

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE PSICOLOGÍA



**SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE UNA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA NACIONAL DE LA VICTORIA, SETIEMBRE A
DICIEMBRE, 2019**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

PEDRO JOSE FRANCO SANCHEZ CASTRO

ASESOR

ESTELA MARCELO ASCENCIO

<https://orcid.org/0000-0002-5524-2694>

Chiclayo, 2020

**SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA NACIONAL DE LA VICTORIA,
SETIEMBRE A DICIEMBRE, 2019**

PRESENTADA POR:

PEDRO JOSE FRANCO SANCHEZ CASTRO

A la Facultad de Medicina de la
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
para optar el título de

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

APROBADA POR:

Jessica Tacanga Montes

PRESIDENTE

Rony Prada Chapoñan

SECRETARIO

Estela Marcelo Ascencio

ASESOR

Dedicatoria

Dedico este documento a nuestros docentes peruanos que han erigido por tantos años, con esmero y virtud, una de las profesiones más representativas de lo que significa ser un “Ser humano”.

Agradecimientos

Dicen que en los detalles está el demonio y un documento como este, prudentemente largo, está rebosante de ellos. Por suerte he tenido a mi lado muchísimos ángeles.

Quiero comenzar dando gracias a mi madre; por mucho fue ella, que después de tanto luchar porque su muchachito sea un profesional, estuvo a mi lado incondicionalmente, como el mástil de roble que dirige al velero. Te amo mamá.

A mi familia por su incondicional apoyo durante todo mi trayecto como profesional y personal.

A mi asesora, de no ser por su ayuda no habría sido posible materializar el enjambre de ideas que cada semana zumbaban sobre su escritorio. Gracias por compartir su tiempo e intelecto.

Índice

Resumen.....	6
Abstract.....	7
I. Introducción	8
II. Marco teórico	11
Antecedentes	11
Bases Teóricas.....	13
Modelo tridimensional de Maslach y Jackson.....	14
Factores influyentes en el síndrome de burnout en los profesores	15
Manifestaciones del síndrome de burnout	16
III. Materiales y métodos	18
Diseño de investigación	18
Población y muestra	18
Criterios de Selección.....	18
Procedimiento.....	18
Instrumento.....	18
Aspectos éticos	19
Procesamiento y Análisis de datos	19
IV. Resultados y discusión.....	21
V. Conclusiones	30
VI. Recomendaciones	31
VII. Referencias bibliográficas.....	32
VIII. Anexos	35

Resumen

El síndrome de burnout es un fenómeno producto del estrés crónico y específico de profesionales no adaptados a las demandas de sus empleos. En el docente, factores como la indisciplina, los horarios largos o la sobrecarga de trabajo, afectan su desarrollo laboral, social y personal favoreciendo a la aparición paulatina del síndrome de burnout. La siguiente investigación tiene como objetivo determinar la prevalencia del síndrome de burnout por dimensiones en docentes de una institución educativa nacional de La Victoria, setiembre a diciembre, 2019. Se siguió un diseño descriptivo no experimental, con una población conformada por 42 docentes de una institución educativa nacional. Se empleó el Inventario de Burnout de Maslach para docentes del cual se obtuvo la validez alfa de Cronbach de sus tres dimensiones: Agotamiento Emocional con 0,83; Despersonalización, con 0,80 y Realización Personal con 0,78 de confiabilidad; como también se usó un cuestionario sociodemográfico. Los resultados mostraron que la prevalencia de síndrome de burnout es de 4,8% en los docentes de la institución educativa nacional. Aunque no se encontró diferencias significativas entre las dimensiones y las variables nivel de enseñanza y actividades extralaborales, si existe diferencia significativa entre la dimensión Agotamiento Emocional y la variable edad, indicando que los docentes más jóvenes están más predispuestos a agotarse emocionalmente. En cuanto a los factores sociodemográficos se identificó que la mayoría de la población eran mujeres, licenciadas con más de 5 años de experiencia enseñando, casadas y laboraban en el turno tarde.

Palabras clave: Síndrome de Burnout, agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

Abstract

Burnout syndrome is a phenomenon caused by the chronic and specific stress of professionals not adapted to the demands of their jobs. In the teacher, factors such as indiscipline, long hours or work overload affect their work, social and personal development, favoring the gradual appearance of burnout syndrome. The following research aims to determine the prevalence of levels of burnout syndrome by dimensions in teachers at a national educational institution in La Victoria, September to December, 2019. A non-experimental descriptive design was followed, with a population of 42 teachers of a national educational institution. The Maslach Burnout Inventory for teachers was used; from which Cronbach's alpha validity of its three dimensions was obtained: Emotional Exhaustion with 0.83; Depersonalization, with 0.80 and Personal Realization with 0.78 reliability; as well as a sociodemographic questionnaire was used. The results show that 4.8% of the teaching population has burnout syndrome, with a moderate prevalence in its dimensions of Emotional Exhaustion and Personal Accomplishment. Although no significance was found between the dimensions and the variables of teaching level and extra-labor activities; if there is a significant difference between the Emotional Exhaustion dimension and the age variable, indicating that younger teachers are more predisposed to emotional exhaustion. Regarding sociodemographic factors, it was identified that the majority of the population were women, graduates with more than 5 years of experience teaching, married and working late shifts.

Keywords: Burnout syndrome, emotional exhaustion, depersonalization and personal fulfillment.

I. Introducción

En la escuela, como enclave cultural de la vida de la persona, el docente tiene el mérito de fungir sus actividades de forma correcta, justa y coloquial, como también mantener el compromiso de inculcar a sus alumnos cultura cívica, los valores y el conocimiento general. Su trabajo atañe el esfuerzo conjunto de sus facultades físicas e intelectuales que, de la misma manera, cumplen un rol bilateral, es decir, son necesarias tanto para su función de pedagogo, como también, de ciudadano, existiendo apenas un endeble margen que separe su vida laboral de su privacidad. Sin embargo, en la construcción del paralelismo trabajo/escuela y escuela/hogar el docente está expuesto, directa e indirectamente, a situaciones estresantes; ya sea por vicisitudes ajenas, personales, o por las condiciones infructuosas laborales y continuas tensiones sociales, condenan al docente a un progresivo desbalance en el equilibrio biopsicosocial, que con el tiempo se convierten en las enfermedades psicosomáticas que hoy en día están a flor de piel en la sociedad. Problemas tales como: la ansiedad, la gastritis, cefaleas, entre otros, son meros indicios que encapsulan el fenómeno de este nuevo siglo. El estrés.

El estrés es un problema que hoy en día afrontan muchos docentes, en especial el denominado síndrome de burnout o estrés laboral. Según la OMS el síndrome de burnout figurará en la próxima clasificación internacional de enfermedades (CIE -11) como un problema asociado al estrés crónico en el trabajo y entrará en vigencia en el 2020. Además, expertos estiman que dicho síndrome afecta al 10% de los trabajadores y en sus formas más graves a entre el 2% y 5% (El País, 2019). A lo largo de la última década en Perú se siguen realizando estudios respecto a este tema; según Fernández (2002), dentro del marco de las profesiones sociales, como los profesores que trabajan con niños o enfermeras que cuidan a pacientes con enfermedades en fases terminales son los que se encuentran más vulnerables a padecerlo.

Es una realidad en Perú que las escuelas públicas no han brindado una educación óptima durante décadas; es un hecho, sea directa o indirectamente responsables los profesores, que la educación se ha menoscabado a la idiosincrasia social y, según Cuenca y O'Hara (2006) que la imagen pública del docente en el Perú se percibe como un profesional de menor estatus, poco preparado y pobre.

Con las demandas sociales que se exponen hoy en día, la educación necesita adaptarse, y promover que las personas retomen su capacidad discriminativa, analítica para sintetizar la información obtenida por la tecnología y así construir la llamada sociedad del conocimiento.

Simultáneamente para que esto se logre se necesita de docentes que estén a la altura de esta situación, con competencias frescas e innovadoras, que amplíen el panorama estudiantil. Dicha calidad educativa que tanto se exige en el docente es su esencia profesional, el de ser un pedagogo y no solo como un transmisor de conocimientos, sino un facilitador de aprendizaje (Cuenca & O'Hara, 2006).

Sin embargo si los profesores no están motivados con su profesión, se sienten desmerecidos y relegados, con retos que sobrepasan sus límites como educador y, además, deben lidiar con los problemas que acontecen en su vida privada, es absolutamente contraproducente esperar más de lo que pueden ofrecer, pero un absoluto presenciar como el maestro gradualmente va deteriorando sus capacidades intelectuales y emocionales, pone a cuesta su profesionalismo y deja a un lado su interés por sus alumnos, mostrándose hosco y parco en su trato, desilusionado, desanimado y con menos metas que trazar por culpa de fríos sentimientos de inferioridad; y todo ello hasta que, en consecuencia, logre adaptarse a su sufrimiento, tergiversar el ideal de ser maestro, adapte la rutina de desafueros, el agotamiento atenúe las inasistencias, las faltas o ausencias de clase y concluya que el colegio, su vida y su profesión no son importantes. El síndrome de burnout, en su proceso, acarrea todo este tipo de percepciones e incluso experiencias físicas de enfermedades, las cuales se centran en sistemas importantes del funcionamiento corporal, tales como digestivo y circulatorio, desde úlceras estomacales, hasta problemas cardiovasculares; y en consecuencia, el profesional, figurativamente, se “quema”; “burnout”.

