

# **UNIVERSIDAD DEL PACÍFICO**

**Maestría en Seguridad y Salud Ocupacional**

**“Artículo Prevalencia del Síndrome de Burnout en el personal docente y administrativo de la Unidad Educativa Particular**

**Letras y Vida”**

**Autor**

**Jeniffer Felicita Mendoza Massott**

**MEDICO**

**Director de Trabajo de Titulación**

**PHD. Sergio Núñez Solano.**

Guayaquil, mayo 2022

## DECLARACION DE AUTORIA

Yo, Jeniffer Felicita Mendoza Massott, declaro bajo juramento que el trabajo aquí descrito es de mí autoría; que no ha sido previamente presentado para ningún grado, calificación profesional, o proyecto público ni privado; y que he consultado las referencias bibliográficas que se incluyen en este documento.

En caso de que la Universidad auspicie el estudio, se incluirá el siguiente párrafo:

A través de la presente declaración cedo mis derechos de propiedad intelectual correspondientes a este trabajo, a la UNIVERSIDAD DEL PACIFICO, según lo establecido por la Ley de Propiedad Intelectual, por su Reglamento y por la normatividad institucional vigente.



---

Nombre y firma

## Artículo Prevalencia del Síndrome de Burnout en el personal docente y administrativo de la Unidad Educativa Particular Letras y Vida

Jeniffer Mendoza. Médico General. [jennyffer\\_0403@hotmail.com](mailto:jennyffer_0403@hotmail.com)  
[jennifer.mendoza@upacifico.edu.ec](mailto:jennifer.mendoza@upacifico.edu.ec)

### Resumen

**Introducción:** Síndrome de Burnout o en español conocido como el síndrome del quemado es una de las causas de presentación aguda de estrés laboral, que incide más frecuentemente en el personal de la salud y personal docente. Se dice que se involucra la parte física, emocional y mental donde se presenta un agotamiento extremo que se da frecuentemente al exponerse ante situaciones de estrés crónico o insatisfacción laboral lo que trae repercusiones sobre la salud del colaborador. **Objetivo:** El objetivo principal es determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout en una Unidad Educativa de la Ciudad de Guayaquil en los períodos de Abril a Diciembre del 2020, teniendo un enfoque dirigido en los meses de pandemia. **Metodología:** Estudio descriptivo transversal, realizado en la Unidad Educativa Letras y Vida ubicada en el Sur de la Ciudad de Guayaquil, en la Ciudadela Los Esteros a un total de 50 personas que corresponde a personal docente, administrativo y personal de servicios generales, el enfoque del estudio es cualitativo, realizado a través de la entrevista y la observación no participativa, se empleó la Encuesta de Burnout en profesores. Los **Resultados** a la encuesta se expresaron en cuatro categorías, los factores sociodemográficos, que incluyeron edad, sexo, años de labor y otros factores o dimensiones de estudio tales como agotamiento psicoemocional, enfoque de realización personal e insatisfacción personal o despersonalización. **Conclusiones:** Se puede llegar a concluir que este síndrome es mayormente prevalente en pacientes de sexo masculino, se da más entre la población soltera y en aquellos que tienen menos de 4 años en la institución.

Palabras Claves: docentes, estrés laboral, burnout

## Abstract

**Introduction:** Burnout or burned syndrome is the most acute manifestation of workaholic, which affects more frequently in personnel exposed front work stress and teaching staff. It is a state of mental, body's pain and even emotional lost that frequently occurs when exposed to situations of acute and chronic stress or job dissatisfaction, which has repercussions on the health of the collaborator. **Objective:** The main objective is to determine the prevalence of Burnout Syndrome in a Guayaquil's city school in the periods from April to December 2020, having a targeted approach in the months of the pandemic. **Methodology:** It is a cross-sectional descriptive study, carried out in the Letras y Vida School, this at the South of Guayaquil in Los Esteros to realized a total of 50 people that corresponds to teaching, administrative and general services personnel, the focus of the study is qualitative, carried out through Through the interview and non-participatory observation, **Results:** the Burnout Questionnaire was used in teachers. The results in to the interview of the survey were expressed in four dimensions, sociodemographic factors, which included age, sex, years of work and the dimensions emotional exhaustion, personal accomplishment and depersonalization. **Conclusions:** Finally we were show us that this syndrome is mostly prevalent in male patients, it occurs more among the single population and in those who have been in the institution for less than 4 years.

Keywords: teachers, work stress, burnout

## Indice

Resumen .....	3
Abstract.....	4
Introducción .....	6
El Problema.....	8
Objetivos Generales .....	8
Objetivos Específicos .....	8
Marco Teórico.....	9
Metodología .....	12
Resultados.....	14
Características Sociodemográficas .....	14
Autoría Propia .....	16
Características clínicas del Síndrome de Burnout.....	20
Discusión.....	23
Conclusiones .....	25
Recomendaciones .....	26

## Introducción

El Síndrome del quemado o como se conoce en su terminología en Inglés Síndrome de Burnout que se desarrolla de forma progresiva y que está asociado con dificultad para trabajar generando como consecuencia a ello incapacidad laboral, absentismo laboral y recurrencia de enfermedades ocupacionales. Se da también cuando las exposiciones de jornadas laborales largas que superan una jornada laboral normal incide en el estado de sobrecarga tanto emocional, como física, horarios de trabajo extenuantes, trabajo físico de mayor ocurrencia y otros tipos de trabajos en personas que ejercen profesiones tales como la enseñanza, la salud y asuntos sociales, siendo estas de mayor impacto.

Como resultado de esto se evidencia el absentismo laboral, el uso y en algunos casos el abuso de medicamentos para conciliar el sueño, incluso el adoptar ciertas conductas de riesgo y violencia, y en algunos de los casos de forma más significativa, el riesgo de trabajos mal elaborados, conflictos laborales, disminución del rendimiento laboral. (Elena Mató,2021)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) describió al Síndrome de Burnout como un epígrafe inconcreto relacionado con trabajos dificultosos no porque lo sean sino más bien porque existe incapacidad para concretar una tarea, en la actualidad la OMS la reconoce como una enfermedad de trastorno mental.

