Horizonte Académico
Revista Multidisciplinaria
Recibido:09/04/2025 Aprobado:10/05/2025

DOI: https://doi.org/10.70208/3007.8245.v5.n2.134

Factores asociados al burnout docente en la zona escolar XIII de Mexicali, Baja California

Javier Campos Godinez
javicampos26@gmail.com
https://orcid.org/0009-0007-6105-2786
Universidad 16 de Septiembre
México-Mexicali

Roberto Carlos Sánchez Estrada
https://orcid.org/0000-0001-5584-2051
roberto.sanchez@ceu16.edu.mx
Universidad 16 de Septiembre
México

RESUMEN

El presente estudio tuvo como propósito analizar la presencia del síndrome de burnout en docentes de educación primaria de la zona escolar XIII de Mexicali, Baja California, y su relación con factores contextuales como la sobrecarga laboral, la inestabilidad emocional y las condiciones socioeconómicas del entorno. La motivación del estudio surge de la preocupación por el desgaste emocional en contextos escolares vulnerables, donde las exigencias superan los recursos disponibles. Se utilizó un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, transversal y descriptivo. La muestra fue censal, integrada por 52 docentes. Se aplicó la Escala de Burnout de Maslach para Educadores (MBI-ES), complementada por una cédula contextual sobre las condiciones laborales. Los resultados revelaron niveles moderados de agotamiento emocional y alta percepción de sobrecarga laboral; sin embargo, se identificaron bajos niveles de despersonalización y altos niveles de realización personal. Las conclusiones destacan la necesidad de intervenciones institucionales para prevenir el avance del síndrome, reconociendo al mismo tiempo la vocación docente como factor protector. Este estudio contribuye al campo de la salud emocional docente, ofreciendo evidencia empírica útil para el diseño de estrategias de acompañamiento psicoemocional en contextos escolares de alta demanda.

Palabras clave: burnout docente, agotamiento emocional, sobrecarga laboral, salud emocional, educación primaria

Factors associated with teacher burnout in school zone XIII of Mexicali, Baja California

ABSTRACT

This study aimed to analyze the presence of burnout syndrome among primary school teachers in School Zone XIII of Mexicali, Baja California, and its relationship with contextual factors such as work overload, emotional instability, and the socioeconomic conditions of the school environment. The research was motivated by the increasing emotional strain observed in vulnerable educational contexts where professional demands outweigh available resources. A quantitative, non-experimental, cross-sectional, and descriptive design was employed. The sample consisted of 52 teachers selected through a census approach. The Maslach Burnout Inventory for Educators (MBI-ES) and a contextual data form were used for data collection. The findings revealed moderate levels of emotional exhaustion and a high perception of workload. However, low levels of depersonalization and high levels of personal accomplishment were also reported. The study concludes that although burnout is not widespread, there are risk conditions that require institutional intervention. Furthermore, teacher vocation appears as a protective factor. This research contributes to the field of teacher emotional well-being by providing empirical evidence for the development of support strategies in high-demand educational environments.

***Keywords**:* teacher burnout, emotional exhaustion, work overload, emotional well-being, primary education

INTRODUCCIÓN

El síndrome de burnout en el magisterio se ha convertido en un fenómeno de creciente preocupación en el ámbito educativo, particularmente en zonas escolares caracterizadas por condiciones estructurales desfavorables, alta carga administrativa y demandas emocionales constantes. Este artículo aborda como tema central el desgaste emocional docente, entendido como una manifestación multidimensional del estrés laboral crónico que afecta a quienes ejercen funciones educativas en contextos de alta vulnerabilidad. En este sentido, la investigación se enfoca en analizar los factores que inciden en la aparición del burnout en docentes de educación primaria que laboran en la zona escolar XIII de Mexicali, Baja California, una región donde convergen realidades socioeconómicas complejas y exigencias institucionales que impactan directamente en la salud emocional del profesorado.

