

Burnout en Profesores de Educación Superior. El caso de la IByCENECH

Burnout in higher education professors. The IByCENECH case

Anabell Sosa Fierro
Institución Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de Chihuahua
anabellsofi@hotmail.com

Rosalva Flores Zubía
Institución Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de Chihuahua
rosalvafloreszubia@hotmail.com

Gabriela Vázquez Delgado
Institución Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de Chihuahua
gabriela.prf68@hotmail.com

Resumen

El síndrome de Burnout, también conocido como síndrome de desgaste ocupacional (SDO) o incluso síndrome de quemarse por el trabajo (Maslach y Jackson 1986). Es un fenómeno que se presenta en la sociedad actual y se manifiesta por el estrés en fase avanzada. El objetivo de este estudio es conocer en qué medida se manifiesta el desgaste emocional o burnout en profesores de Educación Superior (formadores de docentes) y su relación con factores tales como género, número de horas frente a grupo, número de hijos y cargas extra (adicionales a la docencia). Se trata de un estudio transversal, correlacional. Se utiliza estadística descriptiva para estudiar el caso de 81 profesores de la Escuela Normal. El levantamiento de datos se realiza a través de una encuesta electrónica elaborada para obtener: datos sociodemográficos, historia clínica, así como de las condiciones de trabajo, para lo cual se emplea el Maslach Burnout Inventory (MBI), que contiene 22 ítems para valorar las subescalas de agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Dentro de los hallazgos se presenta que el género y el número de hijos se consideran un factor de riesgo para tener niveles altos de burnout. Se advierte que el género femenino presenta mayor nivel de agotamiento, pero altos niveles de realización personal, por lo que sus niveles de burnout son bajos. Las cargas académicas adicionales a la docencia, así como las horas frente a grupo, no parecen estar relacionadas con los niveles altos de burnout.

Palabras clave

Burnout, profesores, educación superior.

Abstract

Burnout syndrome, also known as occupational burnout syndrome (OBS) or even burnout syndrome (Maslach and Jackson 1986). It is a phenomenon that occurs in today's society and is manifested by stress at an advanced stage. The objective of this study is to know to what extent the emotional burnout or burnout in teachers of Higher Education (teacher educators) and its relationship with factors like gender, number of hours in front of the group, number of children and extra charges (additional to teaching). It is a cross-sectional, correlational study. Descriptive

statistics are used to investigate the case of 81 Teachers of the Normal School. The data collection is done through an electronic survey developed to obtain: sociodemographic data, clinical history, as well as working conditions, for which the Maslach Burnout Inventory (MBI) is used, which contains 22 items to assess the subscales of emotional exhaustion, depersonalization and personal fulfillment. Among the findings, it is presented that gender and number of children are considered a risk factor to have high levels of burnout. It is noted that the feminine gender presents/displays a greater level of exhaustion, but elevated levels of personal accomplishment, the reason why their levels of burnout are low. The academic charges in addition to the teaching, as well as the hours in front of the group, do not seem to be related to the high levels of burnout.

Keywords

Burnout, teachers, higher education.

Introducción

La vertiginosa vida moderna plantea tal cantidad de demandas que los individuos se ven expuestos al estrés, por lo que este tema ha venido cobrando relevancia en materia de salud individual. Señalan Williams y Cooper (2004), que no debe subestimarse el impacto del estrés en el trabajo, debido a que se observa en el gasto que representa tanto en enfermedad, relaciones destruidas, fracaso profesional, entre otros. Asimismo, representa altos costos en el desempeño, en las deficiencias de los servicios que se prestan, así como fallas en la innovación.

La fundación europea estima que el estilo de vida y las enfermedades relacionadas con ello, explican cuando menos la mitad de todas las muertes prematuras. Aun cuando las cifras oficiales de muertes por estrés puedan ser imprecisas, reflejan altos costos para los individuos y para las instituciones.

