



TEMPUS
Psicológico

Artículo de investigación

Pérdida de funciones cognitivas y burnout en docentes universitarios de Colombia

*Loss of cognitive functions and burnout
in university teachers in Colombia*

MARIA CAMILA GÓMEZ POSADA¹

Recibido: 10/01/2025 - Aprobado 5/05/2025 - Publicado: 24/07/2025

Para citar este artículo:

Gómez Posada, M.C. (2025). Pérdida de funciones cognitivas y burnout
en docentes universitarios de Colombia.

Tempus Psicológico, 8(2) - ISSN: 2619-6336

DOI: <https://doi.org/10.30554/tempuspsi.8.2.5225.2025>

¹ Maria Camila Gómez Posada. <https://orcid.org/0009-0002-0511-5619>
Camilagomezp10@gmail.com Universidad de Manizales.

Resumen

El estrés laboral se encuentra frecuentemente en las organizaciones, y la población docente ha demostrado tener altos niveles de estrés derivados de su labor. El estrés se caracteriza por la liberación de cortisol; cuando estos niveles son altos y prolongados puede generar afecciones en la salud física y mental de quienes lo padecen. Metodología: estudio cuantitativo, de tipo descriptivo transversal, y tuvo como objetivo describir la prevalencia de estrés laboral y pérdida de capacidades cognitivas en docentes universitarios en Colombia. Resultados: los hallazgos demuestran que los docentes de instituciones de educación superior de Colombia poseen altos niveles de estrés laboral, agotamiento emocional y despersonalización; sin embargo, si bien perciben que sus capacidades cognitivas han disminuido, no evidencian deterioro cognitivo.

Palabras clave: *estrés, estrés laboral, profesor, atención, memoria*

Abstract

Work stress is frequently found in organizations, and the teaching population has been shown to have high levels of stress derived from their work. Stress is characterized by the release of cortisol; When these levels are high and prolonged, it can cause problems in the physical and mental health of those who suffer from it. Methodology: quantitative, cross-sectional descriptive study, and its objective was to describe the prevalence of work stress and loss of cognitive abilities in university teachers in Colombia. Results: the findings demonstrate that teachers at higher education institutions in Colombia have high levels of work stress, emotional exhaustion and depersonalization; However, although they perceive that their cognitive abilities have decreased, they do not show cognitive deterioration.

Keywords: *stress, work stress, teacher, attention, memory*

Introducción

El estrés es una problemática que está presente en el entorno organizacional frecuentemente; este se encuentra asociado a múltiples factores, tanto de las condiciones laborales como personales, y genera en el trabajador consecuencias físicas, emocionales y cognitivas (Buitrago et al., 2021). Sin embargo, el estrés, caracterizado por la liberación de cortisol, no siempre tiene consecuencias negativas, este puede llegar a ser estimulante para el cerebro cuando tiene niveles moderados (Gallego et al., 2018); mientras que cuando sus niveles son altos y prolongados puede generar afecciones en la salud del trabajador, como problemas del sueño, depresión, bajo rendimiento laboral (Van Dijk et al., 2020), deterioro cognitivo, ansiedad (Koutsimani et al., 2021), problemas atencionales y variaciones del apetito (Tacca & Tacca, 2019).

En el caso de los docentes, diversas investigaciones demuestran que su labor genera altos índices de estrés, esto afecta el desempeño laboral, y conlleva a una baja calidad en procesos académicos e investigativos (Freire Samaniego & Corrales, 2018). Los altos niveles de estrés en docentes pueden estar relacionados con la exigencia y las horas de dedicación que requiere esta actividad laboral, lo que desencadena que la mayoría de docentes sean susceptibles a desarrollar el Síndrome de Burnout (Posada Quintero et al., 2019).

Es importante reconocer que las variables sociodemográficas también juegan un papel relevante en los niveles de estrés percibido por los docentes (Teles et al., 2020). Como lo afirma el estudio de Bedoya et al. (2017), el Síndrome de Burnout se presenta con mayor frecuencia en las docentes mujeres, acompañado de síntomas de agotamiento emocional, mientras que en los hombres docentes se presentan con mayor frecuencia los síntomas de despersonalización (Ibarra-Luna, 2018).

Si bien existen numerosos estudios que demuestran los altos índices de estrés en docentes, y la relación entre estrés y afecciones cognitivas, no existen investigaciones que midan ambas problemáticas en población docente. La presente investigación se realizará con docentes universitarios de instituciones de educación superior públicas y privadas de Colombia, con el fin de ampliar el conocimiento en este campo y dar respuesta a la pregunta ¿cuál es la prevalencia de estrés laboral y pérdida de capacidades cognitivas en docentes universitarios de Colombia?

