

Burnout en docentes de Medicina y Enfermería según área de formación curricular

Burnout in Medical and Nursing Faculty according to curricular training area

Yunelsy Ortiz-Cabrera^{1,2}  ; José Alfredo Gallego-Sánchez³ ; Farah de la Caridad Ramírez-Pupo^{1,2} , Elaine Padilla-Rodríguez² , Osquell Pérez-Suárez^{1,2} , Caridad González-Marrero^{1,2} 

¹Filial de Ciencias Médicas de Puerto Padre. ²Universidad de Ciencias Médicas Las Tunas. Las Tunas. ³Hospital Clínico Quirúrgico. Juan Bruno Zayas. Servicio de Hematología. Santiago de Cuba. Cuba.

Recibido: 8 de septiembre de 2026

Aprobado: 9 de octubre de 2026



RESUMEN

Fundamento: el síndrome de burnout afecta cada vez más a docentes de ciencias de la salud, especialmente en contextos de escasez de recursos y alta demanda laboral. En Cuba, la investigación sobre este fenómeno en profesores de carreras de medicina y enfermería sigue siendo limitada.

Objetivo: comparar los niveles de burnout en docentes de medicina y enfermería según el área de formación curricular.

Métodos: se realizó un estudio observacional, descriptivo y correlacional, con 59 docentes de la Filial de Ciencias Médicas de Puerto Padre. Se aplicó el Maslach Burnout Inventory, que evalúa agotamiento emocional, despersonalización y realización personal junto a un cuestionario sociodemográfico y académico. La consistencia interna fue aceptable (alfa de Cronbach entre 0,72 y 0,907). Dado que los datos no siguieron una distribución normal (Shapiro-Wilk, $p < 0,05$), se emplearon pruebas no paramétricas: Kruskal-Wallis para comparar las áreas curriculares y Spearman para explorar relaciones con el número de asignaturas.

Resultados: el 67,8 % presentó baja realización personal, el 39 % agotamiento emocional alto y solo el 2 % despersonalización alta. No hubo diferencias significativas entre áreas curriculares. El agotamiento emocional se correlacionó positivamente con la despersonalización ($\rho = 0,629$, $p < 0,001$) y negativamente con la realización personal ($\rho = 0,472$, $p < 0,001$); la despersonalización también se correlacionó negativamente con la realización personal ($\rho = 0,397$, $p < 0,001$). No se encontraron correlaciones significativas entre el número de asignaturas y las dimensiones del burnout. El 18,6 % presentó burnout completo.

Conclusiones: se compararon los niveles de burnout entre las áreas de formación curricular, confirmando la homogeneidad de las puntuaciones entre grupos, sin diferencias significativas.

Palabras clave: AGOTAMIENTO PROFESIONAL; PROFESORES UNIVERSITARIOS; EDUCACIÓN MÉDICA; DESPERSONALIZACIÓN; ESTRÉS LABORAL.

Descriptores: AGOTAMIENTO PROFESIONAL; CIENCIAS DE LA SALUD; FORMACIÓN DEL PROFESORADO.

ABSTRACT

Background: burnout syndrome increasingly affects health science educators, especially in resource-constrained contexts with high labor demand. In Cuba, research on this phenomenon among medical and nursing professors remains limited.

Objective: compare the levels of burnout in medical and nursing teachers according to the area of curricular training.

Methods: an observational, descriptive and correlational study was carried out with 59 teachers of Medical Sciences from Puerto Padre. The Maslach Burnout Inventory (MBI) was applied, which evaluates emotional exhaustion, depersonalization and personal fulfillment along with a sociodemographic and academic questionnaire. The internal consistency was acceptable (Cronbach alpha between 0.72 and 0.907). Since the data did not follow a normal distribution (Shapiro-Wilk, $p < 0.05$), non-parametric tests were used: Kruskal-Wallis to compare curricular areas and Spearman to explore relationships with subject numbers.

Results: 67.8 % had low personal fulfillment, 39 % high emotional exhaustion and only 2 % high depersonalization. There were no significant differences between curricular areas. Emotional exhaustion correlated positively with depersonalization ($\rho = 0.629$, $p < 0.001$) and negatively with personal realization ($\rho = 0.472$, $p < 0.001$); depersonalization also correlated negatively with personal realization ($\rho = 0.397$, $p < 0.001$). No significant correlations were found between the number of subjects and the dimensions of burnout. 18.6 % presented complete burnout.

Conclusions: burnout levels were compared between curricular training areas, confirming the homogeneity of scores among groups, without significant differences.

Keywords: PROFESSIONAL EXHAUSTION; UNIVERSITY TEACHERS; MEDICAL EDUCATION; EMOTIONAL EXHAUSTION; DEPERSONALIZATION; WORK STRESS; WORKING CONDITIONS

Descriptors: BURNOUT, PROFESSIONAL; HEALTH SCIENCES; TEACHER TRAINING.

