



FACULTAD DE POSGRADOS

MAESTRÍA EN

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN

**PREVALENCIA DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE
EDUCACIÓN SECUNDARIA DE INSTITUCIONES PÚBLICAS DE LA SIERRA
Y SU IMPACTO EN EL RENDIMIENTO LABORAL.**

Profesor

Ing. Ángel Báez Suarez

Autor (es)

AUCANSELA TIUQUINGA, EVELYN
CHÁVEZ JARAMILLO, CARINA

2023

RESUMEN

El objetivo de la presente investigación fue determinar la prevalencia del síndrome de burnout en docentes de educación secundaria de instituciones públicas de la sierra y su impacto en el rendimiento laboral. El estudio correspondió a una investigación cuantitativa debido que se recogieron datos para su respectivo análisis estadístico, de diseño no experimental ya que no hubo manipulación de la variable y de tipo descriptivo ya que se buscó medir, detallar y recolectar los datos del síndrome de burnout en un único momento en base a sus tres dimensiones: cansancio emocional, despersonalización y realización personal. La población estuvo compuesta por 100 docentes de instituciones educativas de las provincias de Pichincha y Chimborazo. El instrumento de recolección de datos fue el cuestionario *Maslach Burnout Inventory* (MBI). Como resultado se observa que en cuanto a la dimensión cansancio emocional en relación a las variables sociodemográficas mostró un nivel bajo con un (80,30% vs 51,43% con un chi cuadro $p = 0,0059$). En cuanto a la dimensión despersonalización se obtuvieron resultados en el que se observa que existe una asociación con el sexo, en el nivel bajo (58,33 % vs 84,38% con un chi cuadro $p = 0,0144$). En la dimensión realización personal se pudo observar que existe una relación estadísticamente significativa en el nivel bajo (42,86% vs 28,95% con un chi cuadro $p = 0,0314$). En conclusión, se puede demostrar que no hay factores de riesgo estadísticamente significativos en el desarrollo del síndrome de burnout en los docentes de las instituciones educativas sujetas a estudio.

ABSTRACT

The objective of this research was to determine the prevalence of burnout syndrome in secondary school teachers from public institutions in the mountains and its impact on work performance. The study corresponded to a quantitative investigation due to the fact that data was collected for its respective statistical analysis, of a non-experimental design since there was no manipulation of the variable and of a descriptive type since it sought to measure, detail and collect data on burnout syndrome in a single moment based on its three dimensions: emotional exhaustion, depersonalization and personal fulfillment. The population consisted of 100 teachers from educational institutions in the provinces of Pichincha and Chimborazo. The data collection instrument was the Maslach Burnout Inventory (MBI) questionnaire. As a result, it is observed that in terms of the emotional exhaustion dimension in relation to the sociodemographic variables, it showed a low level with (80.30% vs. 51.43% with a chi square $p = 0.0059$). Regarding the depersonalization dimension, results were obtained in which it is observed that there is an association with sex, at the low level (58.33% vs. 84.38% with a chi square $p = 0.0144$). In the personal fulfillment dimension, it was observed that there is a statistically significant relationship at the low level (42.86% vs. 28.95% with a chi square $p = 0.0314$). In conclusion, it can be shown that there are no statistically significant risk factors in the development of burnout syndrome in teachers of the educational institutions under study.

ÍNDICE DEL CONTENIDO

CONTENTS

1.	RESUMEN	2
2.	ABSTRACT	3
3.	INTRODUCCIÓN	0
4.	JUSTIFICACIÓN Y APLICACIÓN DE LA METODOLOGÍA	12
5.	RESULTADOS	17
6.	DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS Y PROPUESTA DE SOLUCIÓN.....	21
7.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	26
8.	Referencias	28

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Investigaciones con relación al Síndrome de Burnout.....	4
Tabla 2. Operalización de la variable	15
Tabla 3. Prevalencia de Síndrome de Burnout en los docentes, en relación con las características sociodemográficas de la población.....	17
Tabla 4. Prevalencia de Síndrome de Burnout en los docentes, en relación con las características sociodemográficas de la población.....	19
Tabla 5. Odds Ratio crudo y ajustado para la asociación de potenciales factores de riesgo en síndrome de burnout en la población de estudio.	20

INTRODUCCIÓN

Identificación del objeto de estudio:

El Burnout es una enfermedad que se desarrolla en diferentes escenarios laborales, tanto públicos como privados y que tienen que ver con el desgaste, agotamiento, cansancio, despersonalización, insatisfacción, estrés y otras repercusiones que se presentan en las personas cuya labor o trabajo implica el contacto e interacción con otras personas.

El síndrome de burnout es una patología que ha sido descrita desde hace más de tres décadas, sin embargo, carecía de una definición uniforme y aceptada, ha sido definido como un estado psicológico que surge de la respuesta prolongada a los estresores presentes en el ámbito del trabajo (Martínez, 2010). Es hasta el 2011 que la OMS reconoce como enfermedad el burnout o “síndrome de estar quemado” o de desgaste profesional como resultado del estrés crónico en tres dimensiones: emociones de falta de energía o agotamiento, pensamientos negativos con relación al trabajo y actividad profesional reducida.

Es entendido como tema polémico, algunos autores lo conceptualizan como un “fenómeno que incluye cansancio emocional, despersonalización y baja realización personal”.

Hacen referencia a que el síndrome de burnout es una respuesta al estrés laboral crónico integrado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional, así como por la vivencia de encontrarse agotado. (Gil-Monte, 2011 citado por Saborio & Hidalgo, 2015, pág. 120)

El burnout se da como resultado del estrés laboral crónico influenciado por variables sociales y del propio sujeto. Su peligrosidad se deriva de algunas de sus características como la permanencia afectando el estado emocional de las personas una serie de profesiones muy valoradas por la sociedad como los docentes por esto cobraría relevancia para nuestro estudio. (Malender & N, 2019)

Molero, 2019 citado por Villanueva (2021) menciona:

Que al menos el 30% de los docentes de diferentes países han experimentado alguna vez el síndrome de burnout, el cual se ha presentado en los últimos 20 años, y que se ha presentado consecuencias negativas en cuanto a la satisfacción

personal, en su salud, en su economía, así como en su grado de compromiso con el trabajo. (pág. 1)

Actualmente los cambios y avances educativos y además de los sociales, culturales, científicos y tecnológicos han provocado que los docentes sufran una serie de permutaciones tanto a nivel personal como laboral, los problemas en la salud son los más relevantes y el estrés crónico es el principal factor de riesgo que afecta al proceso educativo, es decir, la docencia esta entre una de las profesiones que padece de estrés laboral lo que compromete la calidad de enseñanza.

Se reconoce al magisterio como un trabajo propenso a desarrollar este síndrome, ya que su labor no solo implica realizar actividades dentro de las aulas sino también fuera de las aulas, las cuales van desde la interacción entre colegas, alumnado y personal externo e interno de la institución, hasta la preparación de actividades, cronogramas educativos, evaluaciones, etc., propias de la institución.

En Ecuador, el sistema educativo ha sufrido una serie de reformas en los últimos años y los docentes juegan un rol importante según Molero, 2015 citado por Manzano (2020) indica que:

La reforma educativa se refiere a las decisiones que toma un estado con el fin de orientar políticas educativas para superar las deficiencias detectadas en un sistema con resultados insatisfactorios en términos de calidad y eficiencia. Por lo que, toda reforma educativa surge de la evaluación del servicio educativo que brinda a sus ciudadanos y la influencia positiva o negativamente en la estructura social y educativa. (pág. 501)

Un estudio realizado en Ecuador con investigación cualitativa y descriptiva que buscó medir y detallar el síndrome de burnout de los docentes con la aplicación del cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI) se halló lo siguiente, el 29% de los docentes de la unidad educativa padecen de cansancio emocional; la despersonalización fue del 17%; y el 85% de los docentes presenta un alto nivel de realización. Además, se concluyó que los docentes presentan el síndrome en una prevalencia baja y que los docentes que presentan una prevalencia alta están ubicados en escala media y en una población pequeña (Manzano, 2020).

