

Síndrome de burnout y autoeficacia en los docentes de educación primaria. Una revisión sistemática

Rafael CARACUEL CÁLIZ
Eduardo MELGUIZO IBÁÑEZ
Gabriel GONZÁLEZ VALERO
Pilar PUERTAS MOLERO

Datos de contacto:

Rafael Caracuel Cáliz
Universidad Internacional de La Rioja/Universidad Internacional de Valencia
rafaelfrancisco.caracuelcaliz@unir.net

Eduardo Melguizo Ibáñez
Universidad de La Laguna
emelguiz@ull.edu.es

Gabriel González Valero
Universidad de Granada
ggvalero@ugr.es

Pilar Puertas Molero
Universidad de Granada
pilarpuertas@ugr.es

Recibido: 31/10/2023
Aceptado: 07/05/2024

RESUMEN

La labor docente en educación primaria está influenciada por diversas variables, factores como el síndrome de Burnout pueden afectar la salud de los docentes y su autoeficacia. Se ha observado que ambas variables actúan sobre la función del docente en la clase de educación primaria. El propósito de este estudio es investigar la correlación entre la autoeficacia y el agotamiento en maestros que trabajan en la educación primaria. Se ha llevado a cabo una revisión sistemática basada en investigaciones científicas publicadas desde el año 2017 a septiembre de 2023. Se llevó a cabo una búsqueda de literatura científica entre los meses de agosto y octubre del año 2023 en las bases de datos Web of Science, SCOPUS, ERIC y PsycInfo. Como motores de búsqueda se utilizaron las siguientes palabras clave: "teacher*", "burnout" y "self-efficacy"; el operador *booleano* que se empleó entre cada uno de los términos fue "AND". Los resultados resaltan la complejidad de los factores que afectan a los docentes de educación primaria, mostrando que la autoeficacia influye positivamente en la innovación laboral, mientras que el agotamiento tiene un impacto negativo indirecto. Como conclusión se obtiene que la profesión docente origina un aumento de los niveles de burnout incidiendo de una forma directa en la salud mental y en la calidad de la docencia.

PALABRAS CLAVE: Síndrome de Burnout; Educación Primaria; Salud Mental; Autoeficacia.

Burnout syndrome and self-efficacy in elementary school teachers. A systematic review

ABSTRACT

Teaching in primary education is influenced by a number of variables, factors such as Burnout syndrome can affect teachers' health and self-efficacy. Both variables have been found to affect the role of the teacher in the primary school classroom. The purpose of this study is to investigate the correlation between self-efficacy and burnout in teachers working in primary education. A systematic review has been conducted based on scientific research published from 2017 to September 2023. A search of scientific literature was carried out between August and October 2023 in the Web of Science, SCOPUS, ERIC and PsycInfo databases. The following keywords were used as search engines: "teacher*", "burnout" and "self-efficacy"; the Boolean operator used between each of the terms was "AND". The results highlight the complexity of the factors affecting primary school teachers, showing that self-efficacy has a positive influence on job innovation, while burnout has an indirect negative impact. The conclusion is that the teaching profession leads to an increase in burnout levels with a direct impact on mental health and teaching quality.

KEYWORDS: Burnout Syndrome; Primary Education; Mental Health; Self-Efficacy; Self-Efficacy

Introducción

La labor docente en educación primaria está influenciada por diversas variables. Barolli et al. (2019) identificaron ocho dimensiones principales que afectan esta labor. Estas dimensiones incluyen la actualización en conocimientos científicos y pedagógicos, la organización y dirección de la enseñanza, el apoyo al aprendizaje de los estudiantes, la participación en la gestión escolar, la investigación de su propia práctica, la planificación de la carrera profesional docente y la participación en la responsabilidad social (Barolli et al., 2019).

Los docentes se ven determinados por su entorno, que incluye factores sociales, normativos y escolares (Barolli et al., 2019; de Pro Bueno et al., 2022). Estos factores están determinados por decisiones políticas, creencias sociales y tendencias, y afectan lo que el docente sabe, hace, piensa y siente (de Pro Bueno et al., 2022).

Además, han de tenerse en cuenta, situaciones internas como el agotamiento que pueden darse debido al desempeño de sus tareas y que incluso pueden afectar a la labor docente (Melguizo-Ibáñez et al., 2023). El síndrome de Burnout se reconoce como una enfermedad que afecta a los profesionales de la enseñanza desde los inicios de su labor docente (Melguizo-Ibáñez et al., 2023). Este trastorno surge debido a factores como la elevada carga de responsabilidades y la constante interacción con las personas

involucradas en la educación (Ding y He, 2022). El burnout docente y el agotamiento emocional puede definirse como el agotamiento de la energía cuando uno está emocionalmente exhausto (Ding y He, 2022). Asimismo, puede manifestarse a través de síntomas como agotamiento emocional, disminución en el sentido de logro personal y actitudes de despersonalización (González-Valero et al., 2021). Por otro lado, se ha notado que mantener de manera constante estos niveles de agotamiento y estrés puede tener consecuencias adversas para la salud tanto física como mental (Freire et al., 2023). Esto se traduce en síntomas perjudiciales, tales como fatiga persistente, debilidad muscular y trastornos psicológicos (González-Valero et al., 2021). En este sentido, siguiendo a Freire et al. (2023) ha de tenerse en cuenta que los síntomas de burnout dificultan el funcionamiento psicológico, afectando en los docentes a su autoeficacia.

Al hilo de lo descrito anteriormente, la autoeficacia docente se ha convertido en un tema de creciente interés y estudio en el ámbito académico (Vega-Rodríguez et al., 2023). Esta se define como un factor fundamental que influye en la dedicación, la perseverancia y la capacidad de decisión de los profesores (Murillo-Parra et al., 2020). De lo contrario, podrían desarrollar expectativas desfavorables, lo que, a su vez, podría desencadenar el fracaso en la ejecución de métodos educativos (Murillo-Parra et al., 2020). Se ha sugerido que las convicciones de autoeficacia de los educadores tienen un impacto en las posibilidades de avanzar en sus carreras, en las circunstancias en las que trabajan, en la calidad de su labor y en cómo se sienten respecto a sus relaciones con otras personas (Türkoglu et al., 2017). En momentos de estrés y agitación, recursos personales como la autoeficacia docente y la regulación de las emociones pueden reducir en los docentes los niveles de agotamiento (Daniel y Van Bergen, 2023).

