

## **El core of burnout y los síntomas de estrés en el personal de Universidad. Prevalencia e influencia de variables de carácter sociodemográfico y laboral**

***M. L. Avargues, M. Borda y A. M. López***

Maria Luisa Avargues Navarro es Profesora Ayudante y Mercedes Borda Mas es Profesora Titular, ambas en el Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos de la Universidad de Sevilla. Ana María López Jiménez es Profesora Titular en el Departamento de Psicología Experimental en la Universidad de Sevilla.

En las últimas décadas, el sistema universitario se ha visto afectado por presiones derivadas de los cambios que han ido aconteciendo en el camino hacia lo que hoy llamamos sociedad globalizada. Esto ha supuesto el planteamiento

de nuevos retos de la Enseñanza Superior en la Unión Europea, que llevan consigo nuevas atribuciones no sólo para profesores y alumnos sino para todo el personal que trabaja en la universidad (Cruz y Urdiales, 1996; Valcárcel, 2003). De igual modo, dichos cambios apuntan hacia un aumento de las demandas o exigencias del trabajo, con la consiguiente pérdida de control, lo que configura una situación idónea para la aparición del estrés laboral, según el modelo de Karasek (1979) o el de Lazarus y Folkman (1984) y, por ende, del síndrome de burnout.

Tradicionalmente, la investigación sobre el estrés y el burnout se ha centrado en los niveles educativos de primaria y secundaria, pero el escenario de transformaciones descrito justifica buena parte de las líneas de investigación, en el ámbito universitario, que se vienen desarrollando al respecto en nuestro país y en distintos países de la Unión Europea, tales como Alemania (Taris, Schreurs y Van Iersel-Van Silfhout, 2001), España (Caramés, 2001; Durán, Extremera y Rey 2001; Guerrero, 2003; León y Avargues, 2007; Otero, Santiago y Castro, 2008; Paredes, 2000), Holanda (Hetty, 2001), Reino Unido (Abouserie, 1996) y República Checa (Paulík, 2001). Lo que parece ser una tónica interna-

cional. En este sentido, diversos estudios realizados en Australia informan que el personal de universidad presenta estrés laboral. Así, por ejemplo, Dua (1994) y Sharpley, Reynolds, Acosta y Dua (1996) señalan que la prevalencia se encuentra en torno al 25%. Más recientemente, Winefield, Gillespie, Stough, Dua y Hapuararchi (2003) informan que entre el 40 y 50% del personal de universidad manifiesta indicadores de estrés laboral. Estas cifras superan al 15% encontrado, en nuestro país, por León y Avargues (2007), pero que aún así sigue siendo muy superior al aportado en las encuestas nacionales realizadas sobre estrés laboral en la población trabajadora.

En cuanto al síndrome de burnout, en el caso del personal docente e investigador (en adelante, PDI), las cifras sobre prevalencia en nuestro país oscilan entre el 16.4% (Durán, Extremera y Rey, 2001), el 18.4% de docentes con burnout en su grado máximo, informado por Paredes (2000) y el 22.9% que presentan el nivel más extremo de la clasificación realizada por Guerrero (2003). Por otro lado, desconocemos la existencia de investigaciones que aporten datos concretos sobre la prevalencia del síndrome de burnout en el personal de administración y servicios (en adelante, PAS). Tan sólo, León y Avargues (2007) informan del 13% de personas encuestadas (docentes y no docentes), que presentan las tres dimensiones del síndrome.

Ahora bien, con base a los datos aportados en las investigaciones de las dos últimas décadas, cabe plantearse que no todo el personal de universidad se verá afectado de igual modo por la experiencia de estrés y burnout. Existen variables de carácter sociodemográfico y laboral que pueden predisponer mientras que otras moderan la experiencia de estrés y, por tanto, la aparición del síndrome de burnout. Entre las variables sociodemográficas se señalan: la *edad*, que en la mayoría de las investigaciones correlaciona negativamente con las medidas de estrés y burnout (Byrne, 1991; Durán et al., 2001; Guerrero, 2003) y el *sexo*, siendo las mujeres las que parecen presentar puntuaciones más elevadas (Caramés, 2001; Thompson y Dey, 1998). En cuanto al estado civil, los estudios han puesto de manifiesto que los *casados* frente a los *solteros* tienen niveles más bajos de estrés (León y Avargues, 2007). No obstante, los resultados no siempre son significativos y en ocasiones dispares. Con la variable *hijos*, los resultados obtenidos no son concluyentes. Sin embargo, parece que el tener hijos actúa como un mecanismo de apoyo social y, por consiguiente, amortiguador del estrés laboral y del agotamiento emocional (Hetty, 2002).