Metodología

Tipo de Estudio

Se trató de una investigación descriptiva transversal cuantitativa. Este tipo de estudios buscan establecer la situación problemática a través de la medición en un momento dado, sin el establecimiento de causalidades.

Población

Para el desarrollo de la investigación se contó con la participación de 17 docentes de 3 ciudades de Colombia. Para su elección se realizó un muestreo por conveniencia, teniendo en cuenta los siguientes criterios.

Criterios de inclusión. Ser docente de una institución de educación pública o privada ubicada en Colombia, y llevar ejerciendo por lo menos durante dos años.

Criterios de exclusión. Tener un diagnóstico previo de algún trastorno psiquiátrico y/o cognitivo.

Técnicas para la recolección de la información

Con el fin de dar cumplimiento a los objetivos de la investigación, se usaron los siguientes instrumentos:

- **Montreal Cognitive Assessment (MoCa).** Es un test de screening o tamizaje breve, diseñado para la detección del deterioro cognitivo leve en adultos, y cuenta con subpruebas para la evaluación de la memoria, la atención, el lenguaje, la abstracción y la orientación. Tiene un alto nivel de confiabilidad y validez, con una sensibilidad del 87% y una especificidad para detectar el deterioro cognitivo leve en un rango de 90%. (Pedraza et al., 2016).
- **Maslach Burnout Inventory (MBI).** Es un cuestionario constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones que busca medir la frecuencia y la intensidad del estrés laboral percibido por los docentes (Hederich-Martínez & Caballero-Domínguez, 2016).
- **Cuestionario del deterioro cognitivo percibido.** Es un cuestionario diseñado para la investigación, con preguntas en forma de afirmaciones y respuestas en escala tipo Likert, que busca conocer la percepción de los docentes frente a sus capacidades cognitivas, y el impacto de su trabajo en ellas.
- **Cuestionario sociodemográfico diseñado para la investigación.**

Resultados

En la investigación participaron 17 docentes de instituciones de educación superior de Colombia, de las ciudades de Medellín, Bogotá y Bucaramanga. En la muestra se contó con 11 mujeres y 6 hombres, quienes se agrupan en edades desde los 26 a los 67 años, y siendo 11 solteros, 3 casados, 2 en unión libre y 1 divorciado; esto es un dato relevante, pues las características sociodemográficas de la población han demostrado tener un impacto significativo en los niveles de estrés percibidos y en sus consecuentes repercusiones en la salud física y mental de los trabajadores.

Tabla 1. Datos sociodemográficos

	Variable	Frecuencia	Porcentaje
Género	Hombre	6	35,5%
	Mujer	11	64,7%
	Total	17	100%
Edad	20 a 30 años	2	11,8%
	31 a 40 años	5	29,4%
	41 a 50 años	9	52,9%
	61 a 70 años	1	5,9%
	Total	17	100%
Estado civil	Soltero/a	11	64,7%
	Casado/a	3	17,6%
	Unión libre	2	11,8%
	Divorciado	1	5,9%
	Total	17	100%
Ubicación	Medellín	11	64,7%
	Bogotá	5	29,4%
	Bucaramanga	1	5,9%
	Total	17	100%

Adicionalmente, se tomó en consideración el nivel de formación académica con la que contaban los docentes participantes, siendo 3 de ellos profesionales con título de pregrado universitario, 3 especialistas, 3 magíster en algún área del conocimiento y 8 tienen un título doctoral. Aunado a esto, se consideró el tiempo de dedicación, teniendo en cuenta que los docentes que laboran a tiempo completo pueden exponerse a mayores y más constantes niveles de estrés, así como mayores impactos en sus capacidades cognitivas; los años de experiencia como docentes, factor que también ha demostrado tener influencia en el estrés laboral percibido y el impacto en la salud; y finalmente, el tipo de institución de educación superior al que pertenecen, con el fin de conocer si existen diferencias entre los niveles de estrés laboral

y pérdida de capacidades cognitivas en los docentes de universidades públicas y privadas. Esta información puede verse recopilada en la Tabla 2.