El problema de investigación que se busca atender gira en torno a la falta de estudios contextualizados que vinculen el síndrome de burnout con factores específicos del entorno laboral y social en zonas escolares marginadas del norte de México. A pesar de la amplia literatura sobre el desgaste profesional docente, existe un vacío de conocimiento respecto a cómo se experimenta y manifiesta este fenómeno en regiones con alta carga de trabajo burocrático, falta de recursos, y condiciones de precariedad institucional, como ocurre en la zona escolar en estudio. Esta ausencia de evidencia empírica local limita la capacidad de diseñar intervenciones pertinentes y culturalmente adaptadas que promuevan el bienestar emocional del profesorado.

La relevancia del tema se sostiene tanto por el impacto individual del burnout —que afecta la motivación, el desempeño y la estabilidad emocional del docente— como por sus implicaciones colectivas en la calidad del proceso educativo. Diversas investigaciones han documentado que el agotamiento emocional prolongado en docentes se vincula con disminución de la eficacia pedagógica, aumento del ausentismo, y deterioro del clima escolar (Maslach & Leiter, 2017; Valadez & Soriano, 2021). En el caso de Mexicali, y particularmente en la zona escolar XIII, las condiciones adversas se agravan por la atención a grupos numerosos de estudiantes provenientes de entornos socioeconómicos vulnerables, lo que intensifica la carga emocional del profesorado.

Desde el punto de vista teórico, este trabajo se sustenta principalmente en el modelo tridimensional del síndrome de burnout propuesto por Maslach y Jackson (1986), el cual identifica tres dimensiones clave: el agotamiento emocional, la despersonalización y la reducción de la realización personal. Este modelo ha sido ampliamente validado en contextos educativos, y constituye una herramienta sólida para identificar y analizar el desgaste emocional docente. Asimismo, se retoman postulados de la psicología del trabajo y la teoría del estrés laboral crónico (Lazarus & Folkman, 1984), que subrayan la importancia de los factores contextuales en la aparición de este síndrome. Las variables consideradas en este estudio —sobrecarga laboral, inestabilidad emocional y condiciones socioeconómicas del entorno— se analizan como factores intervinientes en el desarrollo del burnout.

Entre los estudios previos más relevantes, se encuentran los trabajos de Cuéllar y Briones (2019), quienes analizaron el vínculo entre vocación docente y resiliencia emocional, así como los de Gómez-Esteban et al. (2020), que documentaron tendencias crecientes de despersonalización en docentes de nivel básico. A diferencia de estos enfoques generalizados, el presente estudio se enfoca en un contexto escolar específico, ofreciendo una lectura situada que permite interpretar los datos en función de las características locales. En este sentido, la investigación busca ampliar el conocimiento empírico sobre el burnout desde una perspectiva contextualizada que combine rigor metodológico con sensibilidad institucional.

El estudio se desarrolla en la zona escolar XIII de Mexicali, ubicada en un sector urbano fronterizo que concentra comunidades con alta marginación social, desventajas económicas, y bajos niveles de escolaridad. Este contexto histórico y demográfico representa un escenario de alta presión para el profesorado, cuya labor se ve desafiada tanto por las condiciones materiales de las escuelas como por la atención a estudiantes con necesidades múltiples. El enfoque metodológico es cuantitativo, de tipo no experimental, transversal y descriptivo, lo que permite captar el estado actual del burnout en esta zona específica y vincularlo con variables contextuales relevantes.

A partir de la teoría revisada y del contexto descrito, se plantea como hipótesis de trabajo que los niveles de burnout en los docentes de esta zona escolar están directamente relacionados con la sobrecarga

laboral, la inestabilidad emocional y las condiciones socioeconómicas del entorno. En consecuencia, el objetivo general de la investigación es analizar los factores que inciden en la manifestación del síndrome de burnout en docentes de educación primaria de la zona escolar XIII de Mexicali, con el fin de generar evidencia útil para futuras intervenciones institucionales orientadas al bienestar emocional docente.

