



MARHTO

MÁSTER EN RECURSOS HUMANOS, TRABAJO Y ORGANIZACIONES

Máster Universitario en Gestión de Recursos Humanos, Trabajo y Organizaciones

Trabajo fin de máster

Curso 2020/21

Convocatoria Septiembre

Título: El síndrome de burnout en profesores de educación física: Revisión sistemática

Estudiante: Borja Martí Lorente

Tutor/a: Eva María León Zarceño

Código OIR: TFM.MGR.EMLZ.BML.210528

ÍNDICE

1. Resumen.....	Pag. 3
2. Introducción.....	Pag. 3
3. Metodología.....	Pag. 8
4. Resultados.....	Pag. 10
5. Discusión.....	Pag. 16
6. Conclusiones.....	Pag. 17
Referencias.....	Pag. 17



1. RESUMEN

Introducción: El síndrome de burnout es un proceso que inicia como mecanismo de respuesta al estrés laboral crónico, y provoca agotamiento a nivel emocional, actitudes cínicas o de desprecio, y sentimientos de fracaso profesional. **Objetivo:** Realizar una revisión sistemática acerca del síndrome de burnout en los profesores de educación física analizando la literatura científica entre los años 1995 y 2019. **Método:** Revisión sistemática de la literatura utilizando el método PRISMA. Se realizó la búsqueda bibliográfica en las bases de datos Sport Discuss, Dialnet y PSICODOC, usando los descriptores "burnout" y "profesores de educación física" tanto en español como inglés. **Resultados:** Se seleccionaron 14 documentos para su análisis, de los cuales 7 son estudios transversales, 2 estudios cuantitativos, 1 estudio de casos, 1 estudio cualitativo, 1 revisión sistemática, 1 estudio exploratorio y 1 estudio descriptivo. **Conclusiones:** Los profesores de educación física presentan niveles moderados de burnout, siendo la variable más influyente la carga burocrática. A pesar de los bajos niveles, es necesario no dejar de lado la investigación de este tema para la prevención y afrontamiento del síndrome de burnout en estos profesionales. **Palabras clave:** burnout, profesores, educación física, revisión sistemática.

ABSTRACT

Introduction: Burnout syndrome is a process that starts as a response mechanism to chronic work stress, and causes emotional exhaustion, cynical or contemptuous attitudes, and professional failure feelings. **Objective:** To do a systematic review of burnout syndrome in physical education teachers by analysing the scientific literature between 1995 and 2019. **Method:** Systematic review of the literature using the PRISMA method. The literature research was made in the Sport Discuss, Dialnet and PSICODOC databases, using the descriptors "burnout" and "physical education teachers", in Spanish and English. **Results:** 14 documents were selected for analysis, of which 7 are cross-sectional studies, 2 quantitative studies, 1 case study, 1 qualitative study, 1 systematic review, 1 exploratory study and 1 descriptive study. **Conclusions:** Physical education teachers present moderate levels of burnout, with the most influential variable being the bureaucratic burden. Despite the low levels, it is necessary not forgive to keep doing research on this topic for the prevention and face fronting with burnout syndrome in these professionals. **Keywords:** burnout, teachers, physical education, systematic review.

2. INTRODUCCIÓN

El término burnout fue utilizado por primera vez en 1974 por Freudenberger, para referirse al estado mental y físico de los jóvenes voluntarios de su clínica, los cuales realizaban un gran esfuerzo a costa de su propia salud para alcanzar unos ideales mayores sin recibir una gran recompensa a cambio, mostrando después de 1 a 3 años de trabajo, conductas de agotamiento e irritamiento, así como actitudes de cinismo y evitación con los pacientes (Martínez Pérez, 2010).

Edelwich y Brodsky (1980) (citado por Carlin y Garcés de los Fayos Ruiz, 2010), consideran el burnout como una pérdida gradual del idealismo, energía y motivos vividos por los trabajadores de las profesiones de ayuda, como consecuencia de las condiciones de trabajo.

Maslach y Jackson (1981) definen el burnout como un síndrome de carácter tridimensional que se da en las profesiones de servicios sociales, formado por; agotamiento emocional (sentirse psicológica y emocionalmente incapaz de dar más de sí), despersonalización (actitudes y sentimientos negativos o de desprecio hacia los clientes), y reducido logro personal (evaluación negativa de sí mismos e insatisfacción debido a la falta de logros personales en el trabajo).

Desde las primeras conceptualizaciones acerca del burnout, este se ha enfocado como exclusivo de las profesiones de ayuda o del ámbito de los servicios sociales, teniendo incluso en los últimos tiempos gran importancia en este contexto: "Entre los riesgos laborales de carácter psicosocial de especial relevancia en la actualidad se encuentra el síndrome de quemarse por el trabajo (burnout), una de las principales causas de accidentabilidad y absentismo entre los profesionales de servicios" (Gil-Monte, 2003, pág. 183).

Sin embargo, otros autores han querido poner de manifiesto que el burnout no pertenece sólo a las profesiones de ayuda. Este es el caso de Leiter y Schaufeli (1996), quienes concluyeron en su estudio *Consistency of the burnout construct across occupations*, que el burnout de las profesiones de servicios humanos, enfocado a la prestación de servicios, constituye sólo una parte del fenómeno, ya que las personas de una gran variedad de profesiones responden a un cansancio crónico en el trabajo con intentos de distanciarse psicológicamente de sus carreras.

Otro aspecto importante del síndrome de burnout es expuesto por Gil-Monte y Peiró (1999), quienes definen el burnout como:

Una respuesta al estrés laboral crónico que se caracteriza porque el individuo desarrolla una idea de fracaso profesional (en especial en relación con las personas hacia las que trabaja), la vivencia de encontrarse emocionalmente agotado, y actitudes negativas hacia las personas con las que trabaja (p.261).

De esta definición es importante destacar la consideración del síndrome de burnout como algo que no ocurre de manera puntual y espontánea, sino que tiene lugar como respuesta al estrés laboral de forma prolongada en el tiempo, durante el cual el trabajador va desarrollando cansancio emocional y sentimientos de fracaso hasta llegar al agotamiento emocional y la despersonalización de las personas a las que trata.

Tras la revisión de las definiciones propuestas por estos autores acerca del concepto de burnout a lo largo del tiempo, podemos afirmar que:

El síndrome de burnout es un proceso, el cual inicia como mecanismo de respuesta al estrés laboral crónico, y está compuesto por tres dimensiones; baja autoeficacia profesional, agotamiento a nivel emocional y presentar actitudes cínicas o de desprecio hacia las personas con las que tiene que tratar o atender el trabajador. Este síndrome es exclusivo del ámbito laboral, y tiene lugar de manera frecuente entre trabajadores de profesiones de ayuda y de servicios, pero no de manera única, sino que se puede dar en cualquier tipo de trabajo.