Lazarus y Folkman (1986) citados en Otero (2011) definen el estrés como:

[...] una relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado por éste como amenazante o desbordante para sus recursos y que pone en peligro su bienestar” (p. 48).

El síndrome de Burnout, también conocido como síndrome de desgaste profesional, ocupacional o incluso síndrome de quemarse por el trabajo (SQT). Gil Monte (2006). Es

considerado un padecimiento que se manifiesta en la presencia de estrés (fase avanzada) en el organismo, ante factores estresantes emocionales e interpersonales que se presentan en el trabajo. Puede observarse en el ámbito profesional y por lo tanto en la calidad de vida.

Por su parte, según Gil Monte (2006) menciona que la Organización Internacional del Trabajo (OIT) reconoce que el entorno laboral puede ser un agente capaz de deteriorar la salud de las personas durante el desempeño de su trabajo. En un estudio realizado para la OIT, Houtman y Kompier (2001) señalan que la salud mental está determinada en parte por las características del entorno ocupacional y que los factores psicosociales y organizativos juegan un papel relevante.

En el caso del Burnout, según Otero (2011) algunos síntomas específicos del estrés, se ven manifestados en tres áreas: fisiológica, cognitivo emocional y conductual. La primera corresponde a inhibición del sistema inmunológico, problemas cardiovasculares, tensión muscular, entre otros. La segunda presenta ansiedad, hostilidad, pérdida de memoria, entre otros. Una tercera, se ve manifiesta en el deterioro de las relaciones interpersonales, aumento del consumo del tabaco, alcohol, absentismo laboral, conflictos familiares, entre otros.

Es así, que la presencia del estrés laboral es un hecho y las personas se enferman por demandas psicosociales, de los lugares en que trabajan. En el caso de los profesores de nivel superior, se sabe que están obligados a cumplir con una serie de funciones o tareas que implican la docencia, la difusión, la investigación y la gestión, aunado al desgaste que pueda representar el atender de manera adecuada a sus alumnos, de quienes es un referente obligado, de los padres de familia, de sus compañeros y de las personas que interactúan con él.

Hiebert y Farber(1984) evidencian que la docencia es una profesión estresante. Señalan que las principales consecuencias que afectan a los docentes en su ámbito de trabajo son la incapacidad para desconectarse del trabajo, los problemas de sueño, el cansancio, aumenta la susceptibilidad a la enfermedad, problemas gastrointestinales, de espalda, cuello, dolores de cabeza, entre otros; que están relacionados, en ocasiones con el abuso de fármacos, tranquilizantes, estimulantes, abuso de café, alcohol y drogas.

Se hace necesario conocer la relación entre el estrés que parecen manifestar los profesores de Educación Superior (formadores de docentes), con las variables con que pueda estar relacionado, con el propósito de profundizar en el conocimiento de las manifestaciones del síndrome de Burnout. Por lo anterior se presenta el siguiente planteamiento:

¿Qué relación existe entre el burnout, el número de horas frente a grupo, el número de hijos y las cargas extra que tienen los profesores de Educación Superior?

Objetivo General

Conocer la relación que existe entre el síndrome de burnout y las variables: horas frente a grupo, número de hijos y cargas extra.

Objetivos específicos

- Conocer la medida del desgaste emocional o burnout en los docentes de la IByCENECH.
- Identificar las variables que se relacionan o definen la presencia de desgaste emocional o burnout en los docentes.

Dentro de la delimitación del concepto de burnout y del abordaje de sus síntomas pueden diferenciarse dos perspectivas: una de ellas, de carácter clínico, que se ha orientado al diagnóstico y otra de carácter psicosocial, concentrada en explicar el fenómeno, en atender su tratamiento, prevención y cómo se desarrolla. Estas dos perspectivas no deben considerarse como antagónicas, sino más bien se han visto como complementarias.

