

Artículo



OBSERVATORIO DE LA
EDUCACIÓN PERUANA



Sobre aulas vacías y burnout docente:

Por:
Rafael Egúsquiza
Luis Enrique Tineo
Esperanza Palomino

el impacto emocional de la pandemia en el magisterio rural

Foto: Paco Santamaría





Foto: El buho

Escrito por : Rafael Egúsquiza, Luis Enrique Tineo y Esperanza Palomino

Sobre aulas vacías y burnout docente: el impacto emocional de la pandemia en el magisterio rural

¿Qué sucede cuando enseñar deja de ser una vocación y se convierte en una carga emocional insostenible? ¿Qué ocurre cuando, además, esa carga se asume en soledad, sin recursos ni respaldo institucional? Durante la pandemia por COVID-19, el profesorado de zonas rurales del país enfrentó una experiencia profesional muy desgastante, marcada por el agotamiento, la incertidumbre y el aislamiento. Aunque iniciativas como el programa Escucha Docente del MINEDU buscaron brindar acompañamiento psicológico y pedagógico en plena pandemia, el costo humano que implicó la sobrecarga emocional, laboral y personal en el magisterio pasó en gran medida desapercibido para las políticas más estructurales que ponían el foco en la continuidad educativa, la cobertura digital o la entrega de materiales. Poco se dijo, aún menos se preguntó, sobre las condiciones emocionales

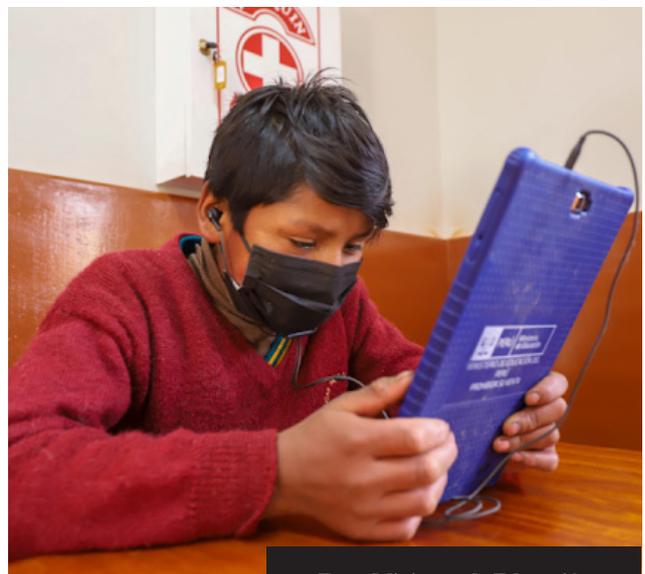


Foto: Ministerio de Educación

de quienes enseñaban desde caseríos sin internet, lidiaban con su propio duelo o enfermedad, o simplemente trasladaban las aulas al WhatsApp para no dejar de acompañar a sus estudiantes.

El magisterio rural sostuvo con creatividad y esfuerzo la educación en los márgenes del sistema, pero muchas veces lo hizo a costa de ellos mismos. Es así como esta experiencia dejó huellas que aún no terminamos de analizar con suficiente atención, especialmente en sus consecuencias a largo plazo, a saber, desgaste emocional, desmotivación profesional, desafección institucional. ¿Cómo hablar de recuperación en el sistema educativo si no atendemos también al estado anímico y profesional de quienes lo protagonizan?



Foto: Conversaciones con Flor

El artículo Síndrome de Burnout en Docentes Rurales en la Pandemia del COVID-19 nace de la inquietud de aportar a una discusión urgente sobre el lugar que ocupa, o debería ocupar, el bienestar docente en la política educativa a la luz de la experiencia específica de burnout docente en entornos rurales. Los hallazgos de nuestra investigación, publicada recientemente en la revista PSYKHE ([Egúsqiza Loayza et al., 2025](#)) se centran en la presencia del síndrome de burnout en docentes rurales durante la pandemia y en los factores individuales y contextuales que lo explican. Esta publicación ha sido elaborada de manera conjunta por [Rafael Egúsqiza Loayza, Luis Enrique Tineo Quispe y Esperanza Palomino Cruces](#), autores del estudio original. Es así que, más que cerrar un debate, este ejercicio busca abrirlo: invitar a pensar con más seriedad y profundidad sobre las condiciones psicoemocionales del magisterio en contextos de vulnerabilidad, y sobre la urgencia de poner el cuidado docente en el centro de la agenda educativa.

