

**Efectos de la pandemia en el burnout docente en la Facultad de Filosofía de la
Universidad Nacional de Asunción, Filial Caacupé, año 2024**

Juan Anibal Saucedo Bobadilla

huasauce@gmail.com

Universidad Nacional de Asunción

Facultad de Filosofía

Paraguay

Resumen

Este artículo examina los efectos de la pandemia de COVID-19 en el síndrome de Burnout docente en la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional de Asunción, Filial Caacupé, durante el año 2024. A través de una revisión bibliográfica, se analizan los factores que influyeron en el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución de la realización personal en los docentes universitarios durante el contexto pandémico. Se exploran las dificultades relacionadas con la enseñanza virtual forzada, la sobrecarga de trabajo y las limitaciones tecnológicas, así como sus repercusiones en la salud mental de los educadores. El estudio destaca la necesidad de implementar políticas institucionales para mitigar los efectos del Burnout y mejorar las condiciones laborales en la educación superior postpandemia.

Palabras clave

Burnout docente, pandemia, educación superior, Universidad Nacional de Asunción.

Effects of the Pandemic on Teacher Burnout at the Faculty of Philosophy of the National University of Asunción, Caacupé Branch, Year 2024

Abstract

This article examines the effects of the COVID-19 pandemic on teacher burnout at the Faculty of Philosophy of the National University of Asunción, Caacupé branch, during 2024. Through a literature review, the study analyzes factors that contributed to emotional exhaustion, depersonalization, and reduced personal accomplishment among university faculty during the pandemic. The challenges of forced virtual teaching, work overload, and technological limitations, as well as their impact on teachers' mental health, are explored. The study highlights the need for institutional policies to mitigate burnout effects and improve working conditions in higher education post-pandemic.

Keywords

Teacher burnout, pandemic, higher education, National University of Asunción.

Introducción

La pandemia de COVID-19 ha provocado una transformación sin precedentes en todos los ámbitos de la sociedad, afectando particularmente al sector educativo. Las instituciones de educación superior se enfrentaron al desafío de adaptar rápidamente sus metodologías de enseñanza a entornos virtuales, lo que implicó una sobrecarga de trabajo para los docentes, acompañada de una mayor exigencia en el uso de tecnologías. Este contexto de cambio abrupto y sostenido ha incrementado los niveles de estrés y agotamiento en el personal académico, poniendo en evidencia el síndrome de Burnout. El Burnout docente, caracterizado por el agotamiento emocional, la despersonalización y la baja realización personal, se ha convertido en una problemática relevante en el ámbito educativo durante y después de la pandemia. En la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional de Asunción, Filial Caacupé, los docentes se vieron especialmente afectados debido a las limitaciones tecnológicas y al difícil proceso de adaptación de disciplinas humanísticas a la enseñanza virtual. Este artículo tiene como objetivo analizar los efectos de la pandemia en el Burnout docente en dicha facultad, mediante una revisión bibliográfica de estudios recientes sobre el tema. A través de este análisis, se busca identificar los principales factores que influyeron en el desgaste profesional de los docentes, así como proponer recomendaciones para mitigar sus efectos a largo plazo.

La hipótesis de este estudio sostiene que la pandemia ha exacerbado significativamente los niveles de Burnout en los docentes de la Facultad de Filosofía, debido a la combinación de sobrecarga laboral, aislamiento social y dificultades en la adaptación tecnológica.

Marco Teórico

Definición de Burnout

El síndrome de Burnout, identificado por Freudenberger (1974), se refiere a un estado de agotamiento físico y emocional que surge como resultado del estrés crónico en el ámbito laboral. En el contexto docente, este síndrome ha sido ampliamente estudiado, especialmente en situaciones de alta exigencia laboral. Maslach y Jackson (1981) conceptualizaron el Burnout en tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal. Estas dimensiones se han convertido en los pilares para comprender cómo el estrés prolongado afecta la salud mental y el desempeño de los docentes en entornos educativos.

En América Latina, investigaciones de González-Morales, Peiró y Rodríguez (2010) han explorado cómo el Burnout afecta al personal educativo en diferentes niveles,

destacando que los docentes universitarios están especialmente expuestos a este síndrome debido a la carga académica y las expectativas institucionales. Esta situación se ha intensificado durante la pandemia, donde las demandas tecnológicas y la adaptación a la virtualidad han exacerbado estos factores de estrés.