Respecto a las variables de carácter laboral, los estudios informan sobre la influencia del tipo de personal, PDI o PAS, y la categoría profesional. Los resultados indican que tanto el PDI como el PAS experimentan estrés laboral, aunque el PDI suele presentar los niveles más elevados, incluso más altos que los que presentan otros profesionales (Winefield y Jarrett, 2001). Además, aquellas categorías más alejadas de los

centros de decisión son las que presentan niveles de estrés laboral más elevados (Cifre, Llorens y Salanova, 2003).

Partiendo de lo expuesto en este apartado, el objetivo de este trabajo ha sido: en primer lugar, estudiar la prevalencia del *core of burnout* (entendido como las dimensiones negativas del síndrome, cansancio emocional y despersonalización) y de los síntomas de estrés en el personal de la Universidad de Sevilla (en adelante, US). En segundo lugar, analizar la relación de las puntuaciones obtenidas en las dos dimensiones que conforman el *core of burnout* con respecto a variables sociodemográficas (edad, sexo, estado civil, número de hijos) y laborales (tipo de personal, vinculación laboral, campus universitario) y, en tercer lugar, determinar la relación de las puntuaciones obtenidas en sintomatología de estrés con respecto a dichas variables sociodemográficas y laborales.

## **Metodología**

### ***Participantes***

La muestra inicial estaba constituida por 720 personas (de los cuales 443 eran PDI) elegidas mediante un muestreo aleatorio por conglomerados y etapas. Se seleccionaron aleatoriamente las unidades primarias (Facultades, Escuelas Universitarias y Centros de Gestión) y mediante rutas aleatorias y cuotas de personal (afijación proporcional en función del colectivo de pertenencia, PDI o PAS, y del sexo) a los sujetos participantes en esta investigación. El error muestral fue del 4.9%, para un nivel de confianza del 95.5%, y una probabilidad de que el encuestado presente el síndrome de burnout igual al .28. Dicha probabilidad se estableció de acuerdo con los resultados obtenidos en la III Encuesta sobre Condiciones de Trabajo y Salud, realizada en el año 2000 por la Fundación Europea para la Mejora de las Condiciones de Vida y Trabajo.

De las 720 encuestas entregadas se recogieron 315, todas ellas válidas, lo que supuso una tasa de respuesta del 43.7%, superior a la obtenida en otras investigaciones realizadas en España (Guerrero, 2003) y parecida a la informada en estudios de carácter internacional (Dua, 1994; Winefield y Jarret, 2001). Las encuestas se distribuyeron respecto a los estratos del siguiente modo: 193 pertenecían al PDI y 122 al PAS; es decir, el 61.2% y el 38.7% respectivamente. Estos porcentajes no suponen variaciones significativas respecto al tamaño de estos colectivos dentro de la población, el 63% para el PDI y el 37% para el PAS, según los datos recogidos en el Anuario Estadístico de la US (2003/2004).

De los 193 participantes que compusieron el PDI, 127 eran hombres (65.8%) y 66 mujeres (34.2%). En el caso del PAS, 46 eran hombres (37.7%) y 75 mujeres (61.5%). Dichos porcentajes tampoco suponen

variaciones significativas respecto a la población de origen, a saber, del PDI, el 68.6% eran hombres y el 31.4% mujeres, del PAS, el 42% eran hombres y el 58% mujeres. El rango de edad osciló entre un mínimo de 24 años y un máximo 69 años, con una media de edad de 40.9 años ( $DT = 10.5$ ), en el PDI, y entre un mínimo de 21 años y un máximo de 65 años, con una media de edad de 38.7 años ( $DT = 6.9$ ), en el PAS.

### **Instrumentos**

Los instrumentos de evaluación utilizados fueron:

*Cuestionario de datos sociodemográficos y laborales.* Elaborado al efecto, consta de 9 preguntas. Cuatro de naturaleza sociodemográfica, cuatro de características laborales y una en la que se solicita una clave de ocho dígitos con el fin de asegurar el anonimato del encuestado (Ver Tabla 1).