Desde la perspectiva clínica, el burnout según Gil Monte (2006) se entiende como: “un estado mental negativo al que el sujeto llega como consecuencia del estrés laboral” (Pág. 54). Este autor señala que esta visión, con el modelo clásico de salud-enfermedad, es útil para efectos prácticos de diagnóstico, pero no para comprender el fenómeno. Para diagnosticar, es necesario evaluar si una persona tiene determinados niveles o síntomas, sin considerar el proceso que ha conducido a esa situación.

La perspectiva clínica, centra el foco o manejo en el trabajador, sin delimitar el fenómeno en toda su extensión. Esta perspectiva es indispensable, para saber a qué nivel el síndrome empieza a ser un problema, tanto para la persona como para la institución u organización.

Por su parte, la perspectiva psicosocial recomienda considerar al burnout, “un proceso que se desarrolla debido a la interacción entre las características del entorno laboral y las características personales” Esta representación, es útil para entender cómo se genera y cómo evoluciona el

síndrome y sus síntomas, como un proceso por el que el individuo atraviesa en una secuencia de etapas o fases con distinta sintomatología. Este puede ser reversible si la persona alude a estrategias de afrontamiento adecuadas, para superar las situaciones de estrés laboral crónico, o bien, puede ocurrir lo contrario, es decir, que el individuo asuma estrategias de afrontamiento inadecuadas, causando un daño irreversible, que puede desencadenar en el abandono de trabajo, o incluso de la profesión, situación de la cual no podría salir, sin la ayuda de un profesional.

Encontrar el origen del estrés o el burnout no es tarea sencilla debido a que la raíz del problema puede estar en la interacción de múltiples factores, de diversa naturaleza, ya sea organizativos, personales o bien de tipo sociocultural.

Los teóricos coinciden en que los factores personales son facilitadores, mientras que las variables o aspectos organizativos son desencadenantes, es decir son la causa directa y única, por lo que desempeñan un papel preponderante.

Gil Monte (2006) por su parte enfatiza que con frecuencia los miembros de las organizaciones del sector servicios se enfrentan a problemas cuya resolución o mejoría no depende solamente de ellos, en los profesores, como es el caso del fracaso académico de los estudiantes.

No obstante el trabajador se siente responsable de su resolución y si no lo resuelve cuestiona su valía como profesional. Asimismo menciona que, cuando los profesionales perciben que tienen poca capacidad para influir sobre los resultados de su trabajo desarrollan una baja realización personal, un alto agotamiento y una alta despersonalización.

Existen diversos modelos desde los cuales se explica el fenómeno del burnout en profesores.

El modelo, desarrollado por Maslach y Leiter, en el cual se fundamenta este trabajo es un modelo que se considera según Otero (2011) conceptualmente correcto, debido a que incorpora todos los elementos que dan significado a este fenómeno. Con este modelo se trata de reflejar cuál es la naturaleza, las condiciones y las consecuencias del burnout con relación a la profesión docente. Además, este modelo se constituye como un marco de trabajo, incluso se denomina *modelo de trabajo* con características de coherencia y amplitud en el marco conceptual, que permiten realizar la investigación.

Esta propuesta destaca el efecto del burnout sobre la conducta y experiencia tanto del profesor como del estudiante. Es uno de los puntos medulares de este modelo, debido a que incorpora al sujeto al que se dirige la labor docente *el alumno*. Estos autores suponen que las personas *quemadas o con burnout*, tienden a adoptar comportamientos como menor implicación en las tareas, aminorar las respuestas de apoyo a sus alumnos, menor preparación de las clases, poca participación en las actividades escolares, poco reconocimiento al trabajo de los alumnos, así como una actitud crítica ante los alumnos.

Los alumnos por su parte, ante estos comportamientos del profesor empiezan a cambiar su percepción hacia el docente, así como sus sentimientos hacia él y su comportamiento en clase, por lo que el nivel de aprendizaje y ejecución de los estudiantes disminuye, lo que según estos autores puede implicar el menoscabo del sentido de autoeficacia a nivel escolar, puede disminuir la motivación intrínseca, generar pérdida del sentido de utilidad de las actividades escolares y menor identificación con la escuela y con los procesos educativos.

