



# Competencias digitales y el síndrome de burnout en docentes de la UGEL El Collao

Digital skills and burnout syndrome in teachers at UGEL El Collao

Habilidades digitais e síndrome de burnout em professores da UGEL El Collao

ARTÍCULO ORIGINAL



Escanea en tu dispositivo móvil o revisa este artículo en <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i26.476>

Gregorio Alave Pari 

galave@ucvvirtual.edu.pe

Universidad Cesar Vallejo. Lima, Perú

Artículo recibido el 29 de agosto 2022 | Aceptado el 6 de septiembre 2022 | Publicado el 23 de noviembre 2022

## RESUMEN

El manejo y destreza en el uso de las competencias digitales para los docentes es un factor relevante en el padecimiento del síndrome de burnout. Por ello, la investigación persigue relacionar las competencias digitales y el síndrome de burnout en docentes de 2do grado de nivel primaria de la UGEL El Collao. En el caso de las competencias digitales se usó un cuestionario adaptado de Rangel (2015) de 20 preguntas y para el síndrome de burnout se empleó el instrumento denominado Maslach Burnout Inventory (MBI-ES) basado en las autoras Maslash y Jackson (1981) conformado por un total de 22 ítems aplicados a 30 docentes del 2do. grado del nivel primaria. Se evidenció una asociación significativa entre el nivel de competencias digitales de los docentes y el síndrome de burnout. En definitiva, existe una interdependencia entre las competencias digitales docentes y dicho síndrome.

**Palabras clave:** Competencias digitales; Síndrome de burnout; Docentes; Competencias docentes

## ABSTRACT

The management and skill in the use of digital competencies for teachers is a relevant factor in the suffering of burnout syndrome. Therefore, the research aims to relate digital competencies and burnout syndrome in 2nd grade primary school teachers of the UGEL El Collao. In the case of digital competencies, a questionnaire adapted from Rangel (2015) of 20 questions was used and for burnout syndrome, the instrument called Maslach Burnout Inventory (MBI-ES) based on the authors Maslash and Jackson (1981) was used, made up of a total of 22 items applied to 30 2nd grade teachers at the primary level. A significant association was found between the level of digital competencies of teachers and burnout syndrome. In short, there is an interdependence between teachers' digital competencies and burnout syndrome.

**Key words:** Digital competencies; Burnout syndrome; Teachers; Teaching competencies

## RESUMO

A gestão e habilidade no uso de competências digitais para professores é um fator relevante no sofrimento da síndrome de burnout. Portanto, a pesquisa visa relacionar competências digitais e síndrome de burnout em professores da 2ª série do ensino fundamental da UGEL El Collao. No caso das competências digitais, foi utilizado um questionário de 20 perguntas adaptado de Rangel (2015), e para a síndrome de burnout, foi utilizado o Maslach Burnout Inventory (MBI-ES) baseado em Maslash e Jackson (1981), compreendendo um total de 22 itens aplicados a 30 professores da 2ª série do ensino fundamental. Foi encontrada uma associação significativa entre o nível de competências digitais dos professores e a síndrome de burnout. Em resumo, existe uma interdependência entre as competências digitais dos professores e a síndrome de burnout.

**Palavras-chave:** Competências digitais; Síndrome de Burnout; Professores; Competências de ensino

## INTRODUCCIÓN

A nivel mundial, para el año 2021 muchos centros de enseñanza cerraron sus instalaciones a consecuencia de la pandemia generada por el COVID-19, estimándose que más de 1.200 millones de alumnos a mediados del año 2020 dejaron de tener clases presenciales en su centro educativo (Organización de las Naciones Unidas para la Cultura, las Ciencias y la Educación [UNESCO], 2020). Cabe destacar que con la suspensión de manera inesperada de las aulas impulsó como única opción para solventar dicha problemática el uso de la modalidad a distancia con la finalidad de no paralizar el servicio educativo; para lo cual se hizo necesario considerar la brecha tecnológica y apresurar la formación en el aspecto digital de los docentes.