**Tabla 1**  
Descripción de la muestra en función de variables sociodemográficas y laborales. (N = 315)

Variables sociodemográficas y laborales		Frecuencia		%	
Personal		PDI (n=193)	PAS (n=122)	PDI	PAS
Estado civil	Solteros	50	33	25.9	27
	Casados o viviendo en pareja	128	80	66.3	65.6
	Divorciados o separados	11	8	5.7	6.6
	Viudos	4	1	2.1	.8
Nº de hijos	Ninguno	75	32	38.9	26.2
	Uno	28	27	14.5	22.1
	Dos	49	47	25.4	38.5
	Tres o más	41	16	21.2	13.1
Vinculación laboral	Funcionario Carrera	115	77	59.6	63.1
	Personal Laboral	78	45	40.4	36.9
Campus Universitario	CC sanitarias	64	25	33.2	20.5
	CC Sociales y Jurídicas	62	49	32.1	40.2
	CC Técnicas	65	37	33.7	30.3

*Inventario de Burnout de Maslach (MBI)* (Maslach y Jackson, 1986). Se utilizó la adaptación realizada por Seisdedos en 1997 para TEA Ediciones. Lo conforman 22 elementos de respuesta cerrada que estiman la frecuencia, desde "Nunca" hasta "Todos los días", con que se experimenta en el trabajo determinados sentimientos y actitudes que sirven para evaluar las tres dimensiones del síndrome del estrés laboral asistencial: agotamiento o cansancio emocional, despersonalización y reducida realización personal. Los índices de fiabilidad según el alfa de Cronbach son respectivamente: .90, .79 y .71. Además, este instrumento

cuenta con medidas aceptables de validez de constructo, convergente y discriminante. A la hora de clasificar a los participantes en puntuaciones bajas, medias y altas en las dimensiones cansancio emocional y despersonalización, se han utilizado los criterios indicados en el manual del inventario para una muestra española de 1.138 trabajadores. En relación con el *core of burnout*, se definieron dos variables: la primera, denominada *core of burnout* elevado, con dos categorías (1=sí y 0=no), clasificando de este modo a los participantes en dos grupos. Esto es, los que sí habían puntuado alto en las dimensiones cansancio emocional y despersonalización, según los criterios señalados, y los que, o bien sólo habían puntuado alto en una dimensión, o no lo habían hecho en ninguna. Por otro lado, la segunda variable se denominó *core of burnout* y se halló a partir del sumatorio de las puntuaciones obtenidas por los participantes en las dos dimensiones que lo componen.

*Escala Magallanes de Estrés (EMEST)* (García, Magaz y García, 1998). Consta de 15 elementos, cada uno de los cuales hace referencia a una alteración funcional "menor" sobre la cual la persona en evaluación debe indicar su frecuencia durante los dos últimos meses, desde 0="Nunca" hasta 3="Muchas veces". Esta prueba evalúa, por tanto, alteraciones fisiológicas comúnmente aceptadas como "reacciones al estrés" o síntomas de estrés. Los coeficientes de correlación test-retest y el alfa de Cronbach de la escala fueron .75 y .82 respectivamente (García, Magaz y García, 1998). Por otro lado, en los estudios de validez realizados se han obtenido medidas aceptables. La puntuación asignada a los sujetos fue la suma de las puntuaciones en los 15 elementos que constituyen la escala. La clasificación de los participantes en función de las manifestaciones de síntomas de estrés leves, moderadas y agudas, se realizó mediante la opción "categorización automática de variables" del paquete estadístico SPSS, en la que se han tomado como puntos de corte los percentiles 33 y 66.

## **Procedimiento**

Se seleccionaron seis encuestadores; cuatro becarios de investigación de la US, y dos becarios de investigación del Centro Nacional de Medios de Protección de la capital y perteneciente al Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Los criterios de selección fueron: haber expresado su deseo de participar de forma voluntaria y acreditar preparación en la aplicación de pruebas psicotécnicas y conducción de entrevistas. Se les instruyó en los siguientes temas: objetivo de la encuesta, población objeto de la misma, tamaño y composición de la muestra, técnica de muestreo empleada, condiciones de aplicación de los instrumentos de evaluación y cómo tratar las posibles dificultades e incidencias que se presentasen durante su aplicación y recogida de la información. Se asignó, a cada una de ellos, los centros donde debían

administrar la encuesta, la ruta aleatoria que debían seguir dentro de ellos y el número de encuestas que debían aplicar conforme a la cuota de personal que se había establecido de forma previa.