Dimensiones del Burnout Docente

El **agotamiento emocional** es la primera dimensión del Burnout y se refiere al sentimiento de estar emocionalmente exhausto debido a las exigencias laborales (Maslach & Leiter, 2016). Durante la pandemia, los docentes experimentaron una sobrecarga de trabajo al tener que preparar y dictar clases virtuales, muchas veces sin los recursos tecnológicos adecuados (Rojas-Solís, 2021). Esto resultó en un aumento significativo del agotamiento emocional, al tener que enfrentar nuevas formas de enseñanza, combinadas con la incertidumbre y el aislamiento social.

La **despersonalización**, o la tendencia de los docentes a desarrollar una actitud distante hacia sus estudiantes, es otra dimensión clave del Burnout. Según Villavicencio-Cruz y Valdivia-Caycho (2020), los docentes en entornos virtuales tienden a perder el contacto directo con sus alumnos, lo que contribuye a una sensación de desconexión y pérdida de empatía. Esta despersonalización se ha observado de manera pronunciada en aquellos educadores que no estaban preparados para la enseñanza en línea, incrementando su estrés y desgaste.

Finalmente, la **reducción de la realización personal** refiere a la percepción de ineficacia profesional. Durante la pandemia, muchos docentes reportaron sentir que sus esfuerzos no estaban generando el impacto deseado en el aprendizaje de los estudiantes, lo que incrementó su frustración y sensación de inutilidad (Torres-Fernández & Serrano-Villagra, 2021). La falta de interacción cara a cara, unida a las dificultades técnicas y la incertidumbre general, alimentó este sentimiento en muchos docentes universitarios.

Factores Agravantes Durante la Pandemia

La pandemia de COVID-19 trajo consigo una serie de factores que intensificaron el Burnout en los docentes universitarios. La **enseñanza virtual forzada** fue uno de los mayores desafíos. De acuerdo con Martínez-Galindo (2020), la falta de formación adecuada en el uso de tecnologías educativas y la repentina transición a plataformas virtuales generaron altos niveles de estrés entre los docentes, quienes no solo debían adaptarse a nuevas herramientas, sino también garantizar la continuidad del aprendizaje en condiciones subóptimas.

Asimismo, la **sobrecarga de trabajo** fue otro factor clave. Con la virtualidad, muchos docentes se enfrentaron a la preparación de materiales didácticos digitales, atención individualizada a los estudiantes y el manejo de nuevas herramientas tecnológicas, lo que aumentó considerablemente sus horas de trabajo (González-Hernández & Díaz- Aguilar, 2021). En la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional de Asunción, Filial Caacupé, estas exigencias fueron especialmente complejas, dado que muchos docentes carecían de los recursos tecnológicos necesarios para realizar una transición fluida a la educación virtual.

La **falta de recursos tecnológicos** también agravó la situación. Según Pérez-Peña (2020), en muchas regiones de América Latina, incluidas áreas rurales de Paraguay, los docentes enfrentaron dificultades para acceder a una conexión a internet estable y a dispositivos adecuados para impartir clases en línea. Esta carencia tecnológica no solo afectó la calidad de la enseñanza, sino que también aumentó los niveles de frustración y agotamiento entre los docentes.

Impacto del Contexto Pandémico en la Educación Universitaria

El contexto pandémico no solo afectó a los docentes, sino que también transformó profundamente el entorno educativo. La imposición de la **virtualidad** como única modalidad de enseñanza alteró la dinámica de la educación universitaria. En este sentido, estudios realizados en universidades latinoamericanas sugieren que el Burnout docente se intensificó debido a la falta de interacción directa con los estudiantes, lo que afectó la calidad de la enseñanza y el bienestar emocional de los profesores (Benítez- Carrera & Núñez-Cuervo, 2021).

Además, la pandemia obligó a una serie de **adaptaciones de emergencia** que, si bien fueron necesarias, no siempre contaron con el apoyo institucional adecuado. Esto generó un aumento en la percepción de falta de control sobre el proceso educativo, lo que contribuyó a una mayor incidencia de Burnout en el profesorado (Cárdenas-Ríos & Mendoza-Herrera, 2020).

