



Cofinanciado por  
la Unión Europea

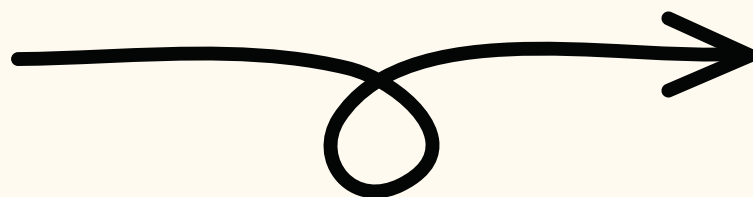


AGDISTIS



Síntomas y consecuencias

# Síndrome de desgaste profesional



Istituto d'Istruzione Superiore  
*Margherita Hack*

2022-1-ES01-KA220-SCH-000087432



Cofinanciado por  
la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.

**Editora**

Maria Chiara Di Francesco, Skill Up

**Autores**

Elizabeth Papaduli, IIS Margherita Hack

Esta publicación se ha realizado con el apoyo financiero de la Comisión Europea en el marco del Proyecto Erasmus+ “AGDISTIS - Inteligencia emocional e intervención en conductas no normativas y acoso de género”, n.º 2022-1-ES01-KA220-SCH-000087432

© Junio 2023 - INDEPCIE, Mehmet Sinan Dereli Ortaaokulu, Skill Up Srl, VAEV R&D, Colegio Séneca S.C.A, Istituto d'Istruzione Superiore "Margherita Hack".

**tribución, compartir en la misma condición**



(CC BY-SA): Usted es libre de:  
Compartir – copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato para cualquier propósito, incluso comercialmente.  
Adaptar – remezclar, transformar y construir a partir del material para cualquier propósito, incluso comercialmente.  
La licenciente no puede revocar estas libertades en tanto usted siga los términos de la licencia. Bajo los siguientes términos:  
Atribución – Usted debe dar crédito de manera adecuada, brindar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen el apoyo de la licenciente.  
CompartirIgual – Si remezcla, transforma o crea a partir del material, debe distribuir su contribución bajo la misma licencia del original.  
No hay restricciones adicionales.



Cofinanciado por  
la Unión Europea

# Desgaste profesional

El término «desgaste profesional» (burnout) se acuñó originalmente en los años 70 para describir las consecuencias del «estrés severo y los elevados ideales» entre las profesiones asistenciales. Se trata de campos en los que muchas personas sienten un alto nivel de propósito moral, una dedicación a marcar la diferencia y un impulso a ir más allá. La Organización Mundial de la Salud ha redefinido recientemente el «desgaste profesional» como «un síndrome relacionado con el estrés laboral crónico que no se ha gestionado con éxito». En nuestro mundo acelerado se ha convertido en un riesgo cada vez más frecuente.





Cofinanciado por la Unión Europea

agotamiento y cambios en el patrón de sueño

palpitaciones y mareos

dificultades en las relaciones

dificultad para concentrarse

bajo rendimiento escolar



# SÍNTOMAS DE DESGASTE PROFESIONAL

cambios de humor

frustración

problemas digestivos y estomacales



Cofinanciado por  
la Unión Europea

# Desgaste profesional

Este síndrome afecta al trabajo en clase, al repercutir notablemente en la calidad de la enseñanza y este impacto puede ir desde un escaso o nulo refuerzo positivo, lecciones de aprendizaje poco agradables, relaciones negativas entre estudiantes y docentes.

También puede tener efectos tanto en el aprendizaje del alumnado, derivado de la baja motivación del/de la profesor/a para enseñar, como en el/la docente, al disminuir sus niveles de salud mental y emocional, comprometiendo por tanto su eficacia en el aula.





Cofinanciado por  
la Unión Europea

# Desgaste profesional

En la mayoría de los casos, el profesorado está sobrecargado de trabajo e insuficientemente remunerado, por lo que algunos nuevos docentes abandonan su puesto de trabajo en sus primeros cinco años de docencia.

Los/as profesores/as necesitan apoyo psicológico para aprender mecanismos de afrontamiento que les ayuden a regular sus emociones, recuperar el placer por el trabajo y dar a los/as alumnos/as las herramientas necesarias para un nuevo proceso de aprendizaje satisfactorio.





Cofinanciado por  
la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.



**AGDISTIS**

**¡GRACIAS!**



Istituto d'Istruzione Superiore  
*Margherita Hack*