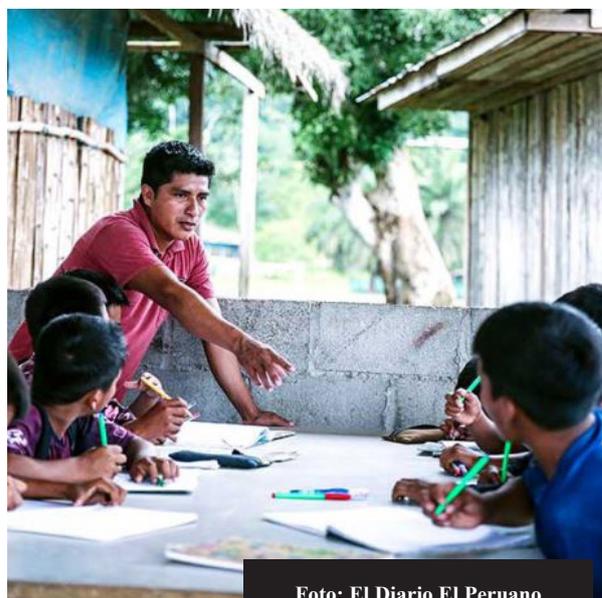


Foto: El Diario El Peruano



Foto: iStock/Fernanda Reyes

Objetivo del artículo



¿Cómo hablar de recuperación educativa sin mirar también el estado anímico de quienes sostienen la enseñanza? Lo que el magisterio rural vivió durante la pandemia no fue solo cansancio o estrés relacionado a situaciones de crisis, pues se trató más bien de una forma de desgaste más profunda, persistente y, en muchos casos, silenciosa y en solitario que melló un proceso educativo que, impedido en su natural presencialidad, tenía que encontrar nuevos espacios y medios para subsistir. Diversos estudios ya han advertido que dicho agotamiento emocional no es solo una experiencia individual, sino un fenómeno estructural vinculado a las condiciones laborales, organizacionales y sociales en las que se ejercen en distintas ocupaciones y espacios profesionales, entre ellas la docencia ([Maslach & Jackson, 1981](#)). Cuando estas condiciones se combinan con escasez de recursos, débil conectividad y aislamiento profesional, como ocurre en muchos contextos rurales, el impacto se vuelve aún más agudo, especialmente en situaciones de crisis como la vivida por el COVID-19 que exacerbaban estresores. Frente a ello, desde el Observatorio de la Educación Peruana planteamos la necesidad de escuchar más allá de los datos y ponerle rostro a este malestar. No se trata solo de medir el agotamiento, sino de entenderlo en sus causas y consecuencias, en su dimensión humana y estructural.

Desarrollo

Sección 1. ¿Qué es el burnout docente y por qué importa?

Quienes han sentido que ya no pueden más al final de una jornada escolar, tanto física como emocionalmente, saben que el cansancio no es solo cuestión de muchas horas trabajadas. Es una fatiga que se acumula, que se instala, y que progresivamente disminuye el sentido del oficio, eso es el burnout. Desde la psicología, el burnout ha sido definido como un síndrome vinculado al estrés laboral crónico que no logra ser gestionado de forma efectiva. En el caso de los docentes, suele manifestarse en tres dimensiones que se entrelazan: un agotamiento emocional que nace del exceso de demandas y la tensión sostenida; una despersonalización que se expresa como distancia, cinismo o indiferencia hacia los estudiantes, colegas, así como el quehacer docente; y una sensación de baja realización personal, cuando la enseñanza deja de generar satisfacción y empieza a parecer inútil o sin propósito ([Maslach & Jackson, 1981](#); [Maslach & Leiter, 2017](#)).



Foto: ANDINA/Difusión



Foto: Defensoría del Pueblo

No es un malestar ni un fenómeno reciente. Varios estudios han documentado la presencia del burnout en contextos escolares desde hace décadas, aunque la mayoría de las investigaciones se han centrado en ámbitos urbanos o en momentos previos a la pandemia (Cuenca, 2005; Poma Morales, 2020). No obstante, como señalamos en el artículo, lo que ocurre en zonas rurales ha recibido menos atención, a pesar de que allí las condiciones laborales suelen ser más exigentes, recursos escasos, múltiples responsabilidades, soledad profesional y poco reconocimiento. En esos escenarios, el burnout no solo llega con más fuerza en escenarios de crisis, sino que a menudo puede pasar desapercibido, normalizado como parte del trabajo y en donde los elementos constitutivos del burnout, a veces no evidentes a simple vista, están latentes (Loya Chávez, 2020). Por tanto, resulta relevante reflexionar en torno a ello,

no solo porque afecta la salud mental del magisterio, sino que coloca en riesgo el corazón mismo del acto educativo, el vínculo entre quien enseña y quien aprende. En este estudio, por ejemplo, se identificó que el 13,8% del total de docentes evaluados presentaban un nivel alto de agotamiento emocional. Esto habría afectado a alrededor de 560 estudiantes, expuestos a experiencias educativas mediadas por el cansancio extremo, la irritabilidad, los cambios de humor y la desmotivación de sus docentes.



Foto: ANDINA/Difusión

Sección 2. ¿Por qué estudiar a los docentes rurales?



Foto: Caritas del Perú

Durante la pandemia, las brechas entre lo urbano y lo rural dejaron de ser una cifra en los informes y se volvieron un muro de concreto. En muchas comunidades, la escuela se cerró sin que hubiera una pantalla para reemplazarla. El magisterio de las zonas rurales no solo enfrentó la falta de conectividad y materiales, sino que también vivió la sensación de estar solos, cargando con la titánica tarea de enseñar sin respaldo, sin condiciones, y con una presión que crecía cada día. Esto no fue solo cuestión de enseñar a distancia. Fue reinventar el vínculo pedagógico con lo que se tuviera a mano, una radio, un mensaje de voz, una visita rápida, mientras se lidiaba con el cansancio, la incertidumbre y, muchas veces, el propio miedo. En ese contexto, sostener la vocación se volvió una tarea que implicó un mayor soporte emocional. De esta manera, la propuesta de nuestro artículo pone el foco ahí, estudiar el burnout en zonas rurales permite visibilizar un tipo de desgaste emocional que se produce en

condiciones de mayor precariedad y vulnerabilidad institucional. Porque, a diferencia de sus colegas en zonas urbanas, muchos docentes rurales trabajan en escuelas multigrado, con escasa presencia del Estado, alta rotación de personal y tareas que exceden lo pedagógico. La investigación partió de la siguiente pregunta: *¿Cuáles serían los niveles de presencia de las dimensiones del Burnout, agotamiento emocional, despersonalización e insatisfacción de realización personal, en docentes de educación básica regular (EBR) de la provincia Condesuyos, Perú, respecto de las variables sociodemográficas y laborales que están asociadas a las dimensiones usualmente empleadas para medir el Burnout?* Para responderla, se encuestaron a 204 docentes de escuelas públicas rurales en 78 escuelas EBR de la provincia de Condesuyos. Esto se hizo a través de un instrumento aplicado mediante un cuadernillo de preguntas en dos partes basada, en primer lugar, en variables sociodemográficas y laborales relacionadas usualmente al fenómeno de Burnout