Como es de conocerse la COVID-19 impactó con grandes cambios volcando a la humanidad a un estado subagudo de niveles críticos en la parte social, laboral y emocional. El confinamiento de toda una humanidad, las restricciones sociales conllevaron a rígidos y estrictos cambios dentro de las poblaciones y sus estándares de vida. Nunca había sido menos imperioso el temor por el mundo, el que por sí solo representaba una amenaza para nuestro estado de salud y la de quienes nos rodeaban, en épocas antiguas se sabía de la exposición y riesgo del personal de la salud, pero ninguna como esta. Y todo terminó en un asunto de adaptación en donde los cambios y ajustes eran la solución, como si todo se tratase de un asunto de supervivencia. Viéndolo desde todas las perspectivas del cambio uno de los grupos sociales afectados fue la docencia, quienes con un año de estudio en curso en algunos países en otros cerca de un inicio tuvieron que afrontar las consecuencias del impacto de una pandemia. La tecnología tomó protagonismo en donde para algunos resultó un verdadero desafío, lo que desencadenó en un tumulto de problemas incluso depresión, ansiedad y estrés. (Mendoza.L, 2020)

El síndrome de burnout se manifiesta de diversas formas pero su clínica predomina en el factor físico y mental de quienes lo padecen, entre los principales síntomas que se presentan son cansancio físico y mental que perdura a lo largo de toda la jornada laboral, que conlleva a una sensación de frustración de no cumplir con lo planeado durante el día laboral, lo que desencadena además sensaciones de irritabilidad, desánimo y actitudes no favorables hacia sus colaboradores, lo que finalmente resulta en patologías como síndrome de colon irritable, fatiga visual, úlceras y otros desórdenes gastrointestinales, afecciones de la piel y otras infecciones, todo lo que sea desencadenado a causa del estrés. (Osorio, J. E., & Cárdenas, L. 2014).

Hans Selye investigador, define al estrés como un proceso del organismo que se pone en manifiesto durante un período adaptativo en simbiosis con tareas extenuantes realizadas y se compone de tres fases: alarma, adaptación, y agotamiento, recalcando también que el estrés en todas sus facetas no siempre llega al estado de agotamiento (Cárdenas, 2017).

Gil-Monte et al (Gil Montey Peiró, 1997; Gil-Monte, Peiró y Valcárcel, 2018) que esto es por la falta de agotamiento; lo que resulta en un fracaso entre el alumno y el docente sobre todo con poca aceptación a una modalidad diferente de interacción entre las partes anteriormente mencionadas. Lo que genera sentimientos de frustración profesional con poca aceptación del personal ante las fallas del sistema y la despersonalización (CDC, 2015). El síndrome del quemado comprende un conjunto de un todo en donde los síntomas que son puestos en manifiesto por los colaboradores versus lo evidente que corresponde a los signos que pueden verse durante el desarrollo de los diferentes aspectos de este cuadro. Dicho esto, se debe saber que los síntomas más habituales son de nivel psicosomáticos, laborales, mentales y emocionales.

A lo largo del presente artículo se conocerá lo que según nuestro estudio se pueda concluir sobre la prevalencia de Burnout en los docentes de una Unidad Educativa de una Unidad Educativa de nuestra ciudad y el impacto que tuvo en la misma la nueva modalidad de enseñanza aplicada en tiempo de pandemia.

En tal sentido y con base a lo manifestado, se plantea la problemática de conocer, ¿cuál es la prevalencia del síndrome de burnout en el personal docente de la Unidad Educativa Letras y Vida de la ciudad de Guayaquil?

En la esfera de la salud pública, el Burnout va en aumento si antes poco o nada se conocía del mismo ahora se ha convertido en la principal problemática ocupacional (Ortega y otros, 2011).

## **Planteamiento del problema**

¿Cuál es la tasa de Prevalencia en docentes que presentaron Síndrome de Burnout?

## **Objetivos generales**

Determinar la prevalencia de Burnout en una Unidad Educativa ubicada en la Ciudad de Guayaquil en los períodos de Abril a Diciembre del 2020.

## **Objetivos específicos**

- ✓ Establecer los factores sociodemográficos del personal de estudio.
- ✓ Determinar la tasa de prevalencia de Síndrome Burnout en los docentes de la Unidad Educativa.
- ✓ Identificar las dimensiones de estudio de los docentes que presentaron Síndrome De Burnout durante los meses de pandemia.

## **Hipótesis de investigación**

¿Puede ser Burnout considerado como una enfermedad que desencadene estrés laboral?

## **Variables de estudio**

### **Variables Dependientes:**

- Profesores
- Personal Administrativo
- Trabajadores durante el período de estudio

### **Variables Independientes:**

- Estudiantes



## Marco teórico

Se puede definir a el estrés laboral como toda reacción nociva que afecta directa e indirectamente según sea el caso a la parte física, mental, emocional según el Instituto de SSO. (CDC, 2015).

El Burnout o también conocido como síndrome del quemado por estrés laboral, se describió por primera vez en la década de los setenta por el psicólogo Herbert Freudenberger. Maslach y Jackson llegaron a la conclusión que el Síndrome del quemado se puede determinar que su característica principal es la presencia de emociones agotadas que despersonalizan al colaborador quien con frecuencia teme de forma constante por su desempeño y realización personal dentro de las actividades a realizar. (Zuin y otros, 2020).

Las principales causas que aumentan las posibilidades de Burnout son aquellas que perjudican más a las personas que tienen sobrecarga de tareas o a su vez sus responsabilidades dentro de la empresa trascienden su capacidad de poder organizar sus actividades.(Saborio & Hidalgo, 2015).

Entre los diversos componentes que están implicados en la incidencia del SB se incluyen los componentes del factor personal, laborales y sociales como los más importantes. Si en cuestión de género se refiere la mayor parte se centra en el género femenino y de predominio jóvenes quienes tienen la tendencia de padecer de este síndrome, sumándose a este grupo todos aquellos colaboradores con jornadas extenuantes, se conoce también que aquellos quienes tienen dificultad para la comunicación o entablar relaciones interpersonales. (García et al., 2016).

Dentro del entorno laboral, la sobrecarga laboral el encontrarse expuestos a factores de riesgo de afectación psicosocial puede desencadenar una cantidad de efetos adversos entre ellos alteraciones mentales que predisponen al colaborador a una inmunodepresión y mayor labilidad a padecer enfermedades cardiovasculares, musculo-esqueléticas, gastrointestinales y psicológicas, lo que conlleva a trabajos mal realizados a un mal clima laboral a jornadas poco satisfactorias que resultan en errores concurrentes dentro de la empresa. (Merino et al., 2018). Para Cruz y Puentes, Maslach y Jackson, en 1986, el estudio debe verse de forma tripartita, el cual se encuentra englobado por tres dimensiones que se deben tomar muy en cuenta para la valoración adecuada de este síndrome: el agotamiento emocional, fatiga, falta de ánimos antes de empezar la jornada laboral; despersonalización, falta de realización personal. (Cruz & Puentes, 2017).

Para ello existe el cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI), el mismo que está constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones que trata sobre los sentimientos y actitudes del profesional hacia su trabajo. El enfoque está dado en tres dimensiones sobre las cuales se estudiará a los colaboradores participantes como son la dimensión agotamiento emocional, dimensión despersonalización y dimensión baja realización personal en el trabajo. (Ortega & López, 2004).