Planteamiento del problema

En un mundo que ha venido cambiando en los últimos años frente a la pandemia por covid-19, avances tecnológicos, cambios socioculturales, etc., acarrea repercusiones en el mundo laboral, exacerbando el sufrimiento humano, enfermedades profesionales y dejando desprotegidos a millones de personas trabajadoras de empresas sean públicas o privadas. El síndrome de burnout en docentes no afecta solo al individuo es multidimensional, es decir, el docente se ve afectado por diversos factores de acuerdo con su sistema de trabajo sea este de instituciones educativas públicas y/o privadas, sobrecarga laboral, conflictos interpersonales u organizacionales. Este síndrome no solo afecta la salud mental del docente sino también afecta a nivel físico y otras alteraciones psicosomáticas. En este contexto con lo mencionado anteriormente nace nuestra interrogante: ¿Cuál es la prevalencia de Síndrome de Burnout en docentes de educación secundaria de instituciones públicas y cómo afecta a su rendimiento laboral?

Pregunta de investigación

¿Cuál es la prevalencia de Síndrome de Burnout en docentes de educación secundaria de instituciones públicas y cómo afecta a su rendimiento laboral?

En la actualidad los factores psicosociales relacionados al trabajo hacen referencia a las condiciones presentes que toda persona enfrenta en su actividad laboral y que pueden afectar a su vida profesional, familiar, personal y además a la empresa u organización en la cual desempeña sus funciones (Caballero, y otros, 2009).

El sistema educativo ha cambiado en los últimos años y se ha enfrentado a nuevos retos generando riesgos y daños a la salud derivados al trabajo como docente. Uno de los riesgos o síndromes relacionados a la actividad sociolaboral es de Burnout, según Caballero, y otros, (2009) se define “como Síndrome de Quemarse por el Trabajo (SQT) o de desgaste profesional” (pág. 143). Un estado de desgaste físico, mental y emocional debido a la exposición prolongada de factores estresores presente en el área o ámbito del trabajo.

El magisterio es una de las actividades profesionales de alto riesgo de contraer síndrome de burnout debido a la alta exigencia que carree su puesto de trabajo. Varios estudios realizados en el área educativa con respecto a este trastorno se puede indicar que este sector es vulnerable a desarrollar este síndrome en los docentes siendo una amenaza a la calidad educativa debido a la “realización simultánea de múltiples actividades y funciones

que implican asegurar que los estudiantes reciban una educación de calidad, así como exigencias grandes y conflictivas, no solo por parte de los alumnos, también de las familias, redes sociales y la administración” (Posada, Molano, Parra, Brito, & Rubio, 2019, pág. 121).

Estudios realizados por Vilorio & Paredes, 2022 citado por Correa, Muñoz, & Chaparro (2010) menciona que:

El profesorado parece ser especialmente vulnerable a este problema, debido a la presión a la que se ven sometidos por intentar responder a la diversidad de demandas, teniendo que exigirse cada vez más a sí mismos y presentando cada vez más sintomatología asociada a este síndrome, siendo cada vez más frecuentes las licencias por estrés, el ausentismo, la depresión y el agotamiento. (pág. 590)

Este síndrome en los docentes de instituciones educativas surge de la discrepancia de intereses personales, profesionales y específicos del área de trabajo donde la entrega, idealismo y servicio a los demás no se alinean de manera complementaria generando un sobreesfuerzo emocional, una carga psíquica significativa en el trabajo desencadenando factores psicosociales negativos dando como resultado una profesión estresante.

El síndrome de burnout es una de las principales causas de desgaste laboral en la docencia, que llegan a afectar su grado individual tanto a nivel psicológico demostrando actitudes como agresividad, intolerancia, ansiedad, miedo, colera, etc., también a nivel físico como cansancio, problemas cardíacos, problemas gastrointestinales, trastornos psicósomáticos, entre otros y a nivel institucional como decadencia profesional, absentismo laboral, accidentes laborales, antipatía con los alumnos lo que puede repercutir en el proceso de enseñanza y a las interacciones personales que se dan lugar en el área del trabajo y en cierto punto el área familiar (Aldrete, Pando, Aranda, & Balcázar, 2003).

Se pueden identificar variables para determinar el desarrollo de burnout en los docentes como variables sociodemográficas y ocupacionales como edad, nivel de enseñanza, experiencia, salario, cargo administrativo, etc., también variables de criterio de los tipos o dimensiones de burnout como agotamiento emocional, despersonalización, falta de realización personal, etc., (León-Rubio, León-Pérez, & Cantero, 2013)

Objetivo general

- Determinar la prevalencia del síndrome de burnout en docentes de educación secundaria de instituciones públicas de la sierra y su impacto en el rendimiento laboral.

Objetivos específicos

- Establecer las causas y síntomas que inciden en la presencia del síndrome de burnout en los docentes de educación secundaria.
- Establecer los parámetros en los que los docentes de educación secundaria son más susceptibles a adolecer el síndrome de burnout.
- Identificar los principales factores asociados al síndrome de burnout en los docentes de educación secundaria y como afecta a su rendimiento laboral.

Revisión de literatura

A continuación, se detalla temas de investigación con enfoque al síndrome de burnout y su relación en la docencia:

Tabla 1. Investigaciones con relación al Síndrome de Burnout

Título	Autores y año de publicación	Objetivo de estudio	Metodología usada
FACTORES ASOCIADOS AL SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE COLEGIOS DE LA CIUDAD DE CALI, COLOMBIA	(Díaz, López, & Várela, 2012)	Identificar los factores de riesgo del síndrome de burnout en docentes de dos instituciones educativas públicas y privadas de Cali, Colombia.	El estudio realizado tuvo un diseño transversal y fue de naturaleza no experimental.

<p>PREVALENCIA DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES: FACTORES ASOCIADOS AL ESTATUTO DE VINCULACIÓN LABORAL EN COLOMBIA</p>	<p>(Posada, Molano, Parra, Brito, & Rubio, 2019)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer los principales factores que influyen en la presencia de burnout en los docentes. 2. Reconocer los síntomas relacionados con el Burnout. 3. Comprender la legislación que podría derivar en el síndrome en los docentes. 	<p>El marco de la metodología se basa en cinco componentes: participantes, diseño, proceso, herramientas de medición y análisis de datos. El estudio corresponde a un estudio descriptivo correlacional.</p>
<p>PREVALENCIA DE BURNOUT EN DOCENTES DE NIVEL SECUNDARIO</p>	<p>(Malender & N, 2019)</p>	<p>Identificar la prevalencia del burnout entre los docentes de secundaria.</p>	<p>Este estudio es una investigación cuantitativa, descriptiva y transversal en la que se pretende medir y detallar el síndrome de burnout en un solo instante.</p>

<p>PREVALENCIA DEL SÍNDROME DEL BURNOUT Y SU CORRELACIÓN CON FACTORES PSICOSOCIALES EN DOCENTES DE UNA INSTITUCIÓN</p>	<p>(Caballero, y otros, 2009)</p>	<p>Determinar qué tan común es el síndrome de burnout entre los profesores de secundaria y cómo se relaciona con otros factores de riesgo psicosocial.</p>	<p>Se utilizó la metodología basada en un estudio aleatorizado estratificado.</p>
<p>SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES EN UN CONTEXTO DE EMERGENCIA SANITARIA, LIMA</p>	<p>(Salcedo, Cárdenas, Carita, & Ledesma, 2020)</p>	<p>Establecer las diferencias significativas entre los parámetros que constituyen el síndrome de burnout entre docentes de secundaria en el marco de una emergencia sanitaria, Lima.</p>	<p>Los docentes de secundaria están incluidos en la población de este estudio cuantitativo, flexible, no empírico y transversal.</p>
<p>BURNOUT DOCENTE Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN DOCENTES DE PRIMARIA Y SECUNDARIA</p>	<p>(Muñoz & Correa, 2012)</p>	<p>Determinar la prevalencia del síndrome de burnout y cualquier vínculo potencial con los llamados mecanismos de afrontamiento.</p>	<p>Se utilizó un diseño transversal, descriptivo, no experimental. Se aplicó una escala de estrategia de afrontamiento modificada y el Cuestionario de Maslash.</p>