Por último, existen una serie de factores de diversa índole que influyen y pueden propiciar la aparición de burnout (Fidalgo Vega, 2005):

- Nivel organizativo: Exceso de burocracia, falta de participación de los trabajadores, falta de apoyo instrumental por parte de la organización, falta de recompensa.
- Puesto de trabajo: sobrecarga de trabajo, disfunciones de rol (sobrecarga, conflicto, ambigüedad), falta de apoyo social.
- Relaciones interpersonales: Relaciones tensas, competitivas, conflictos entre compañeros.
- Características personales: Alto grado de idealismo, elevado grado de perfección, alto grado de empatía.

Si bien el síndrome de burnout no es exclusivo de los profesionales de servicios sociales, sí que tiene una gran presencia en ellos, siendo los profesores un colectivo especialmente vulnerable al burnout, por sus características y funciones. Según está establecido en la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, artículo 91, las funciones de los profesores son:

- a) “La programación y la enseñanza de las áreas, materias y módulos que tengan encomendados” (p. 60).
- b) “La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado, así como la evaluación de los procesos de enseñanza (p. 60)”.
- c) “La tutoría de los alumnos, la dirección y la orientación de su aprendizaje y el apoyo en su proceso educativo, en colaboración con las familias” (p. 60).
- d) “La orientación educativa, académica y profesional de los alumnos, en colaboración, en su caso, con los servicios o departamentos especializados” (p. 60).
- e) “La atención al desarrollo intelectual, afectivo, psicomotriz, social y moral del alumnado” (p. 60).
- f) “La promoción, organización y participación en las actividades complementarias, dentro o fuera del recinto educativo, programadas por los centros” (p. 60).
- g) “La contribución a que las actividades del centro se desarrollen en un clima de

respeto, de tolerancia, de participación y de libertad para fomentar en los alumnos los valores de la ciudadanía democrática” (p. 60).

h) “La información periódica a las familias sobre el proceso de aprendizaje de sus hijos e hijas, así como la orientación para su cooperación en el mismo” (p. 60).

i) “La coordinación de las actividades docentes, de gestión y de dirección que les sean encomendadas” (p. 60).

j) “La participación en la actividad general del centro” (p. 60).

k) “La participación en los planes de evaluación que determinen las Administraciones educativas o los propios centros” (p. 60).

l) “La investigación, la experimentación y la mejora continua de los procesos de enseñanza correspondiente” (p. 60).

Todas estas funciones hacen que la docencia sea un trabajo que va más allá del aula y de la mera transmisión de conocimientos, volviendo la tarea docente un trabajo más complejo y con mayor carga de lo que pueda parecer para gran parte de la sociedad, el cual presenta una serie de características:

- Se trata de un trabajo de gran implicación con personas, tanto con alumnos, como padres y madres, compañeros de asignatura o departamento y la directiva del centro.
- Requiere de cierta autonomía, ya que el docente debe ser capaz de organizar todo un curso escolar, con sus contenidos, temporalización, metodologías... pero a la vez está limitado por las políticas educativas del país en el que desempeña su labor, así como por las condiciones de trabajo (políticas internas del centro, materiales e instalaciones, ratio de alumnos, carga lectiva y no lectiva de trabajo).
- La enseñanza es una profesión de continua adaptación: a los alumnos y sus ritmos de aprendizaje, a las condiciones de trabajo, las relaciones con los compañeros y la cultura organizativa del propio centro.
- Gran parte del tiempo es destinado a realizar tareas burocráticas.

Según la Organización Internacional del Trabajo (OIT) y la Organización de las Naciones Unidas (ONU) (2015), la enseñanza actualmente presenta una serie de dificultades para los profesores en muchos países:

- “El deterioro de las condiciones de trabajo de los docentes” (p. 9).
- “El aumento de la rotación de los docentes” (p. 9).
- “La disminución de las posibilidades de desarrollo profesional de los docentes” (p. 9).
- “El personal docente no dispone de tiempo suficiente para la planificación y la reflexión, ni para la colaboración con los colegas” (p. 10).

- “Las posibilidades para brindar suficiente apoyo a los estudiantes y para interactuar con los padres son limitadas” (p. 10).
- “El personal docente necesita trabajar al mismo tiempo en otros empleos porque los salarios y las prestaciones son bajos” (p. 10).

Esta serie de problemas derivados de las características y funciones de la docencia, encajan a la perfección con gran parte de los elementos que pueden favorecer el burnout a nivel organizacional, interpersonal y relacionados con el puesto de trabajo, que han sido descritos en el presente trabajo anteriormente, y que suponen un problema para la salud del trabajador y afecta el buen funcionamiento de la organización. Esto lo vemos ratificado en palabras de Vilorio, Paredes y Paredes, 2003:

El sector de la educación parece ser especialmente vulnerable a este problema, es por ello que el malestar del profesorado amenaza no sólo sus posibilidades de autorrealización sino también su equilibrio físico y psíquico, con importantes consecuencias en la calidad de la enseñanza (p. 134).

Dentro del colectivo docente, se encuentran los profesores de educación física, los cuales nos han suscitado gran interés debido a las diferencias que presentan en las instituciones educativas con el resto de profesores, tanto por los contenidos de la materia que imparten como por las condiciones de trabajo que presentan. Los profesores de educación física son los encargados de algo tan importante como el aprendizaje de la motricidad y expresión corporal, enseñar distintos conocimientos deportivos y fomentar la realización de la actividad física. Esta importancia que le otorgamos a los profesores de educación física se encuentra reflejada en la visión de Garcés de los Fayos Ruiz y Beregüi Gil en 2007:

El deporte es un medio idóneo para que en los niños y jóvenes se desarrollen una serie de valores positivos que de él se pueden desprender, como la cooperación o trabajo en equipo, la disciplina o tolerancia [...] la figura del profesor de educación física adquiere una relevancia primordial en la práctica deportiva que realizan los jóvenes en edad escolar (p. 100).

La materia de educación física presenta unas condiciones de trabajo distintas al resto de asignaturas, dado que no se centra en la memorización de conocimientos, sino que está centrada en la transmisión, comprensión y realización actividades físicas y deportivas.

Algunos de los problemas que enfrenta esta profesión por sus peculiares características son, el constante movimiento de los alumnos durante la clase, el bajo estatus social de los profesores de educación física dentro del colectivo docente o la falta de instalaciones adecuadas, lo cual puede desembocar en un descenso de la motivación y la aparición de agotamiento físico y mental entre estos profesionales (Almagro, Ibañez y Sáenz-López, 2011). La desmotivación y el agotamiento

emocional y físico son algunos de los síntomas que pueden indicar la aparición o presencia de burnout.