Translated into English by:

Julio César Salazar Ramírez 



Citar como: Ortiz-Cabrera Y, Gallego-Sánchez JA, Ramírez-Pupo FdC, Padilla-Rodríguez E, Pérez-Suárez O, González-Marrero C. Burnout en docentes de Medicina y Enfermería según área de formación curricular. Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta. 2026; 51(Esp): e4061. Disponible en: <https://revzoilomarinellosld.sld.cu/index.php/zmv/article/view/4061>.



Universidad de Ciencias Médicas de Las Tunas
Centro Provincial de Información de Ciencias Médicas
Ave. de la Juventud s/n. CP 75100, Las Tunas, Cuba

INTRODUCCIÓN

El burnout es una respuesta al estrés laboral crónico caracterizada por agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal.⁽¹⁾ Aunque se identificó originalmente en profesiones de ayuda y servicio, hoy se reconoce como un problema de salud pública que afecta a muchos sectores, especialmente aquellos que implican una alta carga emocional y relacional.⁽²⁾

La sobrecarga de trabajo, la falta de apoyo institucional y la escasez de recursos, son factores de riesgo para el burnout, sobre todo en contextos de alta demanda laboral. Entre sus consecuencias están el ausentismo, la desmotivación, el deterioro del bienestar general, la menor calidad en la atención o la docencia y manifestaciones como distanciamiento afectivo, impaciencia, irritabilidad, desgano, falta de ideas y conducta violenta, estrés laboral, desinterés profesional, deterioro de las relaciones familiares e insensibilidad con los pacientes.^(2,3)

Byung-Chul Han,⁽⁴⁾ entiende el burnout es un síndrome de la sociedad del rendimiento, donde el sujeto se autoexplota en nombre de la productividad y termina agotado tanto física, como existencialmente. El burnout no es solo agotamiento laboral, sino pérdida de sí mismo en un sistema que exige productividad constante y no deja espacios para la contemplación y el descanso. Esta perspectiva permite ver el agotamiento profesional como una manifestación de las condiciones culturales en las que se vive, donde la exigencia permanente y la ausencia de pausa se han vuelto la norma. El burnout deja de ser así, un asunto personal para convertirse en un síntoma de un malestar social más amplio.

En el ámbito educativo, revisiones sistemáticas⁽⁵⁻⁷⁾ confirman la presencia del burnout en profesores universitarios latinoamericanos y lo vinculan a la sobrecarga, la falta de reconocimiento, las exigencias institucionales y la insatisfacción laboral.

Estos factores se combinan con aspectos sociodemográficos como la edad, el sexo, tener hijos y los años de experiencia laboral⁽⁵⁾ y con variables psicológicas (resiliencia, compromiso laboral, depresión, autoeficacia), así como con la calidad educativa.⁽⁶⁾ La evidencia disponible también señala la necesidad de profundizar en el estudio de los factores protectores que puedan prevenir el burnout en este grupo.⁽⁷⁾

En profesionales de la salud, los factores de riesgo más frecuentes son la sobrecarga laboral, los turnos prolongados y los bajos salarios.⁽³⁾ La coincidencia de estos factores en el personal docente y sanitario sugiere que el burnout responde a patrones comunes, vinculados a las condiciones estructurales del trabajo en ambos sectores.

En Cuba, estudios recientes en docentes de educación superior, identifican la sobrecarga laboral y el cansancio emocional como dimensiones predominantes.⁽⁸⁻¹¹⁾ Martín et al.⁽⁸⁾ en docentes de

Ciencias de la Salud, encontraron que los factores psicosociales se relacionan con el burnout, en especial con el cansancio emocional y la falta de realización personal. En 74 directivos de Nuevitás, Camagüey, se reportó que el 73,7 % presentaba niveles moderados o altos de burnout, con predominio de agotamiento emocional (84,2 % en niveles medios) y baja realización personal (61,8 %), asociados a la sobrecarga laboral, el exceso de trabajo burocrático y la baja remuneración.⁽⁹⁾

En docentes de secundarias básicas de San Miguel del Padrón, La Habana, el estado emocional y la insatisfacción laboral afectaron su realización personal y su rendimiento, con una alta frecuencia de signos de estrés, como agotamiento físico y cansancio emocional.^(10,11) Estos resultados, similares a los de otros países de la región, refuerzan la necesidad de profundizar en el estudio del burnout en el ámbito local.

Pese a estos avances, la investigación sobre burnout en docentes de ciencias de la salud en Cuba, sigue siendo escasa. Estos enfrentan condiciones laborales que podrían constituir factores de riesgo para el burnout, pero se desconoce si estas condiciones afectan de manera diferente según el área de formación curricular de las asignaturas que imparten.