MATERIALES Y MÉTODOS

El presente estudio, tiene un enfoque cuantitativo, dado que busca identificar, medir y analizar la relación entre determinadas variables contextuales como lo son sobrecarga laboral, la inestabilidad emocional, así como algunas condiciones socioeconómicas. Según Hernández Sampieri, Fernández-Collado y Baptista (2014), el enfoque cuantitativo es idóneo cuando se pretende describir fenómenos con precisión y establecer relaciones basadas en datos medibles y reproducibles.

El tipo de estudio es descriptivo, dado que se identificó medidas de tendencia central como son frecuencias y porcentajes, las cuales se encuentran relacionadas con la principal variable de estudio; y del mismo modo transversal, porque la recolección de datos se realizó en un único momento del ciclo escolar 2024-2025, lo que permite un corte temporal.

Los criterios de selección de la población, se estructuran de la siguiente forma:

- Inclusión: Docentes activos de educación primaria que laboran en la zona escolar XIII de Mexicali, Baja California, una región ubicada en un contexto urbano fronterizo que atiende a comunidades con altos índices de marginación y precariedad social.
- Eliminación: Personal docente que no haya acetado participar en el estudio.

Para el cálculo del tamaño de la muestra, se utilizó la metodología de poblaciones finitas, considerando una confiabilidad (1 – α) del 95% y un margen del error (z) del 5%, haciendo una proyección inicial de 84 docentes. Dado la naturaleza del estudio y las dificultades presentadas, se optó por un muestreo no probabilístico, y una técnica a conveniencia y por bola de nieve, quedado una muestra final de 52 individuos.

Para la recolección de datos se empleó como instrumento principal la Escala de Burnout de Maslach para Educadores (MBI-ES), uno de los cuestionarios más utilizados y validados a nivel internacional para la medición del síndrome de burnout en el ámbito educativo (Maslach, Jackson & Leiter, 1996). Este instrumento permite evaluar tres dimensiones clave: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal, mediante ítems con formato de respuesta tipo Likert. Complementariamente, se aplicó una cédula de datos sociodemográficos, lo que permitió recolectar información adicional sobre las condiciones laborales del profesorado, tales como tipo de contratación, carga horaria, número de estudiantes por grupo, percepción de apoyo institucional y situaciones personales asociadas al estrés docente. Ambos instrumentos son autoadministrados y fueron aplicados de forma híbrida, es decir, tanto en la modalidad presencial, como de forma virtual a través de la generación de un formulario en Google Forms.

Finalmente, el plan de análisis, fue con estadística descriptiva básica como lo son medias, medianas, modas, porcentajes, máximos, mínimos a través del programa estadístico SPPS para Windows versión 22.0

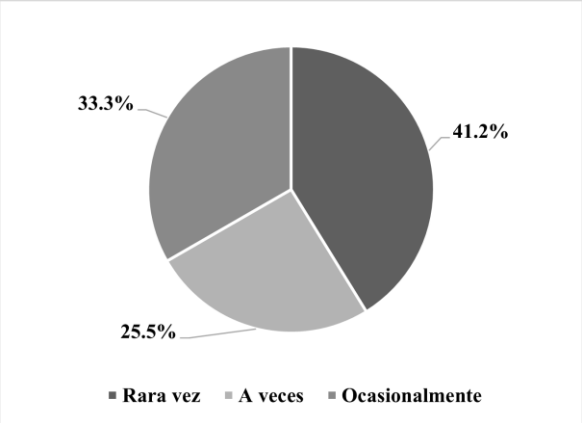
RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como objetivo identificar el nivel de manifestación del síndrome de burnout en docentes de educación primaria pertenecientes a la zona escolar XIII de Mexicali, Baja California, y su relación con variables contextuales tales como la sobrecarga laboral, la estabilidad emocional y las condiciones socioeconómicas del entorno. Con base en los instrumentos aplicados —la Escala de Burnout de Maslach para Educadores (MBI-ES) y una cédula contextual complementaria— se recolectaron datos de 52 docentes que permitieron analizar el fenómeno de forma cuantitativa y sistemática.