El director de la institución objeto de estudio comenta que el estrés es un mal que los profesores llevan a diario; lo encuentran en sus clases, en la sociedad y la familia misma. Su trabajo les demanda estar en aulas con exceso de alumnos donde, comúnmente, denotan su preocupación por estar expuestos a problemas relacionados con conductas desafiantes, renuentes a prestar atención al tema de clases, agresiones verbal y/o físicamente entre compañeros, etc. También, está su molestia con el rango salarial insuficiente para cubrir sus gastos y los persistentes problemas con padres de familia. Se sienten desanimados y desprotegidos por un gobierno que no vela por sus interés ni el de sus familias (Comunicación personal, mayo 18 de 2019).

Por lo mencionado, se planteó la interrogante: ¿Cuál es la prevalencia del síndrome de burnout en docentes de una institución educativa nacional según edad, nivel enseñanza y actividades extralaborales; y factores sociodemográficos, de La Victoria, durante setiembre a diciembre, 2019?

En este sentido el objetivo general de esta investigación fue determinar la prevalencia de síndrome de Burnout en docentes de una institución educativa nacional; y factores sociodemográficos de La Victoria, setiembre - diciembre 2019. Asimismo, se planteó como objetivos específicos determinar la prevalencia del síndrome de burnout por dimensiones en docentes de una institución educativa nacional de La Victoria, setiembre - diciembre 2019; además determinar el nivel de agotamiento emocional, despersonalización y realización personal según, edad, nivel de enseñanza y actividades extralaborales en docentes de una institución educativa nacional de la Victoria, setiembre - diciembre 2019 y también describir los factores sociodemográficos presentes en docentes de una institución educativa nacional de La Victoria, setiembre - diciembre 2019.

De manera que este estudio, tendrá relevancia para la plana directiva de la institución pues dará a conocer un escenario objetivo sobre cómo se encuentran sus maestros en referencia a la variable de estudio a través de resultados específicos. Además, las autoridades pertinentes podrán implementar un plan de mejora dirigido a atender las necesidades docentes como, la realización de talleres de intervención y capacitaciones centrados en mejorar la estadía del profesor en la escuela. Esto permitiría a los profesores sentirse respaldados y amparados por la dirección del colegio, fortaleciendo lazos entre los integrantes de la institución educativa.

II. Marco teórico

Antecedentes

Ríos (2016), determinó la prevalencia de síndrome de burnout en 64 docentes de enseñanza primaria y secundaria en un colegio público de Iquitos. Siguiendo un diseño de investigación no experimental, descriptivo se empleó el Cuestionario de Maslach para Burnout (MBI), además consideraron tales variables demográficas como sexo, edad y estado civil. Como resultado, determinó que la población en general no presentaba síndrome de burnout. Por otro lado, obtuvo que, en las dimensiones del test, el 33% de los docentes en general presentaban altos índices de agotamiento emocional; el 22% de los docentes en general altos niveles de despersonalización y el 55% bajos niveles en la dimensión realización personal. Manifiesta además que en la dimensión agotamiento emocional, el 43% de docentes de primaria mantienen niveles altos, apreciándose como el mayor porcentaje relacionada a la población en general.

Colino y Perez de León (2015), evaluaron la incidencia del síndrome de burnout en docentes uruguayos y su relación con variables sociodemográficas. La muestra estuvo compuesta por 279 docentes, los cuales pertenecían al turno nocturno y vespertino. Para este estudio se utilizó el Inventario de Burnout de Maslach adaptado a Profesores (MBI-ES). Los resultados demostraron que 4,2% de los docentes presentan niveles elevados en las dos dimensiones de síndrome de burnout (Agotamiento emocional y despersonalización); mientras que el 42% presenta prevalencias elevadas en una o más dimensiones. Además, el 30% de los profesores indicaron encontrarse agotados emocionalmente y más de la quinta parte presentaron sentimientos de baja realización personal y un porcentaje reducido de los docentes experimentaron despersonalización. No encontraron relación entre el síndrome de burnout y las variables, edad, estado civil, grado de formación; sin embargo, existe relación entre la dimensión realización personal y variable antigüedad donde el porcentaje de profesores con altos sentimientos de realización personal es mayor en aquellos que tienen una antigüedad de 20 años o más en el cargo de docente.

Almeida, et.al (2015), realizó un estudio sobre los niveles de síndrome de burnout en 116 docentes del municipio de Sobral Ceará. Utilizando el test MBI desarrollada por GEPEB se determinó que los profesores presentan un nivel medio de la dimensión de agotamiento emocional (AE) y realización personal (RP), 46% y 66% respectivamente, mientras un 47% presenta un nivel bajo en la dimensión de despersonalización (DP). Así mismo, un 26% presenta altos niveles de AE, 22% niveles altos de DP y 21% bajo nivel de Realización;

revelando que un grupo de profesores se encuentra en proceso de padecer burnout. Con relación a las dimensiones y los factores sociodemográficos se encuentra un mayor índice de AE en el 36% de la población entre las edades de 20 a 30 años; en el 46,1% del sexo masculino y en el 26,5% de las personas que están soltera; mientras que la dimensión RP se percibe más en el sexo masculino, aunque ambos sexos hayan obtenido valores significativos en nivel intermedio.

Cumpa y Chávez (2015), realizaron un estudio para identificar el síndrome de burnout en docentes de nivel primario de 44 instituciones educativas estatales en la ciudad de Chiclayo. La población estuvo conformada por 898 docentes, pero se seleccionó una muestra de 269 profesionales puesto que cumplían con los criterios de inclusión, exclusión y de reemplazo. Se utilizó el inventario Maslach Burnout Inventory para profesores (MBI-ed) adaptado por Fernández en el 2002, donde obtuvo como resultado que el 93% de la muestra, no presentaban el síndrome de Burnout mientras que el 7% restante sí. A su vez se encontró que el 55% presentaba nivel alto en la dimensión Agotamiento emocional indicando que no tienen la capacidad de mantenerse activos en su entorno laboral; un 20% de nivel alto en la dimensión Despersonalización lo cual indica que los profesionales tienen sentimientos y actitudes negativas frente a sus alumnos y a su vez conlleva a un endurecimiento personal a nivel personal, familiar y social. Mientras que el 98% se encuentra en nivel bajo de realización personal, lo cual indica que mantienen una sensación de haber logrado poco en su entorno laboral y personal.

Arias y Jiménez (2013), expusieron los resultados de su estudio sobre la incidencia del síndrome de burnout en 233 profesores de la ciudad de Arequipa. Utilizaron el Inventario de Burnout de Maslach adaptado por Fernandez para docentes y una ficha de registro socio-laboral que comprende datos como edad, género, tiempo de servicio, ingresos económicos, estado civil, número de hijos, nombre de la institución educativa y tipo de gestión. Determinaron que 93,7% de los profesores presentan un nivel moderado de burnout y 6,3% un índice severo. La dimensión de agotamiento emocional es con 55,4% de docentes la dimensión más baja; mientras que la dimensión Realización Personal presenta un grado alto con 66,1% de los docentes. Además, demostraron que la correlación entre variables sociodemográficas socio-laborales y las dimensiones del SB no son significativos, a excepción de la Despersonalización y el tipo de gestión y el estado civil.

Aldrete, Gonzáles, Preciado y Pando (2009) realizaron un estudio, en una escuela secundaria de la zona Metropolitana de Guadalajara, sobre la prevalencia del síndrome de burnout en 51 profesores de nivel medio Básico. Se empleó una encuesta sociodemográfica y

el Inventario de Burnout de Maslach (MBI); obteniéndose que el 80% de los profesores tenían un índice moderado de una de las dimensiones del síndrome de burnout. Se identificó que el 43.7% presentaba índices altos en la dimensión de AE; mientras que 40.3% presentaba baja RP y el 13.3% despersonalización. Las mujeres se encuentran en un mayor riesgo de presentar síndrome de burnout.

Bases Teóricas

Síndrome de Burnout. El síndrome de burnout se considera el mal del fin de siglo, calculándose que se relaciona con dos tercios de todas las enfermedades como un factor importante que interacciona con variables biológicas, sociales y psicológicas. Es un mal, por lo tanto, que daña la calidad de vida, siendo calificado como una fase avanzada del estrés profesional y causado por el desequilibrio de las expectativas del ámbito profesional y la realidad del trabajo diario; esto siendo enclave para estados de desmotivación, desinterés, malestar interno e insatisfacción laboral (Ponce, Bulnes, Aliaga, Atalaya, & Huertas, 2006).