Por tanto, mediante el presente estudio se pretende conocer la relación entre el efecto que produce la autoeficacia y el agotamiento en docentes de educación primaria.

Método

Por tanto, mediante el presente estudio se pretende conocer la relación entre el efecto que produce la autoeficacia y el agotamiento en docentes de educación primaria.

Procedimiento y estrategias de búsqueda

Para llevar a cabo esta revisión, se realizaron búsquedas en las bases de datos de Web of Science, SCOPUS, ERIC y PsycInfo. La revisión sistemática se comenzó en la segunda semana de agosto de 2023 y concluyó en la tercera semana del mes de septiembre de ese mismo año. Se estableció un período de tiempo para incluir artículos publicados desde 2017 hasta septiembre de 2023. Se utilizaron términos de búsqueda específicos como "*teacher**", "*burnout*" y "*self-efficacy*", y se combinaron utilizando el operador booleano "AND".

Se obtuvieron un total de 169 trabajos científicos de la búsqueda inicial. Luego se aplicaron filtros para seleccionar solo artículos en formato adecuado, descartando las revisiones sistemáticas y considerando todas las áreas de investigación, lo que redujo

el número a 145 artículos. A continuación, se refinó la búsqueda especificando que los estudios a incluir debían pertenecer a los campos de “*Education Educational Research*”, “*Psychology Educational*” o “*Elementary School Teachers*”. Asimismo, los estudios debían estar redactados en inglés o castellano. Esto resultó en 25 artículos de la base de datos de Web of Science, 57 artículos de SCOPUS, 13 artículos de ERIC y 4 artículos de PsycInfo, lo que sumó un total de 70 trabajos.

Posteriormente, se utilizó el programa *Mendeley Reference Manager* para descartar estudios duplicados que estuvieran presentes en las bases de datos. Esto redujo la muestra a un total de 51 artículos. Estos artículos fueron evaluados mediante la lectura de los títulos y resúmenes, seleccionando exclusivamente aquellos que cumplieran con los criterios de inclusión establecidos (Harris et al., 2014). A continuación, se exponen los principales criterios de inclusión establecidos por el equipo investigador:

(1) Artículos publicados en inglés o español y sometidos a una evaluación por pares.

(2) Estudios científicos que incluyesen análisis de la autoeficacia y agotamiento en docentes de educación primaria, resumen o palabras clave.

(3) Población y muestra de estudio centrada docentes de educación primaria.

(4) Publicaciones científicas desarrolladas con un diseño metodológico de corte transversal y/o longitudinal.

(5) Utilizan instrumentos validados de investigación para valorar a los participantes de estudio.

(6) Investigaciones que mostraran resultados significativos y conclusiones que permitiesen analizar las variables de estudio.

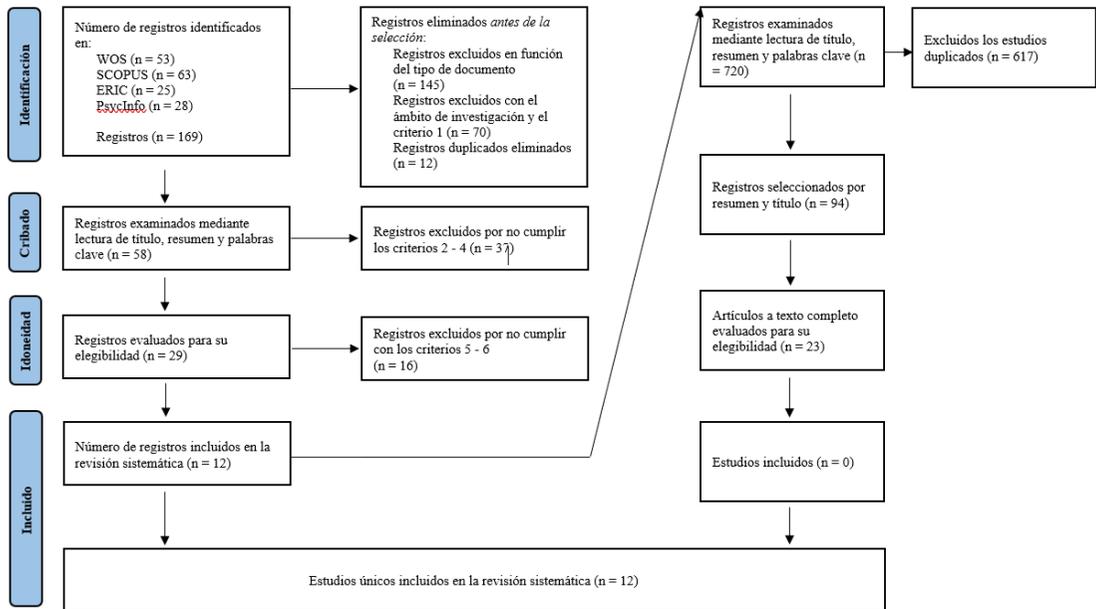
(7) Estudios que hayan llevado a cabo un proceso de revisión por pares.

Cualquier investigación que no cumpliera ninguno de los criterios citados anteriormente no formó parte de la muestra de investigación. Tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se seleccionaron 12 trabajos científicos para llevar a cabo la síntesis cualitativa en este estudio. Se ha llevado a cabo una búsqueda descendente mediante el análisis de las referencias bibliográficas utilizados en los artículos incluidos. No resultó de esta búsqueda ningún estudio que cumpliera con los criterios previamente establecidos. A modo ascendente se han revisado las investigaciones que han citado a los artículos elegidos. Ninguno de los artículos cumplía los criterios de inclusión.