<p>PREVALENCIA DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES VINCULADOS AL COLEGIO LUIS CAMACHO RUEDA DE SAN GIL</p>	<p>(Landines & Vásquez, 2021)</p>	<p>Conocer qué tan común es el síndrome de burnout entre los docentes de la escuela Luis Camacho Rueda de San Gil.</p>	<p>Se utilizó el método de estudio de caso único; la historia de vida, las observaciones y las entrevistas a no participantes fueron los métodos, y los cuestionarios y diarios de campo fueron las herramientas.</p>
<p>REVALENCIA DEL SINDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRIMARIA Y SECUNDARIA TUPAC AMARU DE IQUITOS 2016</p>	<p>(Ríos, 2017)</p>	<p>Conocer la prevalencia de burnout en docentes de primaria y secundaria de Túpac Amaru de Iquitos.</p>	<p>La investigación es cuantitativa. La investigación descriptiva transversal fue el diseño previsto del estudio.</p>

<p>BURNOUT SYNDROME AND SOCIO-DEMOGRAPHIC VARIABLES IN PERUVIAN TEACHERS</p>	<p>(Estrada & Gallegos, 2020)</p>	<p>Análisis de factores sociodemográficos asociados al desgaste profesional docente en una escuela de la zona de Cusco.</p>	<p>Se utilizan métodos de investigación cuantitativos, no empíricos y descriptivos cruzados.</p>
<p>SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE LATINOAMÉRICA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA</p>	<p>(Tabares, Martínez, & Matabanchoy, 2020)</p>	<p>Determinación de la literatura latinoamericana sobre desgaste docente leída entre 2008 y 2018.</p>	<p>Análisis sistemático de la literatura utilizando los estándares PRISMA-P.</p>
<p>ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN DEL "BURNOUT" EN EL ÁMBITO EDUCATIVO</p>	<p>(Guerrero & Rubio, 2005)</p>	<p>n/a</p>	<p>n/a</p>

<p>ANÁLISIS DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE EDUCACIÓN INFANTIL, PRIMARIA Y SECUNDARIA PARA SU PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO</p>	<p>(Gallardo, López, & P, 2019)</p>	<p>Examinar el agotamiento emocional de los docentes en una escala amplia y con respecto a variables categóricas en función de su edad, años de experiencia, tipo de institución y nivel de instrucción.</p>	<p>1.890 docentes que fueron evaluados en la escala de burnout del CBP-R conformaron la muestra del estudio, que utilizó una metodología cuantitativa.</p>
<p>ESTRÉS Y BURNOUT EN DOCENTES DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR</p>	<p>(Amador, Rodríguez, Serrano, Olvera, & Martínez, 2014)</p>	<p>Conocer los signos de burnout en los docentes universitarios, para comprender su comportamiento</p>	<p>Se sugiere realizar un estudio descriptivo de corte transversal debido a que la recolección de datos solo se realiza una vez en un breve período de tiempo.</p>
<p>SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES UNIVERSITARIOS DURANTE DICTADO DE CLASES VIRTUALES.</p>	<p>(Lópes de la Cruz & Zacarias, 2020)</p>	<p>Analizar el grado de síndrome de burnout que muestran los docentes universitarios durante las clases en línea.</p>	<p>El síndrome de burnout se identificó a partir de sus tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Se empleó un diseño descriptivo sencillo.</p>

<p>“ ESTRÉS LABORAL Y SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES CUBANOS DE ENSEÑANZA PRIMARIA ”</p>	<p>(Oramas, 2013)</p>	<p>Identificar la presencia del Síndrome de Estrés Laboral y Burnout en Docentes Cubanos de Enseñanza Básica</p>	<p>Se utilizo el método de investigación de corte transversal para una investigación descriptiva.</p>
<p>“ MANEJO DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES UNIVERSITARIOS A TRAVÉS DE UNA INTERVENCIÓN COGNITIVO CONDUCTUAL ”</p>	<p>(Rodríguez, 2022)</p>	<p>Reducir los síntomas del agotamiento de los docentes universitarios a través de una intervención cognitivo-conductual.</p>	<p>Al utilizar un diseño de investigación cuasiexperimental, es posible estimar los efectos que se producen en una o más variables.</p>
<p>PROGRAMA DE INTERVENCIÓN COGNITIVO CONDUCTUAL PARA TRATAR EL SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA</p>	<p>(Yupangui, 2022)</p>	<p>Evaluar la eficacia del programa de intervención cognitivo conductual en el tratamiento del síndrome de burnout docente en una institución pública. Jauja 2022</p>	<p>El método utilizado es a nivel de interpretación, con una muestra controlada de 38 docentes, un segundo grupo experimental y un diseño cuasiexperimental.</p>

<p>EVOLUCIÓN DE LA PRODUCCIÓN CIENTÍFICA DEL SÍNDROME DE BURNOUT, INTELIGENCIA EMOCIONAL Y PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICO-SALUDABLE EN DOCENTES</p>	<p>(International Journal of Developmental and Educational Psychology INFA, 2022)</p>	<p>Establecer una situación actual a partir de las relaciones entre las variables de estudio, es importante observar el desarrollo de la comprensión científica del síndrome de burnout, la inteligencia emocional y la práctica de actividad física en los docentes de educación primaria.</p>	<p>Se buscó minuciosamente en la literatura científica.</p>
--	---	---	---

Autores: Carina Chávez – Evelyn Aucansela

JUSTIFICACIÓN Y APLICACIÓN DE LA METODOLOGÍA

Justificación

La necesidad de estudiar este síndrome nace con el objeto de la precaución de la salud de los docentes con relación a su entorno laboral y como éste afecta su rendimiento puesto que la docencia es una de las profesiones con elevado estrés laboral y una de las más propensas a padecer este síndrome.

Asimismo, el interés se da por el derecho a la salud que todo trabajador posee dentro de una empresa u organización. “Este derecho implica el no estar sometido a las distintas causas de exposición que son origen de cualquier posible merma de salud” (Ríos, 2017, pág. 10).

La falta de una buena cultura de la salud mental ha hecho que hoy en día se dispare el número de enfermedades relacionadas con el estrés o el agotamiento. Según Chávez (2014), la salud física y mental se deteriora y afecta el compromiso y la satisfacción laboral, por lo que el éxito o fracaso de la reforma educativa depende de cómo interpreten, analicen e intervengan los docentes, lo que lleva a la aceptación o rechazo de cualquier aprendizaje.

Las estrategias inadecuadas para hacer frente al estrés, causado no solo por la carga excesiva de trabajo, sino también por las relaciones defectuosas con el personal y los estudiantes, son la causa de un desempeño laboral ineficiente e ineficaz. En este contexto, Manzano (2021) muestra que la forma en que los docentes reaccionan ante el cambio afecta su bienestar psicológico en el lugar de trabajo, y en respuesta al estrés prolongado estas personas desarrollan procesos ansioso-depresivos, mejor conocido como síndrome de burnout. que no podía funcionar adecuadamente en el contexto de tales cambios y demandas.

La docencia juega un rol importante en la vida de los alumnos y es ahí la importancia del estudio del síndrome de burnout puesto que si el docente presenta condiciones no favorables de su entorno laboral está comprometiendo la calidad educativa, por ende, a lo que aprende el alumno.

Si el entorno en el que vive el docente está involucrado a factores negativos y/o estresantes, se enreda también las condiciones de calidad que debe entregar como producto un docente. Estos factores que se presentan en el entorno laboral del docente

deben estudiarse con detenimiento con el objeto de remediarlo, recuperar y mejorar la calidad educativa que se espera del docente. (Ríos, 2017)

La estrecha relación entre el síndrome de burnout y la docencia hace posible identificar y diagnosticar este trastorno en el área educativa y así determinar los factores de exposición que se dan para luego trabajar en un plan de prevención de riesgos laborales.