Los profesores de educación física pueden ser uno de los grupos más propensos a sufrir burnout, ya que deben realizar un trabajo con personas constante, con exigencias emocionales y físicas, que en ocasiones puede ser desmotivador por la falta de “credibilidad” entre alumnos y otros compañeros de profesión, bajos salarios y una sobrecarga de roles (planificación del curso, de las actividades, tareas burocráticas, actividades extraescolares deportivas los fines de semana). Como consecuencia, se provocaría un deterioro directo en la calidad de la enseñanza de los alumnos, así como una disminución del rendimiento y prestigio de la institución en la que trabajan (Viloria, Paredes y Paredes, 2003).

Por estos motivos, es conveniente no dejar de lado el estudio y comprensión de las causas que pueden llegar a provocar la aparición de burnout en mayor o menor medida dentro de estos profesionales deportivos, así como el grado de aparición en estos profesionales. Para (Sánchez-Oliva, Sánchez- Miguel, Pulido González, López Chamorro y Cuevas Campos, 2014):

El análisis de la salud psicológica de los profesores resulta especialmente necesario en el caso de los docentes de educación física (EF), ya que por la idiosincrasia de su asignatura se encuentran expuestos a fuentes de estrés adicionales a las de materias de carácter más conceptual (p. 75-76).

Por todo lo expuesto anteriormente, el objetivo de este trabajo consistió en realizar una revisión sistemática acerca del síndrome de burnout en los profesores de educación física, analizando la literatura científica entre los años 1995 y 2019.

3. METODOLOGÍA

Con la intención de ver el estado de la cuestión acerca de la situación de los profesores de educación física en relación con el síndrome de burnout, llevamos a cabo una revisión sistemática utilizando el método PRISMA. En primer lugar, se realizó la pregunta principal de la investigación: ¿Cómo se ha investigado y afecta el síndrome de burnout en los profesores de educación física? A partir de esa pregunta, formulamos el objetivo principal: realizar una revisión sistemática acerca del síndrome de burnout en profesores de educación física. A continuación, procedimos a especificar los criterios de inclusión de los artículos que iban a ser utilizados en el análisis, los cuales fueron:

- Tener relación directa o indirecta con el tema de análisis.
- Ser documentos científicos.
- Estar publicados entre 1995 y 2019.
- Estar escritos en idioma español o inglés.

Respecto a la búsqueda bibliográfica, utilizamos 3 bases de datos bibliográficas online; Sport Discuss, PSICODOC y Dialnet, seleccionadas por estar ligadas al ámbito del deporte, la salud mental (psicología) o por su accesibilidad. La estrategia de búsqueda usada fue la misma en las tres bases de datos: utilizamos la búsqueda avanzada, en la primera fila se introdujeron los descriptores “burnout” y “profesores de educación física”, seguido del operador booleano “OR” y los descriptores “burnout” y “physical education teachers” en una segunda fila. Como resultado, encontramos un total de 31 documentos, siendo excluidos 17; 5 de ellos por estar repetidos, 7 por no tener relación con el tema, 3 por no ser accesibles y 2 por estar redactados en idioma diferente de inglés o español. Esto nos dejó con un total de 14 documentos sobre los que realizar la revisión, seleccionados acorde a los criterios de inclusión presentados. A continuación, de forma más detallada aparece el proceso de selección en la figura 1.

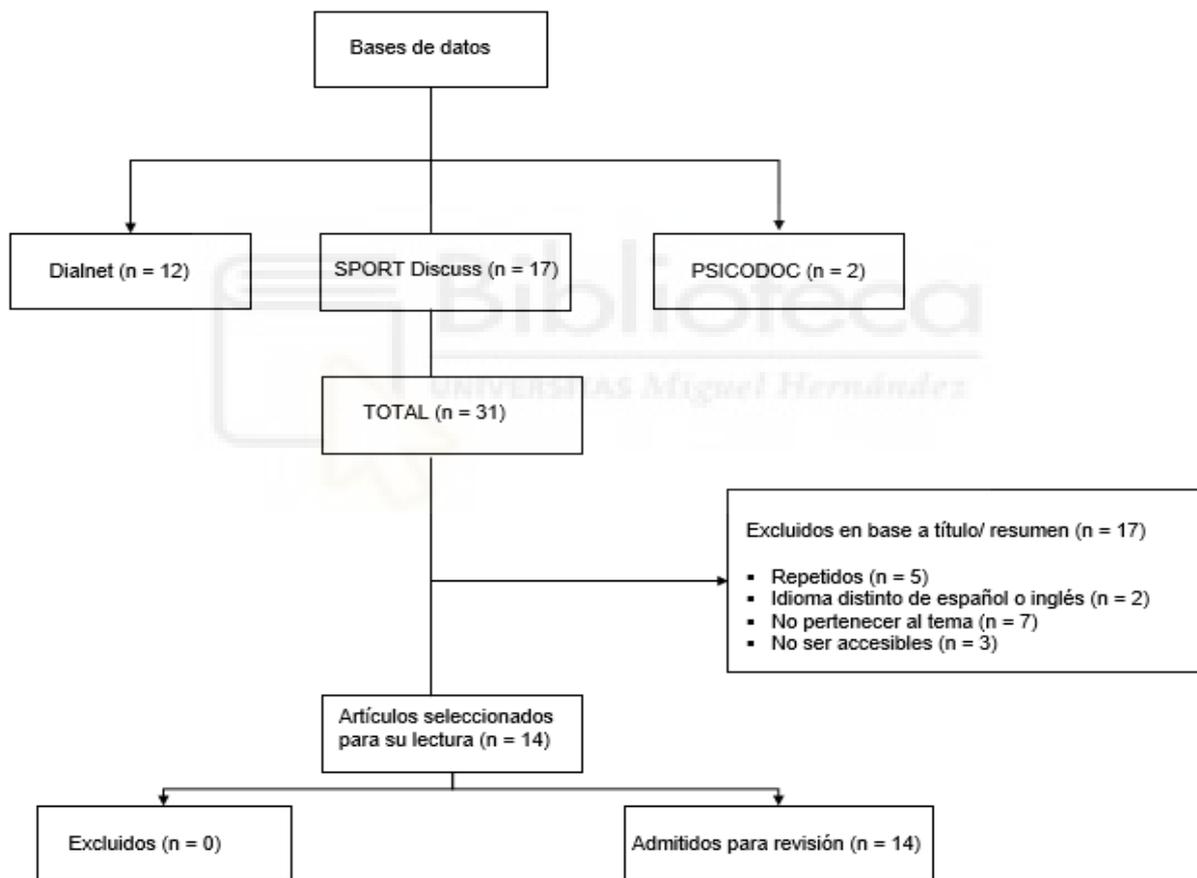


Figura 1. Diagrama de flujo de la selección de documentos revisión sistemática.