Ante lo anteriormente planteado las tecnologías digitales resultaron, en diferentes casos, la exclusiva alternativa para la interrelación e intercambio de contenidos de los estudiantes con sus docentes, convirtiéndose hoy por hoy en una herramienta educativa elemental en donde sin un previo manejo o destreza en lo referido a los recursos digitales en los docentes, se convierte en una limitación en el proceso de enseñanza aprendizaje y motivo para la generación de estrés en éste. Por lo cual, esta información se ratifica con la encuesta realizada entre marzo y abril del 2020 por la UNESCO en los sistemas educativos de 61 países evidenciándose la ausencia de adecuadas competencias digitales/TIC incidiendo de manera no favorable en el 64% de docentes, 80% de los padres/educadores y 48% de los estudiantes correspondiente a todos los niveles.

En el caso de América Latina algunos gobiernos que se han incluido dentro de la encuesta de aprendizaje y enseñanza (TALIS), evidencian en cuanto a la relación de la formación del docente con referencia al uso de las herramientas TIC las siguientes estadísticas, en Chile y México alcanza un 77%, Colombia un 75%, Brasil un 64% y por último un 53% para Buenos Aires (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos [OCDE], 2019).

Por lo antes expuesto, los profesionales de la educación se vieron en la necesidad de adaptarse y desarrollar competencias digitales para la modalidad de enseñanza virtual. Sin embargo, se debe considerar que la tecnología y sus métodos no generan aprendizaje son tan solo un canal para el intercambio de información y materiales educativos; mientras el docente es el responsable mediante una correcta planificación de sus sesiones de clase, para así fomentar la adquisición de conocimientos (Viberg, Mohammad y Martine, 2020). Además, la meta o fin principal es no ser diestro en la tecnología sino impartir conocimiento a través de ella Horna (2020).

No obstante, esta transición de la educación tradicional a la era tecnología con el auge del uso de herramientas y recursos virtuales como apoyo al proceso de enseñanza y aprendizaje, género en el profesional de la educación estrés, ansiedad, frustración, incertidumbre y caos ante el cambio y nuevas formas de abordaje educativo haciéndose más vulnerables a contraer el síndrome de burnout.

Cabe destacar, este síndrome catalogado como el de burnout es consecuencia del estrés crónico por el trabajo y se considera como

un padecimiento laboral, caracterizado por la despersonalización de las labores, desgaste emocional y físico incidiendo en el rendimiento y trayendo frustración (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2019). Adicionalmente, esto es confirmado por el investigador Avendaño (2017) en un estudio realizado a 120 docentes donde se buscó interrelacionar el síndrome de burnout y el desempeño laboral evidenciando que el 94.4% obtuvo un nivel alto y el restante 5.6% un nivel medio de burnout.

Adicionalmente, el Ministerio de Educación de Perú (MINEDU) ha emitido diversas normativas en lo referido al desempeño docente y las TIC en el aula, sumergiendo a los docentes en la cultura digital con distintas metodologías para fortalecer las competencias digitales en los profesionales de la educación correspondiente a la demanda de la sociedad actual en los entornos virtuales (MINEDU, 2016). Por lo cual, para este momento el 55 % de los docentes no han alcanzado desarrollar las competencias digitales (Sindicato Unitario de Trabajadores en la Educación del Perú [SUTEP], 2020).

A nivel local, la Unidad de Gestión Educativa Local de El Collao cuenta con un 8% de estudiantes sin acceso a ningún medio de comunicación (internet, radio o tv) encontrándose limitaciones para la ejecución del programa “Aprendo en Casa”. Es importante resaltar, esta población estudiantil se emplaza en zonas altas del distrito de Santa Rosa–Mazocruz, Capazo y otros de la provincia de El Collao cuyas limitaciones naturales inciden en la conectividad a internet (MINEDU, 2016). Sin embargo, se han hecho esfuerzos para hacer competentes a los profesionales de la educación

en lo digital usando herramientas que fortalezcan su desempeño en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Es por ello que esta situación genera en el docente agotamiento, desánimo y frustración al no lograrse las metas de las maneras trazadas.

Por tal razón, este estudio persigue establecer la relación entre las competencias digitales y el síndrome de burnout en docentes de 2do grado de nivel primaria de la UGEL El Collao, Distrito Llave, Provincia de El Collao, departamento de Puno en lo que del año 2022. Por otro lado, se justifica teóricamente en revisión y análisis de postulados y teorías existentes referidas a las competencias digitales y su incidencia en la presencia del síndrome de burnout en el proceso de enseñanza. En este sentido, añade valor al área del cocimiento educativa y adicionalmente, permite la aplicación de opciones o alternativas de solución en lo práctico en la respectivas UGEL como instancia de gestión educativa, y a su vez, a sus docentes. Por ende, lo metodológico permite la validación y ejecución de métodos que se convierten en referencias para otras investigaciones.

