

# “Quemados” antes de tiempo

*Una tesis doctoral desvela que los maestros de 40 años sufren cansancio físico y emocional de forma prematura*



**La doctora Núria Arís en la UIC**

BARCELONA. Redacción.

Todo el mundo habla de ellos, todo el mundo les dice lo que tienen que hacer, pero nadie les pregunta. Los docentes se sienten abrumados ante la distorsión que existe entre las expectativas que deposita en ellos la sociedad y lo que pueden hacer. Todo ello les crea contradicciones y sensaciones frustrantes y en muchos casos desencadena el síndrome del *profesor quemado* o síndrome *burnout*.

La profesora Nuria Arís, que durante 20 años ha estado en primera línea, dando clases a niños, no se siente quemada, pero sí ha visto a muchos compañeros en situación emocional muy difícil. Por ello, le pareció interesante hacer una radiografía de la situación y su tesis doctoral versó sobre este asunto. Para ello, indagó entre un colectivo de 2.000 maestros de educación infantil y primaria, de los 4.000 que desarrollan su actividad en el Valles Occidental.

Si hasta ahora el cansancio emocional y la sensación de que tal vez se habían equivocado de profesión se daban sobre todo en profesores de secundaria, el estudio de la doctora Arís constata que los maestros de infantil y primaria no están exentos de las situaciones de tensión. Así, de los docentes estudiados, un 41% de una media de edad de 40,3 años tenía la sensación de cansancio físico y emocional, mientras que el porcentaje experimentaba un cierto repunte en el tramo de edad comprendido entre los 42 y los 52 años. Estos datos inducen a colegir que estos docentes, a los que les quedan muchos años de ejercicio de su profesión, están expuestos a presentar dentro de poco cuadros de estrés, ansiedad y depresión. La tesis destaca que la muestra estudiada tiene una percepción positiva de su competencia personal, un alto componente vocacional y la sensación de que están dando el máximo de sí.

"La sociedad se transforma rápido y no es capaz de dar respuesta a la reforma del sistema educativo al ritmo de las transformaciones. Cuando llegan las medidas para adaptar los centros a la realidad, siempre hay algún maestro que ya lleva tiempo haciendo algo para parar el golpe", señala Núria Arís. En su opinión, todo el mundo "se cree con derecho a hablar de los maestros, a criticarlos y presionarlos, a depositar en ellos toda la responsabilidad educativa y pocas veces, por no decir casi nunca, se les reconoce su trabajo". No se piensa, argumenta, en que los maestros están con más de 20 niños en el aula, cada cual con sus cosas, durante un montón de horas y muchos días al año, "Para la sociedad lo que importa es que los maestros tienen demasiadas vacaciones".

***"Se habla mucho de los maestros, se les presiona y critica y apenas se reconoce su trabajo", dice Arís***

La doctora Arís, que da clases de Magisterio en la Universitat Internacional de Catalunya (UIC), propone intervenciones de carácter preventivo que eviten el desarrollo del síndrome *burnout* que éste se reconozca como accidente laboral, y sugiere también que en el proceso formativo inicial y permanente de los docentes se trabaje más en la educación emocional y se introduzcan estrategias para ayudarlos a hacer frente a los retos que están por llegar.