En la Filial de Ciencias Médicas de Puerto Padre, no se han reportado estudios que aborden este fenómeno, lo que limita la posibilidad de diseñar intervenciones adaptadas a sus necesidades reales. Por eso, el presente estudio tiene como objetivo comparar los niveles del burnout en docentes de medicina y enfermería según el área de formación curricular.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se realizó un estudio observacional, descriptivo y correlacional, con enfoque cuantitativo y diseño no experimental de corte transversal, en la Filial de Ciencias Médicas de Puerto Padre, Las Tunas, durante el período mayo-junio de 2026.

La población estuvo constituida por los profesores de las carreras de Medicina y Licenciatura en enfermería, pertenecientes a los departamentos de Ciencias Básicas Biomédicas, Enfermería, Multidisciplinario, Filosofía e Historia, Formación General, Metodológico, Postgrado e Investigación y Dirección. Se trabajó con una muestra de 59 docentes mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, sin aplicar criterios de exclusión.

Las variables estudiadas se organizaron en tres grupos: sociodemográficas (sexo y edad); académicas (departamento de adscripción, años de experiencia docente, carreras a las que imparte docencia: medicina, licenciatura en enfermería o ambas, número de asignaturas distintas que imparte y área de formación curricular: formación general, formación básica o ejercicio de la profesión), según el plan de estudios E y del síndrome de burnout que incluyó las puntuaciones continuas de agotamiento emocional (AE), realización personal (RP) y

despersonalización (D), obtenidas con el Maslach Burnout Inventory (MBI) ⁽¹⁾ así como los niveles categóricos (bajo, medio, alto) de cada dimensión y el burnout completo (AE Alto + D Alto+ RP Bajo) según los puntos de corte del MBI.

Para la recolección de los datos se utilizaron dos instrumentos. El primero fue el MBI en su versión para profesionales de la salud y educación, que consta de 22 ítems distribuidos en tres subescalas: agotamiento emocional (9 ítems), despersonalización (5 ítems) y realización personal (8 ítems). Cada ítem se responde en una escala de frecuencia de 1 a 5 (1: nunca, 2: algunas veces al año, 3: algunas veces al mes, 4: algunas veces a la semana, 5: diariamente). El segundo fue un cuestionario sociodemográfico y académico diseñado expresamente para este estudio, con el fin de recoger las variables mencionadas. Los cuestionarios se aplicaron en formato impreso, cada profesor respondió de forma anónima.

Los datos se registraron en el software Jamovi, donde cada participante fue identificado con ID, sin registrar nombres ni datos personales. Se realizó un análisis descriptivo (medias, desviaciones estándar, frecuencias) para caracterizar la muestra y los niveles del burnout.

Para evaluar la consistencia interna del instrumento en la muestra estudiada, se calculó el coeficiente alfa de Cronbach para cada subescala del MBI. La normalidad de las variables cuantitativas se evaluó

mediante la prueba de Shapiro-Wilk, la cual mostró que las variables principales (AE, RP, D) no siguieron una distribución normal ($p < 0,05$). Por ello se utilizaron pruebas no paramétricas para el análisis inferencial: la prueba de Kruskal-Wallis para comparar las puntuaciones de AE, RP y D entre las tres áreas de formación curricular y el coeficiente de correlación de Spearman (ρ) para explorar la relación entre las dimensiones del burnout y el número de asignaturas impartidas. Se consideró un nivel de significación estadística de $p < 0,05$.

El estudio se realizó siguiendo los principios de la Declaración de Helsinki. Los participantes fueron informados sobre el objetivo y aceptaron colaborar. Se garantizó la confidencialidad de los datos y el derecho de los participantes a retirarse en cualquier momento sin consecuencias. Contó con la aprobación del Consejo Científico de la institución.

RESULTADOS

Los docentes tenían una edad media de $54,2 \pm 8,37$ años y un promedio de $23,0 \pm 12,0$ años de experiencia en la docencia. El 64,4 % eran mujeres. En cuanto a la carga académica, el número medio de asignaturas distintas que cada uno impartía fue de $2,08 \pm 1,15$.

El departamento de Ciencias Básicas Biomédicas fue el de mayor representatividad de profesores, la mayoría de los docentes impartía clases a ambas carreras y el grupo más numeroso se concentró en asignaturas del perfil profesional (**tabla 1**).