En la dimensión de agotamiento emocional, considerada una de las expresiones más tempranas del burnout, se observó que el 41.2% de los docentes manifestó sentirse emocionalmente agotado “rara vez”, mientras que un 25.5% lo reportó “a veces”. Aunque los niveles extremos no fueron predominantes, más de dos tercios de la muestra reflejaron indicios intermitentes de cansancio

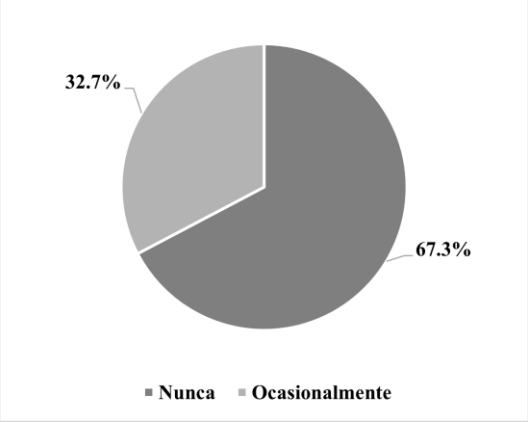
emocional, lo que señala una situación de tensión latente en la práctica docente.

Figura 1. Frecuencia del agotamiento emocional según los docentes



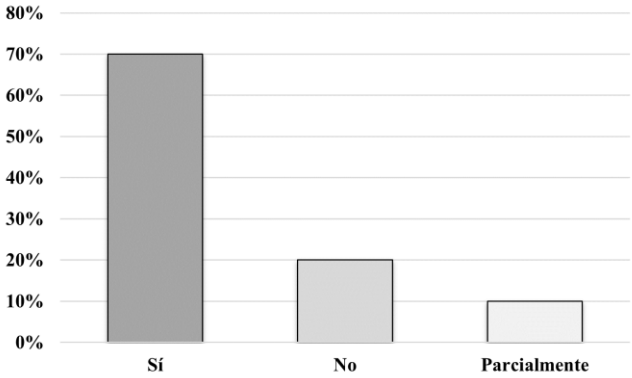
Respecto a la despersonalización, entendida como el distanciamiento afectivo o actitud impersonal hacia los estudiantes, los resultados fueron notoriamente bajos. El 67.3% afirmó “nunca” haber tratado a sus alumnos de manera fría o distante, mientras que el 32.7% señaló hacerlo ocasionalmente. Estos datos reflejan una fuerte conexión humana entre docentes y alumnado, lo que puede funcionar como un factor protector ante el desgaste profesional.

Figura 2. Niveles de despersonalización percibidos en la interacción docente-estudiante



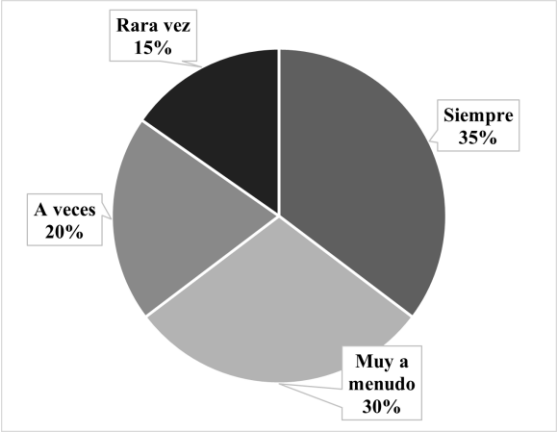
La sobrecarga laboral fue uno de los factores contextuales más reportados. El 70% de los encuestados expresó sentirse sobrepasado por las exigencias de su trabajo en algún momento, mientras que el 20% negó haber experimentado esta sensación y un 10% declaró experimentarla parcialmente. Estos hallazgos confirman la presencia de altas demandas institucionales en las escuelas pertenecientes a la zona escolar XIII.