4. RESULTADOS

De los 14 documentos encontrados, el 50% (7) son estudios transversales, el 14% (2) estudios cuantitativos, 7% (1) estudio de casos, 7% (1) estudios cualitativos, 7% (1) revisión sistemática, 7% (1) estudios exploratorios y 7% (1) estudios descriptivos.

La mayoría de los estudios fueron llevados a cabo en Europa 64% seguido de Asia con un 14%, y Oceanía, Latinoamérica y Eurasia con un 7%. El instrumento de medida más utilizado fue el Maslach Burnout Inventory 64% (9 de 14 documentos), en cualquiera de sus versiones.

Las variables más estudiadas fueron; características específicas del trabajo de los profesores de educación física que pueden generar burnout 57%, los factores psicológicos y de personalidad 57%, el nivel de burnout de los profesores de educación física 50% y factores ambientales que pueden provocar la aparición de burnout 21%.

Se encontraron un total de 31 documentos, de los cuales 14 fueron admitidos. Para facilitar su mejor análisis, los dividimos en 6 categorías; a) Autores y año, b) Objetivo, c) Muestra, d) Instrumentos de medida, e) Resultados principales y f) Conclusiones. A continuación, mostramos en la tabla 1 los resultados de la revisión de manera más detallada y dividida en las mencionadas categorías.

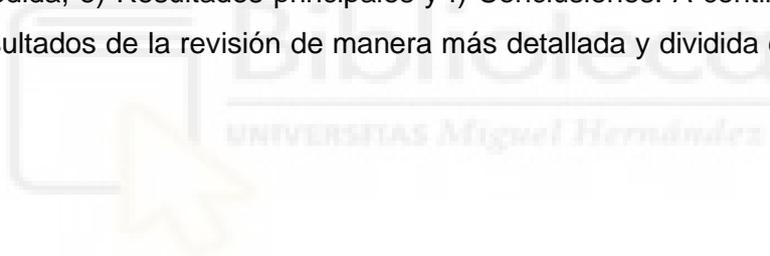


Tabla 1. Análisis de la revisión sistemática.

Autores y año	Objetivo	Muestra	Instrumentos de medida	Resultados principales	Conclusiones
Sánchez-Oliva, Sánchez-Miguel, Pulido González, López Chamorro y Cuevas Campos (2014).	Comprobar la importancia de la frustración de las necesidades psicológicas (NPB) sobre el tipo de motivación y el burnout en profesores de educación física (EF).	357 profesores de educación física en España (231 hombres y 136 mujeres), con una experiencia media de 15,31 años, y Desviación Típica (DT) 9,23.	<p>Para medir el grado de frustración de las NPB se utilizó la adaptación al contexto español (Cuevas, Ntoumanis, Sanchez-Oliva, Bartholomew, y Garcia-Calvo, 2012) de la Psychological Need Thwarting Scale (PNTS: Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, y Thøgersen-Ntoumani, 2011).</p> <p>Para analizar los niveles de motivación se usó el Work Motivation Inventory (WMI; Blais, Lachance, Vallerand, Briere, y Riddle, 1993).</p> <p>Para medir los niveles de burnout se empleó el Maslach Burnout Inventory-General (MBI-GS; Schaufeli, Leiter, Maslach, y Jackson, 1996).</p>	Los participantes reflejan medias bajas en la frustración de las NPB, y valores altos en motivación intrínseca y eficacia profesional. Sólo el agotamiento emocional está por encima del valor ideal.	<p>La frustración de las NPB predice el burnout en mayor o menor medida. La frustración de la competencia fue el principal predictor del burnout, mientras que la frustración de la autonomía predijo positivamente el agotamiento emocional y negativamente la eficacia en el trabajo.</p> <p>La frustración de las relaciones emocionales fue un predictor positivo de la eficacia profesional, siendo, un resultado inesperado.</p>
Karabatzaki, D., Koustelios, A. y Zournatzi, E. (2012).	Analizar el grado de autonomía de los profesores y la relación que tiene con los niveles de burnout.	219 profesores de EF en Grecia (82 hombres y 137 mujeres), con una experiencia media de 12,7 años y DT 7,8.	<p>La autonomía fue medida por una escala de 4 ítems desarrollada por Beehr (1976).</p> <p>Para medir los niveles de burnout se utilizó el cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI; Maslach, y Jackson, 1986).</p>	Los participantes del estudio reportaron niveles medios de autonomía y niveles bajos de burnout en las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización y un alto nivel en la dimensión de realización personal.	<p>No existe relación significativa entre autonomía y burnout en los profesores de EF.</p> <p>Encontraron una relación significativa positiva entre la autonomía y la realización personal, en referencia a falta de logro y productividad, por lo que el desarrollo de la autonomía debe ser una prioridad.</p>
Kremer, P., Spittle, M., y Sullivan, S. (2015).	Investigar los niveles de burnout en profesores de EF de educación secundaria en Australia, y averiguar si existen diferencias por género o edad.	49 participantes (20 hombres y 29 mujeres), con edades comprendidas entre 25 y 63 años, con una media de experiencia de 14,5 años y DT 8,9.	<p>Se utilizó un cuestionario para recoger la información demográfica (edad, sexo, experiencia, entorno).</p> <p>Para medir los niveles de burnout se utilizó el cuestionario Maslach Burnout Inventory. (MBI; Maslach y Jackson, 1981).</p>	<p>Los resultados indican que no existe ninguna relación significativa entre el género y el agotamiento emocional, despersonalización o la realización personal.</p> <p>Respecto a la edad, existe relación entre la variable de logro personal, siendo los más jóvenes los que mostraban menores niveles de logro personal. Hubo un efecto significativo de género y edad para la variable despersonalización, siendo los jóvenes varones los que tenían niveles más altos.</p>	<p>Más de la mitad de los profesores encuestados han experimentado niveles moderados o altos de agotamiento emocional, y bajos niveles de realización personal.</p> <p>La mayoría mostró niveles bajos de despersonalización, siendo los maestros varones jóvenes los que reportaban niveles de despersonalización más altos. También mostraron menores niveles logro personal que los maestros más mayores.</p>