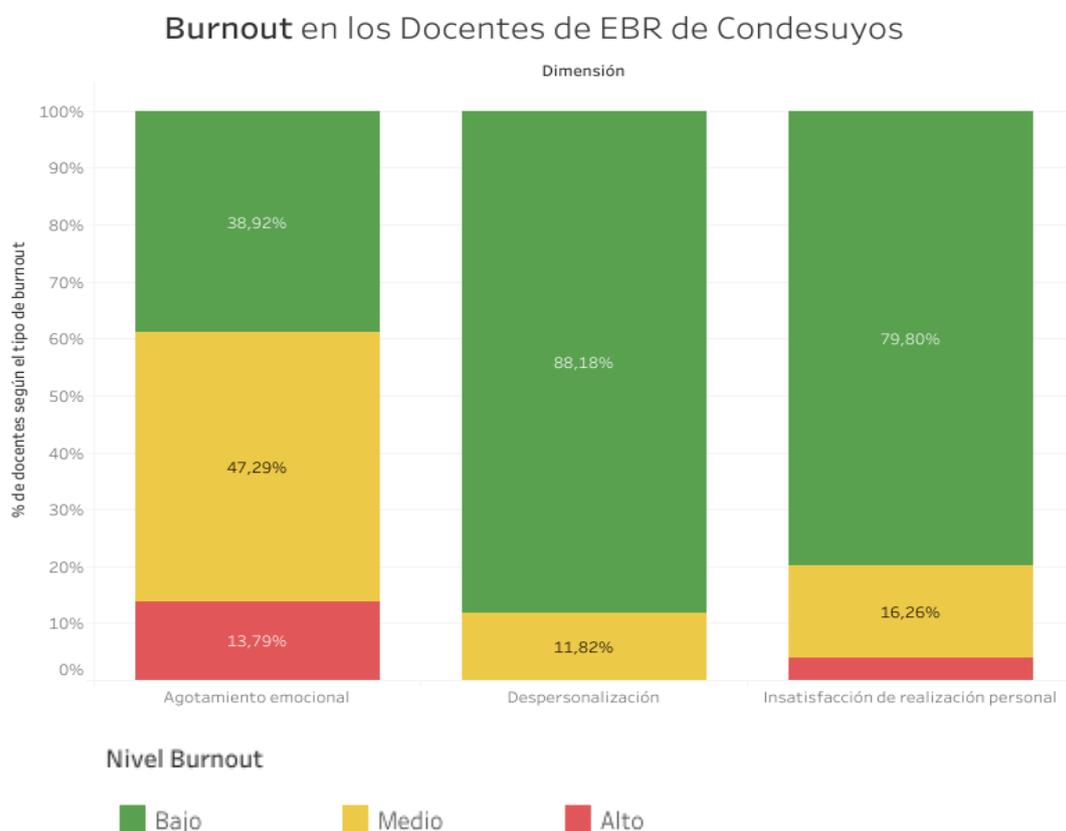
(Saborío Morales & Hidalgo Murillo, 2015; Montero & Valdivia, 2007). Así como el propio Inventario de Burnout de Maslach (MBI) que es empleado ampliamente por la comunidad científica para la medición de los niveles de burnout en diversas profesiones, a saber, en sus dimensiones de agotamiento emocional, despersonalización e insatisfacción de realización personal (Maslach et al., 1997). El estudio, de tipo no experimental, transversal y descriptivo-correlacional, permitió no solo medir la presencia del síndrome de burnout, sino también reconocer diferencias significativas vinculadas al género, la edad, el tipo de convivencia y el lugar donde se enseña. Sin embargo, más allá de las cifras, lo que encontraron fue algo que la mayoría intuía o identificaba por experiencia propia: que el agotamiento docente no es solo personal, es

estructural. Y en el caso del magisterio rural, es también una historia de resistencia silenciosa que merece ser contada.

Sección 3. Lo que encontró el estudio

Uno de los hallazgos relevantes del estudio tiene que ver con la presencia específica de cada dimensión del síndrome de burnout (BO) en la muestra de docentes de Educación Básica Regular del ámbito rural en la provincia de Condesuyos. Tal como se observa en la Tabla 3 del artículo, los niveles más elevados se presentan en la dimensión de agotamiento emocional, donde el 61,1 % de los docentes registró niveles medios o altos de afectación, siendo el 13,8 % clasificado en el nivel alto (Egúsqiza Loayza et al., 2025).

