, que nos hizo pasar en un corto periodo a una fatiga crónica y decepción por el poco avance que sentíamos tener con nuestros niños.

Respecto a ello, para Marrau (2004), en el *burnout* las evidencias que afectan al individuo en el inicio de la aparición de esta enfermedad se reconocen en varias etapas, que son: primero el exceso de trabajo, después un sobreesfuerzo que lleva a estados de ansiedad y fatiga, en tercer lugar la desmoralización y pérdida de ilusión, y por último la pérdida de vocación y decepción de los valores hacia los superiores. Además visualiza que la forma de manifestarse se presenta bajo unos síntomas específicos, y estos son los más habituales:

Psicosomáticos: alteraciones cardio-respiratorias, jaquecas, fatiga crónica, trastornos del sueño, úlceras y desórdenes gástricos, tensión muscular, mareos y vértigos, etcétera.

De conducta: predominio de conductas adictivas y evitativas, consumo aumentado de café, alcohol, ausentismo laboral, bajo rendimiento personal, distanciamiento afectivo de enfermos y compañeros y frecuentes conflictos interpersonales en el ámbito de trabajo y de la propia familia.

Emocionales: irritabilidad incapacidad de concentración y distanciamiento afectivo.

Laborales: deterioro del rendimiento, acciones hostiles, conflictos, accidentes, ausentismo, rotación no deseada, abandono.

Mentales: sentimientos de vacío, agotamiento, fracaso, impotencia, baja autoestima y pobre realización personal. Es frecuente apreciar nerviosismo, inquietud, dificultad para concentrarse y una tolerancia a la frustración con comportamientos paranoides y/o agresivos hacia los pacientes, compañeros y la propia familia [Marrau, 2004, p. 56].

Como podemos ver, son documentos previos a la pandemia, y el *burnout* ya era visible, en los docentes no es la excepción y, si bien controlarlo dependía en gran medida de la capacidad de resiliencia del personal, considero que el cambio abrupto que trajo la pandemia, para toda la sociedad y en el ámbito educativo, donde el sistema educativo y los gobiernos pareciera que se deslindan, dejando todo el proceso de educación a distancia sobre todo en manos del profesorado, generalizaron este síndrome de quemarse por el trabajo en los profesionales de la educación.

Entre los alumnos las desigualdades se hicieron más notorias, pero el docente de nuevo salía avante, haciendo llegar por los medios posibles a sus alumnos el trabajo. Fueron la mayoría de los maestros quienes trabajaron y, sin importar los factores en contra, se dedicaron de nuevo más de lo que les correspondía, pero conforme el encierro se prolongaba se hacía cada vez más compleja la participación de padres y alumnos.

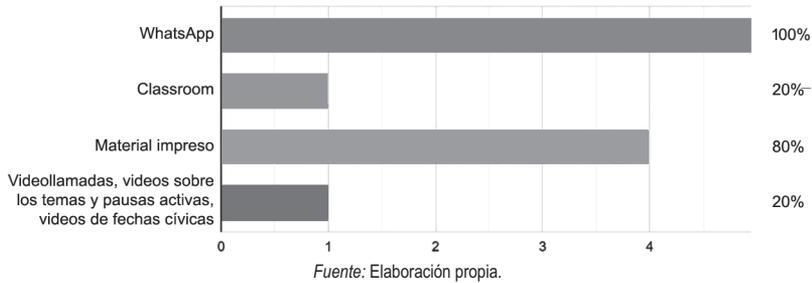
## ¿Cómo vivió el docente su labor durante la pandemia?

En México y específicamente en nuestro estado, Chihuahua, no fuimos los únicos que sufrimos estos procesos de cambio, todos los docentes en el mundo, incluso las grandes potencias económicas, que podrían tener mayor cantidad de recursos tecnológicos, fueron sorprendidos y obligados a realizar cambios en la práctica. El ejemplo de un estudio realizado en Perú durante la pandemia arrojó que “la mayor cantidad de docentes que realizan clases virtuales durante la pandemia por COVID-19 presentan niveles altos en las variables agotamiento emocional (50%)...” (Celio, 2021, p. 114). Los comentarios del aumento de trabajo docente se encuentran en muchos espacios, como por ejemplo:

Entre las actividades realizadas en el teletrabajo docente, se destacan el mapeo y las actualizaciones en tiempo real, las conferencias web, *lives*, y la producción de clases en videos, entre otros materiales para estudio remoto [...]. A este escenario se agrega la necesidad de que estos docentes deban adaptarse para mantener estructuras que permitan la educación remota, lo que implica erogaciones financieras para costear ciertas tecnologías, acceso de banda ancha y aplicaciones específicas [...]. Es posible que los docentes también tengan que aclarar las dudas de los estudiantes en momentos en que tradicionalmente no prestaban servicios e incluso de los medios de comunicación utilizados anteriormente para círculos sociales distintos de los relacionados con el trabajo, que no siempre serán remunerados, configurando trabajo adicional. En otras palabras, los profesores pierden autonomía para administrar su propio tiempo de trabajo, lo que los lleva a trabajar bajo un régimen precario, lo que podría potenciarse en el contexto de la pandemia [Dos Santos et al., 2020, párr. 12].

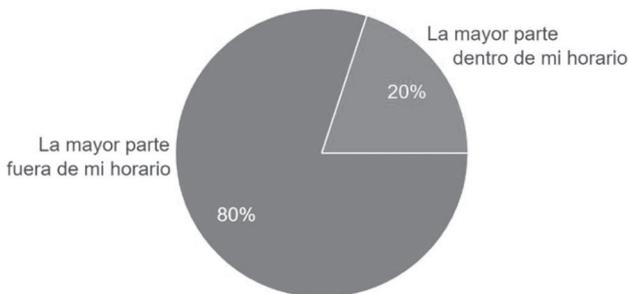
Este ejemplo del Perú nos da una muestra de todas las actividades que un docente realizaba en el trabajo a distancia, sin importar en qué parte del mundo se encontrara.

La realidad vivida más de cerca se puede conocer a continuación, con la exposición de los resultados obtenidos en los instrumentos de investigación aplicados a docentes, alumnos y padres de familia de la primaria vespertina “Francisco Villa” ubicada en Chihuahua, Chihuahua, aplicadas en la primera semana del mes de abril por medio de cuestionarios de Google, las cuales dan muestra de la compleja situación enfrentada por los docentes, tomando como muestra para las respuestas de estos cuestionarios un 80% del personal docente y 81 padres de familia que corresponden al 62% de tutores de los alumnos, los cuales respondieron libremente, al hacer la invitación a la totalidad de los tutores y siendo totalmente confidencial su respuesta, para que se sintieran en libertad de expresar sinceramente su opinión.

**Figura 1***Medios de comunicación utilizados por docentes en el trabajo a distancia*

Según la propia voz de los maestros, comentan que su trabajo se extendió debido a que no solamente trabajaban vía WhatsApp, que era la opción oficial de la escuela con la que trabajaba el 100% de los maestros, sino que también trabajaban con Classroom, material impreso, videollamadas y videos; tanto la selección, preparación y producción previa obviamente corría a cargo del docente, por lo cual la planeación, que si bien es algo cotidiano en la labor, ahora se extendía en el tiempo de su construcción, ya que tenían que elaborarla para trabajarla por los distintos medios según las posibilidades de los alumnos.

Cabe mencionar que la elección de estos instrumentos de comunicación no fue al azar, sino que se realizó una encuesta en los inicios de la pandemia para saber con qué instrumentos contaban las familias, lo que se reducía en su mayoría a por lo menos un celular por hogar, era complejo encontrar familias que contaran con Internet o con computadoras en casa, por lo que incluso con algunas solamente se realizaba la comunicación por medio de material impreso, que pasaban a recoger a la escuela, ya que no contaban con estos recursos mínimos, incluso no fue posible localizar a varios alumnos de

**Figura 2***Horario en que los maestros recibían producciones de sus alumnos*

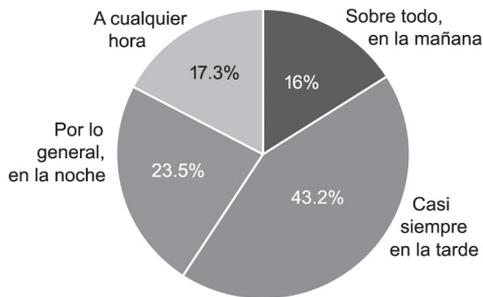
Fuente: Elaboración propia.

la institución, por falta de estos medios de comunicación que, si bien podrían parecer simples y comunes, no lo son para todos, no lo son incluso cuando estamos hablando de la capital del estado.