Tabla 2. Datos académicos y laborales

	Variable	Frecuencia	Porcentaje
Formación	Pregrado	3	17,6%
	Especialización	3	17,6%
	Maestría	3	17,6%
	Doctorado	8	47,1%
	Total	17	100%
Tiempo de dedicación	Tiempo completo	15	88,2%
	Medio tiempo	1	5,9%
	Cátedra	1	5,9%
	Total	17	100%
Experiencia	2 a 10 años	7	41,2%
	11 a 20 años	4	23,5%
	21 a 30 años	6	35,3%
	Total	17	100%
Tipo de institución	Pública	10	58,8%
	Privada	7	41,2%
	Total	17	100%

Posterior a la recolección de los datos sociodemográficos, académicos y laborales, se realizó la aplicación del Montreal Cognitive Assessment (MoCa Test); este es un test de screening que busca conocer el estado cognitivo general del sujeto, así como identificar de manera temprana el deterioro cognitivo. El test abarca 7 dominios; estos son: visoespacial/ejecutivo, identificación, memoria, atención, lenguaje, abstracción y orientación.

El MoCa Test arroja un resultado general que indica si el sujeto no tiene deterioro cognitivo, o si, por el contrario, los resultados ponen en evidencia que existe un deterioro cognitivo leve, o un deterioro cognitivo mayor. El test cuenta con un total de 30 puntos, y se considera que quienes obtengan un puntaje de 26 o más puntos presentan algún grado de deterioro.

Los resultados generales obtenidos de la aplicación del MoCa Test a los docentes participantes en la investigación se pueden observar en la Tabla 3.

Si bien la mayoría de los participantes obtuvo un puntaje que demuestra que no tienen un deterioro cognitivo clínicamente significativo, es importante considerar los tipos de errores que se cometieron en la presentación del MoCa Test, pues estos indican cuáles son los dominios que se ven más afectados en este tipo de labor.

Tabla 3.
Resultados del Montreal Cognitive Assessment (MoCa Test)

Resultado	Frecuencia	
	N	%
Sin deterioro cognitivo	13	76,5%
Deterioro cognitivo leve	4	23,5%
Deterioro cognitivo	0	0%
Total	17	100%

Los errores que se presentaron con mayor frecuencia entre los participantes fueron en el dominio de memoria (evocación) (82,3%), visoespacial/ejecutiva (52,9%) y atención (29,4%); mientras que en dominios como identificación y abstracción no se presentaron errores. Esto puede observarse en la Tabla 4.

Tabla 4.
Errores Presentados en el Montreal Cognitive Assessment (MoCa Test)

Dominio	Frecuencia	
	N	%
Visoespacial/ejecutiva	9	52,9%
Identificación	0	0%
Memoria	14	82,3%
Atención	5	29,4%
Lenguaje	2	11,7%
Abstracción	0	0%
Orientación	4	23,5%

Adicionalmente, y en contraste con la puntuación general obtenida en el MoCa Test, muchos de los docentes han expresado que desde comenzaron a laborar en esta área, sus capacidades cognitivas se han deteriorado; por tanto, es fundamental conocer cuál es su percepción acerca del detrimento de sus habilidades cognitivas.

Con el fin de conocer las dificultades que los docentes reconocen con más frecuencia en su desempeño cognitivo, se creó el Cuestionario de Deterioro Cognitivo Percibido. Este fue diseñado para la investigación y cuenta con 11 preguntas que abarcan procesos cognitivos como atención focalizada, atención sostenida, memoria a corto y largo plazo, memoria de trabajo, planeación, flexibilidad cognitiva e inhibición.

Este cuestionario fue aplicado a todos los participantes de la investigación, y sus respuestas fueron consignadas en la Tabla 5.

Tabla 5. Cuestionario de deterioro cognitivo percibido

#	Ítem	Frecuencia					
		Nunca		A veces		Siempre	
		N	%	N	%	N	%
1	¿Siente que su capacidad para concentrarse ha disminuido?	5	29,4%	11	64,7%	1	5,9%
2	¿Se distrae con facilidad ante estímulos externos?	3	17,6%	11	64,7%	3	17,6%
3	¿Deben repetirle las instrucciones para comprender y memorizar lo que debe realizar?	9	52,9%	7	41,2%	1	5,9%
4	¿Siente que olvida información más frecuentemente?	4	23,5%	11	64,7%	2	11,8%
5	¿Debe usar herramientas externas para recordar la información?	0	0%	4	23,5%	13	76,5%
6	¿Olvida información relacionada con su vida personal?	8	47,1%	9	52,9%	0	0%
7	¿Tiene dificultades con el manejo del tiempo y la planificación?	5	29,4%	10	58,8%	2	11,8%
8	¿Suele dejar tareas sin finalizar?	7	41,2%	10	58,8%	0	0%
9	¿Entrega sus pendientes a tiempo?	1	5,9%	6	35,3%	10	58,8%
10	Si se da cuenta que hay una mejor manera de realizar una actividad, ¿puede cambiar la forma de hacerla fácilmente?	1	5,9%	5	29,4%	11	64,7%
11	¿Interrumpe las conversaciones de los demás?	5	29,4%	12	70,6%	0	0%