Tabla 3 : Niveles de Presencia del Burnout en los Docentes de Condesuyos

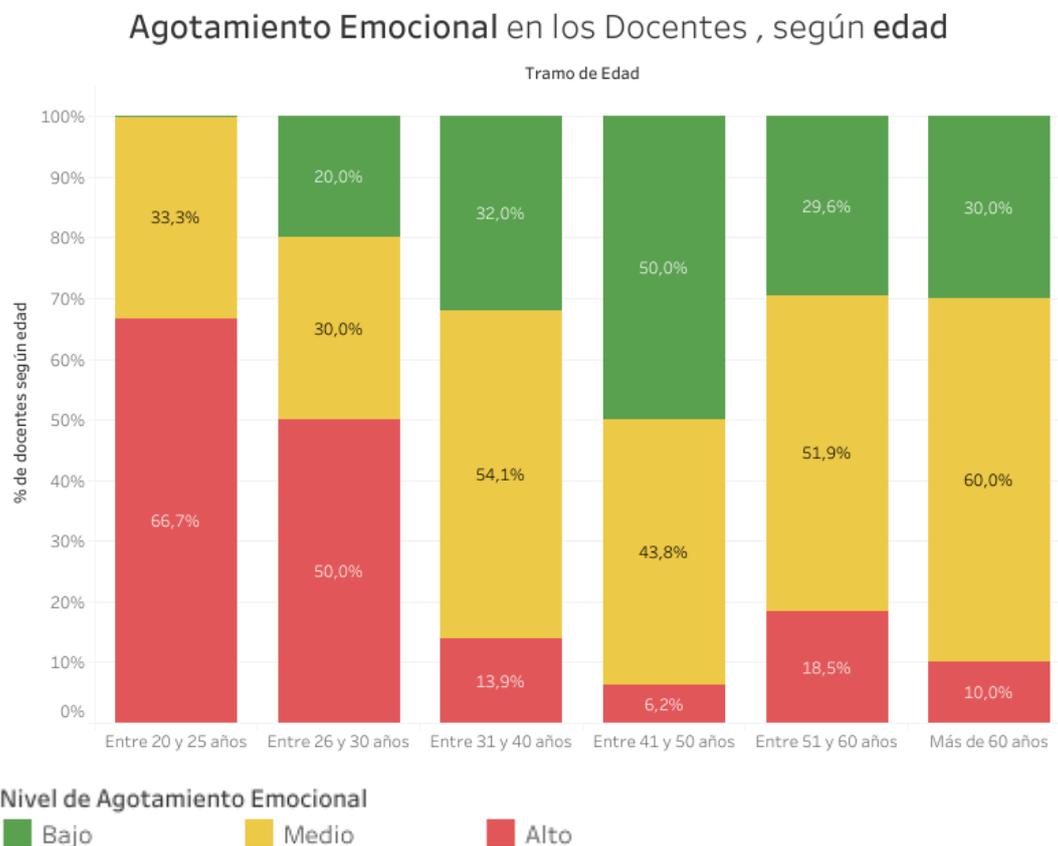


En la dimensión de insatisfacción de realización personal, el 20,2 % de los docentes presentó niveles medio o alto, mientras que la dimensión de despersonalización, aunque no presentó casos en el nivel alto, sí evidenció un 11,8 % de docentes en el nivel medio, lo que sugiere una forma más latente pero presente del síndrome. Estas cifras refuerzan lo señalado en la literatura, donde el agotamiento emocional se considera una de las expresiones más frecuentes y severas del burnout docente (Maslach & Leiter, 2017), particularmente cuando se presenta de forma simultánea con una baja percepción de sentido en la práctica profesional.

Además del panorama general, el estudio se dedicó a analizar cómo ciertas variables socio-

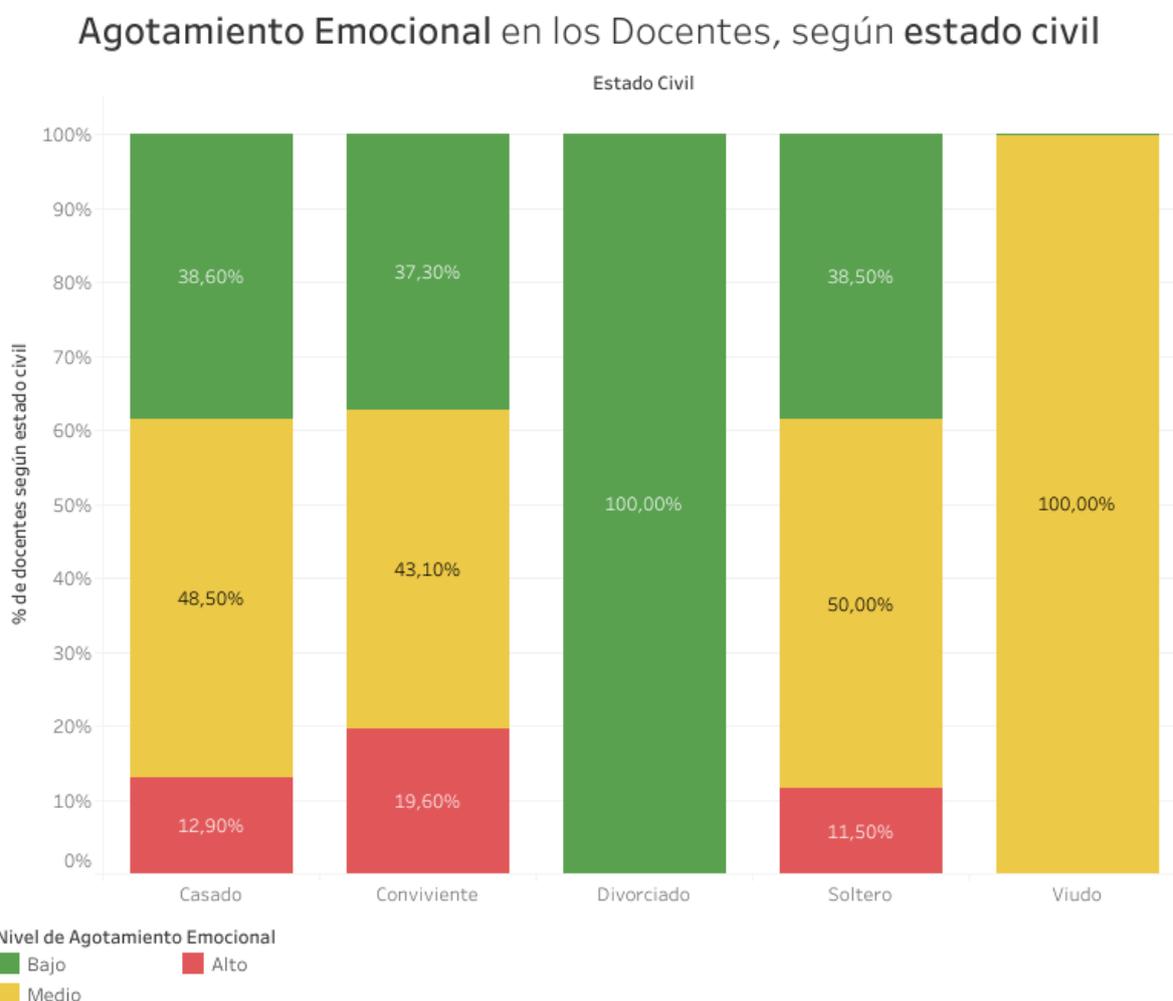
demográficas influyen en la manifestación del burnout. El análisis por grupos etarios mostró que los docentes más jóvenes, particularmente aquellos entre 20 y 30 años, concentran los mayores niveles de agotamiento emocional: un 66,7 % de quienes tienen entre 20 y 25 años, y un 50 % de los de entre 26 y 30 años, reportaron niveles altos de esta dimensión (Egúskuiza Loayza et al., 2025). En cambio, en los grupos de mayor edad la tendencia se invierte, observándose niveles más bajos. Este hallazgo coincide con estudios previos que advierten sobre la mayor vulnerabilidad de los trabajadores jóvenes frente al estrés, en parte por la carga de exigencias, pero también por una menor disponibilidad de recursos adaptativos (Adecco, 2022).