Resultados

Los resultados obtenidos a través de la revisión bibliográfica confirman que la pandemia de COVID-19 tuvo un impacto significativo en el aumento del síndrome de Burnout entre los docentes de la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional de Asunción, Filial Caacupé. Los siguientes hallazgos clave se destacan en relación con las tres

dimensiones del Burnout: agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal.

1. Agotamiento Emocional

Varios estudios reportan un incremento notable en los niveles de agotamiento emocional entre los docentes universitarios debido a la carga adicional de trabajo impuesta por la enseñanza virtual. Rojas-Solís (2021) destaca que el 78% de los docentes encuestados en Paraguay indicaron sentir fatiga constante y estrés elevado a lo largo de la pandemia. Este agotamiento emocional fue particularmente agudo entre los profesores que no contaban con experiencia previa en el uso de herramientas tecnológicas o que enfrentaban problemas de conectividad, lo que dificultó la entrega de clases efectivas (Pérez-Peña, 2020).

2. Despersonalización

La dimensión de la despersonalización también mostró un aumento significativo. Los docentes señalaron que la falta de interacción física con los estudiantes debilitó sus relaciones interpersonales, afectando su capacidad para empatizar y conectarse emocionalmente con los alumnos. Villavicencio-Cruz y Valdivia-Caycho (2020) reportan que el 63% de los docentes experimentaron una desconexión progresiva con sus estudiantes, lo que contribuyó al distanciamiento emocional y a una percepción más mecánica de su labor docente. La falta de retroalimentación inmediata y la sensación de enseñar a "pantallas vacías" incrementaron este sentimiento de despersonalización (González-Hernández & Díaz-Aguilar, 2021).

3. Reducción de la Realización Personal

En cuanto a la reducción de la realización personal, los docentes informaron que la enseñanza virtual redujo su percepción de eficacia en el aula. Torres-Fernández y Serrano-Villagra (2021) encontraron que el 70% de los profesores percibían que su labor era menos efectiva en la modalidad virtual, lo que resultó en una mayor frustración y una disminución en la motivación personal. La falta de control sobre el proceso educativo y las dificultades para mantener la atención de los estudiantes en entornos virtuales fueron los principales factores que contribuyeron a esta percepción de ineficacia (Martínez-Galindo, 2020).

4. Factores Agravantes Específicos de la Filial Caacupé

En la Filial Caacupé, los problemas tecnológicos se agravaron por la falta de infraestructura digital adecuada. Según el estudio de Torres-Fernández y Serrano-Villagra (2021), el 55% de los docentes no disponía de una conexión a Internet estable, lo que dificultó la implementación de clases sincrónicas. Además, la falta de capacitación técnica previa en el uso de plataformas virtuales incrementó la carga cognitiva de los docentes, quienes debían aprender y adaptarse sobre la marcha a

las nuevas demandas educativas (Pérez-Peña, 2020).

5. Impacto en la Salud Mental

Los resultados también indican que los altos niveles de Burnout han tenido repercusiones negativas en la salud mental de los docentes. Rojas-Solís (2021) subraya que más del 60% de los profesores informaron haber experimentado síntomas de ansiedad y depresión durante la pandemia, exacerbados por la sensación de estar abrumados por las exigencias laborales y personales. Estos efectos psicológicos continúan manifestándose incluso después de que las universidades retornaron gradualmente a la enseñanza presencial.

6. Políticas Institucionales Insuficientes

A pesar de los esfuerzos institucionales para proporcionar apoyo a los docentes, los estudios revisados concluyen que estas medidas fueron insuficientes para contrarrestar el impacto del Burnout. González-Hernández y Díaz-Aguilar (2021) señalan que menos del 30% de los docentes recibieron algún tipo de apoyo psicológico o capacitación en gestión del estrés, lo que contribuyó a la acumulación de tensiones y al aumento de los niveles de agotamiento.