Figura 3. Percepción de sobrecarga laboral en los docentes



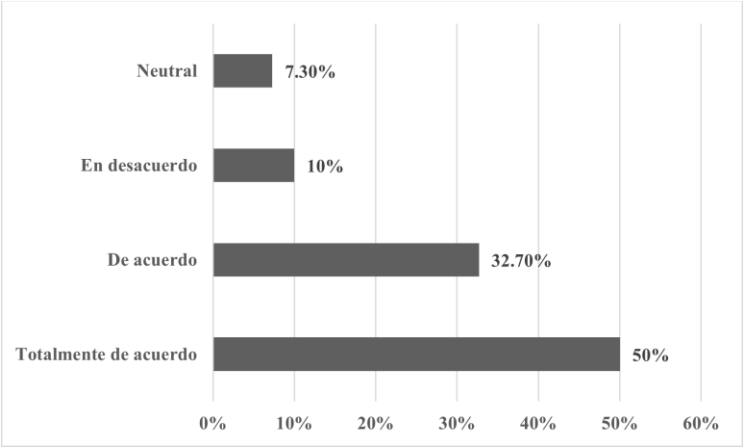
En cuanto a la realización personal, los datos resultaron alentadores: el 35.3% indicó sentirse "siempre" satisfecho con sus logros docentes, y el 29.4% manifestó esta satisfacción "muy a menudo". Solo una minoría reportó niveles bajos. Este sentido de cumplimiento profesional puede amortiguar los efectos negativos de otras dimensiones del burnout.

Figura 4. Grado de satisfacción profesional



Finalmente, se evaluó la satisfacción general con la carrera docente como un indicador transversal de compromiso vocacional. El 50% de los participantes manifestó estar "totalmente de acuerdo" con sentirse satisfecho de ser docente, y un 32.7% expresó estar "de acuerdo". Estos datos evidencian un fuerte apego a la profesión, a pesar de las condiciones laborales adversas.

Figura 5. Nivel general de satisfacción con la carrera docente



En conjunto, los hallazgos sugieren que, si bien el burnout no se manifiesta de manera crítica o generalizada en esta población, existen indicadores tempranos de agotamiento emocional y altos niveles de carga laboral que podrían escalar si no se intervienen oportunamente. Resulta relevante destacar la presencia de altos niveles de realización personal y bajo grado de despersonalización, lo cual permite plantear que el vínculo emocional con los estudiantes y la vocación docente actúan como mecanismos resilientes frente al desgaste profesional.

Estos resultados no solo ofrecen una lectura empírica del estado emocional del profesorado en esta zona escolar específica, sino que también aportan evidencia al cuerpo académico existente sobre la salud emocional docente en contextos vulnerables. La documentación puntual del fenómeno a nivel local permite identificar patrones de riesgo y oportunidades de intervención institucional, fundamentales para el diseño de estrategias de prevención del burnout en el sistema educativo mexicano. En este sentido, el estudio fortalece la comprensión del burnout desde un enfoque situado, contribuyendo al desarrollo de propuestas con pertinencia contextual.

Los resultados obtenidos en este estudio sobre el síndrome de burnout en docentes de educación primaria de la zona escolar XIII de Mexicali permiten una reflexión crítica sobre las condiciones laborales que enfrentan los docentes de educación primaria en entornos educativos caracterizados por vulnerabilidad estructural y alta demanda emocional. Basándonos en el marco teórico propuesto por Maslach y Jackson (1986), este estudio identificó claramente los síntomas asociados con el distrés emocional, la despersonalización y el desempeño personal, confirmando que el burnout, aunque no se

manifiesta en niveles extremos, sí se encuentra latente en el ejercicio docente diario. En ese sentido, los resultados obtenidos guardan coherencia con estudios como los de Benevides-Pereira (2002) y Valadez y Soriano (2021), quienes también documentan cómo el estrés crónico en el ámbito escolar tiende a manifestarse de manera gradual, afectando primero el bienestar emocional antes de traducirse en abandono laboral o disminución del desempeño profesional.