Tabla 4: Niveles de agotamiento emocional en los docentes, según edad



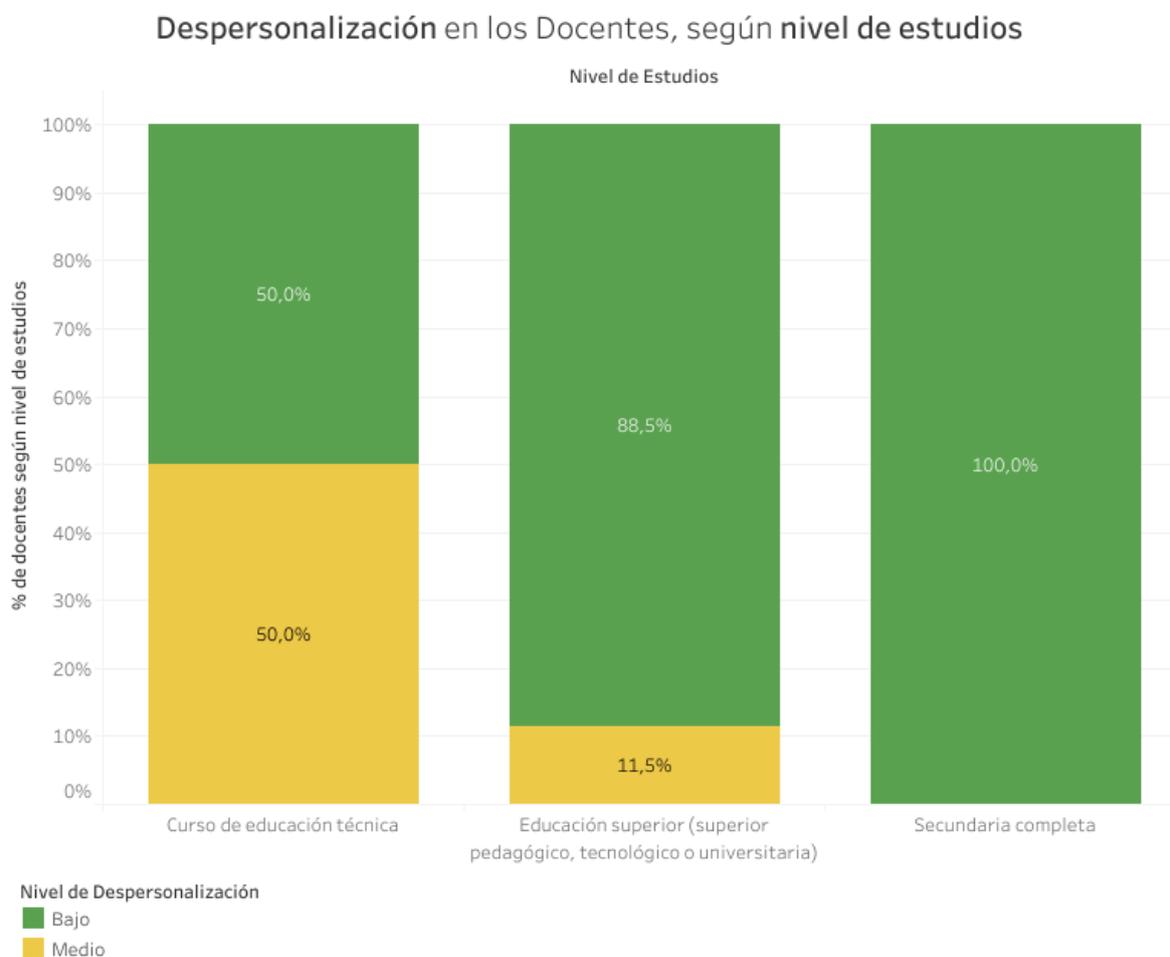
Otra variable clave fue el estado civil. Aunque los promedios son similares entre docentes casados, convivientes o solteros (con acumulados en torno al 61 % de niveles medio y alto de agotamiento emocional), el nivel alto se concentra de forma particular entre los convivientes, alcanzando un 19,6 %, por encima de los casados (12,9 %) y solteros (11,5 %). Si bien estas diferencias no son abismales, revelan que la organización del entorno doméstico puede incidir en el bienestar emocional durante situaciones de crisis como la pandemia.