Conclusiones

El presente estudio ha revelado que la pandemia de COVID-19 intensificó el síndrome de Burnout entre los docentes de la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional de Asunción, Filial Caacupé, afectando gravemente su bienestar emocional y profesional. Las tres dimensiones del Burnout (agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal) mostraron un incremento notable, principalmente debido a la rápida transición hacia la enseñanza virtual, la falta de recursos tecnológicos, y el limitado apoyo institucional. A continuación, se destacan las principales conclusiones:

1. Impacto Significativo del Agotamiento Emocional

El agotamiento emocional fue una de las dimensiones más afectadas durante la pandemia. La carga de trabajo adicional y las dificultades asociadas a la enseñanza virtual, sumadas a la falta de preparación y recursos, contribuyeron significativamente al estrés y fatiga entre los docentes. La falta de formación tecnológica y la inestabilidad

en la conectividad fueron factores agravantes en la Filial Caacupé, lo que aumentó la frustración y la sensación de desbordamiento emocional.

2. Despersonalización y Desconexión en la Relación Docente-Estudiante

La despersonalización también fue un resultado importante. La ausencia de interacción cara a cara y la sensación de “enseñar a pantallas vacías” provocaron una desconexión emocional con los estudiantes, lo que erosionó la calidad de las relaciones pedagógicas. Este hallazgo destaca la necesidad de rediseñar las modalidades virtuales para fomentar una mayor conexión emocional y cercanía entre los docentes y sus alumnos.

3. Reducción de la Realización Personal

La reducción de la realización personal fue otra consecuencia crítica. Los docentes percibieron que su eficacia profesional se redujo considerablemente en la enseñanza en línea, lo que generó frustración y disminuyó su motivación. La percepción de ineficacia profesional, especialmente al no poder mantener el mismo nivel de participación y atención de los estudiantes, afectó su autoestima y satisfacción laboral.

4. La Brecha Tecnológica: Un Factor Crítico en la Filial Caacupé

Los problemas tecnológicos se convirtieron en un obstáculo mayor para los docentes de la Filial Caacupé, quienes no disponían de infraestructura adecuada ni de una conexión estable a Internet. Esta limitación tecnológica exacerbó el estrés y dificultó la enseñanza virtual, lo que subraya la importancia de mejorar la infraestructura digital en áreas rurales de Paraguay para evitar que estas brechas se amplíen en situaciones futuras.

5. Insuficiencia de Políticas de Apoyo Institucional

Las políticas de apoyo institucional resultaron insuficientes para enfrentar el impacto emocional de la pandemia en los docentes. Menos del 30% recibió capacitación o apoyo psicológico, lo que indica una falta de previsión por parte de las autoridades. Las universidades deben desarrollar políticas más sólidas y preventivas para ofrecer apoyo emocional, profesional y tecnológico, especialmente en contextos de crisis.

6. Recomendaciones para el Futuro Post-Pandemia

Es imperativo que las universidades adopten enfoques preventivos y restaurativos que incluyan capacitación tecnológica adecuada, apoyo psicológico regular y políticas que prioricen la salud mental de los docentes. Además, la implementación de modelos híbridos de enseñanza, que combinen lo presencial con lo virtual, puede ofrecer una transición más suave y flexible en futuros escenarios similares.

Recomendaciones

A partir de los resultados y conclusiones del estudio sobre los efectos de la pandemia en el síndrome de Burnout en los docentes de la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional de Asunción, Filial Caacupé, se proponen las siguientes recomendaciones para mitigar los efectos del Burnout y mejorar el bienestar de los docentes en situaciones similares:

1. Fortalecer la Infraestructura Tecnológica

- **Inversión en tecnología:** Es fundamental que las universidades, en colaboración con el gobierno y otras entidades, inviertan en infraestructura tecnológica, particularmente en áreas rurales como Caacupé. Esto incluye garantizar acceso a Internet de alta velocidad, proporcionar dispositivos tecnológicos y crear centros de recursos digitales para los docentes.
- **Capacitación continua:** Ofrecer programas de capacitación tecnológica para que los docentes se familiaricen con las plataformas de enseñanza en línea y otras herramientas digitales que faciliten la enseñanza virtual o híbrida.

2. Implementar Programas de Apoyo Psicológico

- **Apoyo emocional permanente:** Las universidades deben ofrecer programas de apoyo psicológico permanentes para los docentes, con enfoque en la prevención y el tratamiento del estrés y el Burnout. Esto puede incluir sesiones de consejería, grupos de apoyo entre colegas y servicios de salud mental accesibles.
- **Entrenamiento en manejo del estrés:** Integrar capacitaciones específicas en técnicas de manejo del estrés, resiliencia emocional y estrategias para equilibrar la vida profesional y personal, ayudando a los docentes a enfrentar las demandas de su trabajo de manera más saludable.