El término burnout fue acuñado por Freudenber, en la década de los 70, quien lo describió como el agotamiento y desgaste causado por un exceso de demandas cada vez mayores de energía, exclusivamente del profesional, quien se “quema” y fracasa en su intento por alcanzar sus metas laborales (Rodríguez, Guevara & Viramontes, 2017). Freudenber usa este término pues es el mejor que se ajusta a la situación profesional, ya que el síndrome de burnout sería un estado que surgiría con más frecuencia en los profesionales con mayor compromiso hacia sus carreras y que trabajan de manera más intensa ante la presión y las demandas de su trabajo (Uribe, 2016).

La psicóloga social Christina Maslach oficializó el término burnout exponiéndolo al congreso de la Asociación Americana de Psicología y captando la atención de los medios (Bosqued, 2008).

Maslach posiciona a este importante fenómeno como una problemática particularmente real, donde existen respuestas disfuncionales del individuo en contextos laborales caracterizados por fuertes niveles de presión y tensión laboral. Un problema socio-laboral consecuencia del estrés laboral crónico, una reacción nociva ante una tensión ocupacional progresiva e intensa (Olivares, 2017, p. 59).

Juárez (2014) menciona que Christina Maslach definió el burnout como un síndrome psicológico compuesto por experiencias interrelacionadas donde encontramos el agotamiento como una respuesta al estrés, conjunto a un cambio negativo sobre cómo se siente uno con el trabajo y las demás personas; así las personas mantienen un estado negativo de sí mismas

involucrando su percepción sobre sus competencias, su capacidad, sus deseos y su motivación para trabajar.

Según Gil-Monte (2003) el síndrome de burnout o síndrome de quemarse por el trabajo se define como la respuesta al estrés crónico en profesionales sin buena adaptación a sus actividades laborales originando la sensación de agotamiento, sentimientos negativos y actitudes de cinismo hacia las personas que le rodean. Sin embargo, se diferencia del estrés crónico identificándose como un síndrome que es producto de las fuentes de estrés originados en la relación del profesional al cliente y a la organización.

Según El departamento de Asistencia Técnica para la Prevención de Riesgos Laborales UGT Andalucía (2010) es frecuente saber cómo diferenciar el perfil del síndrome de burnout, sin embargo existen características importantes a tener en cuenta. El paciente con SB presenta una sintomatología similar a un cuadro depresivo; no obstante, el SB es un fenómeno social, producto de como las relaciones interpersonales han influido en el individuo, más la depresión deriva de un componente intrínseco que tiene un efecto sobre las relaciones interpersonales de la persona. También se diferencia de la Alineación, fenómeno que trata sobre como la persona se siente abrumada o sin libertad para desempeñarse en su área laboral, debido a que el síndrome de burnout existe la libertad para trabajar en una tarea que se le es difícil realizar. Algo similar ocurre con la ansiedad, pues el burnout es una respuesta a la sobrecarga de exigencias de las habilidades del individuo mientras la ansiedad es una respuesta cuando el individuo no tiene los recursos necesarios para afrontar una determinada situación. Con respecto a la insatisfacción laboral se diferencia porque en el SB aparece la despersonalización. Y se diferencia del estrés, luego de tener muchos síntomas similares, por su naturaleza, siendo el SB específicamente laboral y en todo aspecto con consecuencias negativas.

Cuenca y O'Hara (2006) consideran profundizar en la teoría propuesta de Maslach y Jackson sobre el burnout quienes lo definen como un síndrome tripartito resultado de un proceso de estrés crónico y donde convergen tres componentes. Dichos componentes son definidos como cansancio emocional, despersonalización y la falta de realización personal.

Modelo tridimensional de Maslach y Jackson. Olivares (2017) menciona que el agotamiento emocional sería la dimensión clave del síndrome, expresado en individuos cuyos recursos emocionales están exhaustos; la despersonalización es la dimensión que destaca cómo la persona se ha distanciado de su conjunto social-afectivo y, la falta de realización personal, como la tendencia a evaluarse negativamente así mismo. Son definiciones sintomáticas que implican la conceptualización más aceptada del burnout.

Según Maslach (2003) el agotamiento no es tanto un problema de las personas como del entorno social en el que trabajan; sino al contrario, es el lugar de trabajo que no reconoce el lado humano del trabajador, y hay grandes desajustes entre la naturaleza del trabajo y la naturaleza de las personas provocando un mayor riesgo de agotamiento.

Factores influyentes en el síndrome de burnout en los profesores. Kyriacou, expresa que el estrés del profesor puede definirse como la experiencia de emociones negativas y desagradables (como se citó en Zavala, 2008). Sin embargo, va a depender de como las personas perciben su medio, de sus exigencias y recursos que cada uno posee para afrontar ciertas demandas. En general, los factores influyentes en los docentes son de tipo organizacional asociadas a la gestión de la escuela; socioeconómico que involucra, sobretodo, las condiciones de vida y su estrato salarial y laboral, que comprende las actividades que debe desempeñar en su zona laboral (Cuenca & O'Hara 2006).

De cierto modo el trabajo docente según Delgado (2003) comprende horarios consolidados, sueldos determinados y tareas rutinarias conjunto a períodos sobrecargados de trabajo, las cuales se equiparán a la preparación de clases, materiales, calificación de trabajos y exámenes fuera del horario de trabajo.

Lazarus y Folkman manifestaron que la labor docente es afectada también por la sociedad, la forma de gobierno y el rol que desempeña siendo el estrés la respuesta ante las demandas de un contexto que superan la capacidad competitiva del individuo, originando así un desequilibrio físico, psicológico y conductual (Cómo se citó en Rodríguez, Guevara & Viramontes, 2017).

Nieto (como se citó en Arias & Jiménez, 2013) sistematizó los principales factores de estrés docente que influyen en su desempeño; como la conducta perturbadora de los alumnos caracterizado por los estudiantes ruidosos, las clases difíciles e indisciplina; además el género femenino es más vulnerable a la conducta negativa de los alumnos; las condiciones de trabajo poco satisfactorias como la estructura pobre de la carrera, las pocas oportunidades de promoción o el salario insuficiente. El tiempo es un determinante del cual escasean para el disfrute con sus familiares o para preparar las sesiones de aprendizaje, condición que les resulta excesivamente estresante, además que limita su vida personal y familiar. Las actitudes y conductas negativas por parte de la directiva del colegio y la falta de capacitaciones son considerados obstáculos del ambiente laboral que estropean el desempeño del profesor asociados con la aparición del burnout.

Zavala (2008) menciona que la manifestación del burnout en docentes aparece cuando el estrés es crónico y los mecanismos de afrontamiento del individuo inadecuados. Se interpreta

como una respuesta no adecuada ante las diversas demandas no satisfactorias producto de la monotonía y el aburrimiento, e incluso labores con alta demanda intelectual y entonces, es cuando se normaliza estas conductas o síntomas con el contexto.

Manifestaciones del síndrome de burnout. Según Gil- Monte el síndrome de burnout se conceptualiza como un proceso que ocurre en profesiones donde la interacción personal sea constante, tal como trabajadores pertenecientes al sector de salud, educativo, leyes, seguridad, servicios sociales (Como se citó en Zavala, 2008).

Según Bosqued (2008) el síndrome de burnout se instaura en la persona de manera lenta por lo que el afectado no llega a percatarse de la verdadera magnitud del problema que le asecha. Comienza a notarse distinto relacionándolo con un cansancio pasajero, pero sin conocer el motivo exacto. El trabajo le pesa cada vez más, lo que antes lo abordaba con sana resignación ahora le parece inabordable; termina agotado y vacío de las jornadas laborales. Ya no tiende a distribuir su momento de ocio, simplemente se dispone a dormir y olvidarse de todo y de todos. Su trato con los pacientes, alumnos o clientes se enfría, y nota que cada vez es más difícil enfrentarse a ellos y soportarlos. Se muestra irritable, desgastado, con la sensación de no poder más y de estar perdiendo el control de su vida.

Según El departamento de Asistencia Técnica para la Prevención de Riesgos Laborales UGT Andalucía (2010) destacan 5 fases que contribuyen al desarrollo del síndrome. La fase inicial o de entusiasmo denominado por la emoción que se genera en la persona ante un nuevo trabajo. Sin embargo, en la fase 2 se adviene la denominación fase de estancamiento cuando no se cumplen las expectativas profesionales, se percibe el esfuerzo desequilibrado con las demandas laborales así mismo como la recompensa que se ofrece. Por consiguiente viene la Fase de frustración donde el trabajo carece de sentido, la persona está irritable con el grupo de trabajo. La salud mental y corporal empieza a fallar. En la fase de apatía las actitudes irascibles se intensifican, el trato a los demás se vuelve mecanizado y distante. Ya en la fase 5 la persona sufre un colapso emocional y cognitivo con importantes consecuencias para la salud. Ocasionando así el cese de funciones, y una vida profesional frustrada.

La literatura muestra más de 100 síntomas relacionados con el burnout, entre ellas están el agotamiento, hostilidad o irritabilidad; la distorsión de la autopercepción y el autoconcepto, impotencia al desempeñarse académicamente; cinismo, aislamiento, absentismo, conductas agresivas hacia los alumnos, como también problemas en el sistema fisiológico como el insomnio, los dolores de cabeza, de espalda, hipertensión y alteraciones hormonales (Uribe, 2016).