A continuación, se muestra un diagrama de flujo que ilustra el proceso de selección de artículos para la muestra (figura 1).

Figura 1

Diagrama de Flujo del cuerpo base de estudios válidos para la síntesis cualita



Extracción de datos y descripción de la muestra de artículos seleccionados

Los datos de los estudios fueron extraídos en base a las unidades de análisis. Para ello se utilizó la siguiente codificación (Harris et al., 2014): (1) Autor/es; (2) Año de publicación; (3) País; (4) Participantes de estudio; (5) Diseño metodológico/características; (6) Objetivo (7); Variables; (8) Medidas de resultado; (9) Resultados.

Dos especialistas evaluaron la confiabilidad de la codificación para determinar el nivel de concordancia entre los investigadores en cuanto a la extracción y selección de datos (González-Valero et al., 2017). Se logró un acuerdo del 94% en la clasificación de los artículos. Este porcentaje se obtuvo aplicando la siguiente fórmula matemática: $\text{Número total de respuestas positivas} / \text{número total de categorías} \times 100$. La tabla 1 presenta las características de los estudios que componen la muestra principal de la revisión sistemática.

Tabla 1

Características principales de la muestra de estudio

Autores	Año	País	Participantes	Diseño
Gkontelos et al.	2023	Grecia	964 participantes, con edades entre los 22 y 65 años	Estudio correlacional de corte transversal
Daniel y Van Bergen	2023	Australia	210 participantes, con edades entre los 20 y 69 años	Estudio descriptivo y correlacional de corte transversal
Mc Cullough et al.	2022	Estados Unidos	26 participantes, con edades entre los 18 y 55 años	Estudio correlacional de corte transversal
Carpe et al.	2021	Francia / Canadá	172 participantes, la edad media fue de 39,1 (SD = 8,63) años	Estudio comparativo de corte transversal
Dexter y Wall	2021	Estados Unidos	46 participantes	Estudio correlacional de corte transversal
Li et al.	2020	China	157 participantes, la edad media fue de 37,7 (SD = 8,10) años	Estudio correlacional de corte transversal
Abu-Hilal et al.	2020	Omán	2446 participantes	Estudio comparativo de corte transversal
Daniilidou et al.	2020	Grecia	636 participantes, con edades entre los 24 y 61 años	Estudio correlacional de corte transversal
McLean et al.	2020	Estados Unidos	56 participantes	Estudio correlacional de corte transversal
Barnes et al.	2018	Estados Unidos	63 participantes	Estudio correlacional de corte transversal
Herman et al.	2018	Estados Unidos	121 participantes	Estudio correlacional de corte transversal
Nuri et al.	2017	Turquía	70 participantes	Estudio descriptivo de corte transversal

Resultados

En la figura se muestra la evolución de la producción científica y de los artículos seleccionados para este trabajo de investigación, categorizados por año de publicación (2017-2023). La tendencia del gráfico manifiesta linealidad en cuanto al número de estudios realizados en los años 2017, 2018, 2019 y 2021. La producción es mayor en los años 2020 y 2022, en cuanto al año 2023 el volumen de artículos es mucho más dado que la búsqueda bibliográfica se realizó el mes de junio. En cuanto a los textos seleccionados para realizar esta revisión atendiendo a los criterios establecidos, se publicaron entre los años 2019 y 2022.

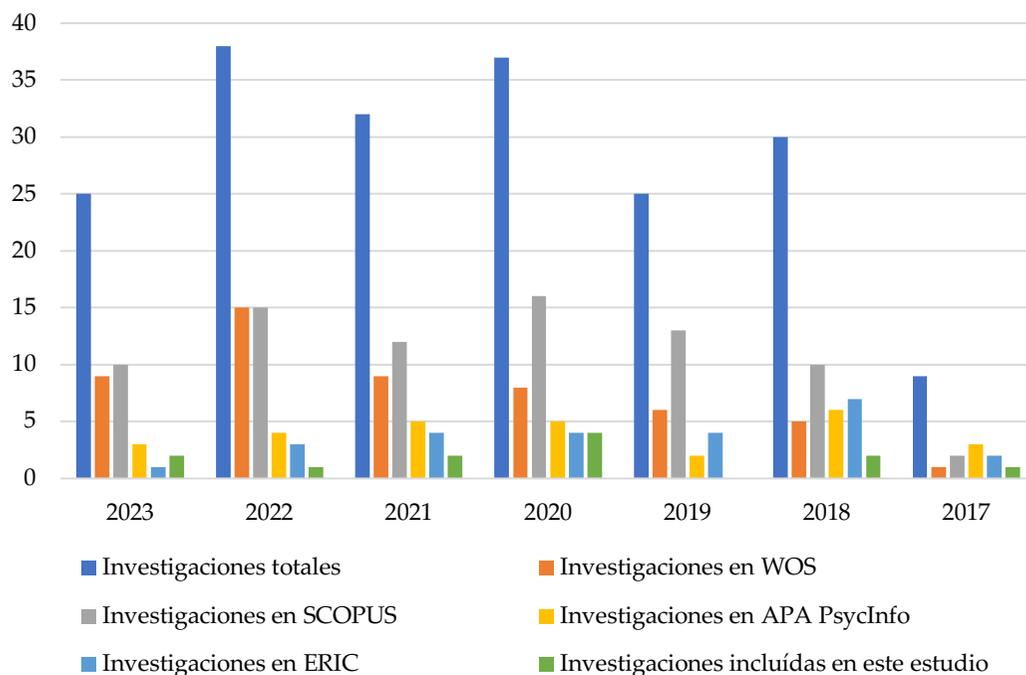
La figura 2 ilustra cómo ha evolucionado la cantidad de investigaciones científicas y artículos seleccionados para este estudio, agrupados por año de publicación entre 2017 y 2023. Se observa que hubo un crecimiento acentuado del año 2017 al 2018 en el número de investigaciones realizadas y a partir del año 2019 se muestra una tendencia lineal.