Este modelo argumenta que la conducta del alumno también puede contribuir para que el profesor experimente el

burnout, de tal manera que la falta de respeto o el mal comportamiento en clase, puede agravar la situación, mientras que otras conductas positivas como el realizar las tareas escolares o el poner atención en clase puede prevenir o incluso aliviar el burnout.

Maslach y Leiter (1999) citados en Otero (2011) resaltan la importancia que tienen las cualidades personales del docente, para desarrollar el fenómeno del burnout. Ellos mencionan: "aquellos profesores con ciertos rasgos o características de la personalidad es más probable que también se muestren más sensibles a determinadas cualidades del ambiente escolar" (Pág. 194).

Es así como una alta motivación intrínseca, sociabilidad, iniciativa personal, curiosidad y afrontamiento activo, tienen una correlación negativa con el malestar docente.

No obstante los avances en este campo de la investigación han ido más allá de las características personales de quienes padecen el síndrome, de tal manera que han llegado a aseverar que el burnout no se da en el vacío, sino más bien, que existen condiciones en el contexto escolar, como la clase, la organización que posee la institución, los compañeros de trabajo, las políticas educativas, entre otros, que influyen en el trabajo, ya sea facilitándolo, si es el caso de contar con un alto nivel de apoyo de los compañeros o tener un cierto control sobre las decisiones escolares, o bien dificultándolo como puede ser si existen conflictos de rol, sobrecarga de trabajo o poca claridad en el rol a desempeñar.

Enfoque

El presente estudio se inscribe en un enfoque cuantitativo, el cual según Hernández y cols. (2010) se utiliza la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías.

Población

La población en este caso se conforma por los profesores de las Escuelas Normales, específicamente del Estado, no obstante en el estado existen cuatro Escuelas Normales cuyas características de trabajo son distintas, debido a que dos de ellas funcionan como internados y las condiciones laborales de los docentes son de mayor demanda, mientras que una tercera es una normal Experimental, que demanda a los formadores de docentes observación y seguimiento de los alumnos normalistas en rancherías o zonas rurales cercanas a la ciudad donde se encuentra. En tanto que los profesores que laboran en la Escuela Normal del Estado de Chihuahua, tienen condiciones y demandas muy específicas por lo que no se puede considerar una medición estándar del síndrome a todos los profesores de Escuelas Normales del Estado, debido a que como se menciona influyen otras variables.

Muestra

El tipo de muestra es no probabilística debido a que se elige al total de los profesores de la IByCENECH, como un caso a estudiar por la factibilidad que representa la cercanía al contexto. Elegida así, obedeciendo a los criterios de la investigación.

De la aplicación que se lleva a cabo en la IByCENECH se toma en consideración para el estudio a 81 docentes, hombres y mujeres de los cuales solo 52 de ellos responden la encuesta. El 64% de la población de docentes participó en la investigación, de la cual 73% fueron mujeres y hombres 26%.

Sujetos

Las características de los sujetos que se consideraron para llevar a cabo la investigación fueron:

- Docentes frente a grupo
- Directivos

Diseño

El diseño de este estudio es transeccional correlacional causal. La variable dependiente (estrés en fase avanzada o síndrome de burnout) y la variable independiente (formada por variables sociodemográficas). Se utiliza el paquete estadístico para las ciencias sociales, SPSS versión 16, desarrollado en la Universidad de Chicago y uno de los más difundidos.

Instrumentos

Se aplica el cuestionario MBI (Maslach Burnout Inventory) propuesto por Maslach y Jackson (1982). La primera edición del MBI, apareció en los ochentas y considera al burnout como un síndrome tridimensional, por lo que valora tres subescalas. Agotamiento emocional, despersonalización y logro personal.