El síndrome de burnout se evidencia bajo síntomas específicos entre ellos síntomas psicosomáticos tales como cansancio o fatiga crónica, problemas de sueño, contracturas y algias óseas musculares; frecuentes dolores de cabeza o cefalea; úlceras y otros desórdenes intestinales, pérdida de peso, taquicardia e hipertensión. También presenta síntomas conductuales como la mala comunicación, ausentismo laboral, el abuso de drogas, son incapaces de relajarse, superficiales en sus relaciones sociales; incluso comportamientos violentos. Por consiguiente, sus conductas sociales se caracterizan por el distanciamiento de las personas; se aburren u optan por una actitud cínica, son impacientes e irritables, se sienten impotentes, desorientación, desconcentrados, con sensación de vacío, fracasado y con pobre realización personal (Ponce, Bulnes, Aliaga, Atalaya, & Huertas, 2006).

Camacho (2003) concreta que los aspectos cognitivos, fisiológicos y conductuales de la personalidad se ven involucradas, por lo que es común que las personas se vuelvan intolerantes, rígidas, inflexibles o cerradas en su forma de pensar y ver el mundo.

III. Materiales y métodos

Diseño de investigación

No experimental y descriptiva.

Población y muestra

La población estuvo conformada por 42 docentes de la institución educativa nacional de La Victoria.

Criterios de Selección

Inclusión: Personal docente que pertenezcan a la plana educativa, sean de ambos sexos y que se encuentren laborando en la institución educativa por un plazo mayor de 6 meses.

Exclusión: Personal docente, que se encuentren con licencia, vacaciones o permisos, personal administrativo y operarios de limpieza.

Eliminación: Cuestionarios de docentes realizados incorrecta mente; que estén incompletos o hayan marcado más de una opción.

Procedimiento

Se entregó una carta de presentación a la directora de la institución objeto de estudio para el otorgamiento del permiso respectivo; y se procedió a elaborar conjunto a la plana directiva el horario pertinente para la ejecución de los test.

La aplicación de cuestionarios al personal docente se ejecutó según los horarios acordados con el área de dirección, que fueron las horas en que los maestros tenían receso. Esta labor se realizó durante 5 días consecutivos, tanto para los docentes del turno mañana como también el turno tarde. En ambos grupos estuvieron conformados por docentes del nivel primario y secundario. Además, los ambientes contaron con buena iluminación, ventilación y espacio.

Para poder estratificar las edades de los docentes se utilizó la teoría de Daniel Levinson y se bifurcó en 2 grupos de edades. Levinson (1986) menciona que la adultez temprana y la adultez media están separadas entre los 17 – 45 años y 46 a 65 años respectivamente.

Instrumento

El Maslach Burnout Inventory (MBI) fue traducido al español por Gil Monte y Periró en 1997. Según Byrne, Richarsen y Martinussen y García, Herrero y León es el inventario más utilizado para medir la presencia de estrés laboral o síndrome de quemado en el trabajo (burnout) y continúa siendo probado en su estructura factorial por diversos autores (Como se citó en Maslach y Jackson, 2003).

Según Fernández (2002) el MBI está conformado por 22 reactivos que se valoran con una escala Lickert de 7 puntos, distribuidos en tres dimensiones ortogonales que se denominan Agotamiento Emocional (AE), Despersonalización (D) y Realización Personal (RP). Estas dimensiones son el resultado de un proceso inductivo de un análisis factorial de los reactivos que componen el cuestionario. Para este estudio se va a utilizar el MBI forma Ed que es la adaptación para maestros con la palabra “paciente” sustituida por “alumno”. El tiempo de realización de la prueba oscila entre los 10 a 15 minutos (ver anexo 2).

Según Fernandez (2002) la validez del instrumento fue estudiada inicialmente a través de la validez de contenido por criterio de jueces indicando que todos los ítems alcanzan niveles adecuados de significación estadística. La confiabilidad del instrumento se realizó de acuerdo a las tres áreas que conforman la prueba puesto que el diseño psicométrico no especifica un puntaje general. Por lo tanto, el coeficiente Alfa de Cronbach que se encontró en la dimensión: Agotamiento Emocional fue 0,83; Despersonalización, 0,80 y Realización Personal 0,78; demostrando así que la prueba tiene una validez y confiabilidad óptima para ser utilizada.

También se empleó una ficha sociodemográfica cuyos datos presentaron relevancia para la interpretación de los resultados (ver anexo 3).

Aspectos éticos

El proyecto fue analizado por el programa Turnitin obteniendo un valor menor o igual al 24% (ver anexo 5). Además se contó con la aprobación del comité de ética de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo y la autorización de la profesora de la institución educativa para llevar a cabo la investigación (ver anexo 6).

Las pautas se explicaron inteligiblemente y coloquial para una mejor comprensión de la finalidad del estudio. De esa manera, antes de comenzar con la evaluación se entregó un consentimiento informado a cada participante con el fin de velar por la autonomía y libertad en el proceso de investigación, aclarando que su participación era voluntaria y que estaba en su potestad formar parte de esta investigación o no, sin represalias en caso desistan del proceso; y que los datos obtenidos a partir de las encuestas eran confidenciales (ver anexo 4).

Procesamiento y Análisis de datos

Se empleó el programa Microsoft Excel como herramienta de análisis de datos estadísticos para efectuar el proceso psicométrico y el programa SPSS 22 para realizar la baremación de los datos. Primero, se halló la distribución normal de los datos con el programa Megastat. Para evaluar la intervención de la variable edad, nivel de enseñanza y actividades extralaborales se utilizó la prueba t de promedios, mientras que los factores sociodemográficos se procesaron a través de frecuencias relativas. Se obtuvo la prevalencia del síndrome de

burnout según la sumatoria de los puntajes de las dimensiones, de manera independiente tal como especifica el autor en su instrumento asignándose la categoría Severo, Moderado y Leve según los baremos obtenidos.

IV. Resultados y discusión

Distribución normal de datos

En la distribución normal de los datos se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, obteniendo el valor de significancia $p = .414$ indicando que los resultados siguen una distribución normal.

Prevalencia de síndrome de burnout según sus tres dimensiones

La prevalencia del síndrome de burnout en las dimensiones Realización Personal y Agotamiento Emocional, están en un nivel moderado; siendo la primera dimensión la que predomina en dicho nivel con 54,76%. La dimensión Despersonalización predomina en el nivel Leve con 42,85%. El nivel severo mantiene, en las tres dimensiones, la prevalencia más baja (ver figura 1).

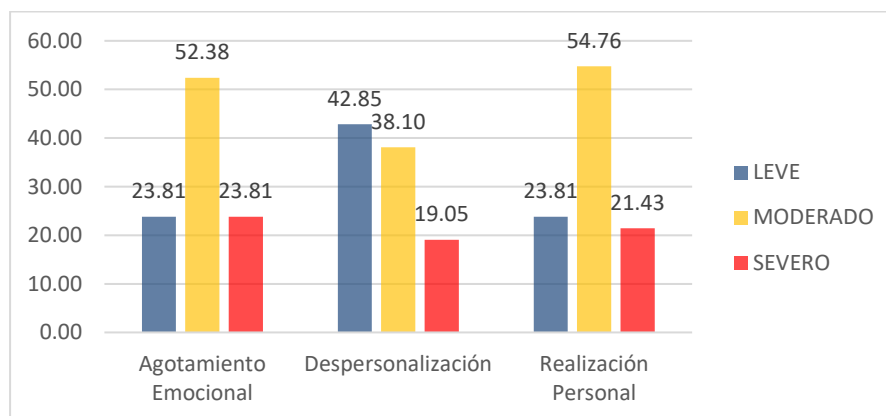


Figura 1. Prevalencia del síndrome de burnout en docentes de una institución educativa nacional de La Victoria, setiembre – diciembre, 2019.

La población docente de la institución educativa nacional se encuentra en el nivel moderado tanto de Agotamiento Emocional y Realización personal, mientras que, en la Despersonalización prevalece el nivel bajo. Según Maslach y Jackson (2003), para el diagnóstico del síndrome de burnout es necesario cumplir con tres criterios: altas puntuaciones en los niveles de agotamiento emocional y despersonalización y bajas puntuaciones en realización personal. En este sentido, se identificó que existe una prevalencia de 4,8% de la población docente que cumple los tres criterios del síndrome y el 95% de la población restante no cumple con esta regla o mantiene puntajes bajos, moderados o altos en solo uno de los tres niveles de las dimensiones (ver tabla 1).

Tabla 1

Prevalencia del síndrome de burnout en docentes de una institución educativa nacional de La Victoria, setiembre – diciembre, 2019.