Çolakoglu, F., Yilmaz, T. (2014).	Determinar los niveles de burnout en relación con la variable mobbing en profesores de EF en Turquía.	163 participantes (133 hombres y 30 mujeres).	Para medir los niveles de burnout se usó el cuestionario Maslach Burnout Inventory-Educators Survey (MBI-ES; Maslach, Jackson y Schwab 1996). Para determinar el grado de mobbing, se utilizó una escala Likert de 4 puntos desarrollado por los propios investigadores.	No se encontraron diferencias estadísticamente significativas en las opiniones de los profesores sobre el agotamiento emocional y realización personal en relación con la variable mobbing. Sin embargo, mayores niveles de despersonalización se daban en aquellos profesores que estaban expuestos siempre al mobbing frente a los que rara vez o nunca lo estaban.	Los profesores que afirman estar expuestos a mobbing siempre muestran mayores niveles de burnout que aquellos que afirman estar expuestos a veces o rara vez. El mobbing tiene impacto entre los profesores de EF con respecto a la despersonalización y el nivel de logro personal.
Brudnik, M. (2010).	Determinar las macro-rutas del burnout en base al modelo tipológico de 4 fases de Noworol. Además, intentar verificar la hipótesis de que los profesores de EF sufren burnout de una manera específica debido a lo especial de su profesión.	Profesores de EF; 62 participantes (29 hombres y 33 mujeres), con una experiencia media de 14,2 años.	Para medir los niveles de Burnout se utilizó el Maslach Burnout Inventory (MBI; Maslach, y Jackson, 1986). La tensión mental de los profesores de EF se midió con el Scale of Mental Strain (Brudnik, M., Sek, H., 2005). La competencia de afrontamiento ante el estrés se midió con el General Self-Efficacy Scale (Juczyński, Z., 2001). Se utilizó el Self Direct Search (Holland, J., 1992), que diagnostica preferencias profesionales.	Se establece claramente la ruta de los profesores de EF, comenzando con la despersonalización y la falta de logro profesional. En el caso de las profesoras, se confirmó la ruta que siguen de burnout en base al modelo, pero de una forma más heterogénea y menos significativa.	Los profesores de EF sufren burnout siguiendo una ruta específica acorde con su profesión. Sin embargo, es más ambiguo y menos homogéneo en el caso de las profesoras. Los resultados del estudio centran la importancia de la autoeficacia en los profesores.
Carraro, A., Gobbi, E., y Moè, A. (2017).	Confirmar la relación negativa entre el burnout y la satisfacción laboral entre los profesores de EF. Averiguar si influyen más las variables psicológicas o ambientales en relación con el burnout y la satisfacción laboral.	183 profesores de EF del nordeste de Italia (81 hombres y 102 mujeres), con una experiencia media de 24,95 años y DT de 9,35.	Para medir la calidad percibida de las instalaciones de trabajo se utilizó un cuestionario de escala Likert realizado por los autores. Para medir la satisfacción laboral se empleó el Satisfaction with Life Scale (Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., y Griffin, S., 1985). Para medir los niveles de Burnout se utilizó el Maslach Burnout Inventory (MBI; Maslach, y Jackson, 1986).	Existe una relación negativa entre el burnout y la satisfacción laboral. Los resultados sugieren que para prevenir el burnout y aumentar la satisfacción laboral, sería más útil intervenir sobre los factores psicológicos que sobre las variables ambientales.	Sugieren centrar los esfuerzos en entender el burnout de los profesores de EF para prevenirlo y manejarlo, desarrollando medidas para manejar el estrés laboral. Para reducir el agotamiento emocional y la sensación de incompetencia, proponen implementar actuaciones educativas destinadas a la mejora del manejo de los alumnos y no de su rendimiento.

Kardelienė, L., y Trinkūnienė, L. (2013).	Identificar las cinco dificultades más importantes en el trabajo de los profesores de EF.	15 artículos científicos de todo el mundo publicados entre los años 1999 y 2009.	Para identificar las 5 dificultades más importantes del trabajo de los profesores de EF, se realizó una búsqueda bibliográfica de las causas del estrés y el burnout en profesores de EF entre 1999 y 2009 con unos criterios de filtrado concreto.	Han encontrado hasta 24 problemas relacionados con el trabajo de los profesores de EF. Los estudios revisados están centrados en los niveles y causas del burnout, el estrés laboral y la relación entre el burnout y la satisfacción laboral.	Las 5 dificultades más importantes definidas en los estudios contemporáneos en cuanto al trabajo de los profesores de EF son: El bajo estatus de la educación física como asignatura por parte de los alumnos y los padres, la limitación del equipamiento de trabajo, las facilidades y el apoyo, la falta de tiempo, las clases masificadas y la gran cantidad de tareas diarias a realizar.
Smith, D. y Leng, G. W. (2003).	Evaluar los niveles de burnout de los profesores de EF de secundaria en Singapur. Además, tratar de identificar las condiciones de trabajo específicas de los profesores de educación física que están relacionadas con el burnout.	74 profesores de EF de la escuela secundaria que tuviesen certificación para ejercer la función de servicio en educación física.	Se usó un cuestionario de elaboración propia para medir datos geográficos. Para medir las condiciones ambientales de trabajo se utilizó un cuestionario desarrollado por Fejgin et al. (1995). Para medir los niveles de burnout se midieron con un cuestionario de burnout recopilado por Aronson y Pines (1981).	El 48,6% de los profesores de EF reportan niveles bajos de burnout, mientras que otro 48,6% de los profesores muestran niveles moderados de burnout. Sólo un 2,7% presenta niveles altos de burnout. La dimensión burocrática es la más relacionada con el burnout, siendo la falta de tiempo otra de las causas más importantes y relacionadas. También se encontró relación entre el burnout y la dimensión psicológica, entendida como malestar con las condiciones de trabajo. La dimensión estructural física no presenta una relación significativa como causa de burnout.	Los profesores de EF de la escuela secundaria de Singapur presentan niveles moderados de burnout. Debería de liberarse el papeleo innecesario de los profesores de ED, empleando más personal administrativo para la realización de estas tareas. Los profesores de EF durante su formación deberían de tener la oportunidad de realizar prácticas en escuelas para coger experiencia y ver su funcionamiento. Otorgar más incentivos económicos para motivar a los profesores de EF.
Ben-Sira, D., Ephraty, N. y Fejgin, N. (1995).	Realizar un análisis de la naturaleza de la enseñanza de EF, y presentar un estudio de los factores ambientales que se relacionan con el burnout en profesores de EF.	188 profesores (62,8% mujeres y 37,2% hombres) de Tel-Aviv, Israel, teniendo el 56% un trabajo adicional relacionado con la EF o el deporte.	Se utilizó un cuestionario de 3 partes: la primera parte consta de información demográfica (sexo, edad, estudios), la segunda parte es una batería de 80 afirmaciones que describen las condiciones ambientales de trabajo, y la tercera parte es el cuestionario de burnout desarrollado por Aronson y Pines (1981).	Se encontró una media de burnout baja. Por otra parte, las medias más altas se corresponden a los cuatro ítems que representan sentimientos positivos. En cuanto a la relación entre burnout y los factores ambientales, la correlación más alta se dio con el salario insuficiente, en segundo lugar, las limitaciones burocráticas, y en tercer lugar, están las limitaciones de rol. No se encontraron	Los profesores encuestados de EF de Israel presentan bajos niveles de burnout, siendo más bajo que otros países. Proponen mejorar los programas de formación de profesores de EF, y por parte de la escuela, reducir el aislamiento de los profesores de EF en la sala de profesores, participar en comités, las reuniones del plan de

correlaciones entre burnout y factores personales. estudios, y la política escolar del centro.