Particularmente, el hallazgo más consistente en este estudio fue el agotamiento emocional moderado reportado por más de la mitad de los participantes. Este resultado es congruente con lo señalado por Maslach y Leiter (2017), quienes explican que esta dimensión

Los hallazgos obtenidos en esta investigación confirman que el síndrome de burnout se manifiesta en los docentes de la zona escolar XIII de Mexicali principalmente a través de síntomas moderados de agotamiento emocional, acompañados por una fuerte percepción de sobrecarga laboral. Estos resultados se alinean de manera clara con el modelo teórico de Maslach y Jackson (1986), que define el burnout como una respuesta crónica al estrés laboral prolongado, caracterizado por tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. En el presente estudio, las dos primeras dimensiones se hacen presentes de manera diferenciada, mientras que la tercera —la realización profesional— se mantiene elevada, lo que indica la coexistencia de malestar emocional y compromiso vocacional.

Esta combinación, aunque aparentemente contradictoria, ha sido documentada en investigaciones previas que exploran el fenómeno del burnout resiliente, en el cual los docentes, a pesar de sentirse agotados emocionalmente, preservan una percepción positiva de su desempeño profesional (Cuéllar & Briones, 2019). En ese sentido, los datos recogidos en este estudio coinciden con la literatura que señala que el sentido de vocación y el vínculo afectivo con los alumnos actúan como factores protectores frente al desgaste psicológico (Maslach & Leiter, 2017).

No obstante, los resultados también difieren de lo reportado en contextos más críticos, donde el burnout se manifiesta en niveles altos de despersonalización y abandono de la profesión (Gómez-Esteban et al., 2020). En contraste, los docentes de la zona escolar XIII mantienen un fuerte apego

emocional hacia sus estudiantes, lo que refleja un entorno educativo en el que, pese a las condiciones laborales adversas, persiste una alta implicación ética y humana. Este hallazgo sugiere que, más que un indicador de colapso emocional generalizado, el burnout en este contexto representa una tensión crónica entre vocación y estructura institucional, donde el deseo de enseñar convive con la frustración ante recursos limitados y demandas administrativas excesivas.

La pertinencia metodológica del estudio —al aplicar un diseño cuantitativo, transversal, no experimental y un muestreo censal con instrumentos validados como el MBI-ES— aporta solidez a la interpretación de los hallazgos. La incorporación de una cédula contextual complementaria permitió además situar los resultados en relación con las condiciones laborales reales del profesorado, fortaleciendo la validez ecológica del análisis. Esta metodología no solo posibilitó una descripción empírica rigurosa, sino que favoreció la identificación de patrones consistentes entre los niveles de agotamiento emocional y la percepción de carga institucional, lo que refuerza la hipótesis de que el entorno organizacional opera como desencadenante principal del síndrome.

Una de las contribuciones teóricas más destacables del estudio radica en evidenciar que el burnout no siempre se expresa de manera homogénea en todos sus componentes. En el caso de los docentes de Mexicali, el componente emocional del síndrome aparece acentuado, mientras que los indicadores de despersonalización se mantienen bajos. Este matiz cuestiona visiones unidimensionales del burnout y enfatiza la necesidad de enfoques más dinámicos que reconozcan la variabilidad contextual del fenómeno. Así, el presente trabajo amplía el cuerpo teórico disponible al sugerir que el burnout docente puede adoptar formas parciales o fragmentadas, influido por factores sociales, institucionales y personales.

Desde una perspectiva práctica, los hallazgos tienen implicaciones claras para las políticas educativas locales. La evidencia sugiere que el profesorado no requiere únicamente capacitaciones técnicas o supervisión académica, sino sistemas de apoyo emocional integrales que contemplen espacios de contención, reorganización de la carga administrativa, y mecanismos institucionales que reconozcan el esfuerzo docente. En particular, los niveles detectados de insomnio, fatiga y estrés, vinculados al

agotamiento laboral, son señales de alerta que justifican la implementación de programas de acompañamiento emocional en zonas escolares vulnerables.