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos del Cuestionario de Deterioro Cognitivo Percibido, los docentes consideran que desde que empezaron a ejercer en esta labor, sus capacidades atencionales y mnésicas se han visto afectadas, por lo tanto, presentan mayores dificultades para concentrarse en la tarea, mantener la atención en un estímulo determinado, y olvidan información de manera más frecuente, llegando incluso a olvidar información relacionada con su vida personal.

Adicionalmente, se encuentra que los docentes perciben dificultades en funciones ejecutivas, como memoria de trabajo, planeación e inhibición; aunque esto no ha generado en ellos dificultades laborales que no les permita realizar sus actividades y entregar a tiempo los pendientes que les solicitan.

Finalmente, el Inventario de Burnout de Maslach fue aplicado con el fin de examinar los niveles de estrés laboral percibido por los docentes en relación con su desempeño laboral. En este se evalúan 3 aspectos: el agotamiento emocional, el cual valora la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo y es directamente proporcional al nivel de estrés laboral; la despersonalización, siendo esta la valoración del grado en que cada docente reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento hacia los demás en su espacio laboral; y la realización personal, que evalúa los sentimientos de autoeficacia y realización personal en el trabajo, siendo inversamente proporcional a los niveles de estrés laboral.

Los resultados alcanzados por los participantes en este test pueden evidenciarse en la Tabla 6, y demuestran que el agotamiento emocional, relacionado con el estrés laboral en los docentes está muy presente en niveles medio y alto, indicando que las demandas del trabajo, en muchas ocasiones, son mayores que las capacidades de afrontamiento de los docentes, generando la sensación de estar exhausto emocionalmente.

Por otro lado, los niveles de despersonalización en los docentes participantes puntuaron, en su mayoría, en un nivel medio; esto evidencia que la labor que desempeñan los docentes los ha vuelto más distantes de sus compañeros y alumnos, llegando en casos a ser demasiado duros en su trato, o a no reconocer y validar las emociones de los demás.

Por último, y en contraste con los niveles de estrés, los docentes tuvieron puntajes en su mayoría medios en realización personal, demostrando que su sensación de logro y autoeficacia relacionados con su cargo se encuentran en un nivel intermedio. Es importante reconocer que ninguno de los participantes obtuvo un puntaje alto en esta subescala, y que dos de ellos tuvieron puntaje bajo.

Tabla 6. Resultados del Inventario de Burnout de Maslach

Subescala	Frecuencia					
	Bajo		Medio		Alto	
	N	%	N	%	N	%
Agotamiento emocional	5	29,4%	6	35,3%	6	35,3%
Despersonalización	5	29,4%	10	58,8%	2	11,8%
Realización personal	2	11,8%	15	88,2%	0	0%

Finalmente, en la Tabla 7 se pueden evidenciar todos los resultados del estudio, cruzando las variables sociodemográficas, los datos académicos y laborales de los participantes, y las puntuaciones obtenidas en el desempeño cognitivo y el estrés laboral.

Tabla 7. Tabla cruzada de datos sociodemográficos, académicos, laborales, y resultados de los instrumentos