Frente a lo estimado en un estudio realizado en Venezuela se encontró la prevalencia de Síndrome de burnout y el riesgo de factores asociados, evidenció una prevalencia del Burnout de 24,4 %, con asociación estadísticamente significativa entre este síndrome y grupo etario, con mayor frecuencia entre 33 a 42 años, con mayor frecuencia en aquellos de estado civil soltero (Lugo, 2019).

Es importante considerar también el factor descanso en relación con las horas de sueño, siendo como recomendación actual un descanso considerable de 7 o más horas por noche de forma regular, en caso contrario existe evidencia de que dormir menos de 7 horas por noche de manera frecuente, se asocia con respuestas negativas para la salud y desencadena un importante factor de riesgo de padecer Burnout (Watson et al., 2015).

Uno de los factores no menos importante es el tiempo de trabajo, la carga laboral, trabajos supervisados que desencadenan estrés e insatisfacción laboral (Plaza, 2018).

Como bien se conoce las relaciones interpersonales docentes con su entorno son generalmente de aspecto tensional, puesto que siempre existirá la esfera de las labores que bajo presión pueden generar agotamiento físico y emocional situación que expone en este caso al docente al estrés; lo que produce una gran cantidad de problemas y situaciones que generan conflictos dentro del salón de clases así como también una gran cantidad de situaciones de estrés frente a los demás docentes, frente a los alumnos e incluso genera también dificultades con los padres de familia, esto escrito según (Smylie, 1999).

(Ramírez, 2017) dio a conocer que uno de los principales propósitos de un estudio realizado en México fue dar a conocer las consecuencias del estrés laboral en docentes y el impacto de este sobre su actividad laboral y su relación con el alumnado.

(Saborio & Hidalgo, 2015) mencionan sobre la finalidad de darle un matiz diferente al Burnout donde hay afectación e impacto social siendo el caso de buscar mejorar los aspectos tridimensionales que se abarcarán en el estudio con la finalidad de descubrir la afectación social y el como poder intervenir en el mismo para reducir la prevalencia del síndrome del quemado en este caso los docentes.

Las principales medidas a tomar como parte de promover salud dentro del ambiente laboral es el poder tener las actividades bajo supervisión y regirse bajo un modelo de preguntas que midan el desarrollo de los diferentes factores de riesgo suficientes para desencadenar enfermedad, lo que trae a colación un ingrediente popular de desgaste y una evidente afectación de las dimensiones en las que se plantea estudiar a los colaboradores y su afectación. (Saborio & Hidalgo, 2015).

Es que no se debe dejar de desconocer que el síndrome de burnout aún continúa siendo estudiado, siendo un tema que varía conforme las circunstancias externas a lo laboral y que en los últimos tiempos ha aumentado a causa de una pandemia, que, aunque se planee evitar existen formas justificadas de que se haga presente entre la población de quienes laboran actualmente en primera línea incluyendo a estos, los docentes. (Nuñez et al., 2017).

Al finalizar la investigación se intenta conocer la relación profesores y alumnado, se espera conocer de que forma se puede reducir el estrés laboral sin que se vea afectado el trabajo, la jornada y el ambiente emocional, físico de en este caso el docente no incida en el síndrome del quemado.

## Metodología

### Materiales

#### Ubicación del Sitio de la Investigación

El estudio se realizó en la Unidad Educativa Particular Letras y Vida, ubicado en el Sur de la ciudad de Guayaquil, Ciudadela los Esteros, que brinda educación al nivel básico y secundario.

#### Período de Investigación.

Abril a Diciembre del 2020.

#### Recursos Utilizados

Humanos: Investigador, Tutor Metodológico, Personal de Secretaría de la Unidad Educativa.

Físicos: Encuesta, Matriz de Datos en excel, Artículos de Revisión, Datos Estadísticos, Computadora, Dispositivos de Almacenamiento.

#### Universo y Muestra

La población de estudio comprende 54 colaboradores, comprendida entre personal docente, administrativo y limpieza, se seleccionó para el estudio a aquellos relacionados directamente con el trato a estudiantes durante la pandemia comprendiendo un total de 31 colaboradores.

### Métodos

#### Tipo de la Investigación

El presente estudio es de tipo investigativo, experimental de tipo transversal, además de ser de carácter descriptivo, de tipo observacional, la toma de datos fue transversal, según el número de veces que se midió la variable.

#### Descripción de los instrumentos de investigación

Para determinar las características sociodemográficas, así como también identificar los factores causales desencadenantes del síndrome de burnout, se realizó la aplicación de un cuestionario elaborado por el autor, dirigida al personal docente que se encuentra laborando en la Unidad Educativa. Las variables del nivel sociodemográfico fueron: edad, sexo, etnia y estado civil. En los factores de riesgos de interés fueron: nivel académico, estabilidad laboral,

otros estudios cursados actualmente, volumen de trabajo, tiempo de sueño, reconocimiento laboral y nivel de responsabilidad.

Para identificar la presencia del síndrome de burnout se utilizó la entrevista de los 22 ítems de Maslach el mismo que ha sido validado y aplicado en varios estudios (Hederich & Caballero, 2016).

Los resultados se tomaron de los datos obtenidos, luego de la recolección debida de los mismos se transportaron a una hoja de Microsoft Excel, utilizando las columnas para las variables y las filas para cada una de las unidades de estudio.

Las variables cualitativas se analizaron con estadística descriptiva, utilizando para ello frecuencias absolutas y relativas, mientras que para obtener la diferencia estadística se utilizó estadística inferencial, aplicando intervalos de confianza y valores de probabilidad tomando en cuenta un valor de  $p$  menor a 0,05 para determinar diferencia estadísticamente significativa.