## **MÉTODO**

En principio, el estudio fue de tipo correlacional al relacionar las variables competencias digitales y el síndrome de burnout. Para ello, en el caso de las competencias digitales se midió por medio del cuestionario de competencias digitales con base al realizado por Rangel (2015) que tiene una escala de medición de tipo Likert de 5 opciones (Siempre=5, Casi siempre=4, A veces=3, Casi nunca=2, Nunca=). Además, se evaluaron 3 dimensiones con una discriminación de preguntas de la siguiente manera: competencia tecnológica tiene

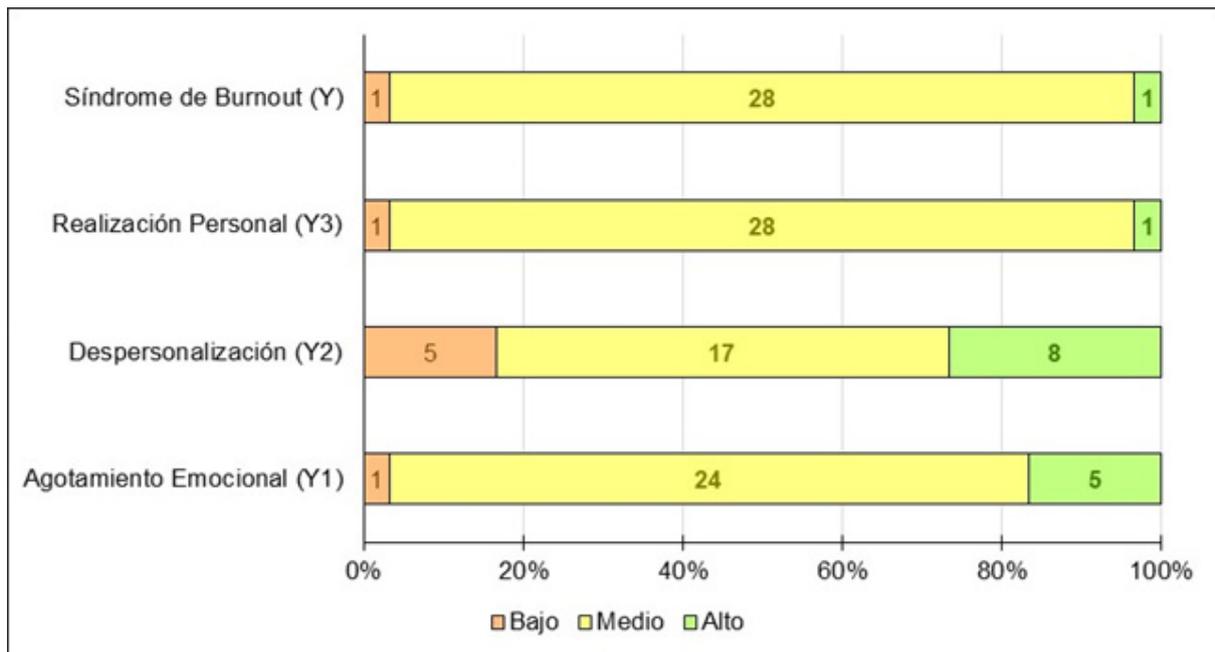
6 estimando los indicadores manejo de funciones básicas de las computadoras, maneja funciones básicas de los programas de productividad y actualización en TIC; la informacional cuenta con 6 estimando los indicadores Localización y recuperación de información y analiza, selecciona y organiza información; y las pedagógicas cuenta con 8 estimando los indicadores actitud crítica y favorable para integrar las TIC en su labor docente, Implementa estrategias mediadas por TIC y Diseño y evaluación de recursos tecnológicos para dar un total de 20 preguntas.