Sin embargo, el 2023 es particular ya que la búsqueda bibliográfica se llevó a cabo en el mes de septiembre, registrándose un volumen algo inferior de artículos. En cuanto a los textos seleccionados cumpliendo con los criterios establecidos para este

análisis, se encontraron en el rango de años comprendido entre 2017 y 2023, con la excepción del año 2019.

Figura 2

Evolución de la producción científica y de los artículos seleccionados desde 2017



La tabla 2 presenta los principales objetivos, variables y medidas de estudio, así como los resultados de los estudios. Los resultados destacan la complejidad de los factores que influyen en la experiencia de los docentes y subrayan la importancia de abordar la autoeficacia, el agotamiento y otros aspectos relacionados con el bienestar en el entorno educativo.

En diversos estudios, se han identificado varios factores que indican que la autoeficacia tiene un impacto positivo directo en el comportamiento laboral innovador de los docentes, mientras que el agotamiento tiene un efecto negativo indirecto. Además, las creencias irracionales también influyen positivamente en el comportamiento laboral innovador. Diferentes tipos de autoeficacia docente pueden proteger a los docentes de diferentes fuentes de agotamiento. En este sentido, la menor autoeficacia en las estrategias de instrucción predice un mayor agotamiento relacionado con el trabajo, y la experiencia docente también se relaciona con el agotamiento, especialmente en situaciones como la pandemia de COVID-19. Sin embargo, la regulación de las emociones no parece estar relacionada con el agotamiento de los docentes

Tabla 2

Variables de tratamiento y principales conclusiones

Estudio	Objetivo	Variables	Instrumentos	Resultados
Gkontelos et al.	Investigar las asociaciones entre la autoeficacia, el agotamiento, las creencias irracionales y el comportamiento laboral innovador de los docentes.	Autoeficacia Agotamiento Creencias irracionales Comportamiento laboral innovador de los docentes Compromiso estudiantil Gestión del aula Docencia	-IWBS -TSES -OLBI -ITBS	La autoeficacia tenía un efecto positivo directo en el comportamiento laboral innovador de los maestros (CLIM), mientras que el agotamiento tenía un efecto negativo indirecto. Por otro lado, las creencias irracionales tenían un efecto indirecto positivo en el CLIM. El análisis de mediación reveló que los efectos de la autoeficacia en el CLIM a través del agotamiento y las creencias irracionales fueron estadísticamente significativos.
Daniel y Van Bergen	Examinar el papel de la autoeficacia y la regulación de las emociones como predictores del agotamiento docente durante la primera ola de la pandemia de COVID-19.	Autoeficacia en estrategias de instrucción Agotamiento Experiencia docente Regulación de las emociones	-TSES -MBI -TAMEE -Treatment integrity measure	Una menor autoeficacia en las estrategias de instrucción predijo un mayor agotamiento relacionado con el trabajo entre los docentes durante la COVID-19. La experiencia docente fue un predictor positivo significativo del agotamiento relacionado con los estudiantes durante la pandemia. Se descubrió que la regulación de las emociones no estaba relacionada con el agotamiento de los docentes durante la pandemia de COVID-19. El estudio sugiere que diferentes tipos de autoeficacia docente pueden ser beneficiosos para proteger a los docentes del agotamiento proveniente de diferentes fuentes.
Mc Cullough et al.	Examinar el impacto de la intervención BEST in CLASS-Elementary (BEST in CLASS-E) en la autoeficacia de los	Autoeficacia Agotamiento Comportamiento Agotamiento emocional	-TSES -Social skills Checklist for Elementary -PSSQ -RaSSY	La intervención BEST in CLASS-Elementary (BEST in CLASS-E) tuvo un efecto leve pero no significativo en las atribuciones causales de los docentes sobre el

Estudio	Objetivo	Variables	Instrumentos	Resultados
	docentes, el agotamiento laboral y las atribuciones sobre el comportamiento de los estudiantes. Determinar si la intervención puede reducir el agotamiento emocional entre los docentes e influir en sus atribuciones causales del comportamiento problemático.		-DASS	comportamiento problemático. Los docentes que participaron en la condición BEST in CLASS-E informaron tener menos agotamiento emocional en comparación con los docentes en la condición de control. No se observaron cambios significativos en la autoeficacia de los docentes ni en el agotamiento laboral. El estudio resalta el potencial de BEST in CLASS-E como una intervención de Nivel 2 impartida por docentes para influir en los resultados de los docentes de primaria.
Carpe et al.	Comparar el desempeño de los profesores que trabajan con estudiantes autistas en Francia y Quebec, evaluando sus niveles de estrés, apoyo social, estrategias de afrontamiento y agotamiento, con el objetivo de demostrar una mejor adaptación entre los profesores de y confirmar la importancia tanto del entorno educativo como del cultural.	Autoeficacia Agotamiento Entorno Estrés Afrontamiento	-GSE -ALES -PSSQ -WCC-R -MBI	El estudio revela que los profesores de Quebec se adaptan mejor al trabajar con estudiantes autistas que sus compañeros en Francia, resaltando la influencia del entorno educativo y cultural en las experiencias de los docentes. Un enfoque educativo adecuado puede reducir el estrés y mejorar el bienestar de los profesores en la educación inclusiva, lo que, a su vez, afecta la calidad de la enseñanza y el bienestar de los estudiantes.
Dexter y Wall	Investigar el papel que juega el funcionamiento reflexivo en la predicción de la autoeficacia y, a su vez, del agotamiento docente.	Autoeficacia Agotamiento Capacidad cognitiva	-Encuestas	Los profesores que son más reflexivos se ven a sí mismos como más autoeficaces, lo que previene colectivamente el desarrollo gradual del agotamiento.