TABLA 1. Características generales de la muestra (n=59)

Variable	Categoría	n(%)
Departamento	Ciencias Básicas Biomédicas	15 (25,4)
	Filosofía e Historia	4 (6,8)
	Formación general	9 (15,3)
	Multidisciplinario	10 (16,9)
	Enfermería	8 (13,6)
	Otros	13 (22,0)
Carreras a las que imparte docencia	Solo medicina	22 (37,3)
	Solo enfermería	14 (23,7)
	Ambas	23 (39,0)
Área de formación curricular	Formación general	12 (20,3)
	Formación básica	17 (28,8)
	Ejercicio de la profesión	30 (50,8)

Fuente: cuestionario sociodemográfico

TABLA 2. Consistencia interna del Maslach Burnout Inventory (alfa de Cronbach)

Subescala	Número de ítems	Alfa de Cronbach
Agotamiento emocional	9	0,907
Realización personal	8	0,734
Despersonalización	5	0,72

Fuente: cuestionario MBI (Maslach Burnout Inventory)

Nota: valores $>0,70$ indican consistencia interna aceptable

La **tabla 2**, presenta los coeficientes alfa de Cronbach para las tres subescalas del MBI. Los valores obtenidos superaron el punto de corte de 0,70 lo que indica una consistencia interna aceptable del instrumento en la muestra estudiada.

En la **tabla 3** se presentan los niveles de burnout en las tres dimensiones evaluadas. La realización personal fue la más afectada, con una alta proporción de docentes en niveles bajos. El agotamiento emocional alto fue relevante, mientras que la despersonalización alta, fue prácticamente inexistente.

TABLA 3. Niveles de Burnout en los docentes (n=59)

Subescala	Bajo n(%)	Medio n(%)	Alto n(%)
Agotamiento emocional	23 (39,0)	13 (22,0)	23 (39,0)
Realización personal	40 (67,8)	17 (28,8)	2 (3,4)
Despersonalización	17 (28,8)	29 (49,2)	1 (2,0)

Fuente: cuestionario MBI (Maslach Burnout Inventory)

TABLA 4. Comparación del Burnout según el área de formación curricular

Dimensión	FG (n=12)	FB (n=17)	EP (n=30)	P
Agotamiento emocional	19,5 (12,5)	21,0 (27,0)	22,0 (12,5)	0,523
Realización personal	31,5 (6,0)	32,0 (9,0)	31,0 (5,8)	0,679
Despersonalización	6,5 (1,5)	6,0 (5,0)	7,0 (4,0)	0,880

Fuente: cuestionario MBI (Maslach Burnout Inventory)

Nota: mediana (IQR). Prueba de Kruskal-Wallis. FG: formación general. FB: formación básica; EP: ejercicio de la profesión. $p < 0,05$.

La comparación de las puntuaciones de burnout entre las tres áreas de formación curricular se presenta en la **tabla 4**. No se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos en ninguna de las tres dimensiones del burnout.

El agotamiento emocional se correlacionó positivamente con la despersonalización y negativamente con la realización personal. Además no se encontraron correlaciones significativas entre asignaturas y dimensiones del burnout, resultados que se muestran en la **tabla 5**.

TABLA 5. Matriz de correlaciones de Spearman entre las dimensiones del Burnout y el número de asignaturas

Variable	1	2	3	4
Agotamiento emocional	1	0	0	0
Realización personal	-0,472***	1	0	0
Despersonalización	0,629***	-0,397**	1	0
Número de asignaturas	-0,134	0,055	0,022	1

Fuente: cuestionario MBI (Maslach Burnout Inventory).

Nota: coeficiente de correlación de Spearman (rho). *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$

DISCUSIÓN

El baremo del MBI establece la presencia de síndrome cuando se combinan puntuaciones altas en agotamiento emocional y despersonalización con una puntuación baja en realización personal. ⁽⁶⁾ Aplicando este criterio, 11 docentes (18,6 %) presentaron la forma completa. Esta cifra es inferior al 73,7 % reportado por Morgade et al. ⁽⁹⁾ en directivos de Camagüey, lo que se explica por la utilización de una clasificación más amplia que incluía niveles moderados y altos de burnout, mientras que el presente estudio aplicó el criterio más estricto de simultaneidad de las tres dimensiones en sus niveles críticos.

En la filial, los docentes trabajan en un contexto de escasez: apagones, falta de conectividad, bajos salarios, reestructuración curricular y tareas administrativas añadidas a la docencia. La falta de electricidad limita el uso de medios tecnológicos en el aula, dificulta la preparación de clases y reduce el tiempo disponible para el descanso y la vida personal. A ello se suman estudiantes con inasistencias frecuentes y bajo rendimiento lo que complejiza aún más la tarea educativa. Esta realidad, sostenida durante años, no responde a fallas individuales, sino a un contexto de carencia sistémica que erosiona el sentido de logro y contribuye al agotamiento emocional de los docentes. La realización personal fue la dimensión con mayor afectación. Coincidiendo con Baldeón et al. ⁽⁶⁾ la burocracia, la falta de infraestructura, la

devaluación del trabajo docente y los bajos salarios, aparecen como factores que operan con intensidad en la filial. Elliot ⁽¹²⁾ describe las exigencias institucionales y estudiantiles que inciden en la sensación de éxito. El proceso de desilusión que comienza con el idealismo y deriva en apatía y distanciamiento, descrito por Ramírez et al. ⁽²⁾ ayuda a comprender por qué esta subescala presentó la prevalencia más alta.