Además, el estudio contribuye metodológicamente al campo de la investigación educativa al demostrar la utilidad de combinar instrumentos estandarizados con herramientas adaptadas al contexto específico. Esta triangulación permitió captar dimensiones del burnout frecuentemente invisibilizadas por enfoques puramente psicométricos, enriqueciendo la comprensión del fenómeno con datos cualitativos complementarios que explican el "cómo" y el "por qué" de las respuestas docentes. Tal estrategia puede ser replicada en investigaciones futuras interesadas en examinar el impacto de variables contextuales sobre la salud emocional en distintos niveles del sistema educativo.

Finalmente, la originalidad científica del presente estudio se encuentra en su enfoque contextualizado, su mirada desde la práctica profesional directa y su aporte a una línea de investigación que, si bien ha crecido en los últimos años, sigue requiriendo mayor profundidad en contextos fronterizos y con alta carga institucional. Al documentar empíricamente el burnout en una zona escolar específica del norte de México, esta investigación ofrece insumos valiosos para el diseño de políticas locales de bienestar docente, y abre nuevas líneas de análisis que incluyen la relación entre liderazgo escolar, cultura organizacional y emociones profesionales.

CONCLUSIONES

Con base en el análisis riguroso del fenómeno del burnout en docentes de educación primaria en la zona escolar XIII de Mexicali, Baja California, y en coherencia con los resultados empíricos obtenidos, puede concluirse que el desgaste emocional docente no constituye un estado generalizado de crisis, sino un proceso latente de tensión acumulada que se manifiesta especialmente a través del agotamiento emocional y la sobrecarga institucional. Esta situación se configura en un escenario de alta demanda administrativa y social, donde la vocación profesional y el compromiso ético del profesorado operan como factores protectores, pero no inagotables. La evidencia generada en este estudio confirma que, si bien no se identifican síntomas críticos del síndrome de burnout en su totalidad, existen

indicadores claros que advierten sobre la posibilidad de agravamiento si las condiciones laborales no son atendidas con medidas pertinentes desde las instancias directivas y educativas.

Desde una perspectiva teórica, la investigación refuerza la validez del modelo tridimensional de Maslach y Jackson, pero también permite matizarlo al reconocer la coexistencia de dimensiones dispares: un profesorado emocionalmente agotado que, no obstante, preserva altos niveles de realización personal y baja despersonalización. Este hallazgo invita a revisar los enfoques tradicionales del burnout como una estructura homogénea, proponiendo, en cambio, una lectura más dinámica y contextualizada del fenómeno, especialmente en entornos escolares donde la precariedad estructural coexiste con una cultura docente resiliente. En este sentido, el estudio contribuye a enriquecer el cuerpo teórico sobre la salud emocional del profesorado, al identificar una configuración particular del burnout en contextos urbanos vulnerables de México.

Las implicaciones prácticas de este trabajo son claras y urgentes: resulta indispensable que las políticas educativas en zonas escolares de alta demanda contemplen no solo mejoras materiales, sino también estrategias institucionales orientadas al cuidado emocional del docente. La implementación de programas de acompañamiento psicológico, la redistribución equitativa de cargas laborales y la valoración del trabajo docente como eje central del sistema educativo son medidas necesarias para prevenir el avance del burnout. La permanencia de condiciones adversas, como las identificadas en este estudio, podría erosionar a largo plazo los niveles de compromiso y desempeño del profesorado, impactando negativamente en la calidad educativa.

Entre las principales limitaciones del estudio se encuentra su diseño transversal, que impide analizar la evolución temporal del síndrome de burnout, así como la imposibilidad de establecer relaciones causales entre variables. Por tanto, se plantea como línea futura de investigación el desarrollo de estudios longitudinales que permitan observar la progresión del desgaste emocional en el tiempo y su relación con otros factores, como la rotación docente, el liderazgo institucional o el rendimiento académico del alumnado. Asimismo, resulta pertinente profundizar en el análisis del impacto del género,

el tipo de nombramiento y la antigüedad en el servicio, como posibles variables moduladoras del síndrome.