Síndrome de burnout	Prevalencia %
No posee Síndrome de burnout	95,238
Posee Síndrome de burnout	4,761

Continuando con el análisis, Aris (2009), obtuvo similares prevalencias en docentes Barcelonenses de educación primaria e infantil; destacándose el nivel moderado de Agotamiento Emocional y Realización personal; y el nivel bajo en la dimensión despersonalización, concluyendo así que no existía síndrome de burnout pero constituían una población en riesgo de padecerlo en un futuro puesto que la edad y la infraestructura eran factores predisponentes a evolucionar los síntomas moderados de agotamiento y sentimientos de realización. En otros estudios, como Fernández (2002), Farfán (2009) y Cumpa y Chávez (2015), si encontraron síndrome de burnout en su población docente peruana. Destacaron mayor prevalencia en los niveles moderado y alto de Agotamiento Emocional y Despersonalización, respectivamente. De igual manera, Colino y Pérez de León (2015), encontraron que el 4,2% de los docentes uruguayos padecían de burnout porque tenían prevalencias elevadas en las dimensiones Agotamiento y Despersonalización y bajas puntuaciones en Realización Personal.

En nuestro país; Fernández (2002), menciona que los docentes que padecían síndrome de burnout experimentaban su trabajo con múltiples desafíos; sin ninguna motivación o en constante estado de tensión; como consecuencia, afectaba sus capacidades de rendimiento y adaptación. No obstante, parte de su población docente encuestada, que laboraba en escuelas estatales, alcanzaron valores más elevados en la dimensión de Realización Personal ya que los profesores que trabajan para el estado, consideraban su oficio un logro personal y profesional, a diferencia de los profesores de colegios particulares que se perciben su contexto social - económico como una limitante para su desarrollo profesional.

Por otra parte, Aldrete, Gonzáles, Preciado y Pando (2008), encontraron que los docentes de escuelas estatales en Guadalajara tenían mayor riesgo de padecer síndrome de burnout, presentándose mayor prevalencia en puntajes altos de las dimensión Agotamiento Emocional y Despersonalización. Considera como factores desencadenantes del estrés a la deficiente organización académica y escolar del sistema educativo.

Siguiendo este punto, Arias y Jiménez (2013), encontraron prevalencias elevadas en niveles altos de la dimensión Despersonalización en los profesores de instituciones educativas de gestión nacional y menor realización personal en docentes de instituciones educativas particulares. Según Cuenca y O'Hara (2008), factores como la administración de la institución, el comportamiento de los estudiantes y el escaso sueldo prestidigitan una secuencia degenerativa en la salud física y mental del docente; comúnmente causas posibles de tipo organizacional y social pueden generar mayor estrés en la población docente.

Ahora bien, en nuestra población objeto de estudio encontramos mayor prevalencia en el nivel moderado en la dimensión Agotamiento Emocional y Realización Personal. Según Zuniga y Pizarro (2017) una mayor prevalencia en la dimensión Agotamiento emocional era un factor causal directo en la aparición a futuro del síndrome de burnout en docentes de un colegio estatal en Chile. Según Maslach (2003) y Leiter (1989) es definido como el efecto que tiene la dimensión de Agotamiento emocional en la aparición progresiva del síndrome de burnout que acomete en primera instancia.

Así, la dimensión Agotamiento emocional es la dimensión que mejor predice el síndrome de burnout (Arias & Jiménez, 2013). Leiter postula que el agotamiento emocional es la dimensión fundamental del burnout debido a que afecta al docente tergiversando su necesidad de autorrealizarse y aumenta las actitudes de cinismo y despersonalización (como se citó en Lozano, et.al, 2008).

Al considerar las dimensiones se observa mayor prevalencia en los valores moderados en Agotamiento Emocional y Realización personal, no así en la Despersonalización. Por tal motivo la prevalencia del síndrome de burnout es baja en la población objeto de estudio siendo así un resultado positivo para la plana académica de la institución.

Sin embargo cabe señalar que, la prevalencia de ambas dimensiones Agotamiento y Realización Personal en el nivel moderado pueden ser indicios de una perturbación en la sensación de logro y satisfacción que puedan sentir los profesores tanto hacia sí mismos como hacia su entorno: incluyendo sus amistades y su profesión en general. Dicho disturbio emocional aqueja generalmente las relaciones interpersonales y sociales; producto de conductas evasivas al entorno social, ocultamiento de emociones sinceras y emulaciones para disuadir situaciones que provocan estrés. Por lo tanto la falta de autopercepción y del sentimiento de realización es consecuencia de la percepción de panorama angustioso y cansino por parte de los docentes de la institución y que a largo plazo estos síntomas pueden terminar en la enfermedad del burnout.

Tabla 2

Estadísticos descriptivos de las dimensiones del Maslach Burnout Inventory para docentes.

Dimensiones	N	Mínimo	Máximo	M	DT
Agotamiento Emocional	42	4	35	15.071	7.286
Despersonalización	42	0	11	2.2619	2.863
Realización Personal	42	10	48	41.10	6.863

Los descriptivos muestran las puntuaciones promedio de cada una de las dimensiones constatados en el nivel moderado según la tabla de baremos. Observamos también que la varianza más elevada es de la dimensión Agotamiento Emocional, implicando una mayor variabilidad en las puntuaciones de los individuos, es decir, con mayor fluctuación en la respuesta. Esto puede indicar que los docentes tienen una percepción limitada y conservadora respecto a los sentimientos, emociones y pensamientos que afectan su salud laboral de manera que tienden a identificarse con mayor facilidad con síntomas relacionados al cansancio y el agotamiento en general (ver tabla 2).

Síndrome de burnout por dimensiones, según nivel de enseñanza

La prevalencia de síndrome de burnout en los docentes, de acuerdo al nivel de enseñanza primario y secundario, en las tres dimensiones se encuentra en un nivel moderado en ambos niveles de enseñanza; a excepción de la dimensión Despersonalización que en el nivel secundario tiene una prevalencia alta, de 50%, en el nivel leve. Cabe mencionar, que en dos dimensiones, Agotamiento Emocional y Despersonalización prevalece un mayor porcentaje en el nivel severo para el nivel primario a diferencia del nivel secundario (ver tabla 3).

Tabla 3

Prevalencia del síndrome de burnout por dimensiones según el nivel de enseñanza de los docentes de una institución educativa nacional de La Victoria, setiembre – diciembre, 2019.

Nivel de Enseñanza	Nivel	Agotamiento Emocional %	Despersonalización %	Realización Personal %
Primaria	Severo	25,00	20,83	20,83
	Moderado	54,17	41,67	62,50
	Leve	20,83	37,50	16,67
Secundaria	Severo	22,22	16,67	22,22
	Moderado	50,00	33,33	44,44
	Leve	27,78	50,00	33,33

Acorde a la prueba t de promedios, que se realizó con respecto a las dimensiones del síndrome de burnout según el nivel de enseñanza, se obtuvo valores superiores al valor p asumido y, por lo tanto, no existen diferencias significativas en ninguna de ellas (ver tabla 4).

Tabla 4

Estadísticas y prueba de hipótesis en los niveles de enseñanza según las dimensiones del síndrome de burnout en docentes de una institución nacional de La Victoria, setiembre – diciembre, 2019.

	Agotamiento Emocional		Despersonalización		Realización Personal	
	<i>Secundaria</i>	<i>Primaria</i>	<i>Secundaria</i>	<i>Primaria</i>	<i>Primaria</i>	<i>Secundaria</i>
M	15,167	15	1,833	2,583	41,500	40,556
F	62.618	48,348	8,971	7,732	56,435	36,732
N	18	24	18	24	24	18
t *		0,072		-0.837		0,437
t crítico		2.021		2.021		2,021
P		0.943		0.408		0,665

**Prueba t suponiendo varianzas iguales*

En ambos niveles de enseñanza existe una prevalencia mayor en los niveles moderado y severo. Aldrete, Gonzáles, Preciado y Pando (2009), identificaron que el 43.7% de su población de docentes de escuela secundaria tenía la mayor prevalencia en el nivel alto en la dimensión de Agotamiento Emocional, debido a la exigencia de responsabilidad frente a los problemas de los alumnos y la sobrecarga de trabajo que debían cumplir a tiempo.

Síndrome de burnout por dimensiones, según actividades extra laborales

Los docentes que no realizan actividades extralaborales evidencian una prevalencia mayor en el nivel moderado, 65%, y un 47% en las dimensiones Agotamiento emocional y Despersonalización, respectivamente. En las personas que si realizan actividades extralaborales existe una mayor prevalencia en el nivel moderado de Realización personal con 63% (ver tabla 5).

Tabla 5

Prevalencia del síndrome de burnout por dimensiones según las actividades extra laborales de los docentes de una institución educativa nacional de La Victoria, setiembre – diciembre, 2019.