Tabla 5 : Niveles de Agotamiento Emocional en los Docentes, según estado civil



Asimismo, el estudio exploró la relación entre el nivel educativo y la despersonalización. Aunque no se registraron niveles altos en esta dimensión, los niveles medios (entendidos como riesgo potencial) fueron más frecuentes en docentes con estudios técnicos (50 %) que entre quienes poseen educación superior (11,5 %) o secundaria completa (0 %). Debido al bajo número de casos en esta categoría, el hallazgo debe leerse con cautela, pero ofrece indicios sobre cómo la formación profesional puede influir en las estrategias de afrontamiento frente al desgaste docente.

Tabla 6 : Niveles de Despersonalización en los Docentes, según nivel de estudios

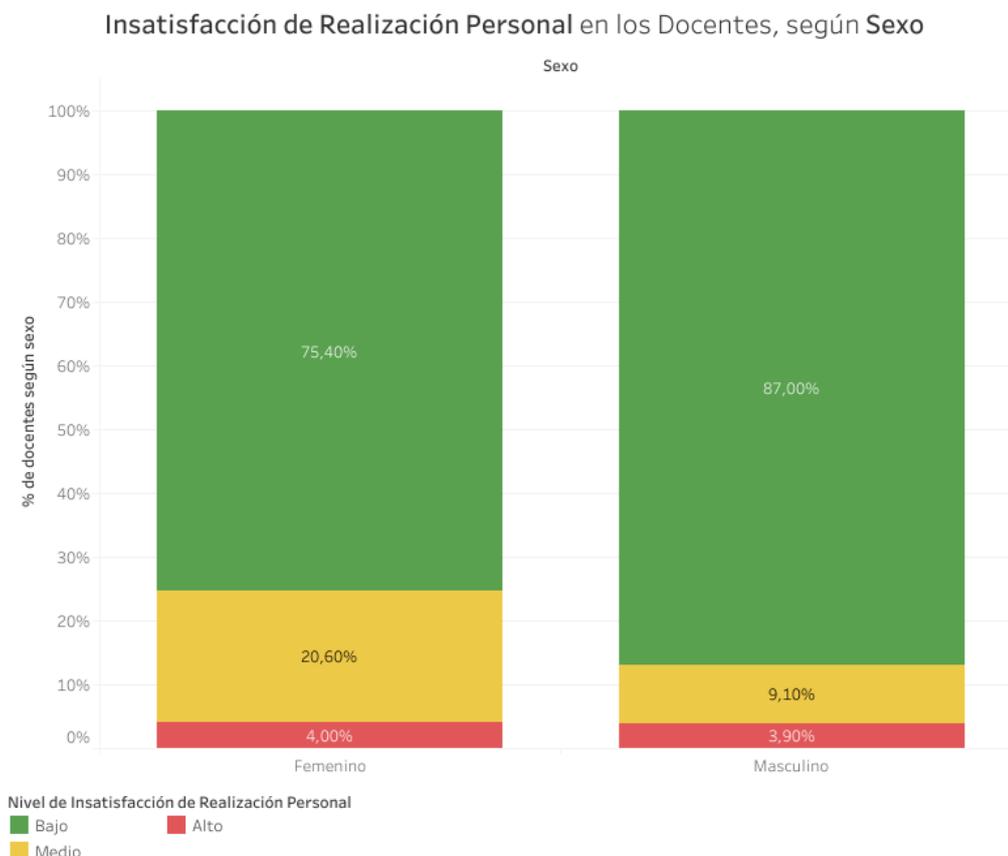


Finalmente, la insatisfacción con la realización personal, tercera dimensión del burnout se manifestó con mayor fuerza en las mujeres. Mientras que el 24,6 % de las docentes presentó niveles alto o medio, esta proporción fue de solo 13 % en el caso de los varones. Esta diferencia de género se condice con otros estudios respecto del fenómeno del burnout, concluyendo que este no es solo un asunto individual, sino también estructural, ligado a la distribución desigual de los roles de cuidado y a las exigencias acumuladas que enfrentan muchas mujeres durante contextos de crisis ([Arias & Jiménez, 2013](#)).