Variables poblacionales	Estrés laboral						Deterioro cognitivo		
	Agotamiento emocional			Despersonalización			Realización personal		
	A	M	B	A	M	B	A	M	B
Género									
Hombre	16,7%	66,7%	16,7%	16,7%	66,7%	16,7%	0%	83,3%	16,7%
Mujer	45,5%	18,2%	36,4%	9,1%	54,5%	36,4%	0%	90,9%	9,1%
Edad									
20-30 años	0%	100%	0%	0%	100%	0%	0%	100%	0%
31-40 años	0%	20,0%	80,0%	0%	60,0%	40,0%	0%	100%	0%
41-50 años	66,7%	22,2%	11,1%	22,2%	44,4%	33,3%	0%	77,8%	22,2%
61-70 años	0%	100%	0%	0%	100%	0%	0%	100%	0%
Estado civil									
Soltero/a	36,4%	36,4%	27,3%	9,1%	54,5%	36,4%	0%	81,8%	18,2%
Casado/a	0%	66,7%	33,3%	0%	66,7%	33,3%	0%	100%	0%
Unión libre	50%	0%	50%	50%	50%	0%	0%	100%	0%
Divorciado/a	100%	0%	0%	0%	100%	0%	0%	100%	0%
Formación									
Pregado	0%	66,7%	33,3%	0%	66,7%	33,3%	0%	100%	0%
Especialización	33,3%	33,3%	33,3%	0%	66,7%	33,3%	0%	66,7%	33,3%
Maestría	0%	33,3%	66,7%	0%	33,3%	66,7%	0%	100%	0%
Doctorado	62,5%	25,0%	12,5%	25,0%	62,5%	12,5%	0%	87,5%	12,5%
Completo	40,0%	33,3%	26,7%	13,3%	60,0%	26,7%	0%	86,7%	13,3%
Dedicación									
Medio tiempo	0%	100%	0%	0%	100%	0%	0%	100%	0%
Cátedra	0%	0%	100%	0%	0%	100%	0%	100%	0%
Experiencia									
2-10 años	14,3%	28,6%	57,1%	0%	57,1%	42,9%	0%	85,7%	14,3%
11-20 años	25,0%	50,0%	25,0%	0%	75,0%	25,0%	0%	100%	0%
21-30 años	66,7%	33,3%	0%	33,3%	50,0%	16,7%	0%	83,3%	16,7%
Tipo de institución									
Pública	10,0%	40,0%	50,0%	0%	70,0%	30,0%	0%	90,0%	10,0%
Privada	71,4%	28,6%	0%	28,6%	42,9%	28,6%	0%	85,7%	14,3%

Nota: A* Alto / M* Medio / B* Bajo

La información de la Tabla 7 permite observar el impacto que tienen los factores sociodemográficos, formativos y laborales en el estrés percibido por los docentes, así como en el desempeño cognitivo que presentaron durante la ejecución de las pruebas.

Es posible reconocer que, en cuanto al estrés laboral, las mujeres presentan índices más altos de agotamiento emocional que los hombres, mientras que la despersonalización es más alta en los docentes hombres que en las mujeres. En cuanto a la realización personal es un poco más alta en las docentes mujeres. Por otro lado, los hombres presentaron mayor nivel de deterioro cognitivo, siendo este de grado leve; mientras que, en las mujeres, no se evidenció este tipo de deterioro.

En cuanto a los rangos de edad, el agotamiento emocional y la despersonalización es más alta entre los docentes que tienen entre 41 y 50 años; además, la realización personal también es más baja en este rango de edad. Por otro lado, el deterioro cognitivo fue mayor en los docentes de 20 a 30 años de edad.

El estado civil es otro factor importante que afecta los niveles de estrés laboral percibido, esto se puede evidenciar en el desarrollo del estudio, pues el agotamiento emocional es mucho mayor en los docentes divorciados; mientras que ninguno de los docentes que se encuentran casados obtuvo puntuaciones altas en este indicador. Asimismo, ninguno de los docentes casados obtuvo puntuaciones altas en el índice de despersonalización. El deterioro cognitivo fue mayor en aquellos docentes cuyo estado civil es “divorciado/a”.

Por otro lado, los docentes que muestran mayores índices de agotamiento emocional y de despersonalización son aquellos que cuentan con título de doctorado; contrario a quienes tienen título de magister, pues fueron quienes obtuvieron puntuaciones más bajas en estos dos indicadores de estrés laboral. Aunado a esto, los docentes con título de magister no evidenciaron deterioro de sus habilidades cognitivas.

El tiempo de dedicación a la docencia es otro factor que muestra diferencias significativas, siendo los docentes que laboran en esta área a tiempo completo los únicos que obtuvieron altas puntuaciones en los indicadores de agotamiento emocional y despersonalización. Contrario a esto, fueron los docentes de cátedra quienes evidenciaron un mayor deterioro cognitivo.

Relacionado a lo anterior, los docentes que llevan más tiempo ejerciendo esta labor (más de 21 años de experiencia), tuvieron mayores puntuaciones en agotamiento emocional y despersonalización; también son ellos quienes evidencian una realización personal más baja. El deterioro cognitivo es similar en aquellos docentes

con poca experiencia (2 a 10 años), y quienes llevan una más amplia trayectoria (21-30 años).

Por último, el tipo de institución de educación superior donde laboran los docentes también demostró ser un factor importante en cuanto a la medición del estrés laboral y el deterioro cognitivo, puesto que los docentes de instituciones privadas tienen niveles mucho más altos de agotamiento emocional y despersonalización. El rendimiento cognitivo también fue menor en el caso de los docentes de instituciones públicas, demostrando más altos índices de deterioro cognitivo leve entre los participantes.