En el caso, de la variable síndrome de burnout se empleó el instrumento denominado Maslach Burnout Inventory (MBI-ES) basado en las autoras Maslach & Jackson (1981) conformado por un total de 22 ítems, agrupados en tres dimensiones, para comenzar la catalogada como agotamiento emocional con 9 ítems midiendo los indicadores agotamiento, desgaste, frustración y estrés; seguidamente la despersonalización con 5 ítems midiendo los indicadores insensibilidad, culpabilidad y por último, la dimensión realización personal con 8 ítems midiendo los indicadores comprensión, eficiencia y motivación. Por otro lado, tiene formato para responder de escala tipo Likert de 6 opciones de alternativa (0= Nunca, 1= Pocas veces al año o menos, 2= Una vez al mes o menos, 3= Unas pocas veces al mes, 4= Una vez a la semana,

5= Unas pocas veces a la semana, 6= todos los días). Adicionalmente, para contrastar la hipótesis y medir el grado de asociación o correlación entre las variables a través de las hipótesis planteadas se usó la prueba estadística de Spearman.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En principio, la distribución de frecuencias de la variable síndrome de burnout y sus dimensiones se presentan en el Gráfico 1. Cabe destacar, para la dimensión agotamiento emocional, el nivel medio registra 24 casos, que equivale al 80.00% de la muestra, mientras que los niveles bajo y alto reportan 1 (3.33%) y 5 (16.67%) casos, respectivamente. En la dimensión despersonalización, el nivel medio recopila 17 casos (56.67%), mientras que el nivel bajo tiene una frecuencia absoluta de 5 y una frecuencia relativa de 16.67%. Para la dimensión realización personal, la categoría con más casos registrados es medio, con 28 (93.33%), mientras que los niveles alto y bajo reportan 1 caso (3.33%) cada uno. Para la variable síndrome de burnout, los niveles bajo y alto registran 1 caso (3.33%) cada uno, mientras que el nivel medio posee una frecuencia bruta de 28 y una relativa de 93.33%. En general, se observa la tendencia de los datos a agruparse en la categoría central.



**Gráfico 1.** Distribución de Frecuencias de la variable síndrome de burnout y sus respectivas dimensiones.

En el caso, de la distribución de frecuencias de la variable competencias digitales y sus dimensiones se muestra en el Gráfico 2. En referencia, a la variable competencias digitales, las categorías bajo y alto registran 1 caso cada una, lo que equivale al 3.33%, mientras que el nivel medio reporta el 93.33% de los casos. Adicionalmente, al analizar la dimensión competencias tecnológicas, el 96.67% de los sujetos encuestados reportan un nivel Medio, mientras que 1 caso se ubica dentro de la categoría alto y no se reportan registros en

la categoría bajo. Por otro lado, en los datos de la dimensión competencias informacionales, se observa que la categoría bajo reporta 4 casos, que equivale al 13.33%, mientras que las categorías alto y medio contienen 6 y 20 casos, respectivamente. Para el caso de las competencias pedagógicas, las categorías bajo y alto registran el 10.00% y 3.33% de la muestra, respectivamente; la categoría medio agrupa el 86.67% de los sujetos encuestados.

