

El síndrome del quemado, modos de afrontamiento del estrés y salud mental en profesores no universitarios (pp. 557-576)

Eloísa Guerrero, Rosa Gómez, Juan M. Moreno, Elena García-Baamonde
y Macarena Blázquez
Universidad de Extremadura (España)

Este estudio tiene como objetivo analizar el síndrome del quemado, los modos de afrontamiento del estrés, la salud mental y, específicamente, detectar predictores de salud mental. Participaron 152 profesores no universitarios, de edades comprendidas entre los 24 y 58 años, a quienes se evaluó con el “Inventario de burnout de Maslach” (*Maslach Burnout Inventory*; Maslach y Jackson 1981), el “Cuestionario de modos de afrontamiento” (*Ways of Coping of Questionnaire*; Folkman y Lazarus, 1988) y el “Cuestionario de salud general” (*General Health Questionnaire*; Goldberg y William, 1996). Los resultados indican que el síndrome del quemado se presenta en grado medio, los modos de afrontamiento que más se utilizan son la búsqueda de apoyo social, planificación y reevaluación positiva y el 40,8% presenta problemas de salud mental. Además, se halló un alto nivel de estrés asociado con la estrategia de afrontamiento huida-avoidancia y que los profesores menos satisfechos profesionalmente son los más “quemados”. Las variables puesto de trabajo, nivel de estrés, grado de compromiso, cansancio emocional, los modos de huida-avoidancia y reevaluación positiva contribuyen significativamente a predecir la salud mental del profesorado.