Foto: Infobae

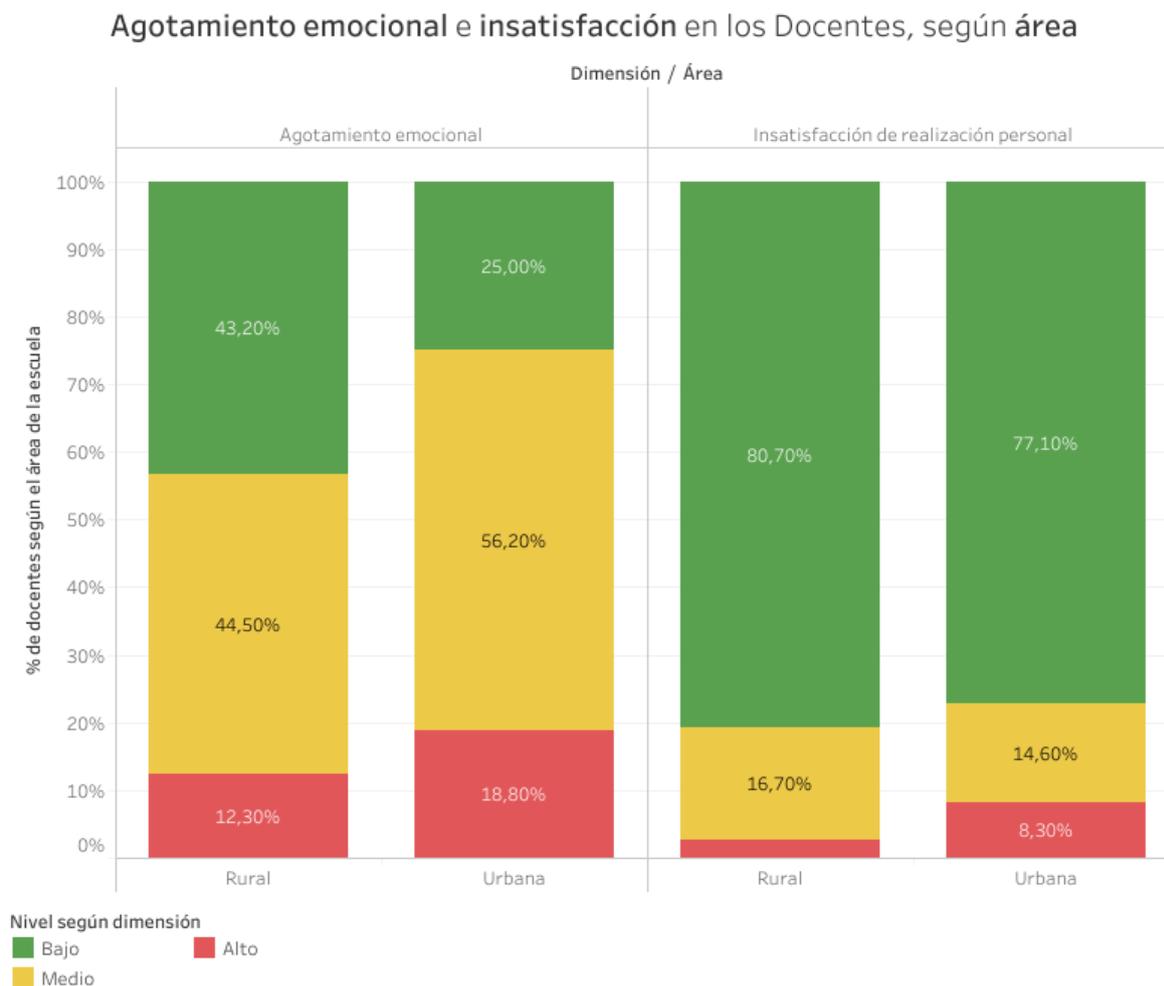
Tabla 7 : Niveles de Insatisfacción de Realización Personal en los Docentes, según sexo



Además de los factores personales y socio-demográficos, el estudio también exploró algunas variables laborales vinculadas al contexto educativo y al acceso a herramientas. Uno de los hallazgos más llamativos fue que, en contraste con lo esperado, los docentes de escuelas urbanas presentaron mayores niveles de agotamiento emocional e insatisfacción con la realización personal en comparación con sus pares rurales (Ibáñez et al., 2012; Poma Morales, 2020). Esta diferencia podría explicarse por el tipo de presiones institucionales y burocráticas que enfrentan los maestros en entornos urbanos, además del impacto diferenciado del confinamiento en la gestión pedagógica. Por otro lado, también se observó una relación

interesante entre el acceso a recursos tecnológicos y las dimensiones del burnout: la despersonalización se manifestó con mayor intensidad entre quienes contaban con un solo recurso, mientras que la insatisfacción con la realización personal fue más alta entre quienes tenían acceso a cinco o más herramientas. Aunque estos datos deben leerse con prudencia, sugieren que ni la precariedad ni la abundancia de recursos garantizan el bienestar docente por sí solas. Lo que emerge, más bien, es la necesidad urgente de pensar integralmente el cuidado emocional del magisterio, reconociendo que las condiciones materiales, si bien importantes, no bastan sin acompañamiento institucional y reconocimiento simbólico.

Tabla 8 : Niveles de Agotamiento Emocional e Insatisfacción en los Docentes, según área



Finalmente, como se puede observar, a pesar de que el territorio de Condesuyos se caracteriza por una clara predominancia rural, los docentes de escuelas urbanas muestran niveles más altos de agotamiento emocional (18,8%) e insatisfacción de realización personal (8,3%) en comparación con sus pares del ámbito rural. Este contraste sugiere que, en zonas urbanas específicas del territorio, podrían estar operando dinámicas laborales, institucionales o comunitarias que intensifican el desgaste profesional docente, aún dentro de un ecosistema educativo mayoritariamente rural.

Sección 4. Algunas claves para la política educativa y la salud mental docente

Lo que muestra el estudio no es simplemente una instantánea del agotamiento vivido por los docentes rurales durante la pandemia. Es una evidencia clara de cómo el desgaste emocional se configura en la intersección de trayectorias personales y condiciones estructurales propias del quehacer docente. En ese sentido, lejos de tratarse de un malestar pasajero en un contexto de crisis, que sin duda es un coadyuvante de importancia,

el síndrome de burnout emerge, cuando las exigencias profesionales exceden de forma sostenida los recursos disponibles para enfrentarlas. Como se puede observar en el estudio, en zonas rurales estas exigencias se intensifican por el aislamiento, la sobrecarga de funciones y la precariedad en los entornos escolares ([Egúsqüiza Loayza et al., 2025](#)).