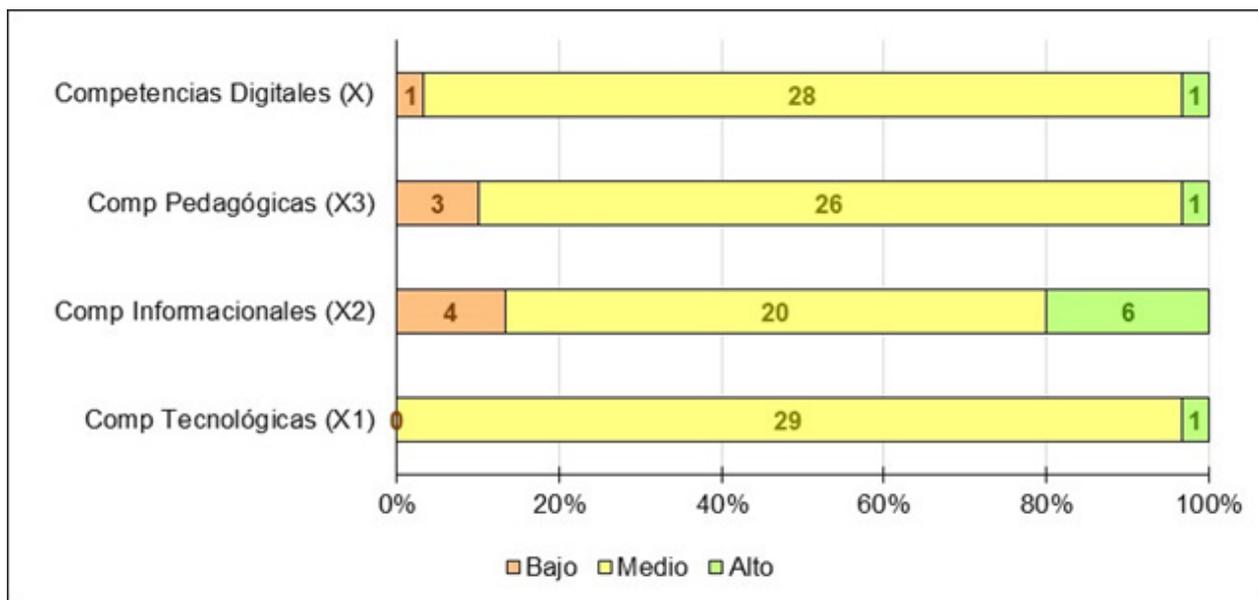


Gráfico 2. Distribución de Frecuencias de la variable competencias digitales y sus respectivas dimensiones.

No obstante, para el desarrollo del modelo de regresión lineal múltiple se interrelaciona las tres dimensiones de la variable independiente con la variable dependiente Tabla 1. Asimismo, se evidencia el valor del coeficiente de correlación de Pearson es negativo y muy cercano a -1; por tanto, se infiere a medida que las dimensiones de la variable independiente tienden a incrementarse,

los valores de la variable dependiente descienden considerándose el p-valor o significancia del modelo es menor al umbral de 0.05, razón por la cual, se puede afirmar que el modelo es estadísticamente significativo explicando presuntamente una fracción considerable de la incertidumbre de los datos.

Tabla 1. Modelo de regresión lineal múltiple de interrelación de las tres dimensiones de la variable síndrome de burnout y la variable competencias digitales.

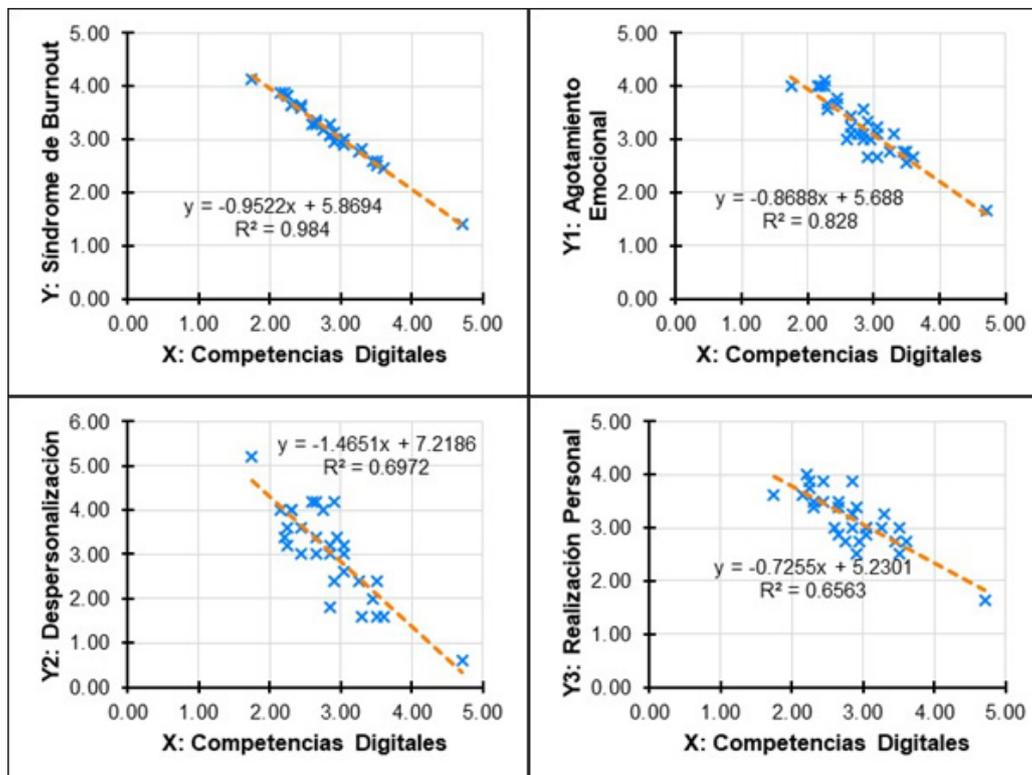
Parámetro	Valor
R Pearson	-.9965
p-valor	3.47E-28
Int. Eje	5.9497
Coeficiente X1	-0.2614
Coeficiente X2	-0.2483
Coeficiente X3	-0.4761