Estudio	Objetivo	VARIABLES	Instrumentos	Resultados
Li et al.	Examinar la relación entre la calidad de vida laboral de los profesores y sus actitudes hacia una intervención psicosocial innovadora dirigida a niños afectados por el VIH/SIDA de sus padres, así como explorar los posibles efectos mediadores de la autoeficacia y el agotamiento.	Autoeficacia Agotamiento Actitud Calidad de vida laboral	-Quality of Worklife Questionnaire developed. -School Counselor's Self- Efficacy Scale. -Maslach Burnout Inventory- Educators Survey to measure teachers' burnout symptoms. -EBPAS	El estudio encontró que la calidad de vida laboral de los docentes se relaciona positivamente con sus actitudes hacia la intervención psicosocial innovadora para niños afectados por el VIH/SIDA de sus padres, y esta relación se confirma tanto de manera directa como a través de una mayor autoeficacia y una disminución del agotamiento. Los hallazgos resaltaron la importancia de factores organizacionales e individuales en la implementación exitosa de estas intervenciones en entornos como las escuelas, sugiriendo que los investigadores deben colaborar con las organizaciones para mejorar la calidad de vida laboral de los docentes y proporcionar la formación necesaria para impulsar su autoeficacia, reducir el agotamiento y mejorar sus actitudes hacia programas innovadores.
Abu-Hilal et al.	Determinar si la valoración de la labor docente y la autoeficacia están vinculadas con el agotamiento experimentado por estos profesionales.	Autoeficacia Agotamiento Valor de la enseñanza Actitud	-The value of teaching -MBI -TSES	El estudio encontró que, en profesores de Omán, la valoración de su trabajo está relacionada positivamente con su autoeficacia y negativamente con el agotamiento. Esto sugiere que cuanto más valoran su trabajo, mayor es su autoeficacia y menor es su agotamiento. Además, se descubrió que la autoeficacia en el compromiso con los estudiantes se relaciona con todas las dimensiones del agotamiento, incluyendo el agotamiento

Estudio	Objetivo	Variables	Instrumentos	Resultados
				emocional, la despersonalización y la reducción del rendimiento personal, mientras que otras dimensiones de la autoeficacia no mostraron una relación significativa con el agotamiento.
Daniilidou et al.	Comprender la relación entre la autoeficacia, la resiliencia, el agotamiento y el estrés.	Autoeficacia Agotamiento Estrés Resiliencia	-MTRS -TSES -PSS	El estudio encontró que la resiliencia es esencial para reducir el agotamiento y el estrés en los maestros de primaria. Tres subescalas de resiliencia (resiliencia socioprofesional, adaptabilidad y resiliencia motivacional) actuaron como mediadores parciales en la relación entre la autoeficacia y el agotamiento o el estrés, mientras que la resiliencia emocional actuó como mediador completo y tuvo la mayor capacidad predictiva con relación al agotamiento y el estrés.
McLean et al.	Examinar hasta qué punto el agotamiento y la autoeficacia como variables a nivel docente explicaban la variación en las puntuaciones de la evaluación universal.	Autoeficacia Agotamiento Evaluaciones	-Teacher Sense of Efficacy Scale-Short Form -MBI-ES -SAEBRS-TRS	Los resultados muestran que el agotamiento y la autoeficacia de los profesores son predictores significativos de las puntuaciones en los exámenes de evaluación del riesgo conductual social, académico y emocional (SAEBRS) de los estudiantes. Estas características de los profesores explican las diferencias en las puntuaciones de los exámenes, lo que sugiere que influyen en cómo los profesores evalúan el comportamiento y el funcionamiento socioemocional de los estudiantes. Específicamente, se destaca que el agotamiento en la forma de despersonalización de los

Estudio	Objetivo	Variables	Instrumentos	Resultados
				profesores es un predictor significativo de las puntuaciones en el comportamiento emocional y el comportamiento total en el SAEBRS.
Barnes et al.	Investigar las relaciones entre las percepciones de los educadores sobre los apoyos escolares y su sentido de autoeficacia y agotamiento. Querían saber si las percepciones de los educadores sobre los apoyos escolares estaban relacionadas con su sentido de eficacia y agotamiento	Autoeficacia Agotamiento Apoyo escolar	-CORE -TSES -MBI-ES	El estudio encontró una relación significativa entre las percepciones de los educadores sobre los apoyos escolares y los niveles declarados de agotamiento. Los educadores que declararon tener niveles más bajos de apoyo escolar tenían niveles altos de agotamiento. Los análisis de regresión lineal mostraron que el conjunto de variables independientes predecía de manera significativa el agotamiento de los educadores, y los educadores que declararon tener niveles más altos de apoyo escolar informaron de un menor agotamiento.
Herman et al.	Identificar los diferentes perfiles de adaptación de los profesores basándose en las denuncias de estrés, afrontamiento, agotamiento y autoeficacia mediante el análisis del perfil latente (LPA)	Autoeficacia Agotamiento Estrés docente Afrontamiento	-MBI -Teacher stress -Teacher coping -OSTES	El estudio utilizó el análisis del perfil latente (LPA) para identificar diferentes perfiles de adaptación de los profesores basándose en los informes de estrés, afrontamiento, agotamiento y autoeficacia. El modelo de cuatro clases resultó ser la mejor solución.

Estudio	Objetivo	Variables	Instrumentos	Resultados
Nuri et al.	Determinar la autoeficacia y el estado de agotamiento de los profesores que trabajan en el campo de la educación especial en términos de diferentes variables, como el género, los niveles educativos de los profesores, las horas de trabajo diarias de los profesores y el número diario de alumnos de los profesores.	Autoeficacia Agotamiento Antigüedad profesional Horas de trabajo	-Personal Information Form -TSES -Maslach Burnout Scale	El estudio revela que las horas de trabajo y la antigüedad profesional influyen en la experiencia de los profesores en ciertas dimensiones relacionadas con el agotamiento y la autoeficacia. Además, se encontraron diferencias en la percepción de la autoeficacia entre profesoras y profesores en relación con la participación de los estudiantes.