Actividades extralaborales	Nivel	Agotamiento Emocional %	Despersonalización %	Realización Personal %
Realiza actividades extra laborales	Severo	31,58	31,58	15,79
	Moderado	36,84	26,32	63,16
	Leve	31,58	42,10	21,05
No realiza actividades extra laborales	Severo	17,39	8,70	26,09
	Moderado	65,22	47,83	47,83
	Leve	17,39	43,48	26,09

Según Torres, El-Sahili y Gutiérrez, (2018) y Salanova, Llorens y García-Renedo (2003), uno de los factores que interviene en la realización personal de los docentes es también el tiempo empleado para la persona misma y su entorno, ya sea familia o amigos. Por el contrario, el tiempo disponible escaso es uno de los factores para la aparición de síndrome de burnout; debido al exceso de trabajo o las peripecias del sueldo mínimo obligan al docente a que exceda sus horas laborales en aras de poder cumplir tanto como sus actividades como maestro y miembro de una familia y por ende resulte fatigado y cansado al final de la jornada. (Arias y Jiménez, 2013)

No obstante, Acorde a la prueba *t* de promedios que se realizó con respecto a las dimensiones del síndrome de burnout según las actividades extra laborales, se obtuvo valores superiores al valor *p* asumido, por lo tanto no existen diferencias significativas en ninguna de las dimensiones (ver tabla 6).

Tabla 6

Estadísticas y prueba de hipótesis por actividades extra laborales según las dimensiones del síndrome de burnout en docentes de una institución nacional de La Victoria, setiembre – diciembre, 2019.

	Agotamiento Emocional		Despersonalización		Realización Personal	
	Realiza actividades extra laborales	No realiza actividades extra laborales	Realiza actividades extra laborales	No realiza actividades extra laborales	No realiza actividades extra laborales	Realiza actividades extra laborales
M	15,632	14,609	2,789	1,826	41,304	40,842
F	81,912	31,430	11,842	5,150	31,251	62,130
N	19	23	19	23	23	19
t *	**0.429		**1.047		*0.215	
t crítico	2.045		2.042		2.021	
P	0.670		0.304		0.831	

*Prueba *t* para dos muestras suponiendo varianzas iguales.

**Prueba *t* para dos muestras suponiendo varianzas desiguales.

Síndrome de burnout por dimensiones según edad.

Con respecto a la prevalencia del síndrome de burnout según la edad en la adultez temprana se encontró una prevalencia de 68% en el nivel moderado de Realización Personal y en la dimensión Despersonalización 52% en el nivel leve; sin embargo, en la dimensión Agotamiento Emocional, 42% tanto el nivel severo y moderado. Mientras que en la adultez media las tres dimensiones tienen una mayor prevalencia en el nivel moderado (ver tabla 7).

Tabla 7

Prevalencia del síndrome de burnout por dimensiones según edad de los docentes de una institución educativa nacional de La Victoria, setiembre – diciembre, 2019.

Grupos de edades según Levinson	Nivel	Agotamiento Emocional %	Despersonalización %	Realización Personal %
Adulthood Temprana(30 - 45)	Severo	42,11	10,53	15,79
	Moderado	42,11	36,84	68,42
	Leve	15,79	52,63	15,79
Adulthood Media(46-64)	Severo	8,70	26,09	26,09
	Moderado	60,87	39,13	43,48
	Leve	30,43	34,78	30,43

En la dimensión Agotamiento Emocional se encuentra una mayor prevalencia en el nivel severo y moderado en el grupo docente más joven, a diferencia que en el grupo de los docentes mayores donde acaece una prevalencia en los niveles moderado y leve. En la dimensión despersonalización el grupo de docentes más jóvenes tiene una mayor prevalencia en el nivel bajo. Barutcu y Serinkan (2013), en su población de profesores más joven encontraron promedios de puntuación mayor el nivel alto de Despersonalización y por ende mayor predisposición a padecer de burnout, mientras que los docentes de mayor edad (36 – 45) tenía mayor puntaje en la dimensión de Realización Personal.

Según Cuenca y O'hara (2005), la edad es un factor que modifica la respuesta al estrés por lo tanto puede influir en el modo que se percibe y se experimenta el estrés, encontrando así en su población de docentes que el grupo de edades entre los 40 a 65 presentaban un nivel bajo de agotamiento emocional y de Despersonalización, mientras que en la dimensión de Realización Personal obtuvieron los mayores puntajes de prevalencia en el nivel alto. No obstante, en el grupo de 20 a 29 años, el 57% se encontraban en un nivel moderado de agotamiento emocional; mientras que en las dimensiones de Despersonalización más de la mitad estaba en los niveles bajos de puntuación y tenían prevalencias mayores en puntajes altos de Realización Personal. Concluyeron que la edad se relaciona con la experiencia debido a que los docentes más jóvenes perciben y experimentan el estrés en mayores niveles debido a la falta de experiencia entre otros factores.

Con respecto a la prueba t de promedios que se realizó con respecto a las dimensiones del síndrome de burnout según la edad, se obtuvo valores superiores al valor p en las dimensiones de despersonalización y realización personal; decidiendo que no existen diferencias significativas. No obstante, en la dimensión de agotamiento emocional si se detectó

un valor p menor evidenciando diferencias significativas en los grupos de edad temprana y edad media (ver tabla 8).

Acorde al análisis realizado en los grupos de adultez temprana y adultez media existe diferencias significativas con respecto a la dimensión agotamiento donde el grupo de adultez temprana posee el mayor puntaje de promedio. Esto implica que, los maestros más jóvenes están más predispuestos a padecer los síntomas de cansancio emocional que los maestros mayores. Montestruque (2018), encontró correlaciones significativas en las dimensiones Agotamiento Emocional y Realización Personal según edad, de manera que a mayor edad es menor el agotamiento y mayor la realización personal. Fernández (2002), no obtuvo diferencias significativas por grupos de edad; aunque también refirió que en los estudios de Maslach y Jackson, la edad es una variable que establece diferencias con referencia al Agotamiento Emocional, y que son los profesores jóvenes quienes presentan mayores dificultades en el ámbito escolar.

Tabla 8

Prevalencia del síndrome de burnout por dimensiones según edad de los docentes de una institución educativa nacional de La Victoria, setiembre – diciembre, 2019.

	Agotamiento Emocional		Despersonalización		Realización personal	
	Adultez Temprana (30 - 45)	Adultez media (46 - 64)	Adultez Temprana (30 - 45)	Adultez media (46 -64)	Adultez Temprana (30 - 45)	Adultez media (46 - 64)
M	18.333	12.625	1.667	2.708	42.444	40.083
F	76.941	23,201	8.706	7,694	15,203	70,254
N	18	24	18	24	18	24
t estad	**2,493		*-1,172		**-1,216	
t crítico	2,060		2,021		-2,032	
P	0,020		0,248		0,232	

*Prueba t para dos muestras suponiendo varianzas iguales.

**Prueba t para dos muestras suponiendo varianzas desiguales.

No obstante Marqués et.al (2005) refiere que a más edad se observa mayor riesgo de burnout pero los profesores jóvenes padecen de más estrés (como se citó en Arias y Jimenez, (2013). La fuente de estrés o cansancio en los docentes mayores se encontraría en la metodología de enseñanza obsoleta y las exigencias ergonómicas que son menos controlables con el aumento de la edad (Yslado, Nuñez & Norabuena, 2010). No obstante, Zúñiga y Pizarro (2018), no encontraron diferencias significativas entre las dimensiones del síndrome de burnout con relación a la edad.

Por otra parte, Paleksic, Ubovic y Popovic (2015), aunque tampoco encontraron diferencias significativas en docentes de escuelas secundarias y primarias de la República de

Srpska con respecto a la edad; sí se encontró significancia en relación a los años de experiencia del docente, sustentando que los profesores iniciantes tenían más herramientas innovadoras que implementar en sus alumnos además de habilidades frescas que usar en sus clases a diferencia de los educadores antiguos, por lo tanto tenían menos predisposición a padecer del síndrome de burnout. Estos resultados, aunque distan de los encontrados en esta investigación, demuestran que una buena formación metodológica en docentes jóvenes que inician una nueva vida profesional, pueden desarrollar recursos personales, como aumentar la confianza en sí mismos al emplear métodos modernos de educación; una mayor voluntad para recibir más información y afianzar sus habilidades.

Factores sociodemográficos en docentes

En cuanto a las variables sociodemográficas, de los docentes de la institución nacional de la Victoria, se obtuvo que, según sexo, el 9,52% eran hombres y 90,48% eran mujeres. Además, el 64,29% de docentes se encontraban casados, 14,29% solteros, 11,90% divorciados, 7,14% separados y 2,38% viudos. Alrededor del 95,24% tienen de 5 a más años de experiencia y solo 4,76% tienen de 1 a 5 años de experiencia. Según el grado académico se encontró que, el 61,90% aún son licenciados mientras que el 38,10% tienen el grado de magister. El 45,24% labora en turno mañana y el 54,76% en el turno tarde (ver tabla 9).

Tabla 9

Factores sociodemográficos: estado civil, grado académico, turno laboral y años de experiencia.

Estado Civil	%
Soltero	14.29
Casado	64.29
Viudo	2.38
Divorciado	11.90
Separado	7.14
Total	100
Grado Académico	%
Licenciado	61,90
Magister	38,10
Total	100
Turno Laboral	%
Mañana	45.24
Tarde	54.76
Total	100
Años de Experiencia	%
1 año a menos	0
1 a 5 años	4.76
5 años a más	95.24
Total	100

V. Conclusiones

La prevalencia de síndrome de burnout es de 4,8% en la población docente de una institución educativa nacional.