De forma general, este tema de investigación radica su importancia en que tanto para los docentes sino también para la comunidad educativa tenga en conocimiento este tipo de patología que se desarrolla durante el ámbito laboral, identificar y diagnosticar como aparece, se desarrolló y afecta a los trabajadores para posteriormente tratarlo. Al identificarla como una enfermedad laboral se detectan los factores de exposición que pueden causar un daño a la salud física y mental de los trabajadores se puede gestionar para elaborar una prevención de riesgos laborales.

Tipo de diseño

El presente estudio se realizó a través de una investigación cuantitativa debido que se recogieron datos para su respectivo análisis estadístico y así metodizar la información obtenida, de diseño no experimental ya que no hubo manipulación de la variable y de tipo descriptivo ya que se buscó medir, detallar y recolectar los datos del síndrome de burnout en un único momento.

Población

La investigación se encuentra constituida por una muestra de 100 docentes ($n=100$) pertenecientes a tres instituciones educativas de nivel secundario de dos provincias de la región Sierra, las instituciones sujetas de estudio son *Unidad Educativa “Cap. Edmundo Chiriboga G.”* ubicada en la provincia de Chimborazo cantón Riobamba, *Unidad Educativa “Pedro Vicente Maldonado”* ubicada en la provincia de Chimborazo cantón Riobamba y *Unidad Educativa “Alóag”* ubicada en la provincia de Pichincha cantón Mejía.

Para determinar la población se contactó a las autoridades de las unidades educativas sujetas de estudio y se entregó cartas de compromiso emitidas de la universidad para solicitar la autorización y así administrar el cuestionario a los docentes. De forma

preliminar se expresó que el desarrollo del cuestionario es de forma libre y voluntaria. Una vez obtenido el permiso se procedió a informar a los docentes el objeto del desarrollo del cuestionario para que puedan firmarlo y desarrollarlo. El instrumento utilizado fue un cuestionario en línea, distribuido por invitación Google formulario para el recojo de datos de la variable.

Variables de Estudio

La variable de estudio: Síndrome de Burnout

La variable Síndrome de Burnout será medido a través de 3 dimensiones, niveles o criterios (agotamiento o cansancio emocional, despersonalización y realización personal) los cuales nos permitirán determinar las causas y circunstancias de este síndrome en los docentes de educación secundaria (Landines & Vásquez, 2021).

Instrumento

Para la recolección de la información se utilizó como instrumento la encuesta estructurada en dos partes, la primera en la que se recolecto la información sobre las características sociodemográficas y de estatus laboral de los docentes que conformaron la muestra en estudio, la segunda parte compuesta por preguntas del cuestionario *Maslach Burnout Inventory* (MBI), con abordajes sobre los sentimientos y actitudes del personal docente, con el objetivo de medir e identificar el grado o nivel de afectación del Síndrome de Burnout.

La variable síndrome de burnout será medido a través del Inventario de Burnout de Maslach que tiene como objeto medir la frecuencia y la intensidad con la que se sufre este trastorno, consta de 22 ítems de tipo Likert (nunca, casi nunca, a veces, casi siempre y siempre) y evalúa 3 dimensiones: el cansancio emocional (ítems del 1 al 9), la despersonalización (ítems del 10 al 14) y la realización profesional (ítems del 15 al 22) (Estrada & Gallegos, 2020)

Tabla 2. Operalización de la variable

Variable	Dimensiones	Instrumento de Medición	Definición Operacional	Indicadores	Escala de Medida
Síndrome de burnout	<ul style="list-style-type: none"> • Cansancio emocional • Despersonalización • Realización emocional 	Inventario de Burnout de Maslach	Nivel de puntuaciones obtenidas en el Inventario de Burnout de Maslach.	0. Nunca 1. Algunas veces al año o menos 2. Una vez al mes 3. Algunas veces al mes 4. Una vez a la semana 5. Algunas veces a la semana 6. Todos los días.	Intervalos: <ul style="list-style-type: none"> • Nunca • Casi nunca • A veces • Casi siempre • Siempre

Autores: Carina Chávez – Evelyn Aucansela

Análisis Estadísticos

Para analizar los datos se manipuló el software estadístico EPI INFO versión 7,0 aplicando estadística descriptiva, análisis bivariado o cálculo de prevalencia y pruebas de diferencia de distribución de datos o de varianza, en la obtención de la frecuencia de los datos sociodemográficos y puntuaciones de las dimensiones establecidas para las variables en estudio, expresados en frecuencias, porcentajes, prueba de Chi cuadrado y Odds Ratio ajustado y crudo, a partir de los cuales se realizaron comparaciones de las variables estudiadas.

RESULTADOS

Tabla 3. Prevalencia de Síndrome de Burnout en los docentes, en relación con las características sociodemográficas de la población.

TIEMPO DE TRABAJO					
Variable	Categoría	Menos de 10 años	Entre 10 y 20 años	Mas de 21 años	Chi cuadrado
		n (%)	n (%)	n (%)	
Sexo	Hombre	15(41,67)	12(37,50)	9(25)	0,6957
	Mujer	23(35,94)	20(31,25)	21(32,81)	
Edad	20 a 39 años	8 (100)			0,0007
	40 a 50 o mas	30(32,61)	33(35,98)	30(32,26)	
Lugar de nacimiento	Alóag	23(60,53)	19(30,16)	21(33,33)	0,5705
	Riobamba	15(39,47)	14(36,84)	9(30)	
Estado Civil	Soltero/Divorciado	19(50)	11(28,95)	8(21,59)	0,1366
	Casado	19(30,65)	22(35,48)	21(33,87)	
Tipo de contrato	Ocasional	14(77,78)	4(22,22)	0(0)	0
	Provisional	13(38,42)	4(21,05)	2(10,53)	
	Definitivo	11(17,19)	25(39,06)	28(43,75)	
Área de desempeño	Ciencias Naturales/Sociales/Lengua y Literatura	11(31,43)	14(40)	10(28,57)	0,4845
	Otras	27(40,91)	19(28,79)	20(30,30)	
Numero de cursos	Solo uno/Uno a dos	5(27,78)	8(44,44)	5(27,78)	0,4675
	Mas de tres	33(39,76)	25(30,12)	25(30,12)	

Maestrías en Instituciones de Salud

Nivel de Educación	Inicial/Primaria completa e incompleta	5(35,71)	5(35,71)	4(28,57)	0,9097
	Secundaria Completa/Incompleta	7(30,43)	9(39,13)	7(30,43)	
	Superior	26(40,63)	19(29,69)	19(29,69)	
Jornada de trabajo	Diurna	38(38)	32(32)	30(30)	1

Valor de p: chi cuadrado

Autores: Carina Chávez – Evelyn Aucansela

Fuente: Epi Info V7

Análisis: De los 100 docentes encuestados se observa que existe una asociación estadísticamente significativa entre el tiempo de trabajo y la edad, teniendo un (chi cuadrado $p=0,0007$).

Además, en cuanto a la relación del estado civil y el tiempo de trabajo es de igual forma estadísticamente significativo con un (chi cuadrado $p =0,1366$).

Podemos observar además en cuanto al tipo de contrato en relación con el tiempo de trabajo existe de igual manera una asociación estadísticamente significativa, obteniendo un (chi cuadrado $p =0$

Tabla 4. Prevalencia de Síndrome de Burnout en los docentes, en relación con las características sociodemográficas de la población.