Paredes, L., Paredes, M. y Viloria, H. (2003).	Investigar la presencia del síndrome de burnout en profesores de EF, y analizar la relación entre las variables personales y laborales con la posible aparición de burnout.	140 profesores de EF de la ciudad de Mérida en Venezuela, (71 hombres y 69 mujeres). Un 31,4% tiene otro trabajo complementario.	Se utilizó un cuestionario para medir los factores demográficos que pueden influir en la aparición del burnout. Para medir los niveles de burnout, se utilizó el Maslach Burnout Inventory (MBI; Maslach y Jackson, 1981).	Se encontró que el 41% de la muestra presentaba niveles bajos de burnout, un 49% niveles medios y un 10% niveles altos de burnout. Las variables demográficas no presentan relaciones significativas con el burnout, tampoco tener otro trabajo complementario. En cuanto al lugar de trabajo, los profesores de escuelas públicas presentan mayor agotamiento emocional y despersonalización que los de escuelas privadas.	La muestra presenta niveles medio-bajos de burnout. La edad, el grado académico, las horas libres y el trabajo del cónyuge se relacionan con la dimensión despersonalización, presentando relación con burnout. El resto de las variables demográficas no tuvieron relaciones significativas.
Baños, C. P., Herrero, E. G. y Pañego, M. C. (2008).	Conocer el pensamiento de los profesores de EF acerca de los factores que influyen en el síndrome de burnout.	Un grupo de profesores de EF de educación primaria (8 mujeres y 1 hombre) con experiencia de 1 a 12 años. Otro grupo de profesores de educación secundaria (6 mujeres y 3 hombres) con experiencia de 1 a 10 años.	Cuestionario de elaboración propia con preguntas abiertas para luego aplicarlas en una discusión grupal. Posteriormente se transcribieron las entrevistas de ambos grupos y se pasó a agrupar los datos por categorías, para luego establecer los temas que más se repetían y realizar el análisis.	Los profesores perciben el individualismo, las actitudes negativas de queja, autoritarias, defensivas y rígidas, la rutina y los estilos pasivos de afrontamiento de problemas como factores que contribuyen a la aparición de burnout. Por otro lado, perciben que la cooperación entre profesores, las actitudes positivas, el compromiso y la vocación ayudan a prevenir el burnout.	La cooperación entre compañeros de profesión mejora la calidad de la enseñanza y el desarrollo profesional, y debe fomentarse desde las enseñanzas primarias y secundarias. Es necesario no caer en la rutina y buscar nuevas estrategias de trabajo para evitar el burnout. La vocación del profesorado debe valorarse para poder ser docente, ya que la falta de ella puede desembocar en burnout. La falta de estrategias afrontamiento y diálogo es otro de los factores a mejorar para evitar el burnout.
Abós, A., Corral, A., Estrada, S., Sanz-Remacha, M. y Sevil, J. (2019).	Identificar los estresores principales percibidos por los profesores de EF y analizar la relación entre las fuentes de estrés percibidas y el burnout experimentado.	71 profesores de secundaria de EF (45 hombres y 26 mujeres), con una experiencia media de 16,67 años y DT de 10,44.	Los estresores percibidos por el profesorado se midieron con el Multilevel Teacher Stressor Scale (Betoret, 2009). Los niveles de burnout se midieron con el Burnout Clinical Subtype Questionnaire (BCSQ-12; Montero-Marín, Skapinakis, Araya, Gili y García-Campayo, 2011).	La ambigüedad de las demandas de la administración fue la fuente de mayor estrés percibido por los profesores, seguido del mal comportamiento de los estudiantes y la carga de trabajo. Sin embargo, la carga de trabajo mostró la correlación más fuerte con el burnout, seguido del insuficiente compromiso de los padres y la falta de toma de decisiones.	La ambigüedad de las demandas de la administración educativa, el mal comportamiento de los alumnos y la carga excesiva de trabajo son los mayores estresores percibidos por los profesores de EF. La ambigüedad de las demandas de la administración y la carga de trabajo aparecen como variables desencadenantes del síndrome de burnout.

Aitor, A., Evelia, F. y Corterón, J. (2019).	Analizar la influencia de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (NPB) con el burnout experimentado por los profesores de EF.	160 profesores (85 hombres y 75 mujeres) que impartían clase a estudiante de 11 a 18 años en Buenos Aires, Armenia (Colombia) y Madrid.	Para analizar la satisfacción de las NPB se utilizó el Basic Need Satisfaction at Work Scale (BNSAW; Deci et al., 2001). Para analizar los niveles de burnout se utilizó el Maslach Burnout Inventory-General Survey (MBI-GS; Schaufeli, Leiter, Maslach y Jackson, 1996).	Las puntuaciones de la satisfacción de las NPB en general fueron elevadas, especialmente la satisfacción de autonomía y de competencia. Se obtuvieron bajas puntuaciones respecto al síndrome de burnout. La autonomía y la competencia percibida resultaron significativas en la explicación del burnout.	crear ambientes de trabajo en los que los profesores puedan desarrollar todo su potencial. Proponen aumentar la autonomía de los profesores y favorecer su bienestar, así como mejorar la calidad de su enseñanza.
Álvarez, O., Castillo, I., Esteva, I., Molina-García, J. y Queralt, A., (2017).	Examinar la relación entre la pasión de los profesores de EF y su percepción del burnout, comprobando el papel mediador que tienen las conductas de enseñanza transformacionales.	161 profesores de educación secundaria (108 hombres y 53 mujeres de la Comunidad Valenciana, con una experiencia media de 13, 95 años y DT de 8,39.	La pasión de los profesores de EF se midió con el Passion Scale (Vellerand et al., 2003). La percepción de los profesores de EF sobre sus propios comportamientos transformacionales se midió con una adaptación del Transformational teaching questionnaire (Álvarez et al., 2017). Los niveles de burnout se midieron con el Maslach Burnout Inventory (Maslach et al., 1996).	La pasión armoniosa se relaciona positivamente con la enseñanza transformacional y negativamente con el burnout. La pasión obsesiva se relaciona negativamente con la enseñanza transformacional y positivamente con el burnout.	Los profesores de la muestra se perciben con una alta pasión armoniosa, muestran comportamientos transformacionales y experimentan niveles bajos de burnout. Los comportamientos transformacionales median parcialmente entre la pasión armoniosa y el burnout, y totalmente entre la pasión obsesiva y el burnout.