## Resultados

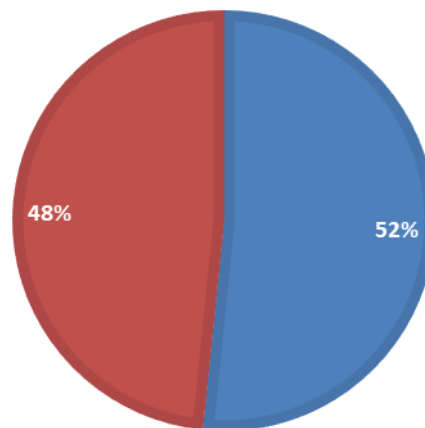
### Características sociodemográficas

#### Tabla y Gráfico # 1 :

*Característica Sociodemográfica: Sexo*

Característica: Sexo		
	N	%
Masculino	16	51.60%
Femenino	15	48.40%
$\Sigma =$	31	100%

■ Masculino ■ Femenino



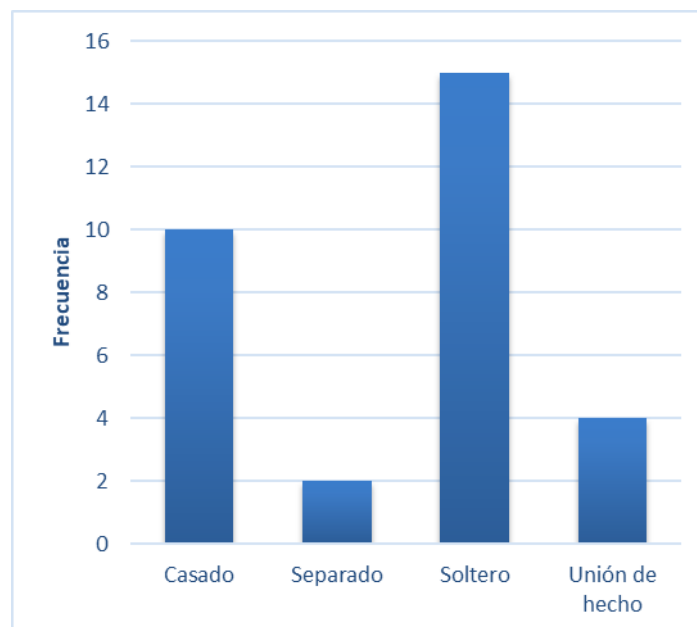
**Fuente: Datos de la Entrevista**

**Autoría propia**

*Nota:* En esta encuesta participaron 31 personas de las cuales existe una distribución similar en cantidades siendo ligeramente superior la cantidad de hombres con un 52% y mujeres con un 48%.

**Tabla y Gráfico # 2:**
*Característica Sociodemográfica: Estado Civil*

Característica: Estado Civil		
	N	%
<b>Casado</b>	10	32.30%
<b>Separado</b>	2	6.50%
<b>Soltero</b>	15	48.40%
<b>Unión de hecho</b>	4	12.90%
$\Sigma =$	31	100%



**Fuente: Datos de la Entrevista**

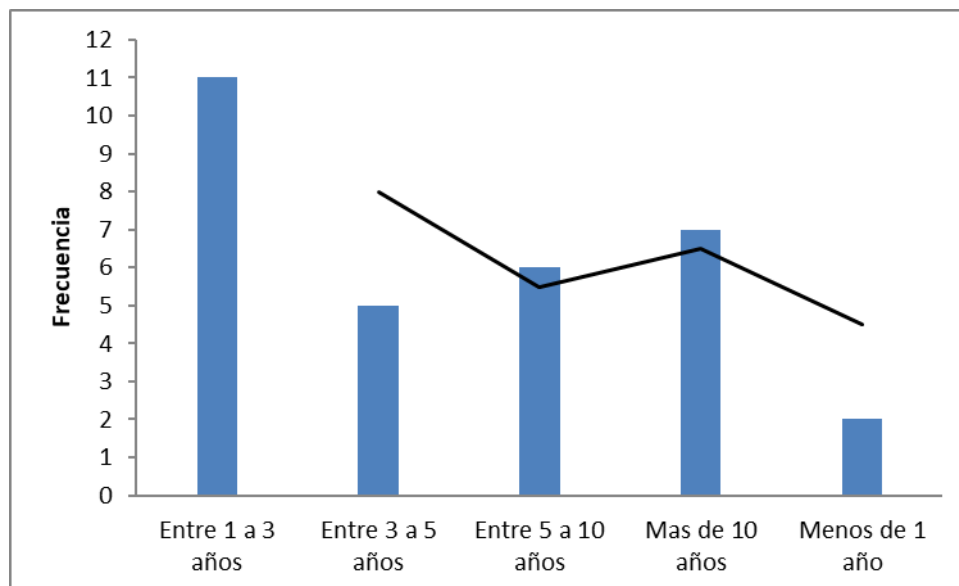
**Autoría propia**

*Nota:* De las personas encuestadas la mayoría cuenta con un estado civil de soltero 48%, seguido por casado con un 32%.

**Tabla y Gráfico # 3:**
*Característica Sociodemográfica: Años de Servicio*

Característica: Tiempo de labor		
	N	%
Entre 1 a 3 años	11	35.50%
Entre 3 a 5 años	5	16.10%
Entre 5 a 10 años	6	19.40%
Mas de 10 años	7	22.60%
Menos de 1 año	2	6.50%

$\Sigma =$  31 100%



**Fuente: Datos de la Entrevista**

**Autoría propia**

*Nota:* El 36% de los encuestados llevan trabajando en la unidad educativa entre 1 a 3 años, mientras que el 23% lleva trabajando más de 10 años, con una media de entre 5 a 10 años el promedio de servicio en la mayoría de los colaboradores.

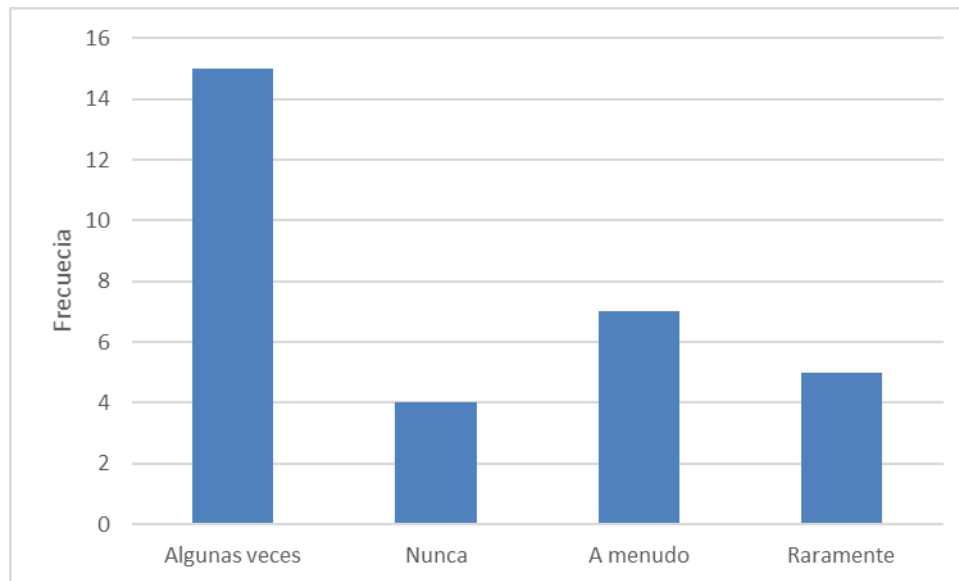


**Tabla y Gráfico # 4:**

*Dimensión psicosocial: Agotamiento Emocional.*

Dimensión: Agotamiento Emocional		
	N	%
Algunas veces	15	48.40%
Nunca	4	12.90%
A menudo	7	22.60%
Raramente	5	16.10%

$\Sigma =$  31 100%



**Fuente: Datos de la Entrevista**

**Autoría propia**

*Nota:* El 48.40% de las personas encuestadas algunas veces se sienten exhaustos mentalmente en su trabajo, seguido por un 22.60% que se siente exhausto a menudo, un 16.10% raramente, mientras que un 12,90% refieren nunca sentirse exhaustos mentalmente.