Es por ello, a fin de comprobar las hipótesis de la investigación, se realizaron pruebas de correlación entre la variable independiente competencias digitales y la variable dependiente síndrome de burnout y sus dimensiones agotamiento emocional, despersonalización y realización personal, los resultados de las pruebas se muestra en la Tabla 2; mientras que la representación gráfica de los modelos de correlación se muestra en el Gráfico 3. Para los cuatro casos, se observan coeficientes

de correlación menores a -0.8, razón por la cual existe una relación negativa entre las variables, lo que significa a medida que el nivel de competencias digitales incrementa o disminuye, la otra variable del modelo tiene dirección contraria. En todos los casos, el p-valor o significancia de la prueba es inferior a 0.05, rechazándose así la hipótesis nula de independencia y se acepta la hipótesis alterna afirmando la relación estadísticamente significativa entre las variables.

**Tabla 2.** Comprobación de la hipótesis: las dimensiones del síndrome de burnout tienen un grado de correlación significativo con las competencias digitales.

Hipótesis	Dimensión o Variable	Prueba Hipótesis		Modelo Regresión	
		R Pearson	p-valor	Pendiente	Int. Eje
Específica 01	Agotamiento Emocional (Y1)	-0.9099	3.23E-12	-0.8688	5.6880
Específica 02	Despersonalización (Y2)	-0.8350	9.62E-09	-1.4651	7.2186
Específica 03	Realización Personal (Y3)	-0.8101	5.81E-08	-0.7255	5.2301
General	Síndrome de Burnout (Y)	-0.9920	5.81E-08	-0.9522	5.8694



**Gráfico 3.** Comprobación de las hipótesis: Las competencias digitales tienen un grado de correlación significativo con el síndrome de burnout (Y) y las dimensiones agotamiento emocional (Y1), despersonalización (Y2) y realización personal (Y3).

## Discusión

Suarez (2021) en sus resultados evidencia que los docentes de la institución educativa 7073 en referencia a las competencias digitales tienen un nivel alto con un 58.1% y medio con 41.9% %. Por otro lado, existe un nivel bajo de síndrome de burnout con un 87.1%. En este caso, en referencia a la estadística descriptiva se tiene en el estudio desarrollado que la tendencia es media con un valor de 93.33% en relación a las competencias digitales y en relación al síndrome de burnout es de 86.67% siendo de uno nivel medio igual. Es por ello, esto indica que las variables mientras niveles de medio a alto en la comparación de resultados.

Por otra parte, Carvalho et al (2018) en los resultados en cuanto a las dimensiones guardan relación para los docentes de la ciudad de Mossoró tienen un 43.7% correspondiendo con niveles altos de agotamiento emocional mientras que el estudio reporta 80.00% en el nivel alto. En cuanto a la dimensión despersonalización Carvalho y otros reportan los docentes alcanzaron un 22.3% de nivel alto de despersonalización frente a un 56.67% de nivel medio obtenido en la investigación difiriendo de categoría de nivel y para la realización personal evidenció 53,4% frente a un 93.33% de nivel medio en el estudio realizado.

En relación a la prueba de hipótesis Suarez (2021) por su parte evidencia la existencia de una relación entre las competencias digitales y el síndrome de burnout a través de la prueba estadística de correlación Rho de Spearman con un valor de  $-0.0355$ , Sig. (bilateral) =  $0.005 < 0.05$ ., en donde el grado de relación es inversamente moderada. Por lo cual, en el estudio se presenta con otros valores la misma tendencia negativa de

relación inversa moderada, pero con un valor alto de  $-0,9965$ . Por otro lado, para Veramendi (2016) el síndrome de burnout tiene una relación inversa con la competencia laboral de los docentes de pre grado de la facultad de ingeniería de Sistemas e Informática de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos siendo p-valor =  $0,041$  de forma moderadamente con un valor bajo, pero sigue siendo inversa como en el estudio, es la coincidencia.