EF= Educación Física.
DT= Desviación típica.
NPB= Necesidades Psicológicas Básicas.

5. DISCUSIÓN

Como hemos mencionado con anterioridad al principio de esta revisión, el síndrome de burnout es una de las afecciones de tipo psicosocial más relevantes que podemos encontrar en las profesiones de cara al público. Los estudios revisados en este trabajo muestran como el síndrome de burnout también está presente en los profesores de educación física, sin embargo, algunos de los estudios que han analizado esta variable, apuntan que los niveles de burnout presentes en dichos profesores son bajos o moderados (Ben-Sira, Ephraty, y Fejgin, 1995; Smith y Goh Wai, 2003; Viloría, Paredes y Paredes, 2003). Solo en la investigación llevada a cabo por Kremer, Steven y Spittle (2015), los resultados de burnout fueron más altos que el otros estudios, y más alto de lo que ellos mismos esperaban. Sin embargo, que los niveles no sean altos, no significa que no sea necesario prestarle atención al burnout, ya que algunos estudios hablan y exponen la importancia de actuar de manera preventiva para poder evitar o revertir el síndrome burnout (Carraro, Gobbi, y Moè, 2017; Pascual Baños, González Herrero, y Monfort Pañego, 2008).

Si atendemos a las causas que generan la aparición de este síndrome en los profesores de educación física, algunos estudios han puesto el foco en la importancia de las necesidades psicológicas básicas (Acha, Coterón, y Evelia, 2019; Sánchez-Oliva et al, 2014). Estos estudios muestran que a mayor satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (motivación intrínseca, autonomía, competencia percibida, eficacia profesional) menores niveles de burnout y viceversa. Por tanto, cómo se ven a sí mismos y sienten los profesores de educación física en relación a sus competencias y motivación, es un factor influyente para la posible aparición o no del síndrome de burnout.

Sin duda, una variable que se repite de forma habitual en los estudios revisados, y por ende cobra especial relevancia, es la satisfacción laboral y las condiciones de trabajo de los profesores. Algunos (Carraro, Gobbi, y Moè, 2017; Kardelienè y Trinküniené, 2013), destacan la importancia de las condiciones laborales de trabajo en relación con los niveles de burnout, atendiendo a factores tales como: los espacios y materiales, la falta de tiempo y apoyo, la masificación de las clases... lo que puede conllevar una disminución de la satisfacción laboral y aparición de algunos síntomas de burnout.

Otros estudios se han centrado en los factores demográficos (Kremer, Steven y Spittle 2015; Paredes, Paredes y Viloría, 2003), en los que no se encontraron realmente relación significativa respecto de la edad, el género, o el estado civil, los cuales influyesen en la aparición de burnout. Sólo la experiencia profesional y la edad tuvo alguna correlación significativa con la aparición de burnout en la dimensión de despersonalización. Al respecto de esta cuestión, nos parece importante destacar la investigación de Brudnik (2010), quien intentó determinar en su estudio la manera en la cual aparece el burnout en los profesores de educación física, es decir, los estadios o etapas con los que comienza el síndrome de burnout.

Si bien no consiguió determinar una ruta concreta para todos los profesores de su muestra, encontró que los profesores con respecto a las profesoras se quemaron de manera más homogénea, empezando el síndrome de burnout con el desarrollo de la dimensión despersonalización y falta de logro profesional. Estas han sido los únicos hallazgos relevantes con respecto a los factores demográficos que se relacionan con el burnout, pero en general no tienen especial relevancia.

Por último, a destacar la relevancia los factores ambientales. Algunos estudios que investigan esta variable (Ben-Sira, Ephraty, y Fejgin, 1995; Carraro, Gobbi, y Moè, 2017; Smith y Goh Wai, 2003) apuntan a la mejora de las condiciones de las instalaciones y sobre todo y el factor más importante y nombrado en todos los trabajos revisados, la carga burocrática de los profesores de educación física. En todas las investigaciones revisadas y mencionadas anteriormente, se habla de la excesiva carga burocrática que sienten tener los profesores de educación física. Esta situación presenta el agravante que, una parte de los profesores eligieron esta profesión pensando que la tarea burocrática sería mucho menor con respecto a otras materias, lo cual es un factor inesperado para ellos que tiene especial repercusión en la frustración de sus expectativas hacia el desarrollo de la profesión.

6. CONCLUSIONES

Los hallazgos realizados en el presente trabajo ponen de manifiesto la presencia del síndrome de burnout entre los profesores de educación física, ratificando la presencia de este síndrome en personas que trabajan en una profesión de ayuda o cara al público como es la educación. Dicho esto, los niveles de burnout presentes en las muestras de profesores de trabajos revisados son leves o moderados, algo positivo si se tiene en cuenta que presentan menores niveles de burnout que otros profesores de otras materias generales. La causa más común y repetida es el hecho de presentar una gran carga burocrática, seguida de otros factores importantes como la falta de autonomía, falta de apoyo y prestigio, materiales y masificación de las clases entre otras. No se ha podido encontrar evidencia alguna que ponga de manifiesto la influencia de los factores demográficos sobre la aparición del síndrome de burnout. Para terminar, nos parece importante apuntar la importancia de realizar más investigaciones y trabajos teniendo en cuenta los resultados encontrados en el presente trabajo, con la intención de conseguir poner en marcha estrategias de prevención y afrontamiento del síndrome de burnout en profesores de educación física.

Bibliografía

1. Abós, Á., Corral, A., Estrada, S., Sanz- Remacha, M., y Sevil, J. (2019). How do sources of teachers stress affect the development of burnout? An analysis among Physical Education teachers. *Education, Sport, Health and Physical Activity*, 3(1), 107-117.
2. Acha, A., Coterón, J., y Evelia, F. (2019). Incidencia de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas sobre el burnout experimentado por los profesores de educación física. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 426, 281-288.