**Tabla y Gráfico # 5:**

*Dimensión Psicosocial: Agotamiento Físico*

<b>Dimensión: Agotamiento Físico</b>		
	N	%
Algunas veces	12	38,7%
Nunca	7	22,6%
A menudo	5	16,1%
Siempre	1	3,2%
Raramente	6	19,4%

**Fuente: Datos obtenidos de la Encuesta**

**Autoría propia**

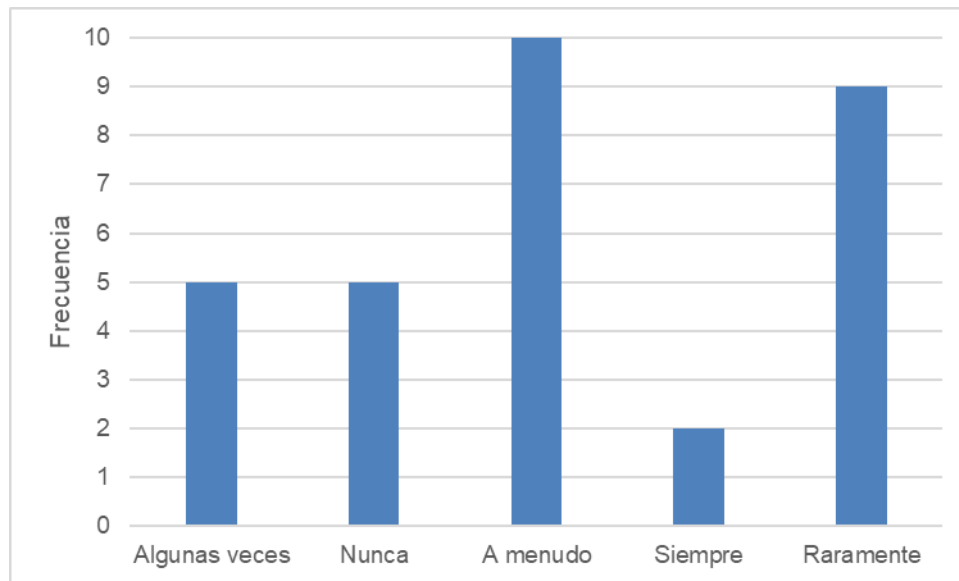
*Nota:* El 38.7% de los encuestados sienten que algunas veces las actividades que realizan en el trabajo requieren de mucho esfuerzo, mientras que el 22.6% cree que nunca requieren de mucho esfuerzo.

**Tabla y Gráfico # 6:**

*Dimensión: Realización Personal.*

<b>Dimensión: Realización Personal</b>		
	N	%
<b>Algunas veces</b>	5	16.10%
<b>Nunca</b>	5	16.10%
<b>A menudo</b>	10	32.30%
<b>Siempre</b>	2	6.50%
<b>Raramente</b>	9	29.00%

$\Sigma =$       31      100%



**Fuente: Datos de la Entrevista**

**Autoría propia**

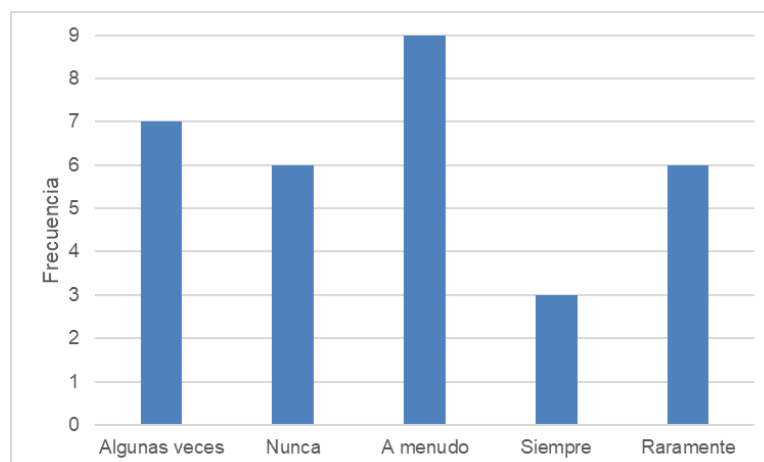
*Nota:* El 32.30% de los encuestados indica que a menudo se esfuerza por sentir entusiasmo en su trabajo, seguido por un 29% que raramente tiene que esforzarse por sentir trabajo.

**Tabla y Gráfico # 7:**

*Factor Psicosocial: Despersonalización*

Dimensión: Despersonalización		
	N	%
<b>Algunas veces</b>	7	22.60%
<b>Nunca</b>	6	19.40%
<b>A menudo</b>	9	29.00%
<b>Siempre</b>	3	9.70%
<b>Raramente</b>	6	19.40%

$\Sigma =$  31 100%



**Fuente: Datos de la Entrevista**

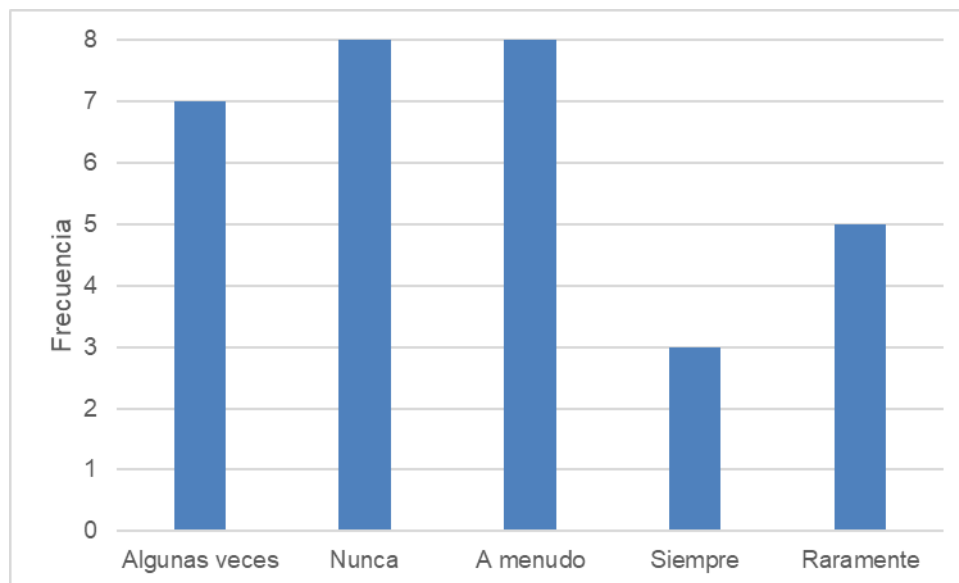
**Autoría propia**

*Nota:* El 29% de los encuestados a menudo se siente indiferente sobre su trabajo, mientras que el 22.60 % algunas veces se siente indiferente con su trabajo.