En cuanto a la relación entre las competencias digitales y agotamiento emocional en docentes se evidenció en el estudio de Suarez (2021) con una significancia menor al 5% un valor de coeficiente rho=  $-0.453$ , siendo la relación negativa e inversa. En el caso, del estudio el valor generado de esta relación está representado R Pearson  $-0.9099$  siendo la correlación negativa e inversa moderadamente, pero con un valor alto a diferencia del antecedente es más bajo. Por otro lado, se afirma la correlación mencionada a través del estudio de Torres (2019) realizado a los docentes del Instituto Superior Tecnológico Pablo Casals-Trujillo a través de la prueba de chi - cuadrado no de Pearson y como se evidencio un valor menor al valor p ( $< 0.05$ ), se rechaza la hipótesis nula, por lo cual, existe relación entre las competencias digitales y el agotamiento emocional coincidiendo con los datos generados en el estudio.

Para lo referido a determinar la relación entre las competencias digitales y la despersonalización en docentes se evidenció en el estudio de Suárez (2021) una relación negativa con la prueba estadística de correlación Rho de Spearman que es igual a  $-0.0338$ , Sig. (bilateral) =  $0.007 < 0.05$ . En el caso, del estudio el valor generado de esta relación

está representado R Pearson -0.8350 siendo la correlación negativa e inversa moderada, pero con un valor alto a diferencia del antecedente es más bajo. Por otro lado, para López y Zacarias (2020). en su investigación acerca del síndrome de burnout en docentes universitarios al dictar clases virtuales, el nivel de despersonalización de los docentes es bajo (44,1 %) igual contrario a lo obtenido en la investigación. Además, existen otros resultados que coinciden en lo de inversa y negativa la correlación, pero el valor es bajo y no alto, tal es el caso de, Jiménez y Arrieta (2017) con un valor de Pearson = -,367 y Rincón (2018) con un Rho= -0.338, sig. bilateral = 0.007.

Para reconocer la relación que existe entre competencias digitales y realización personal en docentes se evidenció en el estudio de Suárez (2021) la no existencia de una relación estimada con la prueba estadística de correlación Rho de Spearman que es igual a -0.228, Sig. (bilateral) = 0.074 > 0.05. En el caso, del estudio el valor generado de esta relación está representado R Pearson -0.8101 siendo la correlación negativa e inversa moderada, pero con un valor alto a diferencia del antecedente es más bajo. No obstante, al comparar los resultados de la investigación con otros estudios previos se validados algunos datos y otros no, lo que si se deja evidenciando es el hecho que no solo las competencias digitales son un factor para padecer de síndrome de burnout, por lo tanto, se insta a desarrollar estudios mixtos (cualitativo y cuantitativo) para así recabar mayores detalles al estudiar las variables planteadas.

## CONCLUSIONES

En base a los datos recolectados y analizados, se concluye que es significativo el grado de asociación el agotamiento emocional y las competencias digitales; es decir, a mayor nivel de uso creativo y crítico de las Tecnologías de la Información y Comunicación, menor será el grado de desproporción entre el cansancio experimentado y el trabajo realizado. Es por ello, un individuo con competencias digitales perfeccionadas utilizará menos tiempo y esfuerzo para realizar sus tareas, experimentando una menor pérdida paulatina de las energías vitales. Además, se confirma una relación estadísticamente significativa entre la despersonalización y las competencias digitales; es decir, un mayor nivel de competencia se traduce en una menor frecuencia de aparición de actitudes negativas e innecesarias hacia los estudiantes. Es por ello, al existir una mayor aptitud en temas relacionados al uso de las TIC, existe menos propensión a la frustración y, por tanto, serán menores las tensiones emocionales que traen consigo actitudes negativas.

Para el caso de la realización personal y las competencias digitales el nivel o grado de correlación es estadísticamente significativo; en otros términos, la autoconfianza generada por la habilidad en el manejo de las TIC disipa la probabilidad de alguna afectación en la realización del trabajo producto de la percepción negativa de la persona. En definitiva, el síndrome de Burnout y las competencias digitales tiene una relación estadísticamente significativa; esto significa que

un alto grado de habilidad en el uso de las TIC previene o disminuye la probabilidad de ocurrencia de la sensación de desgaste profesional causada por las brechas entre los ideales propios y la realidad de la vida laboral.