Una vez localizado el sujeto, el encuestar informaba, de forma individual, acerca de los fines de la investigación y de su carácter anónimo, al tiempo que se les solicitaba su participación. Si la persona en cuestión accedía, se le suministraban los instrumentos de evaluación para que los cumplimentara y se devolvieran al lugar indicado en el sobre.

### **Análisis de datos**

Se utilizó el paquete estadístico SPSS (12.0.5) para Windows. Se realizó un estudio descriptivo para determinar la prevalencia del *core of burnout* elevado y síntomas de estrés en el personal de la Universidad. Para el estudio de la identificación de los factores sociodemográficos y laborales que influyen en el *core of burnout* y los síntomas de estrés, se realizaron dos análisis de regresión múltiple siguiendo el método de los pasos sucesivos. En el primer análisis, se tomó como variable dependiente el *core of burnout* y como variables independientes: sexo, edad, estado civil, número de hijos, personal (PDI o PAS), vinculación laboral y Campus Universitario al que pertenecen. Para el segundo análisis, se consideró como variable dependiente los síntomas de estrés y como variables independientes las mismas del primer análisis.

### **Resultados**

Respecto a la prevalencia del *core of burnout*, el 10.7% del personal de la US puntuó en la categoría 1 de la variable *core of burnout* elevado (recuérdese, 1 = Sí). Por otro lado, al cruzar la variable *core of burnout* elevado con el sector de pertenencia, el 8.4% del PDI presentó puntuaciones altas en cansancio emocional y despersonalización, porcentaje éste mayor en el PAS (14.4%).

Al considerar las puntuaciones obtenidas en cada una de las dimensiones que componen el *core of burnout*, de forma independiente, el porcentaje de participantes con puntuaciones elevadas aumenta de forma considerable. De este modo, el porcentaje de participantes en relación con el total de la muestra que presentan niveles elevados de cansancio emocional, fue mayor con respecto a los que manifiestan niveles elevados de despersonalización (en este orden, el 29.2% del personal frente al 17.5%). Por otro lado, al considerar las puntuaciones obtenidas respecto al grupo de pertenencia, dichos niveles de cansancio emocional y despersonalización se dieron en mayor proporción en el PAS. Mientras que en el profesorado el porcentaje de participantes con altos niveles de cansancio emocional y despersonalización fue del 27.9% y

del 15.5% respectivamente, en los no docentes fue del 31.1% y del 20.5% (véase Tabla 2).

**Tabla 2**  
Prevalencia de los niveles de cansancio emocional, despersonalización y síntomas de estrés

		Niveles de cansancio emocional			Niveles de despersonalización			Síntomatología de estrés			Total										
		Bajo	Medio	Alto	Bajo	Medio	Alto	Leve	Moderada	Aguda											
		Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr		%									
Sector	PDI	75	38.9	64	33.2	54	27.9	88	45.6	75	38.9	30	15.5	73	37.9	63	32.6	57	29.5	193	100
	PAS	48	39.3	36	29.5	38	31.1	62	50.8	35	28.7	25	20.5	35	28.7	41	33.6	46	37.7	122	100
Total	Fr	123		100		92		150		110		55		108		104		103		315	
	%	39		31.8		29.2		47.6		34.9		17.5		34.3		33		32.7		100	

Por otro lado, en relación con la prevalencia de sintomatología de estrés, el 32.7% presentó sintomatología aguda. Al considerar el grupo de pertenencia, el porcentaje de participantes del PAS, que manifestó niveles agudos fue al PDI (véase Tabla 2).

Antes de centrarnos en los análisis de regresión realizados, se presentan las medias, desviación tipo y la matriz de correlaciones de las variables estudiadas incluidas en los modelos (véanse Tablas 3 y 4).