Frankl ⁽¹³⁾ sitúa esta pérdida de sentido en la neurosis noógena: la voluntad de sentido se frustra por la sobrecarga y la falta de recursos, transformando el trabajo en rutina sin propósito. Han ⁽¹⁴⁾ la ubica en la sociedad del rendimiento, donde el sujeto se autoexplota y la hiperactividad impide la contemplación. En el presente estudio, la conjunción de estas lecturas permite interpretar la baja realización personal como manifestación de factores culturales e institucionales adversos que socavan la vocación y el cometido de los docentes.

El agotamiento emocional, con un 39 % de los docentes en niveles altos, fue la segunda dimensión con mayor afectación. Mullainathan y Shafir ⁽¹⁵⁾ explican este fenómeno desde la visión de túnel: la escasez crónica genera concentración en lo urgente, desplazando el descanso y el autocuidado. Este enfoque, útil a corto tiempo, tiene un costo a largo plazo: el desgaste emocional. Además, describen un gravamen sobre el ancho de banda: la escasez reduce la capacidad cognitiva disponible de forma persistente, comparable a perder una noche de

sueño, lo que se manifiesta en dificultad para concentrarse, olvidos, irritabilidad y sensación de agotamiento constante.

En enfermeras de Lima Metropolitana, Pérez y Bendejú,⁽¹⁶⁾ encontraron que la carga laboral explica el 85 % de la variabilidad del burnout, confirmando que el exceso de trabajo es el factor central en el desarrollo del agotamiento.

En Cuba, Martín et al.⁽⁸⁾ reportaron un 49,24 % de cansancio emocional alto en docentes de ciencias de la salud, asociado a factores psicosociales. Ramírez et al.⁽²⁾ advierten sobre el tabú de que el buen empleado es el que se queda más tiempo y señalan la necesidad de equilibrar la vida laboral y personal. Cháidez⁽⁴⁾ describe cómo la hiperatención, reemplaza la atención profunda. Estos hallazgos coinciden en que el agotamiento emocional no es un problema individual, sino una respuesta a condiciones estructurales de carga excesiva y ausencia de pausas.

La despersonalización alta fue prácticamente inexistente (2 %), un hallazgo atípico que se diferencia de otros estudios en contextos educativos. Flores et al.⁽¹⁷⁾ en docentes que atienden alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo, documentaron un 19,6 % de cinismo, asociado a sobrecarga, falta de recursos y formación. Un patrón similar fue encontrado por García et al.⁽¹⁸⁾ en docentes universitarios ecuatorianos, el 87,88 % nunca trataban a los alumnos como objetos impersonales y el agotamiento emocional (54,55 %) no condujo a despersonalización. Vargas y Moreno⁽¹⁹⁾ señalan que facilitadores del síndrome como el neuroticismo, la baja autoestima o la evitación pueden hacer a algunos más vulnerables, lo que sugiere que la mayoría de los profesores de la filial cuenta con herramientas personales de protección que preservan su vínculo afectivo.

Desde Arendt⁽²⁰⁾ la baja despersonalización puede leerse como resistencia a la banalidad del mal: los docentes no han normalizado la indiferencia. Gilligan⁽²¹⁾ sostiene que los seres humanos son naturalmente relacionales y empáticos y que la separación entre el yo y las relaciones es daño moral, no madurez. La mayoría (98 %) preserva su voz honesta y su capacidad de cuidado, sostenida por una brújula interna (themis) que persiste incluso bajo sobrecarga. Noddings⁽²²⁾ introduce la capacidad ética disminuida: el 2 % con despersonalización alta podría estar actuando bajo un ideal ético reducido por presión externa, no por elección deliberada. Quienes actúan bajo ese estándar disminuido merecen compasión, no condena. El 98,% restante demuestra dureza del cuidado: mantener ese referente ético en circunstancias adversas.

Porges⁽²³⁾ aporta la base neurofisiológica: la baja despersonalización indica que el sistema nervioso aún accede al estado de conexión social (vago ventral), mientras que el 2 % podría estar en vago dorsal (shutdown), una respuesta involuntaria ante amenazas ineludibles. La baja despersonalización, junto con la alta prevalencia de baja realización

personal, sugiere que los docentes mantienen su compromiso con los estudiantes a pesar de haber perdido el sentido de logro personal y preservan su capacidad de vincularse afectivamente incluso en condiciones difíciles, lo que resulta un dato alentador.