En cuanto a su horario de trabajo, además de lo antes mencionado, los docentes comentan que llevaba un mayor tiempo de preparación de las clases y la comunicación, ya que también fue necesario enseñar el uso de estos medios digitales de comunicación, el 80% de los docentes sintieron el aumento de sus jornadas, pero para cotejar lo anterior y no pensar que se trata de una queja sin fundamento de mis compañeros, está la respuesta de los alumnos y sus familias, de los cuales participaron más de la mitad de la población escolar –específicamente el 52%,– responden en sumatoria de un 56% que sus tareas no se enviaban en la tarde, que es nuestro horario de trabajo vespertino, por lo cual más de la mitad del alumnado enviaba sus trabajos en la mañana, en la noche o a cualquier hora, por lo tanto el docente recibía y atendía a la mayoría de sus alumnos fuera de su horario escolar, lo cual podemos cotejar en la gráfica de la Figura 3; es decir, el docente tiene razón al sentir que su jornada se extendió, aquí se afirma con un 52% de las familias, que admiten comunicarse con el docente fuera de su jornada laboral.

### Figura 3

*Horario de envío de evidencias, desde la respuesta de los alumnos*

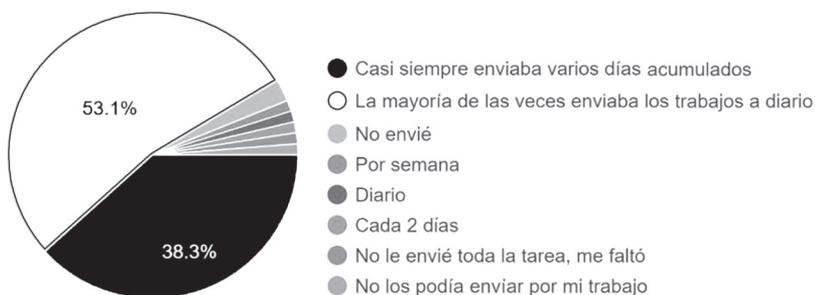


*Fuente: Elaboración propia.*

A su vez, esto se compara con el 60% de los maestros que comentan que requerían realizar una retroalimentación fuera de su horario laboral, puesto que los niños enviaban los trabajos a lo largo de todo el día, lo que permite comprobar que, en efecto, sí fue necesaria la atención docente en horas distintas a las de su jornada regular del turno vespertino.

**Figura 4***Horario utilizado para retroalimentación, desde la respuesta de los docentes**Fuente: Elaboración propia.*

Un aspecto adicional que debemos considerar es que no se trata únicamente de las tareas diarias que los estudiantes deben completar, ya que se ha revelado que en un considerable 47% de los casos las familias no enviaban regularmente dichas tareas. Esta situación tiene como consecuencia directa una acumulación de trabajo para los docentes; es decir, los profesores se encuentran con una carga adicional al tener que lidiar con una gran cantidad de tareas acumuladas que no fueron entregadas a tiempo. Esta falta de cumplimiento por parte de las familias agrega una presión adicional a los docentes, ya que deben encontrar la manera de manejar y evaluar todas esas tareas pendientes en medio de sus responsabilidades diarias.

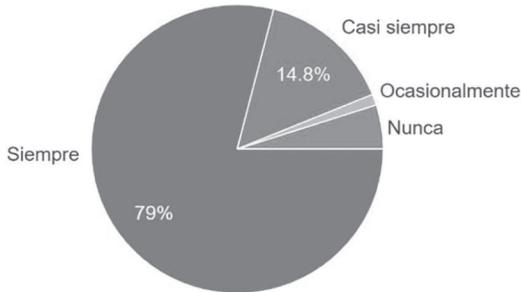
**Figura 5***Constancia de envío de evidencias, desde la respuesta de los alumnos**Fuente: Elaboración propia.*

A su vez, con su opinión confirmamos que los docentes sí revisaban y estaban al pendiente de los alumnos, pues sin importar las circunstancias

antes mencionadas, como los horarios y la acumulación, en un 79% siempre recibían respuesta y revisión, como se muestra en la Figura 6.

**Figura 6**

*Retroalimentación de los docentes a sus alumnos, desde la respuesta de los alumnos*

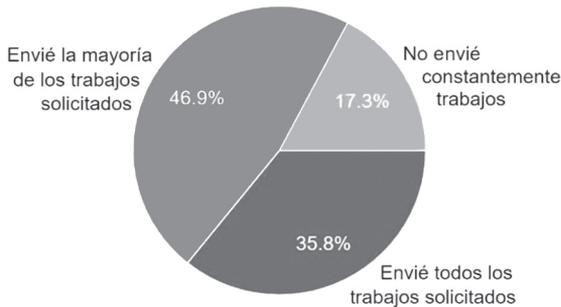


Fuente: Elaboración propia.