Las subescalas se especifican de la siguiente manera:

Agotamiento o cansancio emocional, la descripción de esta subescala se define como la respuesta que manifiesta el individuo ante condiciones que se le presentan en su vida cotidiana y resultan desfavorables, de tal forma que sobrepasan sus recursos para dar respuesta a esa situación de manera adaptable.

Despersonalización: Se considera como la transformación sobre la percepción que se tiene de uno mismo; de tal forma que el individuo se siente "separado" de los procesos mentales o de su cuerpo.

Realización personal: Se define como la forma en que uno se percibe, con la *autenticidad*, con ser lo que se decide ser y no con lo que se aprende o se construye de forma social o cultural.

Dado que el MBI puede aplicarse fácilmente, ha sido utilizado en personal que está en contacto con servicios humanos como maestros, médicos, psicólogos, trabajadores sociales, entre otros.

Resultados

Uno de los instrumentos aplicados fue el cuestionario socio demográfico del cual se pueden apreciar los siguientes resultados.

Este cuestionario arroja información valiosa con respecto a algunos aspectos como género, edad, estado civil, número de hijos, horas de nombramiento, antigüedad en la institución, así como los años de servicio.

Como se puede verificar en la tabla 1, con respecto al género, de un total de 52 docentes que respondieron el instrumento, se advierte que el 73.1% son mujeres y el 26.9 % son hombres

Tabla 1

Frecuencias de género de los docentes

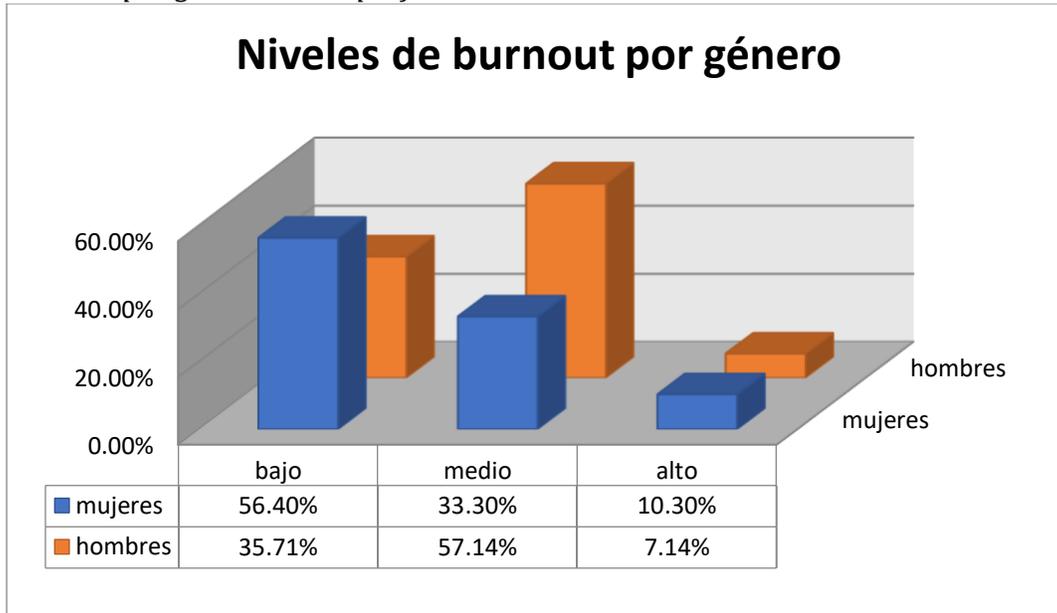
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Mujer	38	73,1	73,1	73,1
	Hombre	14	26,9	26,9	100,0
	Total	52	100,0	100,0	

Al examinar los datos de la figura 1 encontramos que el 56.4% de las mujeres, tiene un nivel bajo de burnout, mientras que el 33.3% se ubica en el nivel medio y 10.30% se considera en un nivel bajo de burnout.