3. Álvarez, O., Castillo, I., Estevan, I., Molina-García, J., y Queralt, A. (2017). Passion for teaching, transformational leadership and burnout among physical education teachers. *Revista de psicología del deporte*, 26(3), 57-61.
4. Álvarez, O., Tomás, I., Estevan, I., Molina-García, J., Queralt, A., & Castillo, I. (2018). Assessing teacher leadership in physical education: The Spanish version of the Transformational Teaching Questionnaire. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 34(2), 405-411.
5. Pines, A. M., & Aronson, E. (1981). Burnout: from tedium to personal growth. *Nueva York: Free Press*.
6. Beehr, T. A. (1976). Perceived situational moderators of the relationship between subjective role ambiguity and role strain. *Journal of Applied Psychology*, 61, 35-40.
7. Ben-Sira, D., Ephraty, N., & Fejgin, N. (1995). Work environment and burnout of physical education teachers. *Journal of teaching in physical education*, 15, 64-78.
8. Betoret, F. D. (2009). Self-efficacy, school resources, job stressors and burnout among Spanish primary and secondary school teachers: a structural equation approach. *Educational Psychology*, 29(1), 45-68.
9. Blais, M. R., Lachance, L., Vallerand, R. J., Briere, N. M., y Riddle, A. S. (1993). The work motivation inventory. *Revue Quebecoise de Psychologie*, 14, 185-215.
10. Brudnik M., Mental burden scale (H. Şek, M. Brudnik) - version for education teachers physical [Scale of mental strain (H. Şek, M. Brudnik)], (*Didactics of physical education in the light of contemporary educational needs*) AWF, Wrocław 2005, pp. 377-385.
11. Brudnik, M. (2010). Macro-paths of burnout in physical education teachers and teachers of other general subjects. *Studies in physical education culture and tourism*, 17(4), 353-365.
12. Carlin, M., y Garcés de los Fayos Ruiz, E. J. (2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de psicología*, 26(1), 169-180.
13. Carraro, A., Gobbi, E., & Moè, A. (2017). More gyms or more psychological support? Preventing burnout and supporting job satisfaction in physical education teachers. *Sports sciences for health*, 13(1), 55-62.
14. Cuevas, R., Ntoumanis, N., Sánchez-Oliva, D., Bartholomew, K. J., y Garcia-Calvo, T. (2012). Adaptation and validation of the psychological need thwarting scale to the Spanish context. En C. Arce y G. Seoane (Eds.), *V European Congress of Methodology* (pp. 180-181). Santiago de Compostela: University of Santiago de Compostela Publications.
15. Çolakoglu, F., & Yilmaz, T. (2014). Examination of the levels of burnout of physical education teachers in terms of mobbing. *Nigde University Journal of physical education and sport sciences*, 8(1), 149-156.

16. Deci, E. L., Ryan, R. M., Gagné, M., Leone, D., Usunov, J., & Kornazheva, B. P. (2001). Need satisfaction, motivation, and wellbeing in the work organizations of a former eastern bloc country: A cross-cultural study of self-determination. *Personality and social psychology bulletin*, 27(8), 930-942.
17. Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). *The satisfaction with life scale*. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
18. Fidalgo Vega, M. (2005). *Síndrome de estar quemado por el trabajo o "burnout" (I): definición y proceso de generación*. Madrid: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.
19. Garcés de los Fayos Ruiz, E. J., y Beregüi Gil, R. (2007). Valores en el deporte escolar: estudio con profesores de educación física. *Cuadernos de psicología del deporte*, 7(2), 89-104.
20. Gil-Monte, P. R. (2003). Burnout syndrome: ¿síndrome de quemarse por el trabajo, desgaste profesional, estrés laboral o enfermedad de Tomás? *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 19(2), 181-197.
21. Holland, J. L. (1992). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments*. Psychological Assessment Resources.
22. Juczyński Z., Generalized Self-Efficacy Scale (GSES), Measurement tools in promotion and psychology health promotion. *Psychological Test Laboratory PTP*, Warsaw 2001, pp. 93-98.
23. Karabatzaki, D., Koustelios, A., & Zournatzi, E. (2012). Burnout and autonomy among physical education teachers in Greece. *International journal of physical education*, 2, 36-40.
24. Kardelienė, L., & Trinkūnienė, L. (2013). Occupational difficulties at work of physical education teachers. *Baltic Journal of sports and Health sciences*, 1(88), 88-96.
25. Kremer, P., Steven, S., & Spittle, M. (2015). Burnout in secondary school physical education teaching. *Physical education and sport*, 13(1), 33-43.
26. Leiter, M. P., & Schaufeli, W. B. (1996). Consistency of the burnout construct across occupations. *Anxiety, stress, and coping*, 9, 229-243. Obtenido de <https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/092.pdf>
27. Martínez Pérez, A. (2010). El síndrome de burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*, 112, 42-80.
28. Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of occupational behaviour*, 2, 99-113. doi: <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
29. Maslach, C., & Jackson, S. (1986). *Maslach burnout inventory manual*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.

30. Montero-Marín, J., Skapinakis, P., Araya, R., Gili, M., y García-Campayo, J. (2011). Towards a brief definition of burnout syndrome by subtypes: development of the “Burnout Clinical Subtypes Questionnaire” (BCSQ-12). *Health and Quality of Life Outcomes*, 9(1), 1-12.
31. Organización Internacional del Trabajo y Organización de las Naciones Unidas para la educación, la ciencia y la cultura. (2015). *Informe Final. Recomendaciones relativas al personal docente*. París: OIT-UNESCO.
32. Pascual Baños, C., González Herrero, E., y Monfort Pañego, M. (2008). El pensamiento de los profesores de educación física sobre los factores que inciden en el síndrome de burnout. *Revista Fuentes*, 8, 84-102.
33. Peiró, J. M., y Gil-Monte, P. R. (1999). Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome de quemarse por el trabajo. *Anales de psicología*, 15(2), 261-268.
34. Sáenz-López, P., Almagro, B. J., e Ibañez, S. J. (2011). Describing problems experienced by Spanish Novice Physical Education Teachers. *The Open Sports Sciences Journal*, 4, 1-9. Doi:<http://dx.doi.org/10.2174/1875399X01104010001>
35. Sánchez-Oliva, D., Sánchez- Miguel, P. A., Pulido González, J. J., López Chamorro, J. M., y Cuevas Campos, R. (2014). Motivación y burnout en profesores de educación física: incidencia de la frustración de las necesidades psicológicas básicas. *Cuadernos de psicología del deporte*, 14(3), 75-82.
36. Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., Maslach, C., y Jackson, S. E. (1996). The MBI-general survey. En M. P. Leiter, C. Maslach, y S. E. Jackson (Eds.), *Maslach Burnout inventory*. (pp. 19–26). Palo Alto. CA: Consulting Psychologists Press.
37. Smith, D., & Goh Wai, L. (2003). Prevalence and Sources of Burnout in Singapore Secondary School Physical Education Teachers. *Journal of teaching in physical education*, 22(2), 203-218.
38. Vallerand, R. J., Blanchard, C. M., Mageau, G. A., Koestner, R., Ratelle, C., Léonard, M., Marsolais, J. (2003). Les passions de l'âme: On obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 756–767.
39. Vilorio, H., Paredes, M., y Paredes, L. (2003). Burnout en profesores de educación física. *Revista de psicología del deporte*, 12(2), 133-146.