**Tabla 3**  
Media, desviación tipo y correlaciones de las variables cuantitativas incluidas en el análisis de regresión (N = 315)

	Media	DT	Edad	"core of burnout"
Edad	40.09	9.36		
"Core of burnout"	24.25	13.72	-.212**	
Síntomas de estrés	1.98	.81	-.169**	.472**

\*\* p< .01 \* p< .05

**Tabla 4**

Media y desviación tipo del *core of burnout* y los síntomas de estrés en función de las variables cualitativas incluidas en el análisis de regresión (N=315)

		Coreo of burnout		Síntomas de estrés	
		Media	DT	Media	DT
Sexo	Hombre	23.79	13.57	1.83	.78
	Mujer	24.77	13.97	2.17	.81
Estado civil	Solteros	26.19	13.48	2.02	.83
	Casados o viviendo en pareja	24.03	13.8	1.99	.79
	Divorciados o separados	19.15	12.66	1.79	.85
	Viudos	20.20	11.86	1.80	1.09
Nº de hijos	Ninguno	26.86	13.115	2.09	.79
	Uno	20.75	11.92	1.80	.78
	Dos	25.08	14.59	2.05	.81
	Tres o más	21.29	14.04	1.84	.84
Personal	PDI	23.50	12.65	1.92	.81
	PAS	25.43	15.24	2.08	.81
Vinculación laboral	Funcionario Carrera	22.60	12.89	1.91	.80
	Personal Laboral	26.82	14.60	2.09	.81
Campus Universitario	CC sanitarias	22.73	13.12	1.76	.81
	CC Sociales y Jurídicas	23.96	14.58	2.13	.80
	CC Técnicas	25.36	12.32	1.99	.77

En cuanto al estudio de la influencia de los factores sociodemográficos y laborales que influyen en el *core of burnout*, el modelo que se obtuvo sólo incluyó la variable edad. Dicho modelo explicó tan sólo un 9.1% ( $R^2 = .091$ ) de la varianza ( $F=18.56$ ;  $p < .001$ ). Los valores de los coeficientes estimados para la variable independiente edad son negativos, lo cual indica que existe una relación inversa entre la edad y el "core of burnout". A más edad menos sentimientos de estar quemado (véase Tabla 5).

**Tabla 5**

Modelo de regresión *core of burnout*

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	t	Sig.
	B	Error típ.	Beta		
	1 (Constante)	38.481	3.590		
Edad	-.365	.085	-.301	-4.309	.000



Respecto a la influencia de las variables estudiadas en la sintomatología de estrés, el modelo estimado incluyó las variables edad y sexo. La varianza explicada por las variables seleccionadas fue muy baja, explicando tan sólo un 7.6% ( $R^2 = .076$ ) de la variabilidad observada en sintomatología de estrés ( $F = 11.96$ ;  $p < .001$ ). Por otro lado, si atendemos a los coeficientes estandarizados podemos apreciar que la variable edad presentó un mayor peso o importancia dentro del modelo ( $\beta = -.188$ ). Observamos que la edad vuelve a aparecer asociada de forma negativa con la variable dependiente, esto es, conforme se aumenta en edad disminuye la presencia de sintomatología de estrés (véase Tabla 6).

Tabla 6

Modelo	Modelo de regresión "síntomas de estrés"									
	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	t	Sig.	Correlaciones			Estadísticos de colinealidad	
	B	Error tip.	Beta			Orden cero	Parcial	Semiparcial	Tolerancia	FIV
1(Constante)	1.030	.532		22.623	.000					
	.630	.811	.184	3.244	.001	.203	.187	.183	.990	1.010
Sexo	-.143	.043	-.188	-3.320	.001	-.207	-.191	-.187	.990	1.010
Edad										

## Discusión

Los resultados obtenidos en este estudio, respecto a la prevalencia del *core of burnout*, son inferiores a los informados en otros trabajos. En estudios sobre burnout en docentes universitarios, los porcentajes oscilan entre el 16% y el 23%. Ahora bien, existe un número bastante considerable de trabajadores en nuestra Universidad de procedencia que se encuentra afectado por niveles elevados del *core of burnout*. Conviene señalar que el criterio utilizado en esta investigación es más restrictivo que el utilizado en la mayoría de estudios. En estos, la clasificación de los participantes se realiza mediante la división de la muestra en grupos de igual tamaño (33.3 por 100 de los participantes) para cada dimensión, o se utilizan puntuaciones promediadas. Además, en algunos estudios se hace referencia tan sólo a la dimensión cansancio emocional, considerada como la más representativa del síndrome o se considera el porcentaje de personas que puntúan alto, al menos, en dos dimensiones de las que conforman el síndrome, sean cuales sean.