**Tabla y Gráfico # 8:**

*Dimensión Satisfacción Laboral*

<b>Dimensión: Despersonalización</b>		
	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Algunas veces</b>	7	22.60%
<b>Nunca</b>	8	25.80%
<b>A menudo</b>	8	25.80%
<b>Siempre</b>	3	9.70%
<b>Raramente</b>	5	16.10%
<b>Σ =</b>	<b>31</b>	<b>100%</b>



**Fuente: Datos de la Entrevista**

**Autoría propia**

*Nota:* El 25.80% de los encuestados cree que nunca se ha sentido pesimista sobre lo que significa su trabajo para los demás, a diferencia de que el 25.80 % indica que a menudo se ha sentido pesimista sobre lo que significa su trabajo para lo demás.

**Tabla 9:***Prevalencia del Síndrome de Burnout, Intervalos de Confianza*

	FRECUENCIA		I.C. LIM. SUP	I.C. LIM. INF	I.C. LIM. SUP	I.C. LIM. INF	p value	z
Tiempo de labor	Entre 1 a 3 años	11	0.52327	0.18641	52.33%	18.64%	0.94700	1.61645
	Entre 3 a 5 años	5	0.29077	0.03182	29.08%	3.18%	0.99992	3.77171
	Entre 5 a 10 años	6	0.33263	0.05447	33.26%	5.45%	0.99968	3.41250
	Mas de 10 años	7	0.37299	0.07862	37.30%	7.86%	0.99887	3.05329
	Menos de 1 año	2	0.15100	0.00000	15.10%	0.00%	1	4.84934
Sexo	Masculino	16	0.69205	0.34021	69.21%	34.02%	0.57127	0.17961
	Femenino	15	0.65979	0.30795	65.98%	30.79%	0.57127	0.17961
Estado civil	Casado	10	0.48714	0.15802	48.71%	15.80%	0.97590	1.97566
	Separado	2	0.15100	0.00000	15.10%	0.00%	1.00000	4.84934
	Soltero	15	0.65979	0.30795	65.98%	30.79%	0.57126878	0.17961
	Unión de hecho	4	0.24704	0.01102	24.70%	1.10%	0.99998	4.13092
Agotamiento emocional	Algunas veces	15	0.65979	0.30795	65.98%	30.79%	0.57126878	0.17961
	Nunca	4	0.24704	0.01102	24.70%	1.10%	1.0000	4.13092
	A menudo	7	0.37299	0.07862	37.30%	7.86%	0.99886827	3.05329
	Raramente	5	0.29077	0.03182	29.08%	3.18%	0.99991893	3.77171
Dimensión: Agotamiento Físico	Algunas veces	12	0.55856	0.21563	55.86%	21.56%	0.89566611	1.25724
	Nunca	7	0.37299	0.07862	37.30%	7.86%	0.99886827	3.05329
	A menudo	5	0.29077	0.03182	29.08%	3.18%	0.99991893	3.77171
	Siempre	1	0.09446	0.00000	9.45%	0.00%	0.9999999	5.20855
	Raramente	6	0.33263	0.05447	33.26%	5.45%	0.99967815	3.41250
Dimensión: Despersonalización	Algunas veces	7	0.37299	0.07862	37.30%	7.86%	0.99886827	3.05329
	Nunca	6	0.33263	0.05447	33.26%	5.45%	0.99967815	3.41250
	A menudo	9	0.45011	0.13053	45.01%	13.05%	0.99022487	2.33487
	Siempre	3	0.20085	0.00000	20.09%	0.00%	0.99999644	4.49013
	Raramente	6	0.33263	0.05447	33.26%	5.45%	0.99967815	3.41250
Dimensión: Despersonalización	Algunas veces	7	0.37299	0.07862	37.30%	7.86%	0.99886827	3.05329
	Nunca	8	0.41210	0.10403	41.21%	10.40%	0.99647083	2.69408
	A menudo	8	0.41210	0.10403	41.21%	10.40%	0.99647083	2.69408
	Siempre	3	0.20085	0.00000	20.09%	0.00%	0.99999644	4.49013
	Raramente	5	0.29077	0.03182	29.08%	3.18%	0.99991893	3.77171

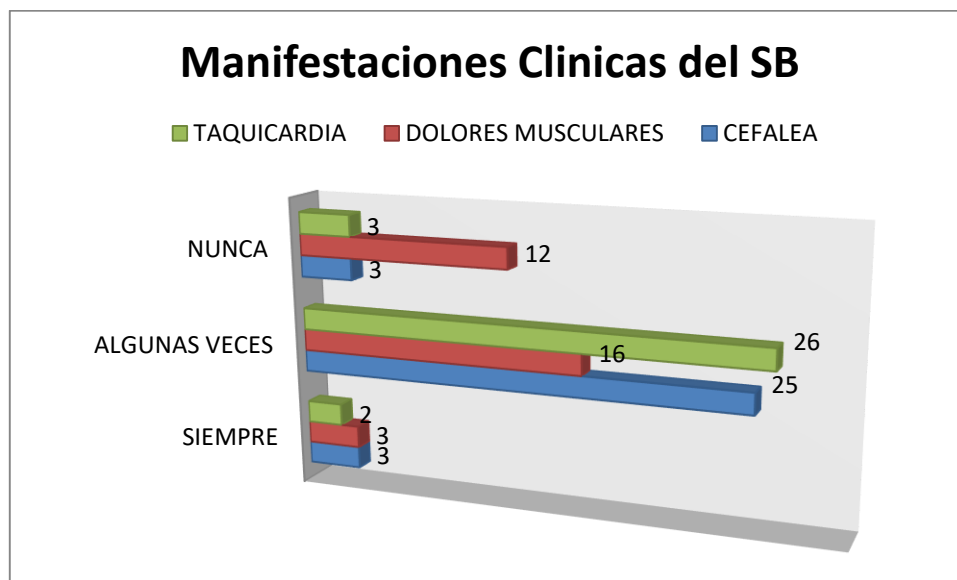
**Fuente: Datos de la Entrevista****Autoría propia**