Esta revisión se daba sin importar si eran alumnos comprometidos que estaban al corriente o si eran inconstantes en sus labores, como ellos mismos lo admiten en el siguiente cuestionamiento, donde solamente un 35 % considera que cumplía siempre con los trabajos solicitados.

**Figura 7**

*Cumplimiento de los alumnos en el trabajo a distancia, desde la respuesta de los alumnos*



Fuente: Elaboración propia.

Ahora bien, hay muestra de que la falta de participación y constancia no se trataba de falta de tiempo para apoyar a sus hijos, o por la falta de Internet, sino en su mayoría por falta de interés, pues entre las anécdotas docentes encontramos una muy común de indiferencia: “Madres de familia ponían el pretexto de que no tenían Internet para enviar los trabajos y veía en los estados de WhatsApp que se la pasaban haciendo Tik Tok”. Otra fue

que no contestaban cuando los trataban de localizar por falta de trabajo, pero al marcarles de un número distinto al del maestro, entonces sí estaban disponibles.

Por otra parte, se encuentran quienes con gran compromiso y haciendo un esfuerzo mayúsculo, sin recurrir a pretextos, cuando en verdad los podían tener, se esforzaban al máximo y cumplían con gran empeño.

En efecto, los procesos de enseñanza y aprendizaje se complicaron en la pandemia, pero según lo antes revisado, no fue por falta de trabajo del maestro, a quien en muchas ocasiones se le ha atribuido desde tiempos remotos esta responsabilidad, sino que se comprobó que la parte familiar está fallando en el trinomio educativo, y el alumno, siendo menor, requiere la supervisión y orientación de sus tutores, pues la educación no es una tarea exclusiva del alumno y el docente, sino que el padre de familia también es corresponsable y es algo a lo que no estaban acostumbrados, por lo que se pudo observar marcadamente quienes tienen apoyo en casa y quienes carecen del mismo; esto no es una exigencia del docente, o una ocurrencia personal, está enmarcado en el artículo 66 de la Ley General de Educación, como obligación de quienes ejercen la patria potestad o tutela: “1. Hacer que sus hijos o pupilos menores de edad, reciban la educación preescolar, primaria y secundaria. 2. Apoyar el proceso educativo de sus hijos o pupilos” (DOF, 2019).

## Conclusiones

Para concluir, después del análisis presentado, puedo derivar que en efecto los maestros tenían razón al comentar que sufrían *burnout* docente y, aunque no es un síndrome exclusivo de la profesión ni de la pandemia, sí se acrecentó ya que aumentó la cantidad de factores que lo pueden ocasionar.

En apoyo a la voz de los docentes, puedo dar fe de que las quejas que ellos externaban son tangibles. Esto se evidencia al escuchar las experiencias compartidas por las familias con las que trabajamos, especialmente en nuestro nivel de primaria. En esta etapa los alumnos son aún más dependientes de sus tutores, debido a su corta edad. Al observar su forma de responder al trabajo a distancia se confirma que los maestros se veían inmersos en largas jornadas diarias, sin horarios definidos ni descanso en fines de semana. Resulta relevante destacar que un 52% de los alumnos se comunicaba fuera del horario escolar, lo cual añadía una carga adicional a los docentes. Esta comunicación constante y más allá del horario escolar evidencia la dedicación y disponibilidad de los maestros. Además se sumaba la acumulación de trabajo, ya que un 47% de los estudiantes enviaban sus tareas fuera del tiempo solicitado, acopiando varios días o incluso semanas de trabajo en un solo envío. Esta acumulación de tareas fuera de los plazos establecidos incrementaba significativamente la carga de trabajo de los docentes, no solo en términos de la laboriosa preparación de los temas a trabajar, sino también en la gestión y evaluación de un volumen mayor de trabajos acumulados.

Por otra parte, dando muestra del compromiso docente y su vocación, un 79% de los alumnos siempre sintieron el apoyo de sus maestros, demostrado en la revisión y retroalimentación continua, sin importar que solamente el 35% enviara siempre los trabajos solicitados.