Si atendemos a las puntuaciones halladas en cada una de las dimensiones que componen el *core of burnout*, de forma independiente, estas cifras se asemejan más a los informadas en otras investigaciones e incluso llegan a superarlas. Además, al igual que en nuestro estudio, se obtienen puntuaciones más elevadas en la dimensión cansancio emocional (Duran et al. 2001; León y Avargues, 2007; Paredes, 2000).

En relación con la sintomatología de estrés, los porcentajes son ligeramente inferiores a los informados por la mayoría de las encuestas realizadas en el ámbito universitario, que sitúan la prevalencia de indicadores sintomatológicos de estrés en torno al 40-50% (Winefield et al., 2003). No obstante, siguen resultando superiores a los datos aportados por algunos autores como, por ejemplo, Dua (1994) y Sharpley et al. (1996), quienes señalan que la prevalencia del estrés en el personal de universidad se encuentra en torno al 25%. Además, están en la línea de los resultados obtenidos en el estudio realizado por Guerrero (2003), en nuestro país, sobre bajas laborales en docentes universitarios. El 37% estaban relacionadas con problemas de salud asociados al estrés, tales como hipertensión, insomnio, depresión y trastornos gastrointestinales. Como en el caso del *core of burnout*, la variabilidad de las cifras obtenidas en los distintos estudios podría deberse al tipo de metodología empleada en los mismos. En el caso de la evaluación de sintomatología de estrés, un número importante de investigaciones utilizan, por ejemplo, instrumentos de evaluación elaborados al efecto con distintos criterios diagnósticos.

En el presente estudio, los resultados son contrarios a los hallados en la mayoría de las investigaciones sobre estrés laboral en el personal de universidad, en los que se ha puesto de manifiesto que la prevalencia de éste es superior en el caso del personal docente (Winefield et al., 2003). La explicación podría estar en el hecho de que los escasos datos con los que contamos se refieren a universidades estadounidenses y australianas. Las realizadas en universidades europeas, o bien se centran sólo en el personal docente o no establecen comparaciones entre estos grupos.

Respecto a la influencia de los factores sociodemográficos y laborales puede decirse que, en el personal de la universidad objeto de estudio, la presencia de *core of burnout* y síntomas de estrés va a estar determinada por la edad. De este modo, el personal que tenga más años experimentará menos sentimientos de agotamiento emocional y despersonalización, así como menor sintomatología de estrés. Además, respecto a esta última variable, parece que el sexo también es determinante, de modo que ser mujer va a implicar alcanzar puntuaciones más elevadas en la misma. Todo ello, con independencia de su estado civil, si tiene o no hijos, el número de hijos que tiene, el tipo de personal, la vinculación contractual, los años de experiencia y el Campus en el que se trabaja. Ahora bien, estos resultados deberían tomarse con cierta cautela, ya que no podemos asegurar que dichos efectos no existan sino que, en el caso de este estudio, pueden no haberse detectado debido al procedimiento de muestreo empleado, la sensibilidad de los instrumentos utilizados para evaluar el *core of burnout* y los síntomas de estrés en esta población, o la influencia de otras variables al margen de las tomadas en consideración.

Si nos remitimos a la revisión realizada sobre la literatura existente al respecto, en la mayoría de las investigaciones realizadas se destaca la influencia de la edad y del sexo, variables estas sobre las que parece haberse obtenido efectos más significativos y de las que los resultados sobre tendencias parecen ser algo más concluyentes. Para el resto de las variables, si bien en algunos estudios se señalan efectos significativos, los resultados obtenidos son muy dispares y es difícil concluir sobre la existencia de tendencias (Gil-Monte, 2006).

En relación con las tendencias, y en el caso de la edad, nuestros datos parecen coincidir con los aportados en investigaciones realizadas sobre estrés y síndrome de burnout en el sector servicios, en general, y en el educativo, en particular. En dichas investigaciones se informa sobre la existencia de una relación de carácter negativo entre la edad y la presencia de estrés y síndrome de burnout, siendo los trabajadores más jóvenes los que presentan mayor grado de tensión y agotamiento (Byrne, 1991; León y Avargues, 2007). La explicación más plausible a este fenómeno puede encontrarse en la relación existente entre edad y experiencia profesional. Esto es, las personas más jóvenes experimentan más estrés y desgaste psíquico en el trabajo porque al ser escasa su experiencia tiene menos confianza en sí mismos para desempeñar, de forma eficaz, su labor profesional y adaptarse a las exigencias del puesto.

