



FACULTAD DE POSGRADOS

MAESTRÍA EN SALUD Y SEGURIDAD OCUPACIONAL

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN

“Prevalencia del síndrome de Burnout en los docentes de la Unidad Educativa 19 De Septiembre del cantón Salcedo, en el año 2023.”

Profesor

Ing. Angel Alejandro Báez Suárez MsC.

Autor (es)

Sandra Marisol Cualchi Montalvo
Dayana Paola Zambrano Villarroel

2023

RESUMEN

Introducción: El Síndrome de Burnout es el resultado de las malas condiciones laborales que causan estrés crónico y esto tiene repercusiones en la salud física y mental de los docentes, además afectando negativamente el entorno personal, profesional y social de los individuos. Actualmente las actividades que desarrollan los docentes han tenido repercusiones en su salud física y mental.

Objetivo: Determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout asociado a las condiciones sociodemográficas y laborales en los docentes de la Unidad Educativa 19 de Septiembre del cantón Salcedo, durante el año 2023.

Metodología: Estudio observacional, descriptivo de corte transversal, la muestra total fue de 110 docentes, siendo 100 los evaluados, a quienes se aplicó la encuesta cuyas preguntas son del cuestionario “Condiciones de trabajo y salud para Latinoamérica y el Caribe” y del “Maslach Burnout Inventory”. Los datos se analizaron en el software Epi Info, donde se realizaron varias pruebas estadísticas.

Resultados: Al analizar las características sociodemográficas en el nivel de Educación General Básica predomina las mujeres con un 81,48% mientras que en bachillerato el 51,17% son hombres. Los docentes que trabajan en el nivel de Educación General Básica el 35,19% tienen un nivel alto de realización personal al igual que el 45,65% de los docentes de Bachillerato. El 90% de los docentes no presenta Síndrome de Burnout, mientras que el 10% sí padece este síndrome.

Conclusiones: Las condiciones sociodemográficas y laborales evaluadas no resultaron ser estadísticamente significativas para padecer Síndrome de Burnout, al demostrar que el 10% de los docentes padecen Síndrome de Burnout la hipótesis nula es rechazada demostrando así la hipótesis alternativa.

ABSTRACT

Introduction: Burnout Syndrome is the result of poor working conditions that cause chronic stress and this has repercussions on the physical and mental health of teachers, also negatively affecting the personal, professional and social environment Introduction: Burnout Syndrome is the result of poor working conditions that cause chronic stress and this has repercussions on the physical and mental health of teachers, also negatively affecting the personal, professional and social environment of individuals. Currently, the activities carried out by teachers have had repercussions on their physical and mental health.

Objective: Determine the prevalence of Burnout Syndrome associated with sociodemographic and work conditions in teachers of the 19 de Septiembre Educational Unit of the Salcedo canton, during the year 2023.

Methods: Observational, descriptive cross-sectional study, the total sample was 110 teachers, with 100 being evaluated, to whom the survey was applied whose questions are from the questionnaire "Working and health conditions for Latin America and the Caribbean" and the "Maslach Burnout Inventory". The data were analyzed in Epi Info software, where several statistical tests were performed.

Results: When analyzing the sociodemographic characteristics at the Basic General Education level, women predominate with 81.48% while in high school 51.17% are men. Of the teachers who work at the Basic General Education level, 35.19% have a high level of personal achievement, as do 45.65% of Baccalaureate teachers. 90% of teachers do not have Burnout Syndrome, while 10% do suffer from this syndrome.

Conclusions: The sociodemographic and work conditions evaluated did not turn out to be statistically significant for suffering from Burnout Syndrome, by demonstrating that 10% of teachers suffer from Burnout Syndrome, the null hypothesis is rejected, thus demonstrating the alternative hypothesis.

ÍNDICE DEL CONTENIDO

1.	RESUMEN	2
2.	ABSTRACT	3
3.	INTRODUCCIÓN.....	6
4.	JUSTIFICACIÓN Y APLICACIÓN DE LA METODOLOGÍA.....	9
5.	RESULTADOS	11
6.	DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS Y PROPUESTA DE SOLUCIÓN.....	16
7.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	20
8.	Referencias	20

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Características Sociodemográficas.....	12
Tabla 2 Prevalencia y correlación de las características sociodemográficas con las subescalas del Síndrome de Burnout.....	13
Tabla 3 Odds Ratio Crudo y Ajustado de los principales factores de riesgo asociados al Síndrome de Burnout.....	14

INTRODUCCIÓN

Identificación del objeto de estudio.

El presente trabajo de investigación tiene como objeto de estudio analizar las características de la población que labora en la “Unidad Educativa 19 de Septiembre” del cantón Salcedo y determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout en esta población.

Planteamiento del problema

Actualmente el nivel de responsabilidad y exigencias a las que se ven sometidos los docentes es alto por lo que se ve afectada su salud física y mental por el nivel de estrés al que están expuestos volviéndolos vulnerables para padecer el Síndrome de Burnout o Síndrome del Trabajador Quemado.

El Síndrome de Burnout es un padecimiento desencadenado por niveles altos de estrés y actualmente afecta a gran parte de la población, convirtiéndose en un problema de gran interés para los investigadores razón por la en este estudio se busca valorar la prevalencia de Síndrome de Burnout en los docentes de la “Unidad Educativa 19 de Septiembre” del cantón Salcedo.

Pregunta de investigación

¿Cuál es la prevalencia del Síndrome de Burnout asociado a las condiciones sociodemográficas y laborales de los docentes de la “Unidad Educativa 19 de Septiembre”?