Cumpliendo con el propósito de dar fundamento al sentir de los maestros y basados en una serie de instrumentos que respaldan las estadísticas presentadas, las anteriores son muestras de que el docente trabajó y de que trabajó mucho más de lo que le correspondía, lo que hace real el agotamiento que dicen haber sufrido, por lo cual la tendencia al *burnout* docente es una realidad perceptible en nuestro ámbito laboral, y aunque no es específico de nuestra profesión, se considera que el trabajo a distancia durante la pandemia vino a afectar con este síndrome a gran parte del personal dentro del sistema educativo.

Es por ello que la temática elegida, “Los docentes y el *burnout* pandémico”, tiene gran sentido de aparecer en el octavo volumen de la colección de Textos de Posgrado, *Deserción y rezago educativo después de la pandemia*, ya que este análisis nos permite tener otro panorama de las problemáticas vividas durante el confinamiento, desde la voz del docente.

El análisis de dicha temática es de gran importancia, primero que nada para validar y apoyar el sentir docente, y en segundo lugar, desde la perspectiva directiva personal, para darnos cuenta de que nuestros maestros cargan con gran número de responsabilidades, por lo que en nosotros como autoridades inmediatas recae la gran responsabilidad de facilitarles en la medida de lo posible su labor; así mismo tenemos el deber y honor de ser los portadores de las situaciones que viven, hacerlas llegar a las autoridades para que a su vez hagan lo propio para aligerar la carga administrativa y de trabajo, brindando los medios prudentes y escuchando las peticiones, que ante las necesidades escolares acudimos a los altos mandos, para facilitar los procesos de enseñanza y aprendizaje, es decir, nuestros dirigentes deben saber que tenemos maestros comprometidos y con gran sentido de profesionalismo y vocación, pero no por ello debemos dejarlos sin apoyo, parte de reconocer la labor docente es identificar sus necesidades, pero no solo preocuparnos, sino ocuparnos en ellas.

Tomar en cuenta el *burnout* docente y darle peso a los estragos de la pandemia que los maestros y familias vivieron es de gran importancia, ¡escúchenos!, los docentes aún tenemos mucho que decir, hemos sido y seguiremos siendo la voz del pueblo, nuestras quejas y solicitudes no son infundadas, somos los más interesados en una mejor educación para nuestros niños y el presente artículo es una muestra de ello, por utilizar el tiempo personal en instruirnos, en investigar, en querer demostrar que la voz del maestro aún tiene peso y razón.

## Referencias

- Celio, J. (2021). Burnout y satisfacción con la vida en docentes que realizan clases virtuales en un contexto de pandemia por covid-19. *Puriq*, 3(1), 104-119. <https://doi.org/10.37073/puriq.3.1.142>
- DOF [Diario Oficial de la Federación] (2019, sep. 30). *Ley General de Educación*.
- Dos Santos, B., Scorsolini-Comin, F., y Barcellos, R. (2020). Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: reflexiones sobre la salud mental. *Index de Enfermería*, 29(3). [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962020000200008&script=sci\\_arttext&tlng=en](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962020000200008&script=sci_arttext&tlng=en)
- Marrau, C. (2004). El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente. *Fundamentos en Humanidades*, 5(10), 53-68.
- Rodríguez, J., Guevara, A., y Viramontes, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 8(14), 45-67.
- Trujillo, J. (2015). Las reformas educativas en México: un recuento de las modificaciones constitucionales (1934-2013). En J. A. Trujillo Holguín, P. Rubio Molina y J. L. García Leos (coords.), *Desarrollo profesional docente: las competencias en el marco de la reforma educativa*. Escuela Normal Superior Profr. José E. Medrano R.
- Zavala, J. (2008). Estrés y burnout docente: conceptos, causas y efectos. *Educación*, 17(32), 67-86. <https://doi.org/10.18800/educacion.200801.004>

**Alhelí Armendáriz Gutiérrez.** Es Licenciada en Educación Primaria por la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de Chihuahua “Profesor Luis Urías Belderráin”, egresada con el mejor promedio de la generación 2008-2012. Asimismo realizó la Licenciatura en Educación en la Universidad Pedagógica Nacional 19B, en Ciudad Guadalupe, Nuevo León. En primera estancia estuvo como docente frente a grupo en el nivel primaria y ahora se desempeña como directora de la Primaria “Francisco Villa” 2195, ubicada en la ciudad de Chihuahua. Correo electrónico: [alhelí.armendariz.gut@chih.nuevaescuela.mx](mailto:alhelí.armendariz.gut@chih.nuevaescuela.mx)