Al igual que en el caso de la edad, los resultados respecto a la influencia del sexo coinciden con los aportados en investigaciones. Indican que los niveles de sintomatología de estrés son más elevados en las mujeres que en los hombres (August, Grau y Beas, 2001; Caramés, 2001; Durán et al., 2001). De hecho, existen estudios que ponen en evidencia una mayor morbilidad general en las mujeres con predominio de trastornos psicósomáticos (Cruz, Noriega y Garduño, 2003). Ahora bien, en cuanto al sexo, no existen diferencias significativas respecto a la experiencia de *core of burnout*, es decir, el ser hombre o mujer no influye en la experiencia de cansancio emocional y despersonalización.

Ahora bien, ¿por qué manifiestan las mujeres más sintomatología de estrés que los hombres? Tras revisar la literatura, la explicación a este fenómeno podría encontrarse en el concurso de otras variables de carácter personal y social no incluidas en nuestro estudio, y que podrían estar influyendo en la forma en que ambos grupos vivencian las situaciones de carácter estresante. En este sentido, distintas investigaciones informan sobre una mayor influencia de las emociones, los afectos y los sentimientos en la vida de las mujeres (Grossi y Perski, 2003). Las razones que se esgrimen sobre el por qué de esta mayor susceptibilidad en las mujeres se basan en los procesos de socialización, en concreto, los roles masculino y femenino, los modos de afrontamiento (Bauer et al, 2006), las características de personalidad (Cruz et al., 2003) y la fisiología femenina (Ariovich, Beilis y Schmunis, 2001). Sería interesante, por

tanto, que en futuras investigaciones se consideraran este tipo de variables, a fin de contrastar si efectivamente influyen en la población objeto de estudio.

Los resultados obtenidos han de considerarse un punto de partida que nos oriente hacia dónde debemos encaminar las propuestas de intervención en los planos personal, social y organizacional. Sin embargo, creemos que una parte importante de la intervención es complementar la información obtenida con información de tipo cualitativa, procedente de la creación de equipos de trabajo (v.g., Avargues, 2006).

## **Referencias**

- Abouserie, R. (1996): Stress, coping strategies and job satisfaction in university academic staff. *Educational Psychology*, 16, 49-56.
- Agust, S.-Grau, R.M.-Beas, M. (2001): Burnout en mujeres: un estudio comparativo entre contextos de trabajo y no trabajo. *Ansiedad y Estrés*, 7 (1), 79-88.
- Anuario Estadístico de la Universidad de Sevilla (2003/2004)*: Secretariado de Publicaciones de la Universidad de Sevilla.
- Ariovich, L.-Beilis, D.-Schmunis, C. (2001): *Los hombres y las mujeres no experimentan el estrés de la misma forma*. Trabajo presentado bajo formato póster en el Congreso Internacional de Ansiedad y Estrés (STAR) realizado en Palma de Mallorca en Julio de 2001.
- Avargues, M.L. (2006): El core of burnout y los síntomas de estrés del personal de la Universidad de Sevilla: Prevalencia, factores psicosociales y análisis del efecto mediador de la competencia personal percibida. (Tesis doctoral). Sevilla: Servicio de publicaciones de la Universidad de Sevilla.
- Bauer, J.-Stamm, A.-Virnich, K.-Wissing, K.-Muller, U.-Wirsching, M.-Schaarschmidt, U. (2006): Correlation between burnout syndrome and psychological and psychosomatic symptoms among teachers. *Int. Arch. Occup. Environ. Health*, 79, 199-204.
- Byrne, B.M. (1991): Burnout: Investigating the impact of background variables for elementary, intermediate, secondary and university educators. *Teaching and teacher education: An International Journal Research*, 7, 197-209.
- Caramés, R. (2001): *Causas del "core of burnout" del profesorado universitario*. VII Congreso Español de Sociología, Salamanca.
- Cifre, E.-Llorens, S.-Salanova, M. (2003): Riesgos psicosociales en profesores universitarios. ¿Existen diferencias atendiendo a su categoría profesional?. *Revista de Psicología Social Aplicada*, 13, 29-53.
- Cruz, A.C.-Noriega, M.-Garduño, M.A. (2003): Trabajo remunerado, trabajo doméstico y salud: las diferencias cualitativas y cuantitativas entre mujeres y varones. *Cad. Saúde Pública*, 9, 4, 1-13.
- Cruz, De La, M.A.-Urdiales, M.C. (1996): Estrés del profesorado universitario. *Ansiedad y Estrés*, 2, 261-282.
- Dua, J.K. (1994): Job stressors and their effects on physical health, emotional health, and job satisfaction in a university. *Journal of Educational Administration*, 32, 59-78.
- Durán, M.A.-Extremera, N.-Rey, L. (2001): Burnout en profesionales de la enseñanza. Un estudio en educación primaria, secundaria y superior. *Revista de Psicología del Trabajo y de la Organizaciones*, 17 (1), 45-62.