VARIABLE	CATEGORIA	CANSANCIO EMOCIONAL (ED)			Chi cuadrado	DESPERSONALIZACION(DP)			Chi cuadrado	REALIZACION PERSONAL (PA)			Chi cuadrado	RIESGO BURNOUT	Chi cuadrado
		BAJO	MEDIO	ALTO		BAJO	MEDIO	ALTO		BAJO	MEDIO	ALTO			
SEXO	HOMBRE	22(61,11)	6(16,67)	8(22,22)	0,3466	21(58,33)	4(11,11)	11(30,56)	0,0144	14(38,89)	8(22,22)	14(38,89)	0,281	7(19,44)	0,189
	MUJER	48(75)	7(10,94)	9(14,06)		54(84,38)	2(3,13)	8(12,50)		24(37,50)	23(35,94)	17(26,56)		7(10,94)	
Edad	20 a 39 años	6(75)	0(0)	2(25)	0,4747	5(65,50)	0(0)	3(37,50)	0,314	2(25)	5(62,50)	1(12,50)	0,12	2(25)	0,306
	40 a 50 o mas	65(69,89)	13(13,98)	15(16,13)		71(76,34)	6(6,45)	16(17,20)		36(38,71)	26(27,96)	31(33,33)		12(12,90)	
Lugar de nacimiento	Aloag	48(76,19)	8(12,70)	7(11,11)	0,1296	55(87,30)	3(4,76)	5(7,94)	0,0008	27(42,86)	22(34,92)	14(22,22)	0,0314	4(6,35)	0,0065
	Riobamba	23(60,53)	5(13,16)	10(26,32)		21(55,26)	3(7,89)	14(36,84)		11(28,95)	9(23,68)	18(47,37)		26,32(71,43)	
Estado Civil	Soltero/Divorciado	26(68,42)	3(7,89)	9(23,68)	0,2391	25(65,79)	2(5,26)	11(28,95)	0,1394	14(36,84)	9(23,68)	15(39,47)	0,345	8(21,05)	0,099
	Casado	44(70,97)	10(16,13)	8(12,90)		50(80,65)	4(6,45)	8(12,90)		23(37,10)	22(35,48)	17(27,42)		6(9,68)	
Tipo de contrato	Ocasional	13(72,22)	4(22,22)	1(5,56)	0,1423	14(77,78)	3(16,67)	1(5,56)	0,0015	7(38,89)	6(33,33)	5(27,78)	0,3123	1(5,56)	0,0389
	Provisional	10(52,63)	3(15,79)	6(31,58)		9(47,37)	1(5,26)	9(47,37)		5(26,32)	4(21,05)	10(52,63)		6(31,58)	
	Definitivo	48(75)	6(9,38)	10(15,63)		53(82,81)	2(3,13)	9(14,06)		26(40,63)	21(32,81)	17(26,56)		7(10,94)	
Tiempo de trabajo	Menos de 10 años	25(65,79)	6(15,79)	7(18,42)	0,1951	26(68,42)	3(7,89)	9(23,68)	0,2697	12(31,58)	12(31,58)	14(36,84)	0,1389	7(18,42)	0,1379
	Entre 10 y 20 años	20(60,61)	6(18,18)	7(21,21)		23(69,70)	2(6,06)	8(24,24)		14(42,42)	6(18,18)	13(39,39)		6(18,18)	
	Mas de 21 años	26(86,67)	1(3,33)	3(10)		27(90)	1(3,33)	2(6,67)		12(40)	13(43,33)	5(16,67)		1(3,33)	
Area de desempeño	Ciencias Naturales/Sociales /Lengua y Literatura	18(51,43)	6(17,14)	11(31,43)	0,0059	20(57,14)	3(8,57)	12(34,29)	0,0075	9(25,71)	12(34,29)	14(40)	0,1814	9(25,71)	0,0152
	Otras	53(80,30)	7(10,61)	6(9,09)		56(84,85)	3(4,55)	7(10,61)		29(43,94)	19(28,79)	18(27,27)		5(7,58)	
Numero de cursos	Solo uno/Uno a dos	14(77,78)	1(5,56)	3(16,67)	0,5811	15(83,33)	0(0)	3(16,67)	0,4618	15(83,33)	0(0)	3(16,67)	0,4618	3(16,67)	0,4739
	Mas de tres	57(68,67)	12(14,46)	14(16,87)		61(73,49)	6(7,23)	16(19,28)		61(73,49)	6(7,23)	16(19,28)		11(13,25)	
Nivel de Educacion	Inicial/Primaria completa e incompleta	10(71,43)	3(21,43)	1(7,14)	0,2357	10(71,43)	1(7,14)	3(21,43)	0,9608	2(14,29)	6(42,86)	6(42,86)	0,4265	3(16,67)	0,7016
	Secundaria Completa/Incompleta	18(78,26)	0(0)	5(21,74)		17(73,91)	2(8,70)	4(17,39)		9(39,13)	7(30,43)	7(30,43)		11(13,25)	
	Superior	43(67,19)	10(15,63)	11(17,19)		49(76,56)	3(4,69)	12(18,75)		27(42,19)	18(28,13)	19(29,69)		10(71,43)	
Jornada de trabajo	Diurna	71(71)	12(12)	17(17)	1	75(75)	6(6)	19(19)	1	38(38)	31(31)	31(31)	1	14(14)	1

Valor de p: chi cuadrado

Autores: Carina Chávez – Evelyn Aucansela

Fuente: Epi Info V7

Análisis: En el análisis de la dimensión de cansancio emocional, en relación, con las variables sociodemográficas, se encuentra asociación con el área de desempeño donde se determinó un nivel bajo con un (80,30% vs 51,43% con un chi cuadro $p=0.0059$)

En cuanto al análisis de la dimensión despersonalización, se puede observar que existe una asociación con el sexo, en el nivel bajo (58,33 % vs 84,38% con un chi cuadro $p=0,0144$), además existe una asociación con el lugar de nacimiento en el nivel bajo (87,30% vs 55,26% con un chi cuadro $p=0,0008$), de igual manera se evidencia una relación estáticamente significativa con el tipo de contrato, en el nivel bajo (77,78% vs 47,37% con un chi cuadro $p=0,0015$), mientras que en relación con el área de desempeño se evidencia una relación con el nivel bajo de (57,14% vs 84,85% con un chi cuadro $p=0,0075$).

En cuanto al análisis de la realización personal se pudo observar que existe una relación estadísticamente significativa en el nivel bajo (42,86% vs 28,95% con un chi cuadrado $p=0,0314$).

Para concluir podemos observar en cuanto al Riesgo Burnout que existe una asociación estadísticamente significativa con el lugar de nacimiento (6,35% vs 71,43 % con un chi cuadrado $p=0,0065$), además de una relación con el estado civil (21,05% vs 9,69% con un chi cuadrado $p=0,099$), y el tipo de contrato con (31,58% vs 10,94% con un chi cuadrado $p=0,0389$), por último, se evidencia una relación con el área de desempeño (25,71% vs 7,58% con un chi cuadrado $p=0,0152$).

Tabla 5. Odds Ratio crudo y ajustado para la asociación de potenciales factores de riesgo en síndrome de burnout en la población de estudio.