Los hallazgos del estudio reafirman que la salud mental docente no puede seguir siendo tratada como un tema periférico. Es fundamental reconocer que variables como la edad, el estado civil, el tipo de escuela, el acceso a recursos tecnológicos y el género inciden de manera diferenciada en la vivencia del burnout. Más aún, el hecho de que docentes de escuelas urbanas, en plena emergencia sanitaria, hayan mostrado niveles más altos de agotamiento emocional e insatisfacción personal, indicaría que no se trata únicamente de carencias materiales, sino también de la intensidad de las presiones institucionales, las condiciones laborales, otros factores sociales y el aislamiento emocional ([Egúsqüiza Loayza et al., 2025](#)).

El estudio es claro en señalar que estas conclusiones abren dos rutas fundamentales. En primer lugar, se requieren estudios más amplios y con enfoque mixto que permitan comprender mejor la interacción entre dimensiones del burnout, contextos territoriales (como la ruralidad amazónica o andina) y condiciones de emergencia, desde emergencias sanitarias hasta desastres naturales. Además, la incorporación de instrumentos complementarios, como el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento, permitiría identificar con mayor claridad los recursos personales y sociales que protegen del desgaste ([Egúsqüiza Loayza et al., 2025](#)).

En segunda instancia, las implicaciones para la política pública son urgentes. Como señalan se señala en el artículo, la ausencia de un sistema integrado para atender el burnout en el Perú, dividido y compartimentado entre sectores como salud, trabajo y educación, así como las mismas divisiones al interior del propio sistema educativo para abordar el desarrollo, reconocimiento y bienestar docente, dificulta la prevención y el tratamiento oportuno. Resulta urgente entonces articular programas intersectoriales de salud ocupacional que no se limiten a intervenciones puntuales, sino que integren acompañamiento emocional, protocolos institucionales, promoción del autocuidado docente, y el fortalecimiento de marcos normativos ya existentes, como la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo (Ley N.º 29783).

Es así como, no se trata solo de ampliar cobertura ni de brindar talleres aislados, lo que el artículo sugiere es algo más profundo, a saber, la necesidad de reconocer, simbólicamente y materialmente, lo que implicó sostener la escuela en condiciones extraordinarias y qué problemas subyacentes se agudizaron en dicho periodo de crisis para poder atenderlos. Cuidar a quienes enseñan no es un gesto simbólico ni un lujo administrativo, resulta una condición necesaria para que la escuela cumpla su promesa.



Foto: El Diario El Peruano

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adecco. (2022, 15 de octubre). 6 de 10 trabajadores están estresados o ansiosos y, en su mayoría, son jóvenes. La República. <https://larepublica.pe/economia/2022/10/15/salud-mental-6-de-cada-10-trabajadores-esta-estresados-o-ansiosos-y-en-su-mayoria-son-jovenes-adecco>
- Arias, W., & Jiménez, N. (2013). Síndrome de burnout en docentes de educación básica regular de Arequipa. *Educación*, 22, 53–76. <https://doi.org/10.18800/educacion.201301.003>
- Chávez, K. N. L. (2020). Síndrome de burnout en docentes de educación básica de contexto rural. *RECIE. Revista Electrónica Científica de Investigación Educativa*, 5(1), 19–32.
- Cuenca, R. (2005). Estudio de caso en Perú. En M. Robalino Campos & A. Körner (Coords.), *Condiciones de trabajo y salud docente. Estudios de casos en Argentina, Chile, Ecuador, México, Perú y Uruguay* (pp. 173–196). Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, Oficina Regional de Educación para América Latina y el Caribe. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000142551>
- Egúsqiza Loayza, R., Tineo Quispe, L. E., & Palomino Cruces, E. (2025). Síndrome de burnout en docentes rurales en la pandemia del COVID-19. *Psykhé* (Santiago), 34, 0–0.
- Ibáñez, J., López, J., Márquez, A., Sánchez, N., Flórez-Alarcón, L., & Vera, A. (2012). Variables sociodemográficas relacionadas al síndrome de burnout en docentes de colegios distritales. *Psychologia: Avances de La Disciplina*, 6(2), 103–116. <http://doi.org/10.21500/19002386.1187>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). *The measurement of experienced burnout*. *Journal of Occupational Behaviour*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1997). *The Maslach Burnout Inventory manual* (3rd ed.). En R. Zalaquett & R. Wood (Eds.), *Evaluating stress: A book of resources* (pp. 191–218). Scarecrow Education.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2017). Understanding burnout: New models. En C. L. Cooper & J. C. Quick (Eds.), *The handbook of stress and health: A guide to research and practice* (pp. 36–56). Wiley Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch3>
- Montero, C., & Valdivia, M. (Eds.). (2007). *Propuestas para nueva escuela, nueva ruralidad y diversidad en el Perú: Memorias del seminario taller*. Asociación Gráfica Educativa Tarea. <https://tarea.org.pe/digitalizaciones/propuestas-para-nueva-escuela-nueva-ruralidad-y-diversidad-en-el-peru/>
- Poma Morales, E. K. (2020). Factores sociodemográficos y laborales asociados al síndrome de burnout en docentes de secundaria de instituciones educativas del Callao, 2020 [Tesis de doctorado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/49478/Poma_MEK-%20SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y



OBSERVATORIO DE LA
EDUCACIÓN PERUANA



obepe.org