*Nota:* Los valores estadísticos obtenidos en esta tabla fueron calculados con un nivel de confianza del 95%, de acuerdo a estos valores podemos aseverar que la media verdadera se encuentra entre el nivel inferior de confianza ( IC.LIM. INF) y el nivel superior (IC.LIM.SUP), si tomamos la variable “ Tiempo de labor” entre 1 – 3 años,

podremos afirmar que de acuerdo a las respuestas afirmativas que corresponde a 11 individuos, la media se ubicaría entre 9 y 17 personas. En conclusión ninguna de estas variables influyen prevalentemente en el Síndrome de Burnout, ya que ninguna es significativa de ser influyente, por lo tanto de presentarse sintomatología en referencia a estrés laboral, habría que investigarse si existen factores o causas externas, laborales extracurriculares o que el personal labore en otra unidad educativa o estén atravesando problemas familiares.

### Gráfico 9:

*Manifestaciones Clínicas del Síndrome de Burnout*



*Nota:* Entre las principales manifestaciones clínicas están la taquicardia, dolores musculares y cefalea, se demuestran en el gráfico según la frecuencia de presentación, donde las que más a menudo se presentaron fueron taquicardia y cefalea.

## Discusión

Según la categoría sociodemográfica el 48.4% de los docentes se encuentran solteros y son ellos que representan el mayor porcentaje de personal con Síndrome de Burnout, así como las participantes femeninas, lo que concuerda con las afirmaciones de García, et al., (2016), quienes refieren mayor prevalencia de Burnout en mujeres en edad promedio joven y de estado civil soltera. En lo evidenciado por Lugo (2019), quien estableció una mayor frecuencia del estado civil soltero entre los que presentaron Síndrome de Burnout. Carlotto (2011) según los estudios realizados demostraron que el Burnout incide en personal docente jóvenes por lo que incluso la dimensión estado civil fue un factor importante determinando la incidencia de Burnout en los docentes.

En cuanto al tiempo de servicio la media de tiempo laboral oscila entre 5 a 10 años en la mayoría de los colaboradores, dato importante a considerar si este guarda relación entre a mayor años de servicio mayor probabilidad de padecer estrés laboral. . El mayor porcentaje de docentes que presentó Síndrome de Burnout está entre aquellos que tienen de 1 – 3 años laborando en la unidad educativa. Sin embargo, Bertaci, Santos, Coelho & Suda (2011) realizan el comparativo existente entre las dimensiones sociodemográficas como son sexo, edad, estado civil, carga horaria trabajada y otros.

Los dos principales síntomas que aparecen en el síndrome del Quemado según Gil-Monte & Peiró (1997) y Mendes (2002) la subestimación o baja realización profesional y el agotamiento emocional, siendo en el caso de nuestra población estudiada se encuentran en nivel medio de estrés por Burnout. En un estudio realizado en México por (Silva & Carlotto, 2003) los docentes de sexo femenino presentaron mayores niveles de agotamiento emocional versus los docentes de género masculino.

En nuestro estudio se evidenció en un 26% de los participantes, de los cuales, el 26 % refiere no sentirse estresado, seguido de agotamiento emocional en el 12,9 % y despersonalización 9,7 %, estas cifras están por debajo de las evidenciadas por Terrones, Cisneros, & Arreola, (2016), en cuyo estudio el SB se presentó en el 89.66 % de los individuos en estudio y prevalecieron en orden de frecuencia la alta despersonalización seguido de baja realización personal y agotamiento personal, estas dos últimas en igual media Otros estudios representaron mayor agotamiento emocional y baja realización profesional en este caso en los hombres según (Burke & Greenglass, 1989 y Burke, Greenglass & Schwarzer, 1996) En la perspectiva del agotamiento emocional, sin embargo, hay dos corrientes. (Moreira et al, 2005) sugiere según lo evidenciado que hay mayor carga de estrés y agotamiento emocional acompañada de una gran desmoralización en aquellas mujeres que realizan trabajos también

dentro del hogar son madres, amas de casa además de ser docentes incluso estando fuera de las jornadas de horario laboral.

(Levy, Sobrinho & Souza) realizaron un estudio donde el Burnout se presentaba en aquellos docentes con jornadas laborales extenuantes por años, incluso con varios años dentro de la institución y la relación de padecer Burnout por el tiempo de servicio, cosa que no fue estimada en nuestro estudio, por poca proyección en el cuestionario realizado por los participantes. Según lo dicho por (Gil-Monte & Peiró, 1997) demostrado en sus estudios, señalan que en las investigaciones de este tipo, existe un gran margen de error entre las respuestas obtenidas y lo evidenciado en los cuestionarios mientras que para Andrade & Cardoso (2012) señalan que el Burnout puede interferir con el nivel de enseñanza o pedagogía a utilizar en el momento de enseñar lo que puede ser evidenciado o demostrado a través de la clínica en algunos de los estudiados que no se demuestra sino hasta la entrevista con el Médico Ocupacional donde refieren disnea o falta de aire por trastornos de ansiedad, palpitaciones, náuseas, cefaleas, mareos, fatiga, sensación de irritabilidad, ardor gástrico entre los más mencionados según (Saltos,2020), como en el caso de los docentes de la Unidad Educativa entrevistados refirieron en su mayoría palpitaciones y cefalea.

En el contexto del cumplimiento del objetivo general se puede determinar que ninguna de las variables influye prevalentemente en el Síndrome de Burnout, ya que ninguna es significativa de ser desencadenante de este Síndrome, por lo tanto, de presentarse sintomatología en referencia a estrés laboral, habría que investigarse si existen factores o causas externas, laborales extracurriculares o que el personal labore en otra unidad educativa o estén atravesando problemas familiares.



## Conclusiones

Habiendo realizado el estudio, la entrevista y tabulado los datos se llega a las siguientes conclusiones:

El Síndrome de Burnout presenta un diferente nivel de prevalencia según el sexo y estado civil, se puede concluir en el caso del presente estudio que no hay consecuencia en los referentes de estado civil casado con mayor prevalencia a SB, así como también el nivel de confianza al trabajo según los años laborados en la institución.

Según el agotamiento emocional comprende aproximadamente el 50% de la población estudiada presentar estrés laboral por agotamiento mental, mientras que en menor porcentaje refieren agotamiento físico.

En mayor proporción el personal docente refiere tener que poner mayor entusiasmo ante la realización de las tareas del día, lo que puede considerarse como un detonante de mayor estrés lo que genera además en desinterés personal, así como también crear un ambiente pesimista lo que genera un entorno de insatisfacción laboral.