Nota. Innovative Work Behavior Scale (IWBS); Teachers' Sense of Efficacy Scale (TSES); Oldenburg Burnout Inventory (OLBI); Teachers' Irrational Belief Scale (ITBS); Maslach Burnout Inventory (MBI); Teacher Attribution Measure for Early Elementary (TAMEE); Problem-Solving Style Questionnaire (PSSQ); Religiosity and Spirituality Scale for Youth (RaSSy); Depression, Anxiety, and Stress Scales (DASS); General Self-Efficacy (GSE); Appraisal of Life Events Scale (ALES); Ways of Coping Checklist Revised (WCC-R); Evidence-Based Practice Attitude Scale (EBPAS); Multidimensional Teacher Resilience Scale (MTRS); Perceived Stress Scale (PSS); Maslach Burnout Inventory-Educators Survey (MBI-ES); Social, Academic, and Emotional Behavior Risk Screener-Teacher Rating Scale (SAEBRS-TRS); Classroom Observation Research Extension (CORE); Ohio State Teacher Efficacy Scale (OSTES).

Discusión

Una vez respondido el objetivo de explorar la relación entre la autoeficacia y el agotamiento en docentes de educación primaria, el siguiente apartado pretende contextualizar los resultados obtenidos.

Los resultados de esta revisión sistemática coinciden con los del estudio realizado por Merino-Tejedor y Lucas-Mangas (2016), los cuales confirman que los docentes con puntuaciones más altas en autoeficacia y autorregulación presentan menores niveles de agotamiento. Los resultados sobre la confianza de los docentes en sus métodos de enseñanza se alinean con los de Košir et al. (2020), quienes descubrieron que tener más confianza en sus propuestas didácticas se relaciona con una reducción del estrés en profesores. Estos resultados también coinciden con las recomendaciones de Haverback (2020), quien sugirió que la autoeficacia en la enseñanza podría ser esencial para ayudar a los maestros a evitar el agotamiento.

La investigación de Boujut et al. (2017) recoge cuando los docentes tienen una menor autoconfianza, tienden a recurrir a estrategias de afrontamiento que se centran en las emociones. Esto se relaciona con un mayor agotamiento en sus diferentes dimensiones (Boujut et al., 2017). Además, cuando los docentes tienen una autoconfianza más baja, tienden a percibir la situación estresante como una amenaza o una pérdida, lo cual genera un mayor agotamiento emocional (Cappe et al., 2021). En

esta línea, la presencia del síndrome de Burnout en docentes, tal y como se ha puesto de manifiesto produce un deterioro de la salud mental, teniendo consecuencias negativas en su desempeño laboral (García-Padilla et al., 2017). En este sentido, Bereño-Silva et al. (2010) afirman que existe una repercusión directa del agotamiento sobre la jornada laboral. Este punto también se respalda en el estudio de Ossa et al. (2015), quienes afirman que a medida que aumentan los resultados positivos, se establece una conexión con la mejora de la satisfacción personal y el ambiente de trabajo laboral.

Hay que destacar la capacidad de reflexión del docente. En el estudio realizado por Dexter y Wall (2021) halló que la capacidad de reflexión sobre el ámbito profesional ayuda a prevenir los niveles de burnout. La investigación realizada por Abu-Hilal et al. (2020) halló que la valoración profesional se relaciona positiva con la autoeficacia laboral. Para paliar los niveles del síndrome de burnout existen numerosas variables psicológicas (Daniilodou et al., 2020), siendo una de estas la resiliencia. Este concepto se define como una capacidad intrínseca del ser humano centrada en la superación de circunstancias desagradables (Daniilodou et al., 2020). Dentro del ámbito docente se ha observado que los docentes con mayores niveles de resiliencia presentan un mayor nivel de autoeficacia y unos menores niveles de síndrome de burnout (Daniilodou et al., 2020).

Dentro de las variables que inciden en el aumento de los niveles del síndrome de burnout de los docentes se destacan las horas de trabajo diarias y la antigüedad en el puesto de trabajo (Nuri et al., 2017). Dicha de investigación pone de manifiesto que los docentes con un mayor tiempo de docencia presentan un mayor nivel de cansancio y agotamiento emocional (Nuri et al., 2017). También se halló que los docentes que presentan un menor número de horas de trabajo presentan un menor nivel de autoeficacia (Nuri et al., 2017). Dentro del ámbito laboral se ha observado que el aumento del tiempo laboral origina un aumento del cansancio emocional (Maas et al., 2021). Todo ello coincide con Gudiño et al. (2023) en cuanto a la importancia de ofrecer vivencias que puedan influir en la modificación de comportamientos y el desarrollo de destrezas en el área de educación primaria. Se constata la existencia de profesorado no afectado por el síndrome de burnout y con altos niveles de autoeficacia (Freire et al., 2023).

Haciendo referencia a las limitaciones, hay que resaltar el sesgo lingüístico y temporal. Esto ha reducido la muestra de estudio de forma significativa. A pesar de haber realizado un estudio que engloba varias bases de datos, cabe destacar que el estudio solamente se ha centrado en las áreas de educación. Esto ha dejado de lado otras áreas de estudio como el ámbito de la psicología. Además, hay que resaltar que el estudio solamente se ha centrado en el profesorado de educación primaria, dejando de lado al profesorado de educación infantil, educación secundaria y educación superior. Esto puede llevar a la exclusión de investigaciones valiosas y a la falta de diversidad en los resultados, afectando de forma directa a las conclusiones del estudio.

Respecto a las fortalezas de esta investigación cabe destacar que la revisión sistemática se ha realizado en bases de datos internacionales y especializadas en el entorno educativo. Para futuras investigaciones sería recomendable ampliar las

búsquedas a áreas de psicología. También sería aplicable llevar a cabo un metaanálisis para analizar los diferentes efectos de los programas de intervención llevados a cabo. A través de este tipo de análisis se podría analizar los efectos de los programas de intervención realizados en función de variables moderadoras relacionadas con el ámbito educativo.