Discusión

Los resultados de la investigación indican que los datos sociodemográficos como el género y la edad son factores influyentes en los niveles de estrés laboral percibidos, demostrando que las mujeres tienen niveles más altos de agotamiento emocional (45,4% de las mujeres y 16,6% de los hombres); esto es coherente con los resultados de otras investigaciones como la de Ibarra-Luna et al. (2018). Por el contrario, los altos índices de despersonalización fueron iguales en hombres y en mujeres en el caso de este estudio.

Por otro lado, ninguno de los docentes participantes obtuvo un alto puntaje de realización personal; sin embargo, aquellos participantes que evidencian una baja realización personal se encuentran o bien iniciando sus labores como docentes, o poseen más de 20 años de experiencia laboral. Estos resultados son comparables con los obtenidos en la investigación de Bedoya et al. (2017), quienes afirman que existen altos niveles en la dimensión de falta de realización personal, sobre todo en aquellos docentes que recién inician sus actividades laborales.

En relación al género, el estudio de Dávila Gómez y Londoño Cano (2022) halló que las mujeres docentes expresan un mayor nivel de realización personal que los docentes hombres; en el caso del presente estudio, el 83,3% de los hombres evidenciaron niveles intermedios de realización personal, mientras que el 90,9% de las mujeres participantes demostraron niveles intermedios de realización personal. Si bien los porcentajes son similares, sí fueron más las mujeres docentes que expresaron un nivel medio de realización personal, siendo coherente con los hallazgos de la investigación anteriormente nombrada.

Adicionalmente, según el estudio realizado por Martínez (2019), es fundamental el contar con una red social de apoyo para conseguir un buen afrontamiento del estrés, y la disminución de las consecuencias para la salud física y mental que

este causa. En este caso, el 41% de los docentes participantes que son solteros o divorciados presentaron altos niveles de agotamiento emocional; mientras que, de aquellos que se encuentran casados o en unión libre, sólo el 20% presentaron un nivel alto de agotamiento emocional. Esto refuerza la idea de que la red de apoyo, en este caso la pareja, sí contribuye a disminuir los niveles de agotamiento y de estrés percibido, así como sus consecuencias para la salud.

El estrés laboral enfrentado durante un largo periodo de tiempo, aunado a factores como los altos niveles de despersonalización, lleva a exteriorizar comportamientos como apatía e irritabilidad (Ibarra-Luna et al., 2018). En este estudio se pudo demostrar que, a más años de experiencia como docentes, mayores son los índices de despersonalización, siendo el 83.3% de los docentes con más de 21 años de experiencia quienes obtuvieron puntajes medios y altos en este índice; mientras que, el 75% de los docentes con 11 a 20 años de experiencia tuvieron estos mismos puntajes, y sólo el 57% de aquellos docentes con 2 a 10 años de experiencia laboral.

Estos resultados indican que, si bien la realización personal es menor en los docentes que recién comienzan sus labores, los niveles de despersonalización aumentan con los años de experiencia laboral y con el enfrentamiento de altos índices de estrés laboral de manera crónica en el tiempo.

Adicional a esto, según los resultados de la investigación de Ramos y Jordão (2015) de la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en el sector público y privado, son los trabajadores del sector privado quienes experimentan niveles más altos de estrés laboral, en comparación con el sector público. Si bien esta investigación fue realizada con trabajadores de diferentes áreas, los resultados del presente estudio son coherentes con la afirmación realizada por Ramos y Jordão, ya que el 71,4% de los docentes de instituciones de educación superior privadas evidenciaron altos niveles de agotamiento emocional, mientras que sólo el 10% de los docentes de instituciones de educación superior públicas obtuvieron estos mismos resultados. Esto también se aplica en el índice de despersonalización, siendo el 28,5% de docentes de instituciones privadas quienes tuvieron puntuaciones altas, y ninguno de los docentes de instituciones públicas obtuvo este resultado. Por otro lado, los índices intermedios de realización personal no variaron mucho entre los docentes de instituciones públicas (90%) y privadas (85,7%).

Si bien se reconoce el estrés como una vivencia negativa, no siempre este tiene repercusiones en la salud de quien lo experimenta. Cuando los niveles de estrés son moderados, estos pueden llegar a ser estimulantes para el cerebro, mientras que los niveles altos y prolongados de estrés pueden generar efectos negativos en funciones cognitivas como la memoria y las funciones ejecutivas (Gallego Zuluaga

et al., 2018). En el caso de los docentes participantes, el 76,5% no presentaron deterioro cognitivo, y el 23,5% presentaron un deterioro cognitivo leve que no les impide realizar sus labores sin dificultad.