Los hallazgos apuntan a la necesidad de intervenciones que aborden las condiciones estructurales del desgaste docente. Fisher⁽²⁴⁾ al analizar el realismo capitalista, describe cómo los problemas sistémicos son transformados en fallos individuales en situaciones de inequidad. Esta lógica, aunque pensada para el capitalismo, encuentra un paralelo en el ámbito educativo cubano: el docente es responsabilizado individualmente por un agotamiento que responde a la sobrecarga laboral, la falta de recursos, la reestructuración curricular, condiciones que no dependen de su voluntad ni de su capacidad de afrontamiento.

Goyes et al.⁽²⁵⁾ señalan que el burnout se desarrolla progresivamente desde un estrés común hasta el síndrome, lo que refuerza la necesidad de intervenciones tempranas. En este sentido, las comunidades de práctica ofrecen un marco pertinente. Wenger y Snyder⁽²⁶⁾ proponen identificarlas, proporcionarles infraestructura y medir su valor a través de las historias de los miembros. Porges⁽²³⁾ permite entender estas comunidades como espacios de co-regulación que activan el vago ventral, al proporcionar seguridad, conexión y apoyo mutuo.

Las comunidades de práctica son especialmente relevantes en el escenario cubano, donde las redes informales entre colegas ya existen y podrían fortalecerse institucionalmente.

Alvarado et al.⁽⁵⁾ destacan la necesidad de planes de detección temprana y apoyo psicológico, social y familiar. Pedreros et al.⁽²⁷⁾ identifican que las intervenciones psicosociales, como yoga combinado con terapia cognitivo-conductual o entrenamiento de la mente compasiva son las más efectivas para reducir el burnout. Rojas et al.⁽⁷⁾ por su parte, enfatizan la necesidad de estudiar los factores protectores y señalan la ausencia de planes de intervención en la región.

Garrafa y Porto⁽²⁸⁾ desde la bioética de intervención, proponen un marco para contextos de inequidad: el burnout no es un problema individual, sino una situación persistente que exige respuestas contextualizadas. Introducen el concepto de corporeidad, el cuerpo como materialización de la persona y las 4 Ps (prudencia, prevención, precaución y protección) como una guía para proteger a quienes están en situación de mayor riesgo. El 98 % de los docentes que preserva su capacidad de conexión y cuidado podría estar sostenido por redes informales de apoyo, mientras que el 2 % que se despersonaliza podría ser aquel que carece de este tipo de pertenencia.

A modo de conclusión se puede establecer que las intervenciones basadas en comunidades de práctica, combinadas con estrategias psicosociales y un

enfoque de bioética de intervención, podrían contribuir a proteger la salud mental de los docentes.

Entre las limitaciones del estudio, el diseño transversal impide establecer relaciones causales y limita la comprensión del burnout como un proceso que se desarrolla en el tiempo. El tamaño de la muestra restringe la generalización de los resultados.

A pesar de estas limitaciones, los hallazgos son válidos: la consistencia interna del MBI fue aceptable y los resultados son coherentes con lo reportado por otros estudios en contextos similares, lo que respalda su solidez.