La aplicabilidad práctica de este estudio se relaciona con el diseño de apoyo de aplicaciones prácticas entre los miembros de la profesión docente. El profesorado de educación primaria se encuentra sometido a un elevado nivel de agotamiento y cansancio emocional. La implementación de programas relacionados con la autoeficacia se debe llevar a cabo a través del apoyo de los miembros de profesión, promoción de la mentoría y el fomento de los procesos de retroalimentación y autoevaluación emocional del profesorado. A través de la creación de estos programas se puede fortalecer la autoeficacia y por ende disminuir los niveles de agotamiento y cansancio emocional originado por la práctica docente. Relacionando estos hallazgos con las políticas educativas, a través de esta investigación supone aportar un avance en el cuidado mental de los profesionales de la educación. A través de esta investigación se ha demostrado que un cuidado emocional adecuado fomenta la labor profesional, lo cual repercute positivamente en la profesión y calidad docente.

Conclusiones

Los resultados enfatizan la complejidad de los factores que influyen en la experiencia de los docentes de educación primaria, subrayando la importancia de abordar la autoeficacia, el agotamiento y otros aspectos relacionados con el bienestar en la educación. La autoeficacia tiene un efecto positivo directo en la innovación laboral de los maestros, mientras que el agotamiento tiene un impacto negativo indirecto.

Esto sugiere que diferentes tipos de autoeficacia pueden ayudar a los docentes a protegerse de diversas fuentes de agotamiento, especialmente en situaciones de crisis como la pandemia de COVID-19. Sin embargo, no se encontró una relación significativa entre la regulación emocional y el agotamiento de los docentes.

En conclusión, estos hallazgos subrayan y acentúan la necesidad de abordar de manera integral la autoeficacia, el agotamiento y otros factores relacionados con el bienestar de los docentes para crear un entorno educativo más saludable y propicio para la innovación en la enseñanza.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses. Los financiadores no tuvieron ningún papel en el diseño del estudio; en la recopilación, análisis o interpretación de datos; en la redacción del manuscrito, o en la decisión de publicar los resultados.

Contribuciones de los autores

Conceptualización, Rafael Caracuel Cáliz. y Pilar Puertas Molero.; metodología, Gabriel González Valero.; software, Eduardo Melguizo Ibáñez.; validación, Rafael Caracuel Cáliz., Pilar Puertas Molero. y Eduardo Melguizo Ibáñez.; análisis formal, Gabriel González Valero.; investigación, Rafael Caracuel Cáliz.; recursos, Rafael Caracuel Cáliz.; análisis de datos, Pilar

Puertas Molero.; redacción del borrador original, Gabriel González Valero.; redacción, revisión y edición, Eduardo Melguizo Ibáñez.; supervisión, Rafael Caracuel Cáliz.; administración de proyectos, Pilar Puertas Molero.; adquisición de financiación, Eduardo Melguizo Ibáñez.

Referencias

- Abu-Hilal, M., Aldhafri, S., Kilani, H., Kazem, A., Qaryouti, I., y Al Kharaousi, H. (2020). Does job value boost self-efficacy and protect against burnout among teachers in Oman? *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 18(50) <https://doi.org/10.25115/ejrep.v18i50.2409>
- Bareño-Silva, J., Berbesi-Fernández, D. Y., y Montoya-Zapata, C. P. (2010). Factores asociados al síndrome de burnout en docentes de enfermería, Medellín-Colombia 2008. *Investigaciones Andina*, 12(21), 36-48.
- Barnes, N. T., Cipriano, C., McCallops, K., Cuccuini-Harmon, C., y Rivers S.E. (2018) Examining the relationship between perceptions of teaching self-efficacy, school support and teacher and paraeducator burnout in a residential school setting. *Emotional and Behavioural Difficulties*. <https://doi.org/10.1080/13632752.2018.1461452>
- Barolli, E., Nascimento, W., Oliveira, J., y Villani, A. (2019). Desarrollo profesional de profesores de ciencias: dimensiones de análisis. *Revista Electrónica de Enseñanza de las Ciencias*, 18(1), 173-197.
- Boujut, E., Popa-Roch, M., Palomares, E.-A., Dean, A., y Cappe, E. (2017). Self-efficacy and burnout in teachers of students with autism spectrum disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 36, 8e20 <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2017.01.002>
- Cappe, E., Poirier, N., Engelberg, A., y Boujut, E. (2021). Comparison of teachers in France and in Quebec working with autistic students: Self-efficacy, stress, social support, coping, and burnout. *Teaching and Teacher Education*, 98, 103244. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2020.103244>
- Daniel, E., y Van Bergen, P. (2023). Teacher burnout during COVID-19: associations with instructional self-efficacy but not emotion regulation. *Teachers and Teaching*, 29(3), 310-328. <https://doi.org/10.1080/13540602.2023.2179615>
- Daniilidou, A., Platsidou, M. y Gonida, E. (2020) Primary School Teachers' Resilience: Association with Teacher Self-Efficacy, Burnout and Stress. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 18(50) <https://doi.org/10.25115/ejrep.v18i52.3487>
- de Pro Bueno, A., de Pro Chereguini, C., y Cantó Doménech, J. (2022). Cinco problemas en la formación de maestros y maestras para enseñar ciencias en Educación Primaria. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 97(36.1). <https://doi.org/10.47553/rifop.v97i36.1.92510>
- Dexter, C., y Wall, M. (2021). Reflective functioning and teacher burnout: the mediating role of self-efficacy. *Reflective Practice*, 22(6), 753-765. <https://doi.org/10.1080/14623943.2021.1968817>