Este trabajo representa una contribución empírica y crítica al campo de la investigación educativa en México. Su originalidad reside no solo en la delimitación geográfica y contextual, sino en la mirada comprometida con el bienestar emocional de quienes sostienen el sistema educativo desde el aula. En un momento histórico donde se exigen transformaciones profundas a la educación, este estudio recuerda que tales cambios solo serán sostenibles si se parte del reconocimiento, cuidado y fortalecimiento del sujeto docente como agente central del proceso pedagógico.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alfaro Flores, A. M., & Castillo Revilla, S. E. (s.f.). *Síndrome de burnout: Un análisis desde el ámbito organizacional* [PDF]. Repositorio UNSA. https://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/15056/SINDORME%20DE%20BURNOUT%20EN%20EL%20CLIMA%20ORGANIZACIONAL.pdf

Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología, 29*(3), 1038–1059. https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511

Caballero, C. C., Abello, R., & Palacio, J. (2007). Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, (20), 95–117. https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/112

Chávez Tello, E. N. (2023). *Burnout en docentes de educación primaria en tiempos de pandemia COVID-19 en la región de Apurímac* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Micaela Bastidas de Apurímac]. Repositorio UNAMBA. http://repositorio.unamba.edu.pe/handle/20.500.14064/937

Cuéllar, A. M., & Briones, R. (2019). Vocación docente y resiliencia emocional en contextos escolares adversos. *Revista Mexicana de Investigación Educativa, 24*(82), 121–145. https://www.comie.org.mx/revista/v2018/rmie/index.php/nrmie/article/view/1234

Escalante Izeta, E. I. (2010). *Burnout en docentes: Una aproximación a los profesores en escuelas primarias* [Tesis de maestría, Universidad Veracruzana]. Repositorio UV. https://cdigital.uv.mx/bitstream/handle/123456789/31377/2010_ESCALANTE_IZETA_ERICKA.pdf

Gómez-Esteban, M., Rodríguez, C., & Lozano, P. (2020). Burnout y abandono de la profesión docente: un estudio comparativo. *Revista Iberoamericana de Educación, 84*(1), 45–68. https://rieoei.org/RIE/article/view/3845

Hernández Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill Education.

Juárez García, A., Idrovo, Á. J., Camacho Ávila, A., & Placencia Reyes, O. (2001). Síndrome de burnout en población mexicana: Una revisión sistemática. *Salud Mental, 24*(2), 36–43. https://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2001/sam012d.pdf

Loya Chávez, K. N. (2020). Síndrome de burnout en docentes de educación básica de contexto rural. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 23*(2), 24–33. https://psicologia.iztacala.unam.mx/revista/index.php/repi/article/view/1849

Maslach, C., & Jackson, S. E. (1986). *Maslach Burnout Inventory Manual*. Consulting Psychologists Press.

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2017). *The truth about burnout: How organizations cause personal stress and what to do about it*. Jossey-Bass.

Merino Tejedor, E. (2009). Burnout en el profesorado: Un estudio comparativo entre profesores de primaria y secundaria. *Revista de Educación*, (350), 153–170. https://recyt.fecyt.es/index.php/Redu/article/view/44930

Pham Thi, T. D., & Duong, N. T. (2024). Investigando el agotamiento por aprendizaje y el rendimiento académico entre estudiantes de administración: Un estudio longitudinal en cursos de inglés. *Journal of Education and Learning, 13*(2), 1–14. https://doi.org/10.5539/jel.v13n2p1

Uitzil Hau, E. D., & Estrella Ceme, H. A. (2021). El síndrome de burnout en docentes de bachillerato tecnológico. *Revista de Investigación Educativa de la REDIECH, 12*(22), 11–31.

https://rediech.org/ojs/2017/index.php/recie/article/view/1382

Vázquez Delgado, G., Flores Zubía, R., & Sosa Fierro, A. (2013). Síndrome de burnout en docentes de las Escuelas Normales del Estado de Chihuahua, México. *Revista de Psicología, 31*(2), 321–330. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26430274011