En el caso de los hombres, predomina el nivel medio o moderado de burnout con un 57.14%, en el nivel bajo existe un 35.71% y en el nivel alto de este síndrome el 7.14%.

Figura 1

Niveles de burnout por género en los profesores de la EN



El número de hijos de los docentes y nivel de burnout, tienen una correlación de 0.330, la

cual es significativa en el nivel de 0.05, tal y como puede observarse en la tabla 2.

Tabla 2

Correlación del burnout con el número de hijos

		Nivel de Burnout	No. de hijos
Nivel de Burnout	Pearson Correlation	1	.330*
	Sig. (2-tailed)		.031
	N	52	43
NO_HIJOS	Pearson Correlation	.330*	1
	Sig. (2-tailed)	.031	
	N	43	43

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

De los factores estudiados, cargas extra y nivel de burnout, tienen una correlación de 0.120,

cuyo dato indica una correlación positiva débil. Ver tabla 3.

Tabla 3

Correlación de carga extra y nivel de burnout

		Nivel de Burnout	Carga extra
Nivel de Burnout	Pearson Correlation	1	.120
	Sig. (2-tailed)		.398
	N	52	52
CARGA_EXTRA	Pearson Correlation	.120	1
	Sig. (2-tailed)	.398	
	N	52	52

De los factores laborales, el número de horas frente a grupo, con el nivel de burnout, la res

igual a $-.093$, cuya correlación es negativa débil. Esto puede verificarse en la tabla 4.

Tabla 4

Correlación entre nivel de burnout y horas frente a grupo

		Nivel de Burnout	Horas grupo
Nivel de Burnout	Pearson Correlation	1	-.093
	Sig. (2-tailed)		.514
	N	52	52
HORAS_GRUPO	Pearson Correlation	-.093	1
	Sig. (2-tailed)	.514	
	N	52	52

El estudio realizado permite conocer los niveles de burnout en que se encuentran los docentes de la IByCENECH. Los datos obtenidos advierten que el 10.3% de las profesionales y el 7.14% de los profesores estudiados se encuentran en un nivel alto de burnout, lo que coincide con Marrau (2004) quien reporta que solo en 14 mujeres y 3 hombres de una muestra de 43 maestros se encuentran en los niveles altos. A diferencia de Quass (2006) quien al estudiar a docentes universitarios encontró a una población sana desde el punto de vista del burnout, caracterizándose por un elevado logro personal y bajos niveles de agotamiento y despersonalización.

Asimismo, se evidencian que un 33.3% de las mujeres y el 57.14% de los hombres se ubican en un nivel medio del síndrome, lo que

hace suponer que en un lapso corto de tiempo pudieran pasar a un nivel alto.

Los resultados evidencian una relación significativa entre el número de hijos y el nivel de burnout, esto se corrobora con los datos encontrados por Aldrete y Pando (2003) quienes reportaron que los mayores problemas de las mujeres en su vida cotidiana provienen de la división de su tiempo entre las múltiples tareas que realizan. La mujer que trabaja y que no prescinde de sus roles de madre, cumple una doble jornada, aumentando así sus niveles de estrés. Los quehaceres diarios de ama de casa en lugar de resultar creativos y estimulantes son causa de angustias y repercuten en el estrés crónico. La presión de las tareas del hogar, como atender a los hijos, conjuntada con la carga de trabajo

de ser docente implica mayor posibilidad de presentar el burnout.

En el caso del personal de la IByCENCH que respondió al instrumento, puede explicarse desde las condiciones institucionales debido a que en algunos casos los docentes que presentaron altos niveles de burnout fueron quienes tenían una carga de pocas horas frente a grupo, sin embargo, con responsabilidades como directivos, jefes de área, departamento u oficina, lo que les implicó menos horas de clase, pero mayor estrés por las demandas institucionales que se les plantean.