No se encontraron diferencias significativas según el nivel de enseñanza y actividades extralaborales; no obstante, en la dimensión Agotamiento Emocional si se encontró diferencias significativas con respecto al grupo de edades, siendo los profesores de edad temprana quienes tienen mayor predisposición a cansarse emocionalmente a diferencia de los profesores del grupo de edad media.

En cuanto a las variables sociodemográficas, de los docentes de la institución nacional de la Victoria, se obtuvo que; el 64,29% de docentes se encontraban casados, 14,29% solteros, 11,90% divorciados, 7,14% separados y 2,38% viudos. Alrededor del 95,24% tienen de 5 a más años de experiencia y solo 4,76% tienen de 1 a 5 años de experiencia. Según el grado académico se encontró que, el 61,90% aún son licenciados mientras que el 38,10% tienen el grado de magister. El 45,24% labora en turno mañana y el 54,76% en el turno tarde.

VI. Recomendaciones

Se sugiere a las autoridades pertinentes gestionar el desarrollo del área de psicología, para que se encargue de realizar el seguimiento al personal docente en cuanto a las condiciones personales tales como el síndrome de burnout entre otras variables relevantes en el desempeño de los colaboradores.

Además, se sugiere realizar futuras investigaciones con una población más grande, compuesta por colegios de similares características y que se encuentren en el distrito de La Victoria.

Estos resultados brindan el soporte empírico para realizar futuros programas o talleres de prevención y promoción sobre el tema del síndrome de burnout y de esa manera incentivar el interés por conocer las características y consecuencias que acontecen en el ámbito de la docencia; como también nuevas herramientas o estrategias sociales y personales que puedan ayudar a reducir la alarma de agotamiento emocional encontrado en la población. Por ende, estos programas deben estar centrados en promover el bienestar laboral en la institución, enfatizar en generar un agradable clima laboral que es por mucho considerado un factor clave en la percepción del docente y su función dentro de las aulas. La infraestructura, la administración y gestión laboral en una institución genera gran impacto en el trabajador y su desarrollo profesional, pues es el burnout, un fenómeno producto de agentes externos y no internos. Aunque, a nivel nacional se ha empezado a modernizar las escuelas nacionales o públicas, también se debe enfatizar en implementar nuevas reformas en optimizar las habilidades del docente. Por lo tanto se debe desarrollar talleres que traten temas que fomenten un mejor concepto de su profesión y de sí mismos, incentivar a buscar nuevas motivaciones, emplear mejor su tiempo, aprender nuevas habilidades blandas; las cuales son fundamentales en el proceso de realización personal y en consecuencia en la disminución de riesgo a padecer síndrome de burnout.

VII. Referencias bibliográficas

- Aldrete, M., González, J., Preciado, M. & Pando, M. (2009). Variables sociodemográficas y el síndrome de burnout o de quemarse en profesores de enseñanza media básica (secundaria) de la Zona Metropolitana de Guadalajara. *Revista de Educación y Desarrollo*, 10, 33 – 40. Recuperado de http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/10/010_Aldrete.pdf
- Almeida, M., Oliveira, E., Guimaraes, F., Evangelista, R., Gomez, A. & Vieira, B. (2015). Síndrome de Burnout: un estudio con profesores. *Salud de los trabajadores*. 23(1), pp.19-27. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3758/375841582003.pdf>
- Arias, W. & Jiménez, N. (2013). Síndrome de burnout en docentes de Educación Básica Regular de Arequipa. *Educación*. 21(42), pp. 53-76. Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/educacion/article/view/5291>
- Barutcu, E. & Serinkan, C. (2013). Burnout Syndrome of Teachers: An Empirical Study in Denizli in Turkey. *ELSEVIER*. 89(1). 318-322. Recuperado de <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S1877042813029844?token=0FE19D2F1D928539DAFC09B15763666FB84CD87CA8A8939A07D459CCE3CC685084FE106A7C67E5317A945FB09455CA71>
- Bosqued, M. (2008). Quemados: El síndrome de burnout: Qué es y cómo superarlo... Barcelona: Paidós.
- Camacho, J. (2003). Sobre el síndrome de burnout o estar quemado. Recuperado de <https://www.fundacionforo.com/uploads/pdfs/archivo16.pdf>
- Colino, N. & Pérez de León, P. (2015). El síndrome de burnout en un grupo de profesores de enseñanza secundaria en Montevideo. *Ciencias Psicológicas*. 9(1), pp.27-41. Recuperado de <http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v9n1/v9n1a04.pdf>
- Cuenca, R. & O'Hara, J. (2006). *El estrés en los maestros percepción y realidad: Estudio de casos en Lima Metropolitana*. En Carrillo, S. (Ed) *Programa de Educación Básica de la Cooperación Alemana al Desarrollo*. (pp. 5-57). Lima: Ministerio de Educación.
- Delgado, A. (2003). El síndrome del <<Burnout>> en profesores de educación secundaria de Lima Metropolitana. *Revista de Investigación en Psicología*. 6(2), 26-47. Recuperado de <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/download/5149/5387>
- Departamento de Asistencia Técnica para la prevención de Riesgos Laborales UGT Andalucía (2010). Guía de prevención de riesgos psicosociales en el trabajo. Recuperado de http://portal.ugt.org/saludlaboral/publicaciones_new/files_riesgospsicosocialesand/publication.pdf
- El País (2019). *El “Burnout” toma peso en la lista de dolencias de la OMS*. Recuperado del 28 de Mayo del 2019, de https://www.google.com/amp/s/elpais.com/sociedad/2019/05/27/actualidad/1558956228_933147.amp.html

- Farfán, M. E. (2009). *Relación del clima laboral y síndrome de Burnout en docentes de educación secundaria en centros educativos estatales y particulares* (Tesis de postgrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Recuperado de <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/614>
- Fernández, M. (2002). Desgaste psíquico (burnout) en profesores de educación primaria de Lima metropolitana. *Persona*, (5), 27-66. Recuperado de <http://revistas.ulima.edu.pe/index.php/Persona/article/view/842/814>.
- Figuerido, H.; Gil-Monte, P & Olivares-Faúndez, V. (2016). *Síndrome de quemarse por el trabajo*. En Uribe, J. (Ed) *Psicología del trabajo: Un entorno de factores psicosociales saludables para la productividad*. (pp.83-96). Mexico: Editorial Manual Moderno. Recuperado de https://www.uv.es/unipsico/pdf/Publicaciones/Capitulos/01_SQT/2016_Uribe.pdf
- Gil-Monte, P. R. (2003). Burnout syndrome: ¿síndrome de quemarse por el trabajo, desgaste profesional, estrés laboral o enfermedad de Tomás? *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*. 19(2), 181-197. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2313/231318052004.pdf>
- Juárez, A. (2014). Entrevista con Christina Maslach: reflexiones sobre el síndrome de Burnout. *Liberabit*, 20(2), pp. 199-208. Recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a01v20n2.pdf>
- Leiter, M. P. (1989). Conceptual Implications of Two Models of Burnout. *Group & Organization Management*. pp.15–22. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/238333637_Conceptual_Implications_of_Two_Models_of_BurnoutA_Response_To_Golembiewski
- Levinson, D. (1986). A conception of Adult Development. *American Psychologist*. 41(1), 3-13. Recuperado de <https://psycnet.apa.org/record/1986-19674-001>
- Lozano, I.; Cañadas, G.; Martín, M.; Pedrosa, I.; Cañadas, G.; Suarez, J.; Martín, E.; Pérez, B.; Álvarez; García, E & De la Fuente, E. (2008). Descripción de los niveles de Burnout. *Aula Abierta*. 36(1). 79-88.
- Maslach, C. (2003). “Burnout: The cost of caring” Cambridge: Editorial Malor Books. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=Pigg1phJhgC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Montestruque, L. (2018). Burnout y afrontamiento en docentes de una escuela de nivel socioeconómico medio-bajo. (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica, Lima. Recuperado de http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/12158/MONTESTRUQUE_ORBEGOSO_BURNOUT_Y_AFRONTAMIENTO_EN_DOCENTES_DE_UNA_ESCUELA_DE_NIVEL_SOCIOECONOMICO_MEDIO_BAJO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Olivares, V. (2017). Laudatio: Dra. Christina Maslach. Comprendiendo el Burnout. *Ciencia & Trabajo*, 19(58), 59-63. Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cyt/v19n58/0718-2449-cyt-19-58-00059.pdf>