## REFERENCIAS

- Avendaño Cruz, C. (2017). El síndrome de burnout y el desempeño laboral en los docentes de la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios. (tesis de postgrado). Universidad Nacional de educación Enrique Guzmán y Valle, Lima-Perú. <https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/1517/TM%20CE-Du%203120%20A1%20-%20Avenda%c3%b1o%20Cruz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Carvalho, J., Barra, A., Medeiros, P., y Pinto, L. (2020). Burnout in teaching activity: evidence of a study involving higher education institutions. *Brazilian Journal of Management / Revista de Administração Da UFSM*, 13(3), 554– 565. <https://doi.org/10.5902/1983465928029>
- Horna, Y. (2020). Competencias digitales y desempeño laboral en la UGEL 05, San Juan de Lurigancho, 2020. (Tesis de Maestría). Universidad César Vallejo. Perú. <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/49737>
- Jiménez, L. y Arrieta, M. (2017). Síndrome de Burnout y evaluación de desempeño en docentes de la Fundación Universitaria del área andina sede Valledupar. *Escenarios* 15(1), pp. 36-46. <http://dx.doi.org/10.15665/esc.v15i1.1120>
- López, E y Zacarias, H. (2020). Síndrome de burnout en docentes universitarios durante dictado de clases virtuales. *Desafíos*, 11(2), e209. <https://doi.org/10.37711/desafios.2020.11.2.209>
- Maslach, C., y Jackson, S. E. (1981). MBI: Maslach burnout inventory. *Palo Alto, CA*, 1(2), 49-78. <https://n9.cl/8wuus>
- Ministerio de Educación. (2016). Marco de Buen Desempeño Docente. [http://www.minedu.gob.pe/n/xtras/marco\\_buen\\_desempeno\\_docente.pdf](http://www.minedu.gob.pe/n/xtras/marco_buen_desempeno_docente.pdf)
- OCDE, (2019). TALIS 2018 Results (volume I): Teachers and School Leaders as Lifelong Learners, París, OECD Publishing. <https://www.oecd.org/education/talis-2018-results-volume-i-1d0bc92a-en.htm>
- OMS (2019). Organización Mundial de la Salud. <http://www.medicosypacientes.com/articulo/la-oms-reconoce-como-enfermedad-el-burnout-o-sindrome-de-estar-quemado>
- Rangel, A. (2015). Competencias docentes digitales: propuesta de un perfil. *Píxel-Bit. Revista De Medios Y Educación*, (46), 235-248. <https://www.redalyc.org/pdf/368/36832959015.pdf>
- Rincón, M. (2018). Síndrome de Burnout y Desempeño Laboral Docente en la Institución Educativa Miguel Grau Seminario de Manchaybamba-Pacucha 2017. (Tesis de postgrado). Universidad José Carlos Mariátegui, Moquegua-Perú. [http://repositorio.ujcm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12819/421/Milciades\\_Tesis\\_titulo\\_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ujcm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12819/421/Milciades_Tesis_titulo_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- SUTEP. (2020, 20 marzo). Brecha digital en el Perú impide aprovechar las TICs. <https://sutep.org/articulos/brecha-digital-en-el-peru-impide-aprovechar-las-tics/>
- Suarez, S. (2021). Competencias digitales y síndrome de burnout en docentes de la institución educativa 7073 de Villa María del Triunfo, 2020. (Tesis de postgrado). Universidad César Vallejo, Lima-Perú. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/61187>
- Torres, L. (2019). Influencia del Síndrome de Burnout en el desempeño docente de los profesores del Instituto Superior Tecnológico Pablo Casals Trujillo, 2016. (Tesis de postgrado). Universidad San Pedro, Trujillo-Perú. [http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/10806/Tesis\\_60646.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/10806/Tesis_60646.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- UNESCO (2020). Impacto de COVID-19 en educación. <https://es.unesco.org/covid19/educationresponse>
- Veramendi, R. (2016). Síndrome de Burnout y competencia laboral de docentes de pregrado de una universidad pública de Lima 2016. (Tesis

de Maestría). Universidad Cesar Vallejo. Lima-Perú. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/7705/Veramendi\\_VRT.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/7705/Veramendi_VRT.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Viberg Olga, Mohammad Khalil, and Martine Baars. (2020). Self Regulated Learning and Learning Analytics in Online Learning Environments: A Review of Empirical Research. In Proceedings

of the 10th International Conference on Learning Analytics & Knowledge (LAK'20). ACM, New York, NY, USA, 11 pages. <https://doi.org/10.1145/3375462.3375483>

**Conflicto de Intereses.** Los autores declaran que no existe conflicto de intereses para la publicación del presente artículo científico.