Referencias

- Aldrete, M., Pando, M., Aranda, C., y Balcázar, N. (2003). Síndrome de burnout en maestros de educación básica, nivel primaria de Guadalajara. *Investigación en salud, 5(1)*, 11-16.
- Aranda, C., y Pando, M. (2010). Edad, síndrome de agotamiento profesional (burnout), apoyo social y autoestima en agentes de tránsito, México. *Revista colombiana de psiquiatría, 39(3)*, 510-522.
- Barrón, M. (2009). Docencia universitaria y competencias didácticas. *Perfiles educativos, 31(125)*, 76-87.
- Bosqued, M. (2008). *Quemados. El síndrome de burnout: qué es y cómo superarlo*. Barcelona: Paidós.
- Bosqued, M. (2011). *Sé feliz*. España: Paidós.
- Cohen, R. (2010). Estudio epidemiológico de infecciones respiratorias agudas en el hospital Ramos Mejía. *Revista del hospital J. M. Ramos Mejía, 15(1)*, 1-31.
- Dolan, S., Díez, M., y Cannings, K. (2003). Psicotoxología de la vida laboral: el caso del personal médico de Suecia. *Revista de psicología del trabajo y de las organizaciones, 19(2)*, 117-133.
- Fernández, M. (2002). Desgaste psíquico (burnout) en profesores de educación primaria de Lima metropolitana. *Persona, 5*, 27-66.
- Gantiva, C., Jaimes, S., y Villa, M. (2010). Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de primaria y bachillerato. *Psicología desde el Caribe, 26*, 36-50.
- Gil-Monte, P. (2006). *El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar*. España: Pirámide.
- Gil-Monte, P., y Peiró, J. (1999). Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome de quemarse por el trabajo. *Anales de psicología, 15(2)*, 261-268.
- Hermosa, A. (2006). Satisfacción laboral y síndrome de burnout en profesores de educación primaria y secundaria. *Revista colombiana de psicología, 81-89*.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Herruzo, J. (2002). *Estudio epidemiológico de la salud mental del profesorado*. Córdoba, España: Departamento de Educación.
- Hiebert, B. A., y Farber I. (1984). Teacher Stress: literature survey with a few surprises. *Canadian journal of education, 9(1)*, 14-27.
- Landero, R., y González, M. (2006). *Estadísticas con SPSS y metodología de la investigación*. México: Trillas.
- Marqués, A., Lima, M., y Lopes, A. (2005). Fuentes de estrés, burnout y estrategias de coping en profesores portugueses. *Revista de psicología del trabajo y de las organizaciones, 21(1-2)*, 125-143.
- Marrau, C. (2004). El síndrome de burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente. *Fundamentos en humanidades, 5(10)*, 53-68.

- Otero, J. (2011). *Estrés Laboral y Burnout en profesores de enseñanza secundaria*. Madrid: Díaz de Santos.
- Pando, M., Castañeda, J., Gregoris, M., Aguila, A., Ocampo, L., y Navarrete, R. (2006). Factores psicosociales y síndrome de burnout en docentes de la universidad del Valle de Atemajac, Guadalajara, México. *Salud en Tabasco*, 12(3), 523-529.
- Quaas, C. (2006). Diagnóstico de burnout y técnicas de afrontamiento al estrés en profesores universitarios de la quinta región de Chile. *Psicoperspectivas*, 5(1), 65-75.
- Restrepo-Ayala, N., Colorado, G., y Cabrera, G. (2006). Desgaste emocional en docentes oficiales de Medellín, Colombia, 2005. *Revista de salud pública*, 8(1), 63-73.
- Serrano, Ma. F., Garcés, E., e Hidalgo, Ma. D. (2008). Burnout en fisioterapeutas españoles. *Psicothema*, 20(3), 361-368.
- Sixto, C., Aguilar, M., y Roller, D. (2008). *Inteligencia emocional: Introducción, desarrollo y dominio, guía para no expertos*. México: Editores Mexicanos Unidos.
- Williams, S., y Cooper, L. (2004). *Manejo del estrés en el trabajo*. México: Manual Moderno.