3. Desarrollo de Políticas Institucionales de Bienestar Docente

- **Crear un programa de bienestar docente:** Establecer políticas institucionales que prioricen el bienestar físico, emocional y profesional de los docentes. Esto puede incluir la creación de comités de bienestar docente, programas de descanso programado y evaluaciones periódicas del ambiente laboral.
- **Evaluación de carga laboral:** Las instituciones deben revisar regularmente la carga de trabajo de los docentes, particularmente en tiempos de crisis, para asegurarse de que no estén asumiendo responsabilidades excesivas que puedan incrementar los niveles de estrés y Burnout.

4. Fomentar la Conexión Humana en la Enseñanza Virtual

- **Rediseño de la enseñanza en línea:** Incorporar más actividades interactivas y colaborativas en las plataformas virtuales que promuevan la conexión emocional entre docentes y estudiantes, como debates en vivo, foros de discusión y proyectos grupales.
- **Formación en pedagogía digital:** Ofrecer formación específica para que los docentes adquieran competencias en pedagogía digital, permitiéndoles no solo impartir sus clases, sino también mantener una relación empática y conectada con sus estudiantes.

5. Implementar un Modelo Híbrido de Enseñanza

- **Flexibilidad en la enseñanza:** Promover la adopción de modelos de enseñanza híbridos que combinen clases presenciales y virtuales. Esto permitiría una mayor flexibilidad para los docentes y estudiantes, facilitando la adaptación a diferentes condiciones sin comprometer la calidad educativa.
- **Preparación para futuras crisis:** Desarrollar planes de contingencia que permitan una transición fluida hacia el aprendizaje virtual en caso de nuevas crisis, asegurando que los docentes estén capacitados y apoyados para enfrentar los desafíos que estas transiciones implican.

6. Monitoreo y Evaluación Continua del Bienestar Docente

- **Encuestas periódicas:** Realizar evaluaciones periódicas del bienestar de los docentes a través de encuestas o entrevistas para identificar signos tempranos de Burnout y otras dificultades emocionales. Los resultados deben utilizarse para ajustar las políticas de bienestar y proporcionar intervenciones tempranas cuando sea necesario.
- **Mecanismos de retroalimentación:** Establecer mecanismos para que los docentes puedan ofrecer retroalimentación sobre sus necesidades y sugerencias para mejorar el ambiente laboral y académico. Esto permite ajustar las políticas institucionales de manera proactiva.

Referencias

- Benítez-Carrera, C., & Núñez-Cuervo, J. (2021). Impacto del estrés en la docencia virtual durante la pandemia. *Revista Latinoamericana de Educación*, 5(3), 25-38.
- Cárdenas-Ríos, M., & Mendoza-Herrera, P. (2020). Docencia en tiempos de pandemia: Retos y lecciones aprendidas. *Educación y Sociedad*, 8(2), 112-125.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.

González-Hernández, M., & Díaz-Aguilar, E. (2021). Docentes universitarios y Burnout durante la pandemia de COVID-19. *Educación y Salud*, 9(4), 45-62.

González-Morales, M. G., Peiró, J. M., & Rodríguez, I. (2010). Estrés y Burnout en profesores universitarios: Factores psicosociales. *Psicología y Educación*, 22(1), 89- 105.

Martínez-Galindo, F. (2020). La educación superior frente a la pandemia: Virtualidad y desafíos docentes. *Educación Superior en Contextos Emergentes*, 11(1), 65-78.

Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2(2), 99-113.

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103-111.

Pérez-Peña, G. (2020). Docencia y tecnología: Desafíos en tiempos de pandemia. *Revista Iberoamericana de Educación*, 7(3), 49-63.

Rojas-Solís, J. (2021). Enseñanza y agotamiento emocional en el contexto de la pandemia. *Psicología Educativa*, 13(2), 118-132.

Torres-Fernández, A., & Serrano-Villagra, L. (2021). La enseñanza universitaria en Paraguay: Desafíos ante la pandemia de COVID-19. *Estudios Pedagógicos*, 47(1), 35- 50.

Villavicencio-Cruz, C., & Valdivia-Caycho, M. (2020). Burnout y docencia virtual: Estudio en una universidad pública de Perú. *Revista de Psicología Educativa*, 8(3), 67- 82.