- García,M.-Magaz,A.-García,R.(1998): *Escala Magallanes de Estrés*. Bizkaia: Cohs. Consultores en Ciencias Humanas, S. L.
- Gil-Monte,P.R.(2006): *El síndrome de quemarse por el trabajo: una enfermedad laboral de la sociedad del bienestar*. Madrid: Pirámide.
- Grossi,G.-Perski,A.(2003): Physiological correlates of burnout among women. *J Psychosom Res*, 55, 309-316.
- Guerrero,E.(2003): Análisis pormenorizado de los grados de burnout y técnicas de afrontamiento del estrés docente en profesorado universitario. *Anales de Psicología*, 19 (1), 145-158.
- Hetty Van Hemmerik,I.J.(2002): Gender differences in the effects of coping assistance on the reduction of burnout in academic staff. *Work and Stress*, 16 (3), 251-263.
- Karasek,R.A.(1979): Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24, 285-308.
- Lazarus,R.S.-Folkman,S.(1984): *Stress appraisal and coping*. New York: Springer.
- León,J.M.-Avargues,M.L.(2007): Evaluación del estrés sociolaboral en el personal la Universidad de Sevilla. *Revista Mapfre Medicina*, 18(4), 323-332.
- Maslach,C.-Jackson,S.E.(1986): *Maslach Burnout Inventory*. 2ª ed. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.
- Otero,J.M.-Santiago,M.J.-Castro,C.(2008): Una aproximación integradora al estudio del burnout en profesores de universidad. *Psicothema*, 20 (4), 766-772.
- Paredes,M.C.(2000): *Caracterización multivariante del síndrome de burnout en la plantilla docente de la Universidad de Salamanca*. Tesis doctoral. Universidad de Salamanca.
- Paulik,K.(2001): Hardiness, optimism, self confidence and occupational stress among university teachers. *Studia Psychologica*, 43 (2), 91-100.
- Seisdedos,M.(1997): *Inventario de Burnout de Maslach*. Madrid: TEA Ediciones.
- Sharpley,C.F.-Reynolds,R.-Acosta,A.-Dua,J.K.(1996): The presence, nature and effects of job stress on physical and psychological health at a large Australian University. *Journal of Educational Administration*, 34, 73-86.
- Taris,T.W.-Schreurs,P.J. G.-Van Iersel-Van Silfhout,I.J.(2001): Job stress, job strain, and psychological withdrawal among Dutch university staff: towards a dual process model for the effects of occupational stress. *Work y Stress*, 15 (4), 283-296.
- Thompson,C.J.-Dey,E.L.(1998): Pushed to the margins: Sources of stress for African American college and university faculty. *Journal of Higher Education*, 69 (3), 324-343.
- Valcárcel,M.(Coord.)(2003): *La preparación del profesorado universitario español para la convergencia europea en Educación Superior*. Dirección General de Universidades: Programa de Estudio y Análisis. (Ref. EA2003-0040).
- Winefield,A.H.-Jarrett,R.(2001): Occupational stress in university staff. *International Journal of Stress Management*, 8 (4), 285-298.
- Winefield,A.H.-Gillespie,N.-Stough,C.-Dua,J.-Hapuararchchi,J.(2003): *Occupational stress in Australian Universities: A national survey*. Melbourne: National Tertiary Education Union.