Estos resultados pueden deberse a la reserva cognitiva (RC), esta es la habilidad del cerebro para tolerar y afrontar cambios que se producen durante el deterioro cognitivo; este mecanismo se relaciona con el reclutamiento de redes cerebrales alternativas que permiten mantener un estado clínico dentro de la normalidad, y continuar realizando tareas de manera eficaz (Tolosa Ramírez & Martella, 2019). La reserva cognitiva está relacionada con el nivel educativo, el nivel ocupacional, el estatus socioeconómico y el coeficiente intelectual; por lo tanto, al considerar que los participantes son sujetos que en su mayoría cuentan con uno o varios títulos de posgrado y que actualmente se encuentran laborando a tiempo completo (88,2%), es factible que su reserva cognitiva les permita compensar aquellas redes neuronales que se han visto afectadas por factores como el estrés laboral.

Sin embargo, los participantes perciben que sus capacidades cognitivas sí se han deteriorado desde que iniciaron sus labores como docentes. Principalmente, perciben dificultades en sus habilidades mnésicas, olvidan información más frecuentemente, y deben usar herramientas externas para poder recordarla. Adicionalmente, perciben dificultades atencionales, experimentando disminución en su capacidad para concentrarse en la tarea, y facilidad al distraerse con estímulos externos. Por último, los participantes perciben dificultades en funciones ejecutivas, como memoria de trabajo, planeación e inhibición.

Los resultados obtenidos en el Cuestionario de Deterioro Cognitivo Percibido se complementan con el tipo de errores que se presentaron en el Montreal Cognitive Assessment; pues si bien estos no fueron los suficientes como para indicar un deterioro cognitivo en la mayoría de los participantes, sí logran poner en evidencia cuáles son los dominios cognitivos que más se ven afectados. Los principales errores cometidos fueron en los dominios de memoria (82,3%), visoespacial/ejecutiva (52,9%) y atención (29,4%); y estos se asocian con los principales síntomas cognitivos experimentados en diversas investigaciones que estudiaron los impactos en la salud del estrés laboral: poca concentración (Tacca Huamán & Tacca Huamán, 2019), dificultad para memorizar información (Ibarra-Luna et al., 2018), disfunción ejecutiva (Gallego et al., 2018), fallos en la atención y habilidades visoespaciales (Koutsimani et al., 2021), y disminución en la memoria de trabajo (Van Dijk et al., 2020).

Conclusiones

- Las mujeres docentes evidencian mayores niveles de agotamiento emocional derivado del estrés laboral que los hombres docentes.
- Los índices de despersonalización, directamente proporcionales a los niveles de estrés laboral percibido no muestran diferencias significativas entre docentes hombres y mujeres; sin embargo, este aumenta con los años de experiencia docente. Esto puede indicar que los docentes que se han visto enfrentados a altos niveles de estrés durante periodos muy prolongados (más de 20 años) suelen adoptar una actitud más fría y distante hacia sus compañeros y alumnos.
- La realización personal en los docentes universitarios que participaron en la investigación se ubica entre rangos medios y bajos; sin embargo, los docentes que exhibieron niveles más bajos de realización personal son aquellos que se encuentran al inicio de su etapa laboral, o que, por el contrario, cuentan con más de 20 años de experiencia. En lo que refiere al género, las mujeres obtuvieron puntajes más altos en el índice de realización personal.
- Los docentes que están casados o en unión libre evidenciaron menores niveles de agotamiento emocional que aquellos que están solteros o divorciados; esto refuerza la importancia de contar con una red de apoyo como estrategia de afrontamiento a los altos niveles de estrés laboral al que se enfrentan los profesores de instituciones de educación superior.
- Los niveles de agotamiento emocional y despersonalización son más altos en los docentes de instituciones de educación superior privadas, mostrando una gran diferencia con aquellos docentes que se desenvuelven en instituciones públicas. Los índices de realización personal no mostraron diferencias significativas entre docentes de instituciones públicas y privadas.
- La mayor parte de los participantes no presentaron deterioro cognitivo, esto puede deberse a la reserva cognitiva generada a partir del nivel educativo y el nivel ocupacional. Sin embargo, la mayoría de los docentes sí perciben que sus capacidades cognitivas (principalmente la memoria y la atención) se han deteriorado desde que iniciaron sus labores como docentes.