VARIABLE	CATEGORIA	CANSANCIO ED		DESPERSONALIZACION DP		REALIZACION PERSONAL PA		BURNOUT	
		ORC(IC95%)	ORA(IC95%)	ORC(IC95%)	ORA(IC95%)	ORC(IC95%)	ORA(IC95%)	ORC(IC95%)	ORA(IC95%)
Sexo	Hombre	1,9091 (0,7942- 4,5888)	1,7859 (0,6925 -4,6052)	3,8572 (1,4982- 9,9305)	3,1515 (1,1058- 8,9815)	0,9429 (0,4072- 2,1834)		1,9669 (0,6298- 6,1427)	1,7304 (0,4848- 6,1762)
	Mujer	1	1	1	1	1	1	1	1
Edad	20 a 39 años	1	1	1			1		1
	40 a 50 o mas	1,2924 (0,2456- 6,8005)	2,2578 (0,3623 -14,0708)	0,5164 (0,1142- 2,3357)		0,5278 (0,1010- 2,7586)		0,4444 (0,0803- 2,4604)	
Lugar de nacimiento	Aloag	1	1	1	1	1	1	1	1
	Riobamba	2,0871 (0,8732- 4,9885)	1,8604 (0,6908 -5,0105)	5,5657 (2,0904- 14,8182)	4,4904 (1,4941- 13,4961)	1,8409 (0,7786- 4,3525)	1,6712 (0,6729- 4,1508)	5,2669 (1,5186- 18,2666)	3,6909 (0,9613- 14,1718)
Estado Civil	Soltero/Divorciado	1		1		1		1	
	Casado	0,8864 (0,3689- 2,1298)		0,4615 (0,1840- 1,1580)		0,9891 (0,4285- 2,2835)		0,4018 (0,1275- 1,2659)	
Tipo de contrato	Ocasional	1	1	1	1	1	1	1	1
	Provisional	2,3400 (0,5951- 9,2016)	2,1383 (0,4518- 10,1195)	3,8888 (0,9304- 16,2549)	2,0203 (0,3864- 10,5626)	1,7818 (0,4424- 7,1757)	1,4231 (0,3248- 6,2350)	7,8418 (0,8380- 73,3848)	5,3434 (0,4851- 58,8534)
	Definitivo	0,8667 (0,2673- 2,8103)	0,8829 (0,2537- 3,0731)	0,7264 (0,2006- 2,6311)	0,6079 (0,1474- 2,5074)	0,9301 (0,3187- 2,7140)	0,8937 (0,2962- 2,6958)	2,0864 (0,2397- 18,1571)	1,8761 (0,2013- 17,4872)
Area de desempeño	Ciencias Naturales/Sociales/ Lengua y Literatura	1		1		1		1	
	Otras	0,2597 (0,1057- 0,6378)		0,2381 (0,0922- 0,6152)		0,4417 (0,1795- 1,0868)		0,2368 (0,0724- 0,7750)	
Numero de cursos	Solo uno/Uno a dos	1	1	1	1	1	1	1	1
	Mas de tres	1,5967 (0,4789- 5,3230)	1,3868 (0,3707- 5,1882)	1,8041 (0,4763- 6,8340)	1,2278 (0,2578- 5,8486)	1,4133 (0,5036- 3,9664)	1,3485 (0,4669- 3,8953)	0,7638 (0,1898- 3,0743)	
Nivel de Educacion	Inicial/Primaria completa e incompleta	1	1	1			1		1
	Secundaria Completa/Incompleta	0,6944 (0,1511- 3,1912)	0,6104 (0,1106- 3,3704)	0,8824 (0,1995- 3,9028)		0,2593 (0,0466- 1,4410)		1,9499 (0,1826- 20,8251)	1,9851 (0,1462- 26,9523)
	Superior	1,2209 (0,3424- 4,3540)	1,3324 (0,3091- 5,7436)	0,7653 (0,2095- 2,7963)		0,2284 (0,0472- 1,1055)		2,4073 (0,2824- 20,5197)	3,7311 (0,3225- 43,1667)
Jornada de trabajo	Diurna	1		1			1		1

Odds Ratio crudo y ajustado

Autores: Carina Chávez – Evelyn Aucansela

Fuente: Epi Info V7

Análisis: A través del análisis de regresión logística se determinó que el sexo es un factor de riesgo en cuanto a la relación con la dimensión de despersonalización importante para el desarrollo del síndrome de burnout (Odds Ratio 3,85%, Intervalo de confianza del 95%

1,48 – 9,93); de la misma forma en cuanto al lugar de nacimiento se presenta como un factor de riesgo dentro de la despersonalización (Odds Ratio 5,56, Intervalo de confianza del 95% 2,09 – 14,81). En cuanto a la variable Burnout existe un factor de riesgo en relación con el lugar de nacimiento (Odds Ratio 1,51, Intervalo de confianza del 95% 1,51 – 18,26).

Además, los hombres son 3.85 veces más propensos a presentar despersonalización que las mujeres, las personas que nacieron en Riobamba son 5,56 veces más propensas a presentar despersonalización que las que nacieron en Alóag, los nacidos en Riobamba tienen 5,26 veces más propensos a sufrir Burnout que los nacidos en Alóag.

DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS Y PROPUESTA DE SOLUCIÓN

De acuerdo con los resultados, la prevalencia del género femenino fue mayor en la muestra, este resultado es importante porque algunos estudios, como los desarrollados por Correa (2020), confirman que este grupo es muy vulnerable debido a que las mujeres enfrentan muchas actividades, además de las académicas, a las tareas propias del hogar, la atención a los niños, lo que puede generar estrés acumulado y revertir en síndrome de burnout.

Por otro lado, el porcentaje más alto de la muestra se encontró mayor de 40 años, lo que refiere a docentes que llevan laborando mucho tiempo en actividades académicas, generando otro grupo importante, que podría estar asociado a la presencia del síndrome de Burnout, debido a que se enfrentan a situaciones nuevas, entre ellas el manejo de tecnología para organizar y cumplir con las planificaciones, manejo de plataformas para subir las notas de los estudiantes, además de otras responsabilidades propias de este cargo, lo que puede generar situaciones agotadoras podrían revertir en el padecimiento del Síndrome de Burnout.

Esta información se fundamenta de acuerdo con el estudio, Suárez y Martín, 2019 citado por Abarca, Ramírez, & Caycho-Rodríguez (2020) donde afirman que “las docentes con mayores años de experiencia pueden llegar a manifestar actitudes vinculadas al Burnout, tales como apatía y rechazo hacia el propio desempeño” (págs. 41-42).

Además, en la investigación el mayor porcentaje según el estado civil los docentes están casados, esta variable se considera importante de ser analizada, ya que podría tener predominancia para la afectación por Síndrome de Burnout, puesto que el tener una pareja estable, conlleva a la atención a diversos factores y responsabilidades, considerando que

el estado civil, podría ser grupo vulnerable en la predominancia del Síndrome. Lo que, según Hidalgo et al., (2019) la condición del estado civil podría conformar una característica importante para la presencia de Burnout. Contrario a esto Vinueza et al., (2020) que este indicador del estado civil no presenta diferencias significativas en la puntuación de acuerdo con el cuestionario que aplicaron, para la presencia del Síndrome de Burnout.

Mientras que, en relación el estatus laboral, los porcentajes de la muestra más altos se obtuvieron para la categoría contrato definitivo, con respecto a esto, De Vera García y Gabari (2019), explican que la situación laboral que le aporta seguridad a los docentes se manifiesta en un mejor desempeño. Pues que lo contrario, tal como lo comprobaron Caballero et al., (2021) y Cabellos et al., (2020) el no contar con estatus laboral, son dimensiones que influyen negativamente en el desempeño docente, lo que se observa en mayor agotamiento y estrés y se asocia de forma significativa a la presencia de Burnout. De acuerdo con esta información aportada por los datos sociodemográficos, es importante destacar que los docentes, se encuentran en edades que se consideran altamente productivas, pero el hecho de que el mayor porcentaje corresponde a mujeres y con estado civil casados, esto coloca a la muestra en un grupo que podría ser vulnerable, por el hecho de que deben atender las responsabilidades tanto del trabajo como del hogar. En tanto que, al estar en la situación de cargo fijo, esto les proporciona seguridad laboral a la muestra que fue analizada, lo que se determina altamente positivo y genera autoconfianza y realización personal, se considera favorable.

En relación con la prevalencia de síndrome de burnout con las características sociodemográficas de la población se encontró que existen niveles bajos en relación con el cansancio emocional con el área de desempeño de igual manera en cuanto variable despersonalización se encontró un nivel bajo en relación con el sexo, así como también con el lugar de nacimiento y con el tipo de contrato y el área de desempeño. En cuanto a la variable realización personal se pudo observar que existe una relación en el nivel bajo. En cuanto al Riesgo Burnout existe una asociación con el lugar de nacimiento además de una relación con el estado civil y el tipo de contrato, así como también con el área de desempeño.

Los datos que se han recopilado en esta investigación indican que existe un número reducido de docentes que no presentan el síndrome, aunque pueden desarrollar niveles

medios o altos de las características que definen a este síndrome y según estudios similares esto podría llevar a posterior afectación el de desarrollo de sus actividades y la relación con los estudiantes, ya que el riesgo de padecer el Síndrome se encuentra presente dentro de este grupo de estudio.

Esto concuerda con un estudio realizado entre docentes de escuelas de Cali, Colombia, que no encontró un nivel grave de burnout entre los docentes de escuelas públicas y privadas, aunque sí se presentaron síntomas leves de la enfermedad en ambas partes. De acuerdo con la gravedad del trastorno, se encontró que la mayoría de los docentes de escuelas públicas y privadas presentaban niveles iguales de agotamiento emocional, despersonalización e insatisfacción personal, con un porcentaje menor.