Como recomendación para futuras investigaciones, se sugieren estudios longitudinales que permitan explorar la evolución del burnout y los factores protectores que podrían explicar la baja despersonalización en la muestra. Sería valioso implementar y evaluar intervenciones basadas en comunidades de práctica y ampliar el estudio a otras filiales de ciencias médicas en Cuba. Los niveles de burnout fueron homogéneos entre las áreas de formación curricular, sin diferencias significativas. Las dimensiones con mayor afectación resultaron la realización personal y el agotamiento emocional, lo que indica un desgaste centrado en la pérdida de sentido y el cansancio, más que en la indiferencia hacia los estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Maslach C, Jackson SE, Leiter MP. Maslach Burnout Inventory. 3ra ed. Palo Alto (CA): Consulting Psychologists Press; 1996.
2. Ramírez Domínguez L, Rumich I, Azcona A, López B, Barría R, Valiente K, et al. Síndrome de burnout , una revisión de la bibliografía científica. RCUPAP [revista en internet]. 2024 [citado 5 de junio 2026]; 4(1): 92-99. Disponible en: <https://revistacientifica.upap.edu.py/index.php/revistacientifica/article/view/173>.
3. Alzate Cardona D. Revisión bibliográfica sobre el síndrome de burnout en los profesionales de la salud en Latinoamérica según la literatura disponible en los últimos 5 años [tesis de especialización]. Medellín: Universidad de Antioquia. Facultad Nacional de Salud Pública Héctor Abad Gómez; 2021 [citado 5 de junio 2026]. Disponible en: <https://bibliotecadigital.udea.edu.co/server/api/core/bitstreams/ca4f74db-1ba8-4ae5-93a8-6b647f9eac/content>.
4. Cháidez Leos LE. El Burnout como síndrome social del siglo XXI en Byung-Chul Han. Leteo [revista en internet]. 2023 [citado 5 de junio 2026]; 4(8): 209-215. Disponible en: <https://revistascientificas.uach.mx/index.php/leteo/article/view/1307>.
5. Alvarado-Peña LJ, Amaya-Sauceda RA, Muñoz-Castorena RV, Reyes-Alvarado S, Ramos-Farroñán E, Sansores-Guerrero EA. Síndrome de burnout en profesores universitarios de Latinoamérica: una revisión de literatura. Telos [revista en internet]. 2023 [citado 5 de junio 2026]; 25(3): 802-818. Disponible en: <https://ojs.urbe.edu/index.php/telos/article/view/1201>.
6. Baldeón Dávila MR, Janampa López LR, Rivera Lucas JA, Santivañez Meza LM. Síndrome de burnout: una revisión sistemática en Hispanoamérica. LATAM [revista en internet]. 2023 [citado 5 de junio 2026]; 4(1): 1809-1830. Disponible en: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.378>.
7. Rojas-Solís JL, Totolhua-Reyes BA, Rodríguez-Vásquez DJ. Síndrome de Burnout en docentes universitarios: una revisión sistemática. Rev. Espiral. Cuadernos del Profesorado [revista en internet]. 2021 [citado 6 de junio 2026]; 14(29): 136-150. Disponible en: <https://www.aacademica.org/dr.jose.luis.rojas.solis/74.pdf>.
8. Martín Bogdanovich MM, Agüero Corzo EC, Dávila Morán RC. Factores psicosociales y síndrome de Burnout en docentes universitarios de Ciencias de la Salud. Prohominum [revista en internet]. 2024 [citado 5 de junio 2026]; 6(2): 44-59. Disponible en: <https://doi.org/10.47606/ACVEN/PH0251>.
9. Morgade Marrero Y, Rivera Ramírez R, Luis Rodríguez MJ. Intervención Psico-educativa a través de Mindfulness con personal de la Dirección Municipal de Educación ante la presencia de signos de Síndrome de Burnout. Rcientifica [revista en internet]. 2023 [citado 5 de junio 2026]; 12(48): 164-188. Disponible en: <https://revistas.unan.edu.ni/index.php/Cientifica/article/view/1255>.
10. Veloz Montano MdN, González Martínez MdC, Pérez Lemus L. Interdisciplinary Exploration of the Impact of Job Stress on Teachers' Lives. SAP Rehabilitation and Sports Medicine [revista en internet]. 2023 [citado 5 de junio 2026]; 3:57. Disponible en: <https://rsm.southam.pub/index.php/rsm/article/view/100>.
11. Veloz Montano MdN. A comprehensive approach to the impact of job stress on women in the teaching profession. SAP Rehabilitation and Sports Medicine [revista en internet]. 2023 [citado 5 de junio 2026]; 3: 56. Disponible en: <https://rsm.southam.pub/index.php/rsm/article/view/74>.
12. Elliot GE. Basic Sciences Medical. Faculty and Their Challenges to Compassionate Teaching. Eur. J. Soc. Behav Sci. [revista en internet]. 2022 [citado 5 de junio 2026]; 31(3): 222-235. Disponible en: <https://doi.org/10.15405/ejsbs.324>.
13. Frankl V. El hombre en busca de sentido. 12ª ed. Barcelona: Herder; 1991.
14. Han BC. La Sociedad del cansancio. 1ª ed. Barcelona: Herder; 2012.