- Paleksic, V.; Ubovic, R. & Popovic, M. (2015). Personal Characteristics and Burnout Syndrome among Teachers of Primary and Secondary Schools. *Scripta Medica*. 46(2). 118-124. Recuperado de.
<https://pdfs.semanticscholar.org/78fd/e21105b8b1a4f07cd5ed0564128a4789c7e6.pdf>
- Ponce, C.; Bulnes, M.; Aliaga, J.; Atalaya, M. & Huertas, R. (2005). El síndrome del Quemado por estrés laboral asistencial en grupos de docentes universitarios. 8(2), pp. 87-112. Recuperado de.
<http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/4050/3226>
- Ríos, C. (2016). *Prevalencia del síndrome de burnout en docentes de la institución educativa primaria y secundaria Tupac Amaru de Iquitos 2016*. (Tesis de postgrado). Universidad Científica del Perú. Recuperado de. <http://repositorio.ucp.edu.pe/handle/UCP/308>
- Rodríguez, J.; Guevara, J. & Viramontes, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *IE Revista de investigación Educativa de la REDIECH*. 8(14). Recuperado de:
<http://www.redalyc.org/jatsRepo/5216/521653267015/521653267015.pdf>
- Salanova, M.; Llorens, S. & García-Renedo, M. (2003). ¿Por qué están quemados los profesores? *INSHT*. (28), pp. 1
- Torres, E.; El-Sahili, L. & Gutiérrez, V. (2019). Análisis del burnout y sus escalas de medición. *PRAXIS INVESTIGATIVA REDIE*. 20(11). 106-124. Recuperado de.
<https://dialnet.unirioja.es › descarga › artículo>.
- Yslado, R.; Nuñez, Ll. & Norabuena, R. (2010). Diagnóstico y programa de intervención para el síndrome de burnout en profesores de educación primaria de distritos de Huaraz e Independencia (2009). *IIPSI*. 13(1), pp. 151-162. Recuperado de.
<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/3743/3005>
- Zavala, J. (2008). Estrés y burnout docente: conceptos, causas y efectos. *Educación*. 17(32), pp. 67-86. Recuperado de.
<http://revistas.pucp.edu.pe/indez.php/educacion/article/view/1802>
- Zuniga, S. y Pizarro, V. (2017). Mediciones de Estrés Laboral en docentes de un Colegio Público Regional Chileno. *Información psicológica*. 29(1), 171-180. Recuperado de.
https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S071807642018000100171&lng=es&nrm=iso

VIII. Anexos

Anexo 1

Operacionalización de la variables síndrome de burnout medida por el Maslach Burnout Inventory (MBI) para docentes”

Definición de síndrome de burnout	Factores	Items	Niveles
<i>“Burnout es un síndrome de cansancio emocional, despersonalización, baja realización personal, que puede ocurrir en individuos quienes son trabajadores de alguna clase” (Maslach, 2003, p. 2).</i>	Agotamiento Emocional	1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20	Alto 19 - 33 Medio 9 – 18 Bajo <8
	Despersonalización	5, 10, 11, 15, 22	Alto 6 - 11 Medio 1 - 5 Bajo 0
	Realización Personal	4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21	Alto 47 - 48 Medio 39 - 46 Bajo 10 - 38

Operacionalización de los factores sociodemográficas

Variables sociodemográficas	Indicadores
Estado civil	Soltero, Casado, divorciado, Viudo, separado, conviviente
Nivel de enseñanza	Primaria – Secundaria
¿Realiza actividades extra laborales?	Sí - No
Años de experiencia años a más	6 meses a 1 año, 1 – 5 años; 5 años a más
Formación académica	Licenciado y Magister
Turno de jornada laboral	Mañana y tarde

Anexo 2**CUESTIONARIO DE BURNOUT DE MASLACH PARA DOCENTES (MBI-Ed)**

(Fernandez, 2002)

Sexo: ____ Edad: ____ Código: _____

Instrucciones:

A continuación se le mostrará una serie de enunciados acerca de su trabajo y sus sentimientos en él. Le pedimos su colaboración indicando la frecuencia con que se presentan marcando con un aspa (X) sobre el casillero que considere conveniente. No existe respuestas mejores o peores y la respuesta correcta es la que expresa verídicamente su propia existencia.

Enunciados	Nunca	Alguna vez al año o menos	Una vez al mes o menos	Algunas veces al mes	Una vez por semana	Algunas veces a la semana	Todos los días
1. Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado							
2. Al final de la jornada me siento agotado.							
3. Me encuentro cansado cuando me levanto por las mañanas y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo.							
4. Puedo entender con facilidad lo que piensan mis alumnos.							
5. Creo que trato a algunos alumnos como si fueran objetos.							
6. Trabajar con alumnos todos los días es una tensión para mí.							
7. Me enfrento muy bien con los problemas que me presentan mis alumnos							
8. Me siento "quemado" por el trabajo							
9. Siento que mediante mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de otros.							
10. Creo que tengo un comportamiento más insensible con la gente desde que hago este trabajo.							
11. Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente.							
12. Me encuentro con mucha vitalidad.							
13. Me siento frustrado por mi trabajo.							
14. Siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro.							
15. Realmente no me importa lo que les ocurrirá a algunos de mis alumnos.							
16. Trabajar en contacto directo con los alumnos me produce bastante estrés.							
17. Tengo facilidad para crear una atmósfera relajada en mis clases.							
18. Me encuentro animado después de trabajar junto con los alumnos.							
19. He realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo.							
20. En el trabajo siento que estoy al límite de mis posibilidades.							
21. Siento que sé tratar de forma adecuada los problemas emocionales en el trabajo.							
22. Siento que los alumnos me culpan de algunos de sus problemas.							

Anexo 3**Ficha de variables sociodemográficas**

A continuación se mostrará una serie de enunciados a los cuales usted deberá responder de forma honesta, marcando con una (X) sobre la línea al costado de la opción elegida.

Estado Civil:

Soltero(a): ___ Casado(a): ___ Viudo(a): ___ Divorciado: ___ Conviviente:
___ Separado: ___

Nivel de enseñanza:

Primaria: ___ Secundaria: ___

Año de Experiencia:

1 años a menos: ___ 1 a 5 años 5 años a más

Grado de instrucción:

Licenciado: ___ Magister: ___

Turno de Jornada laboral:

Mañana: ___ Tarde: ___

Realiza actividades extra laborales:

Sí: ___ No: ___

Anexo 4

Consentimiento para participar en un estudio de investigación - ADULTOS -

Instituciones : Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
Investigador : Pedro José Franco Sánchez Castro
Título : Síndrome de burnout en docentes de una institución educativa nacional de la victoria,
Chiclayo setiembre – diciembre 2019

Fines del Estudio:

El siguiente estudio tiene como finalidad determinar cómo se encuentra el personal docente con respecto a su estado emocional, su realización personal y su percepción personal.

Procedimientos:

Si usted acepta participar en este estudio se le pedirá que responda a las preguntas de un inventario y de una ficha sociodemográfica.

Riesgos:

No se prevén riesgos por participar en este estudio.

Beneficios:

Si lo desea se le informará de manera personal y confidencial los resultados que se obtengan. Los costos del test y del programa serán cubiertos por el estudio y no le ocasionarán gasto alguno.

Costos e incentivos

Usted no deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas serán codificadas usando un número de identificación que garantiza la confidencialidad. Si los resultados de este programa son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participan en este estudio. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

Uso de la información:

La información una vez procesada será eliminada.

Derechos del participante:

Si usted decide participar en el estudio, puede retirarse de éste en cualquier momento, sin perjuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio, o llamar a Pedro José Franco Sánchez Castro al tel.914145634

Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Comité de Ética de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, teléfono 074 606200 anexo 1138

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo en que consiste mi participación en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Participante
Nombre:
DNI:

Investigador
Nombre: Pedro José Franco Sánchez Castro
DNI: 72536577

Fecha:

Fecha:

Anexo 5



Anexo 6



CONSEJO DE FACULTAD
RESOLUCIÓN N° 626-2019-USAT-FMED
Chidayo, 26 de noviembre de 2019

Vista la solicitud N° 157426 de fecha 25 de noviembre de 2019 que adjunta el documento de aprobación emitido por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina del Proyecto de Investigación del estudiante Sánchez Castro Pedro José Franco, de la Escuela de Psicología. Asesor: Lic. Estela Marcela Ascencio.

CONSIDERANDO:

Que esta investigación forma parte de las áreas y líneas de investigación de la Escuela de Psicología

Que el proyecto de investigación denominado: Síndrome de Burnout en docentes de una Institución Educativa Nacional de la Victoria, setiembre a diciembre, 2019, fue aprobado por el Comité Metodológico de la Escuela de Psicología y el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina.

En uso de las atribuciones conferidas por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo;

SE RESUELVE:

Artículo 1° - Declarar aprobado el Proyecto de Investigación para continuar con el proceso de recolección de datos y finalización del mismo.

Artículo 2° - Disponer que el estudiante gestione ante las instituciones pertinentes las facilidades para la recolección de información.

Regístrese, comuníquese y archívese.



SECRETARÍA ACADÉMICA
FACULTAD DE MEDICINA

Lic. Irene Mercedes del Rocío Rangel Castro

Secretaria Académica
Facultad de Medicina



FACULTAD DE MEDICINA

Méd. Jorge Luis Lima Liza
Decano (a)
Facultad de Medicina

Anexo 7

Baremos construidos para investigar la prevalencia del síndrome de burnout por dimensiones

Baremos	Agotamiento Emocional	Despersonalización	Realización Personal
Alto	19 – 35	6 – 11	47 – 48
Medio	9 - 18	1 - 5	39 - 46
Bajo	4 – 8	0	10 – 38