- Ding, J., y He, L. (2022). On the association between Chinese EFL teachers' academic buoyancy, self-efficacy, and burnout. *Frontiers in Psychology*, 13, 947434. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.947434>
- Freire, C., del Mar Ferradás, M., García-Bértoa, A., Núñez, J. C., y Valle, A. (2023). Perfiles docentes basados en su sintomatología de burnout: diferencias entre etapas educativas y relación con el funcionamiento psicológico adaptativo. *Revista de Psicodidáctica*, 28(1), 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2022.07.001>
- García-Padilla, A. A., Escorcía-Bonivento, C. V., y Perez-Suarez, B. S. (2017). Síndrome de Burnout y sentimiento de autoeficacia en profesores universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 5(2), 65-126. <https://doi.org/10.20511/pyr2017.v5n2.170>
- Gkontelos, A., Vaiopoulou, J., y Stamovlasis, D. (2023). Teachers' Innovative Work Behavior as a Function of Self-Efficacy, Burnout, and Irrational Beliefs: A Structural Equation Model. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13(2), 403-418. <https://doi.org/10.3390/ejihpe13020030>
- González-Valero, G., Zurita-Ortega, F., San Román-Mata, S., y Puertas-Molero, P. (2021). Relación de efecto del Síndrome de Burnout y resiliencia con factores implícitos en la profesión docente. Una revisión sistemática. *Revista de Educación*, 394, 271-295. <https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2021-394-508>
- González-Valero, G., Zurita-Ortega, F., y Martínez-Martínez, A. (2017). Panorama motivacional y de actividad física en estudiantes: una revisión sistemática. *ESHPA-Education, Sport Health and Physical Activity*, 1(1), 41-58. <http://hdl.handle.net/10481/48961>
- Gudiño, M. R., Jenaro Río, C., y Calle, R. C. (2023). La experiencia docente y su impacto en el compromiso con la inclusión en educación primaria. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 98(37.1). <https://doi.org/10.47553/rifop.v98i37.1.93988>
- Harris, J. D., Quatman, C. E., Manring, M. M., Siston, R. A., y Flanigan, D. C. (2014). How to write a systematic review. *The American journal of sports medicine*, 42(11), 2761-2768. <https://doi.org/10.1177/0363546513497567>
- Haverback, H. R. (2020). Middle level teachers quarantine, teach, and increase self-efficacy beliefs: Using theory to build practice during COVID-19. *Middle Grades Review*, 6(2), 1-6.
- Herman, K. C., Hickmon-Rosa, B. A., y Reinke, W. M. (2018) Empirically Derived Profiles of Teacher Stress, Burnout, Self-Efficacy, and Coping and Associated Student Outcomes. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 20(2) 90-100. <https://doi.org/10.1177/1098300717732066>
- Košir, K., Dugonik, Š., Huskić, A., Gračner, J., Kokol, Z., y Krajnc, Ž. (2020). Predictors of perceived teachers' and school counsellors' work stress in the transition period of online education in schools during the COVID-19 pandemic. *Educational Studies*, 1-5. <https://doi.org/10.1080/03055698.2020.1833840>
- Li, Q., Li, X., Wang, F., Zhao, J., Zhao, G., Chen, L., ... y Chi, P. (2020). Teachers' quality of work life and attitudes toward implementing a psychosocial intervention for

- children affected by parental HIV/AIDS: roles of self-efficacy and burnout. *AIDS Care*, 32(9), 1125-1132. <https://doi.org/10.1080/09540121.2020.1757606>
- Maas, J., Schoch, S., Scholz, U., Rackow, P., Schüler, J., Wegner, M., y Keller, R. (2021). Teachers' perceived time pressure, emotional exhaustion and the role of social support from the school principal. *Social Psychology of Education*, 24, 441-464. <https://doi.org/10.1007/s11218-020-09605-8>
- McCullough, S. N., Granger, K. L., Sutherland, K. S., Conroy, M. A., y Pandey, T. (2022). A preliminary study of BEST in CLASS-elementary on teacher self-efficacy, burnout, and attributions. *Behavioral Disorders*, 47(2), 84-94. <https://doi.org/10.1177/01987429211010672>
- McLean, D., Eklund, K., Kilgus, S. P., y Burns, M. K. (2019). Influence of teacher burnout and self-efficacy on teacher-related variance in social-emotional and behavioral screening scores. *School Psychology*, 34(5), 503-511. <https://doi.org/10.1037/spq0000304>
- Melquizo-Ibáñez, E., González-Valero, G., Zurita-Ortega, F., y Ortega-Martín, J.L. (2023). Burnout, estrés y resiliencia en el proceso de oposición a cuerpos educativos públicos. *Revista de Educación*, 402, 31-54. <https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2023-402-594>
- Merino-Tejedor, E., y Lucas-Mangas, S. (2016). La autoeficacia y la autorregulación como variables moderadoras del estrés laboral en docentes de educación primaria. *Universitas Psychologica*, 15(1), 205-218. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-1.aavm>
- Murillo-Parra, L. D., Ramos-Estrada, D. Y., García-Cedillo, I., y Sotelo-Castillo, M. A. (2020). Estrategias educativas inclusivas y su relación con la autoeficacia de docentes en formación. *Actualidades Investigativas en Educación*, 20(1), 168-195. <https://doi.org/10.15517/aie.v20i1.40060>
- Nuri, C., Sakalli Demirok, M., y Direkör (2017) Determination of Self-efficacy and Burnout State of Teachers Working in the Special Education Field in Terms of Different Variables. *Journal of Education and Training Studies*, 5(3) 160-166. <https://doi.org/10.11114/jets.v5i3.2237>
- Ossa, C., Quintana, I., y Rodríguez, F. (2015). Valoración de salud mental en formación de profesores en dos universidades chilenas. *Propósitos y Representaciones*, 3(1), 125-176. <https://doi.org/10.20511/pyr2015.v3n1.70>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... y Moher, D. (2021). Updating guidance for reporting systematic reviews: development of the PRISMA 2020 statement. *Journal of clinical epidemiology*, 134, 103-112. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2021.02.003>
- Türkoglu, M. E., Cansoy, R., y Parlar, H. (2017). Examining relationship between teachers' self-efficacy and job satisfaction. *Universal Journal of Educational Research*, 5(5), 765-772. <https://doi.org/10.13189/ujer.2017.050509>
- Vega-Rodríguez, Y., y Vizcaíno-Escobar, A. E. (2023). Evaluación de la autoeficacia del docente universitario: una revisión sistemática de la literatura. *Mendive. Revista de Educación*, 21(3), e3193.