“Los indicadores del síndrome de burnout y sus tres dimensiones no presentaron relaciones significativas con el tipo de colegio en el que los docentes trabajan” (Díaz, López, & Várela, 2012, pág. 222).

En cuanto a los que se refiere al riesgo se determina que el sexo es un factor de riesgo en cuanto a la relación con la dimensión de despersonalización, esto se da debido a que como existen mayor número de mujeres que hombre siendo las mujeres las que realizan el doble del trabajo, ya que no solo de desempeñan como docentes sino también tienen que realizar las tareas de hogar, lo que les con lleva sentir actitudes negativas hacia otras personas. De la misma forma en cuanto al lugar de nacimiento se presentaría como un factor de riesgo dentro de la despersonalización y en relación con el riesgo Burnout existe un factor de riesgo en relación de igual manera con el lugar de nacimiento.

Se debe por lo tanto poner atención en el grupo de docentes que se encuentran dentro de esta escala porque están en riesgo de padecer dicho Síndrome.

Propuesta de Solución:

El síndrome de burnout al ser una enfermedad de riesgo laboral que trae como consecuencia el desgaste físico y mental de los docentes generando secuelas negativas en la calidad de la enseñanza, se propone como medidas de intervención y prevención las siguientes:

Como punto clave o primordial se debe tratar el estrés para prevenir el burnout, el estrés es el factor más predictivo para determinar la prevalencia del síndrome en los docentes, así como las consecuencias del mismo. Rodríguez (2022) menciona un modelo cognitivo

conductual que hace referencia a terapias psicológicas o terapéuticas con el fin de transformar o reducir el estrés. Una técnica es la Terapia Racional Emotiva Conductual en el cual busca interpretar de manera subjetiva el diario vivir de los docentes con sus emociones para favorecer la realización y alcance de las metas, pero dependerá solamente del docente. Otra técnica es la Reestructuración Cognitiva que consiste que el docente identifique y discuta sus pensamientos desadaptativos o negativos y pueda sustituirlos o transformarlos por otros positivos. Además, están las técnicas de relajación que disminuye el estrés.

También existen otras estrategias para prevenir el síndrome de burnout en los docentes Guerrero & Rubio (2005) menciona que: “la forma más eficaz de enfocar la prevención y el tratamiento del burnout se orienta hacia la intervención tanto a nivel individual o personal como social y organizacional” (pág. 29).

Dentro de las estrategias individuales los docentes están en la capacidad de adaptarse y afrontar factores estresantes este afrontamiento reduce el estrés y previene el desarrollo del síndrome, se pueden clasificar en distintas técnicas: fisiológicas, conductuales y cognitivas. Las técnicas fisiológicas buscan disminuir el malestar físico y emocional causado por el estrés, están la relajación física y mental, la terapia de biofeedback y control o regulación de la respiración. Las técnicas conductuales buscan que el docente controle un conjunto de aptitudes y destrezas que le ayuden afrontar los problemas laborales se puede mencionar autocontrol emocional, entrenamiento asertivo, habilidades sociales, estrategias para la resolución de problemas, descanso en las actividades, ejercicio físico, alimentación saludable, no ingesta de alcohol, evitar el consumo de drogas, etc., aumentan la resistencia a factores estresantes. Las técnicas cognitivas están orientadas a mejorar la apreciación e interpretación de los problemas laborales de los cuales se menciona la desensibilización sistemática, inoculación del estrés, control de pensamientos desadaptativos, control racional, etc. (Guerrero & Rubio, 2005)

Las estrategias de intervención social buscan mejorar los procesos de interacción colectiva por medio de lineamientos de trabajo en equipo, esto reduce los factores de estrés, eleva la autoestima, genera la sensación de control, mejora la salud, etc. Se puede mencionar reuniones en grupo, realización de dinámicas, evitar el aislamiento laboral. (Guerrero & Rubio, 2005)

Las estrategias de intervención organizacional buscan que las organizaciones intervengan en los problemas relacionados al espacio físico como toma de decisiones, cambios de la estructura de la organización, reparto de actividades, creación de estrategias, trabajos en grupo, elaboración de planes de acción, etc. (Guerrero & Rubio, 2005)

Existen otras estrategias de tratamiento y prevención del síndrome de burnout, Saborio & Hidalgo (2015) mencionan las siguientes: “Proceso personal de adaptación de las expectativas a la realidad cotidiana, equilibrio de áreas vitales: familia, amigos, aficiones, descanso, trabajo, fomento de una buena atmósfera de equipo: espacios comunes, objetivos comunes, limitar la agenda laboral y formación continua dentro de la jornada laboral” (pág. 123).

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Con base al desarrollo de la investigación, la metodología empleada y los resultados obtenidos mencionamos que:

- Se concluye que el personal docente de las instituciones de educación secundaria presenta mayor prevalencia a desarrollar el síndrome de burnout los docentes de sexo femenino que de sexo masculino, debido que las mujeres enfrentan más actividades de su ámbito laboral, así como personal, por lo cual presentan mayor cansancio, estrés, cambios de ánimo, agotamiento físico y mental, etc.
- La despersonalización es un factor de riesgo alto entre los docentes, sobre todo en los hombres que son más propensos de presentar dicha condición, lo cual debe ser considerado un factor primordial para la prevención del síndrome de Burnout.
- Dentro del estudio se puede demostrar que no hay factores de riesgo estadísticamente significativos en el desarrollo del síndrome de burnout en los docentes de las instituciones educativas sujetas a estudio.

Recomendaciones

Con la culminación de este trabajo de investigación se mencionan las siguientes recomendaciones:

- Las instituciones educativas deben implementar estrategias de intervención y prevención de enfermedades de riesgo laboral para no comprometer la calidad de enseñanza de los alumnos.
- Realizar trabajos de investigación sobre el síndrome de burnout en otras instituciones educativas y realizar una comparación.
- Crear estrategias con el objetivo de fortalecer la prevención del síndrome de burnout en los docentes.
- Mejorar el ambiente laboral de los docentes en las instituciones educativas con evaluaciones periódicas y así divisar la presencia de burnout para realizar su diagnóstico e intervención con antelación.

- Integrar y complementar variables no contempladas en la presente investigación como preocupaciones profesionales y falta de reconocimiento.
- Realizar programas preventivos de estrés laboral como incidir en el deporte, sesiones de relajación, técnicas de control, etc., de manera colectiva entre los docentes de las instituciones educativas y así evitar el desarrollo del síndrome de burnout.
- Utilizar la presente investigación como referencia para nuevos estudios en el campo de la seguridad y salud ocupacional para prevenir el desarrollo de enfermedades de relacionadas en el ámbito laboral.

Trabajos a futuro

A continuación, se presentan trabajos a futuros que pueden desarrollarse como resultado de esta investigación para apoyar y mejorar y metodología propuesta:

- Análisis comparativo de niveles de Síndrome de Burnout en docentes de educación secundaria de instituciones públicas y privadas de las provincias de Pichincha y Riobamba.
- Evolución de la implementación de estrategias de intervención y prevención del Síndrome de Burnout en docentes.
- Evaluación del impacto en la calidad de vida de los docentes con diagnóstico de Síndrome de Burnout y su relación con la eficacia o calidad académica.