La frecuencia de presentación era mayormente “algunas veces” en los casos de los diferentes niveles de Burnout, así como las diferentes manifestaciones clínicas entre las que destacaron la cefalea, la taquicardia y los dolores musculares que aquejaban de forma ocasional al personal e incluso a un pequeño número de docentes a los que nunca les afectó.

Los anteriores resultados permiten identificar que existe una gran prevalencia entre los profesores padecer síndrome de burnout además de presentar ciertas manifestaciones clínicas con afectación de gran impacto en lo físico y mental.

## Recomendaciones

El propósito del presente estudio se basa en hacer promoción en salud y en la elaboración de guías para la educación y sus docentes; la aplicación de estas pautas permitirá en el futuro a quienes les siguen poder disminuir los niveles de estrés laboral realizando las mismas actividades y de ser sin tanto estrés, aun cuando se presenten en una época parecida de difícil como la actual.

Se recomienda poder impulsar en el futuro otros estudios parecidos al actual considerando otras dimensiones a estudiarse y poder así identificar que es lo que mayormente prevalece en la población docente y su relación con presentar Burnout.

## Bibliografía

- CDC. (2015). Exposición al estrés: riesgos ocupacionales en los hospitales . Obtenido de [https://www.cdc.gov/spanish/niosh/docs/2008-136\\_sp/default.html](https://www.cdc.gov/spanish/niosh/docs/2008-136_sp/default.html)
- Cruz, M., & Puentes, A. (2017). Relación entre las diferentes dimensiones del síndrome de Burnout y las estrategias de afrontamiento empleadas por los guardas de seguridad de una empresa privada de la ciudad de Tunja. *Psicogente*, 20(38). Obtenido de <https://doi.org/10.17081/psico.20.38.2548>
- García, P., Gatica, M., Cruz, E., Gatica, K., Vargas, R., Hernández, J., & Macías, D. (2016). Factores que detonan el Síndrome de burn-out. *RICEA*, 5(9). Retrieved from <https://www.ricea.org.mx/index.php/ricea/article/view/56>
- Hederich, C., & Caballero, C. (2016). Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBISS) en contexto académico colombiano. *Revista CES Psicología*, 9(1), 1-15. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/cesp/v9n1/v9n1a02.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación (Sexta ed.). México: McGraw-Hill. Obtenido de <https://academia.utp.edu.co/grupobasicoclinicayaplicadas/files/2013/06/Metodolog%C3%ADa-de-la-Investigaci%C3%B3n.pdf>
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S., Alessi, C., Bruni, O., & Adams, P. (2015). National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: methodology and results summary. *Sleep Health*, 1(1), 40-43. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29073412/>
- Lugo, J. (2019). Síndrome de Burnout: factores asociados en médicos de un hospital tipo III. *Revista Digital de Postgrado*, 8(1). Obtenido de <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/101/101599005/html/>
- Merino, M., Carrera, F., Arribas, N., Martínez, A., Vázquez, P., Vargas, A., & Fikri, N. (2018). Burnout y factores de riesgo psicosocial en el personal de un hospital de larga estancia. *Cadernos de Saúde Pública*, 34(11). Retrieved from [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-311X2018001105011&tIng=es](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2018001105011&tIng=es)
- Nuñez, J., Molero, M., Gázquez, J., Pérez, M., Márquez, M., Martos, Á., & Barragán, A. (2017). Atención a las necesidades comunitarias para la Salud. *SCINFOPER*.
- Ortega, C., & López, F. (2004). El burnout o síndrome de estar quemado en los profesionales sanitarios: revisión y perspectivas. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 4(1), 137-160. Obtenido de [http://www.aepc.es/ijchp/articulos\\_pdf/ijchp-100.pdf](http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-100.pdf)
- Ortega, C., Salas, R., & Correa, R. (2011). Aspectos epidemiológicos del síndrome de burnout en el personal sanitario. *Hospital Aquilino Tejeira. Archivos de Medicina*, 7(2), 1-7. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/503/50319889001.pdf>

- Plaza, C. (2018). Síndrome de Burnout y otros Riesgos Psicosociales en Médicos Residentes, Enfermeras y Auxiliares de Enfermería de la Clínica Santa Ana. Tesis, Universidad Estatal de Cuenca, Facultad de Ciencias Químicas, Cuenca. Obtenido de <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/29454/1/Trabajo%20de%20Titulaci%C3%B3n.pdf>
- Saborio, L., & Hidalgo, L. (2015). Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32, 119-124. Obtenido de [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1409-00152015000100014&lng=en&nrm=iso&tlng=es](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1409-00152015000100014&lng=en&nrm=iso&tlng=es)
- Terrones, J., Cisneros, V., & Arreola, J. (2016). Síndrome de burnout en médicos residentes del Hospital General de Durango, México. *Rev Med Inst Mex Seguro Soc*, 54(2). Obtenido de <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=65222>
- Watson, N., Badr, M., Belenky, G., Bliwise, D., Buxton, O., & Tasali, E. (2015). Recommended Amount of Sleep for a Healthy Adult: A Joint Consensus Statement of the American Academy of Sleep Medicine and Sleep Research Society. *Sleep*, 38(6), 843-4. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26039963/>
- Zuin, D., Peñalver, F., & Zuin, M. (2020). Síndrome de burnout o de agotamiento profesional en la Neurología argentina. Resultados de una encuesta nacional. *Neurología Argentina*, 12(1), 4-12. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1853002819300680?via%3Dihub>
- María Guadalupe Aldrete-Rodríguez, Carolina Aranda-Beltrán, Silvia Valencia-Abundiz, José Guadalupe Salazar Estrada. (2011) Satisfacción laboral y síndrome burnout en docentes de secundaria. . [https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/anteriores/17/017\\_Aldrete.pdf](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/17/017_Aldrete.pdf)
- María Soledad Menghi, Laura Beatriz Beatriz Oros. (2014) Satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes de nivel primario. <https://erevistas.uca.edu.ar/index.php/RPSI/article/view/2292>
- Fátima Díaz Bambula Ana María López Sánchez María Teresa Várela Arévalo (2019). Factores asociados al síndrome de burnout en docentes de colegios de la ciudad de Cali, Colombia. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-92672012000100018](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672012000100018)
- Elías A. Bedoya, Nancy E. Vega, Carlos A. Severiche, María J. Meza. (2017). Síndrome de Quemado (Burnout) en Docentes Universitarios: El Caso de un Centro de Estudios del Caribe Colombiano. [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-50062017000600006&script=sci\\_arttext](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-50062017000600006&script=sci_arttext).