15. Mullainathan S, Shafir E. Escasez: ¿por qué tener poco significa tanto? 1ª ed. México. Fondo de Cultura Económica; 2016.
16. Pérez Huaman VC, Bendejú Montero Y. Carga laboral y síndrome de burnout en enfermeras de Lima Metropolitana, 2024-2025. *Ciencia Latina* [revista en internet]. 2025 [citado 5 de junio 2026]; 9(3): 4066-8. Disponible en: <https://doi.org/10.37811/cl-rcm.v9i3.18043>.
17. Flores N, Flórez Cajamarca AM, Jenaro C. Factores de riesgo y protectores del burnout en docentes que atienden a alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE) en el aula ordinaria. *Educación Inclusiva* [revista en internet]. 2021 [citado 12 de junio 2026]; 14(2): 105-120. Disponible en: <https://revistaeducacioninclusiva.es/index.php/REI/article/view/707/646>.
18. García Ávalos ME, Carreras Álvarez ER, Peralta Beltrán AR. Relación entre la fatiga laboral y el síndrome de burnout en el personal docente universitario. *Rev. Elec. Ciencias Gerenciales* [revista en internet]. 2024 [citado 12 de junio 2026]; 6(1): 404-422. Disponible en: <https://doi.org/10.35381/gep.v6i1.103>.
19. Vargas Rubilar NA, Moreno JE. Desencadenantes y facilitadores del desgaste profesional docente en instituciones educativas. *Acta Psiquiatr Psicol Am Lat.* [revista en internet]. 2023 [citado 14 de junio 2026]; 69(1): 5-15. Disponible en: <https://ojs.acta.org.ar/index.php/actapsi/article/view/11>.
20. Arendt H. Eichmann en Jerusalén: un estudio sobre la banalidad del mal. 4ª ed. Barcelona: Lumen; 2003.
21. Gilligan C. La ética del cuidado. Cuadernos de la Fundación Víctor Grífols i Lucas: 30 [en línea]. Barcelona: Fundación Víctor Grífols i Lucas; 2013 [citado 25 de junio 2026]. Disponible en: <https://www.fundaciogrifols.org/documents/4438882/4449093/cuaderno30.pdf/2c81a034-ffc6-4eb4-a9ff-03e7478086c4?t=1420808826058>.
22. Noddings N. *Caring: A Feminine Approach to Ethics Moral Education*. Berkeley: University of California Press; 1984.
23. Porges SW. La Teoría Polivagal para el Tratamiento del Trauma [tele-seminario]. México: Facultad de Psicología UNAM; 2012 [citado 25 de junio 2026]. Disponible en: https://psicoterapiabilbao.es/wp-content/uploads/2015/11/la_teoria_polivagal_1_.pdf.
24. Fisher M. Realismo capitalista: ¿no hay alternativa?. Reino Unido: Ed. Zero Books; 2017.
25. Goyes Acaro FO, Mateo Sánchez JL, Macías Vera T. Estrés laboral y burnout en docentes universitarios. *DeporVida* [revista en internet]. 2024 [citado 16 de junio 2026]; 21(2): 125-144. Disponible en: <https://deporvida.uho.edu.cu/index.php/deporvida/article/view/1006/2976>.
26. Wenger EC, Snyder WN. Communities of practice: the organizational frontiers. *Harv. Bus. Rev.* [revista en internet]. 2000 [citado 16 de junio 2026]; 78(1): 139-145. Disponible en: <https://hbr.org/2000/01/communities-of-practice-the-organizational-frontier>.
27. Pedreros Paredes Y, Gutiérrez Arias R, Lagos Garrido ME, Valenzuela Suazo S. Intervenciones que abordan el burnout docente en educación inclusiva y especial. Una revisión de alcance. *Revista Cubana de Salud y Trabajo* [revista en internet]. 2025 [citado 20 de junio 2026]; 26: e960. Disponible en: <https://www.cabi.digitalibrary.org/doi/full/10.5555/20260066878>.
28. *Diccionario latinoamericano de bioética*. Bogotá: Unibiblos-Universidad Nacional de Colombia/Redbioética Unesco; 2008. Bioética de Intervención; p.161-164.

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses.

Contribución de los autores

Yunelsy Ortiz-Cabrera |  <https://orcid.org/0000-0002-1394-8920>. Participó en: conceptualización e ideas; metodología; investigación; análisis formal; redacción del borrador original; metodología, recursos, revisión y edición final.

José Alfredo Gallego-Sánchez |  <https://orcid.org/0000-0002-7686-8776>. Participó en: conceptualización e ideas; metodología; investigación; administración del proyecto; análisis formal; redacción del borrador original; revisión y edición final.

Farah de la Caridad Ramírez-Pupo |  <https://orcid.org/0000-0002-8862-4824>. Participó en: conceptualización e ideas; investigación, análisis formal; redacción del borrador original; revisión y edición final.

Elaine Padilla-Rodríguez |  <https://orcid.org/0009-0002-0968-0711>. Participó en: conceptualización e ideas; investigación, metodología, análisis formal; redacción del borrador original; y edición final.

Osquell Pérez-Suárez |  <https://orcid.org/0009-0009-0052-9979>. Participó en: conceptualización e ideas; investigación, validación, metodología, análisis formal; redacción del borrador original; y edición final.

Caridad González-Marrero |  <https://orcid.org/0009-0001-1606-5541>. Participó en: conceptualización e ideas; investigación, análisis formal; redacción del borrador original; y edición final.

Este artículo está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional, los lectores pueden realizar copias y distribución de los contenidos por cualquier medio, siempre que se mantenga el reconocimiento de sus autores.