REFERENCIAS

- Abarca, C., Ramírez, L., & Caycho-Rodríguez, T. (2020). Inteligencia emocional y burnout en docentes de educación inicial de Ayacucho. *Apuntes Universitarios*, 10(1), 30-45. Obtenido de <https://doi.org/10.17162/au.v10i2.438>
- Aldrete, M., Pando, M., Aranda, C., & Balcázar, N. (2003). Síndrome de Burnout en maestros de educación básica, nivel primaria de Guadalajara. *Investigación en Salud*, 5(1), 0. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/142/14200103.pdf>
- Amador, R., Rodríguez, C., Serrano, J., Olvera, J., & Martínez, S. (2014). ESTRÉS Y BURNOUT EN DOCENTES DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR. *Revista Electrónica Medicina Salud y Sociedad*, 4(2), 119-141. Obtenido de [http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/32405/ZumpangoRodr%
%adguezGarcia1.-
%20Art.Estr%
%a9s%20y%20Burnout%20en%20Docentes%202014.pdf?sequ
ence=1&isAllowed=y](http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/32405/ZumpangoRodr%c3%adguezGarcia1.-%20Art.Estr%c3%a9s%20y%20Burnout%20en%20Docentes%202014.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Caballero, C., González, O., Mercado, D., Llanos, C., Bermejo, Y., & Verjel, C. (2009). PREVALENCIA DEL SÍNDROME DEL BURNOUT Y SU CORRELACIÓN CON FACTORES PSICOSOCIALES EN DOCENTES DE UNA INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA PRIVADA DE LA CIUDAD DE BARRANQUILLA. *Psicogente*, 12(21), 142-157. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4975/497552353011.pdf>
- Caballero, I., Martínez, M., & de la Cruz, S. (2021). Síndrome de burnout y factores relacionados en docentes universitarios. *NURE investigación: Revista Científica de enfermería*, 110(3), 1-10. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7843697>
- Cabellos et al. (2020). Niveles de Burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de educación superior. *Rev Cubana Enfermer*, e3328. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-
03192020000200019](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192020000200019)
- Correa, Z., Muñoz, I., & Chaparro, A. (2010). Síndrome de Burnout en docentes de dos universidades de Popayán, Colombia. *Rev. salud pública*, 12(9), 589-598. Obtenido de

https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/asset/rsap/v12n4/v12n4a06.pdf

- Díaz, F., López, A., & Várela, M. (2012). Factores asociados al síndrome de burnout en docentes de colegios de la ciudad de Cali, Colombia*. *Universitas Psychologica*, *11*(1), 217-227. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672012000100018&lng=en&tlng=es.
- Estrada, E., & Gallegos, N. (2020). Burnout syndrome and socio-demographic variables in Peruvian teachers. *REVISTA AVFT (Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica)*, *39*(6), 714-720. Obtenido de <https://biblat.unam.mx/hevila/Archivosvenezolanosdefarmacologiayterapeutica/2020/vol39/no6/8.pdf>
- Gallardo, J., López, F., & P, G. (2019). Análisis del síndrome de burnout en docentes de educación infantil, primaria y secundaria para su prevención y tratamiento. *Revista Electrónica Educare*, *23*(2), 324-343. Obtenido de <https://dx.doi.org/10.15359/ree.23-2.17>
- Guerrero, E., & Rubio, J. (2005). Estrategias de Prevención e Intervención del "BURNOUT" en el ámbito educativo. *Salud Mental*, *28*(5), 27-33. Obtenido de <https://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v28n5/0185-3325-sm-28-05-27.pdf>
- Hidalgo, B., Ruiz, M., & Medina, E. (2019). Prevalencia del síndrome de Burnout en el personal docente universitario. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*, *1*(1), 1-22. Obtenido de <https://www.eumed.net/rev/atlante/2019/03/sindrome-burnout-docente.html>
- International Journal of Developmental and Educational Psychology INFA. (2022). EVOLUCIÓN DE LA PRODUCCIÓN CIENTÍFICA DEL SÍNDROME DE BURNOUT, INTELIGENCIA EMOCIONAL Y PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICO-SALUDABLE EN DOCENTES. *Revista de Psicología*, *2*(1), 359-368. Obtenido de <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/2364/2044>
- Landines, C., & Vásquez, M. (2021). *Prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes vinculados al Colegio Luis Camacho Rueda de San Gil*. Obtenido de <https://repository.unab.edu.co/handle/20.500.12749/15985>

- León-Rubio, J., León-Pérez, J., & Cantero, F. (2013). PREVALENCIA Y FACTORES PREDICTIVOS DEL BURNOUT EN DOCENTES DE LA ENSEÑANZA PÚBLICA: EL PAPEL DEL GÉNERO. *Ansiedad y Estrés*, 19(1), 11-25. Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Jose-M-Leon-Perez/publication/256980433_Prevalencia_y_factores_predictivos_del_burnout_en_docentes_de_la_ensenanza_publica_El_papel_del_genero/links/58049a9608ae310e0d9f6e98/Prevalencia-y-factores-predictivos-del-burno
- López de la Cruz, E., & Zacarias, H. (2020). Síndrome de burnout en docentes universitarios durante dictado de clases virtuales. *Desafíos*, 11(2), 136-141. Obtenido de <http://revistas.udh.edu.pe/index.php/udh/article/view/209e/43>
- Malender, & N. (2019). Prevalencia de Burnout en docentes de nivel secundario. *Revista de Psicología*, 15(29), 84-99. Obtenido de <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9572/5/prevalencia-burnout-docentes.pdf>
- Manzano, D. (2020). Síndrome de burnout en docentes de una Unidad Educativa, Ecuador. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(16), 499-511. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/pdf/hrce/v4n16/v4n16_a12.pdf
- Martínez, A. (2010). EL SÍNDROME DE BURNOUT. EVOLUCIÓN CONCEPTUAL Y ESTADO ACTUAL DE LA CUESTIÓN. *Revista de Comunicación Vivat Academia*(112), 42-80. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/5257/525752962004.pdf>
- Muñoz, C., & Correa, C. (2012). BURNOUT DOCENTE Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN DOCENTES DE PRIMARIA Y SECUNDARIA. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 3(2), 226-242. Obtenido de <https://revistas.ucatolicaluisamigo.edu.co/index.php/RCCS/article/view/887/836>
- Oramas, A. (2013). “ESTRÉS LABORAL Y SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES CUBANOS DE ENSEÑANZA PRIMARIA”. Obtenido de file:///C:/Users/stefy/OneDrive/Escritorio/STEFY/ORAMAS_VIERA.pdf
- Posada, J., Molano, P., Parra, R., Brito, F., & Rubio, E. (2019). Prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes: Factores asociados al estatuto de vinculación laboral en Colombia. *Revista Interamericana de Psicología*, 37(2), 199-133. Obtenido de

<https://pdfs.semanticscholar.org/3fba/45aaa0ffe5f192cfa0331ac104e0d3cc0fc1.pdf>

- Ríos, C. (2017). *PREVALENCIA DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIMARIA Y SECUNDARIA TUPAC AMARU DE IQUITOS 2016*. Obtenido de <http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/308/RIOS-1-Trabajo-Prevalencia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rodríguez, S. (2022). “*Manejo del Síndrome de Burnout en docentes universitarios a través de una intervención cognitivo conductual*”. Obtenido de <http://erecursos.uacj.mx/bitstream/handle/20.500.11961/6475/Tesis%20Sandra%20Verenice%20Rodr%C3%ADGUEZ%20VILLARREAL%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Saborio, L., & Hidalgo, L. (2015). Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(1), 119-124. Obtenido de http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152015000100014&lng=en&tlng=es.
- Salcedo, H., Cárdenas, Y., Carita, L., & Ledesma, M. (2020). Síndrome de Burnout en docentes en un contexto de emergencia sanitaria, Lima. *Revista de Investigación Científica y Tecnológica Alpha Centaur*, 1(3), 44-56. Obtenido de <http://journalalphacentauri.com/index.php/revista/article/view/18/21>
- Tabares, Y., Martínez, V., & Matabanchoy, S. (2020). Síndrome de Burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Universidad y Salud*, 22(3), 2665-279. Obtenido de <https://doi.org/10.22267/rus.202203.199>
- Villanueva, A. (2021). *RELACIÓN ENTRE SATISFACCIÓN LABORAL Y SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE COLEGIOS*. Obtenido de https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/13236/Villanueva_Laos_Ana_Teresa_Leonilda.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Vinueza, C., Barreno, E., & Flores, C. (2020). Burnout en docentes de un Instituto Tecnológico Agronómico. *CienciaAmérica*, 9(4), 91-98. Obtenido de <https://www.cienciamerica.edu.ec/index.php/uti/article/view/349>
- Yupangui, P. (2022). *Programa de intervención cognitivo conductual para tratar el síndrome de burnout en docentes de una institución educativa pública, Jauja*

2022. Obtenido de
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/102062/Yupanqui_
RPZ%20-%20SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/102062/Yupanqui_RPZ%20-%20SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y)