Referencias

- Bedoya, E., Vega, N., Severiche, C. & Meza, M. (2017). Síndrome de Quemado (Burnout) en Docentes Universitarios: El Caso de un Centro de Estudios del Caribe Colombiano. *Formación Universitaria*, 10(6), 51-58. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062017000600006>
- Buitrago-Orjuela, L., Barrera-Verdugo, M., Plazas Serrano, L. & Chaparro Penagos, C. (2021). Estrés laboral: una revisión de las principales causas, consecuencias y estrategias de prevención. *Revista Investigación en Salud de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Boyacá*, 8(2), 131-146. <https://revistasdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/rs/article/view/553>
- Freire Samaniego, J. & Corrales Suárez, N. (2018). Riesgos psicosociales y su influencia en el desempeño laboral de los docentes universitarios. *Didáctica y Educación*, 9(4), 53-68, 53-68. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6716275>
- Gallego Zuluaga, Y., Gil Cardona, S. & Sepúlveda Zapata, M. (2018). *Revisión teórica de eustrés y distrés definidos como reacción hacia los factores de riesgo psicosocial y su relación con las estrategias de afrontamiento* [Tesis de especialización]. Universidad CES. <https://repository.ces.edu.co/items/d856e333-0ffb-413f-a03a-0a43426953e7>
- Hederich-Martínez, C & Caballero-Domínguez, C. (2016). Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano. *CES PSICOLOGÍA*, 9(1), 1-15. <https://www.redalyc.org/pdf/4235/423545768002.pdf>
- Ibarra-Luna, M., Erazo-Muñoz, P. & Gallego-López, F. (2018). Síndrome de burnout en profesores de una institución de educación superior de Manizales-Colombia. *Revista de Investigaciones UCM*, 18(32), 69-83. <https://doi.org/10.22383/ri.v18i32.114>
- Koutsimani, P., Montgomery, A., Masoura, E. & Panagopoulou, E. (2021). Burnout and Cognitive Performance. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18(4), 21-45. <https://doi.org/10.3390/ijerph18042145>
- Martínez, D. (2019). *Relación de estrés laboral y depresión en docentes de secundaria en la Institución Educativa Monseñor Francisco Cristóbal Toro en la ciudad de Medellín en el año 2017 - II* [Trabajo de Grado de Psicología]. Universidad de Antioquia. <https://bibliotecadigital.udea.edu.co/server/api/core/bitstreams/75b277f9-8b64-42f8-af56-0affd3845d8b/content>
- Pedraza, O., Salazar, A., Soler, D., Castro, J., Castillo, P., Hernández, A. & Piñeros, C. (2016). Contabilidad, validez de criterio y discriminante del Montreal Cognitive Assessment (MoCa) test, en un grupo de adultos de Bogotá. *Acta Med Colomb*, 41(4), 221-228. <http://www.scielo.org.co/pdf/amc/v41n4/0120-2448-amc-41-04-00221.pdf>
- Posada Quintero, J., Molano Vergara, P., Parra Hernández, R., Brito Osorio, F. & Rubio Orozco, E. (2019). Prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes: Factores asociados al estatuto de vinculación laboral en Colombia. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 37(2), 119-133. <https://doi.org/10.21772/ripo.v37n2a04>
- Ramos, V. & Jordão, F. (2015). La relación entre el estrés laboral, las fuentes que le dan origen y las estrategias de coping en el sector público y el privado. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 31(1), 11-20. <https://www.redalyc.org/pdf/2313/231337099002.pdf>
- Tacca Huamán, D. & Tacca Huamán, A. (2019). Factores de riesgos psicosociales y estrés percibido en docentes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 323-353. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.304>
- Teles, R., Valle, A., Rodríguez, S., Piñeiro, I. & Regueiro, B. (2020). Perceived Stress and Indicators of Burnout in Teachers at Portuguese Higher Education Institutions (HEI). *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 17(9), 32-48. <https://doi.org/10.3390/ijerph17093248>

Gómez Posada, M.C. (2025). Pérdida de funciones cognitivas y burnout en docentes universitarios de Colombia. *Tempus Psicológico*, 8(2) - ISSN: 2619-6336

Tolosa Ramírez, D. & Martella, D. (2019). Reserva cognitiva y demencias: limitaciones del efecto protectos en el envejecimiento y el deterioro cognitivo. *Revista Médica de Chile*, 147(12), 1594-1612. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872019001201594>

Van Dijk, D., Van Rhenen, W., Murre, J. & Verwijk, E. (2020). Cognitive functioning, sleep quality, and work performance in non-clinical burnout: The role of working memory. *PLoS One*, 15(4), 1-22. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231906>