Objetivo general

Determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout asociado a las condiciones sociodemográficas y laborales en los docentes que trabajan en el nivel de Educación General Básica y Bachillerato de la Unidad Educativa 19 de Septiembre del cantón Salcedo, durante el año 2023.

Objetivos específicos

- Evaluar el impacto del Síndrome de Burnout en los docentes que trabajan en el nivel de Educación General Básica y Bachillerato de la Unidad Educativa 19 de Septiembre, mediante la aplicación del cuestionario de Maslach Burnout Inventory.
- Identificar los factores de riesgo que influyen significativamente en el padecimiento del Síndrome de Burnout.

Revisión de literatura

En la actualidad, el entorno laboral es más exigente y competitivo por lo que los profesionales se ven en la necesidad de mejorar sus habilidades y actualizarse continuamente para cumplir y desempeñar sus actividades laborales de forma eficiente, sin embargo, por la presión y estrés que esto les genera, se han visto afectados por un desgaste profesional o Síndrome de Burnout. (Rivera Guerrero et al., 2019)

En el Ecuador las reformas educativas y transformaciones de orden económico, social, científico y tecnológico han modificado la educación media – superior y esto ha repercutido en el ambiente laboral educativo ya que estos cambios han generado la aparición de nuevos problemas de salud laboral entre estos el estrés crónico, situación que afecta a los docentes quienes son un componente clave en el proceso educativo. (Cabezas Heredia & Beltrán del Hierro, 2018).

En el contexto laboral, la docencia se considera como una de las profesiones más vulnerables a desarrollar problemas de salud mental, entre estas el Síndrome de Burnout. (Tabares et al., 2020)

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), en 2015 establece “enfrentar con entusiasmo, dedicación, compromiso, motivación permanente, capacitado y profesionalismo los compromisos que la profesión docente implica, y lograr que el reconocimiento social se exprese favorablemente como consecuencia del desempeño del docente de educación básica, ya que la necesidad de que su trabajo sea reconocido lleva implícito un llamado a ésta para que demuestre un compromiso ético y pedagógico con el derecho de todos y cada uno de los estudiantes a una educación pertinente y de calidad”. (Manzano Díaz, 2020)

El síndrome de Burnout conocido como síndrome de desgaste profesional o coloquialmente como síndrome del trabajador quemado, es un problema en la sociedad actual que surge como respuesta a la exposición prolongada a factores estresores que se encuentran en el ambiente laboral (Rivera Guerrero et al., 2019).

El síndrome de Burnout ha sido investigado desde los años 70 por diversos autores como Freudenberg, quien propone como causa del desgaste profesional al sobreesfuerzo y desgaste de energía que una persona realiza para conseguir una meta laboral, después Maslach lo definió como un síndrome de carácter psicológico en respuesta a la exposición prolongada al estrés en el ambiente laboral, como consecuencia de la tensión producto de las actividades que implican interacción con otras personas,

este se presenta con agotamiento emocional, despersonalización e insatisfacción en su realización personal. Por otro lado Gil-Monte definió al Síndrome de Burnout como una respuesta psíquica caracterizado por deterioro físico, emocional, cognitivo, afectivo e interpersonal a causa de un ambiente laboral estresante.

Las variables individuales como el sexo, edad, estado civil, instrucción, carga familiar, estilos de afrontamiento frente a situaciones que generan estrés, expectativas en el trabajo que no pueden ser cumplidas, entre otras, acompañado a variables laborales tales como la falta de apoyo de las autoridades, remuneración insuficiente, inseguridad laboral y variables sociales constituyen factores de riesgo e incrementan la probabilidad que el trabajador presente Síndrome de Burnout, los trabajadores que tienen mayor riesgo de presentar esta patología son personas responsables y comprometidas con su trabajo (Tabares et al., 2020)

La sobrecarga laboral tiene repercusiones negativas en la salud física y mental de los trabajadores y puede manifestarse en diferente forma e intensidad, puede dar lugar a ansiedad, agotamiento, desgaste, depresión y burnout. En varios países se han realizado investigaciones, las cuales han demostrado que la presión laboral a las que están expuestos los trabajadores, independientemente de su profesión u ocupación, puede tener consecuencias en el bienestar laboral de las personas contribuyendo directamente a estilos de vida perjudiciales para su salud.(OIT, 2016)

Dentro del ámbito educativo la carga laboral a las que se ven sometidos los docentes se ven reflejados en un estado vulnerable, que crean altos niveles de estrés, dando como consecuencia desgaste laboral que afectan de forma negativa la salud del trabajador. (Aguilar & Mayorga, 2020)

Este padecimiento ocasiona problemas de carácter emocional como la irritabilidad, poca paciencia y apatía con los estudiantes y colegas, lo que provoca aumento del ausentismo laboral, disminución de la productividad al no realizar con ímpetu sus actividades diarias como docente. (Muñoz et al., 2020)

El síndrome de Burnout no aparece de forma aguda sino como consecuencia a múltiples factores estresantes en la vida cotidiana del docente, los mismos que van a provocar un deterioro en la salud que afectan a la calidad de la enseñanza. (Cabezas Heredia & Beltrán del Hierro, 2018)

El impacto de la carga laboral en la salud varía de una persona a otra causando estrés en el ámbito laboral, dando como lugar al deterioro de la salud mental y de

comportamiento, tales como: el agotamiento, el burnout, el desgaste, la ansiedad y la depresión.(OIT, 2016)

Burnout es un síndrome que se compone de tres dimensiones, donde el individuo presenta cansancio emocional, despersonalización y una reducción de la realización personal, se presenta con más frecuencia en lugares de trabajo que involucran actividades de tipo social. (Olivares Faúndez, 2017) El cansancio emocional es una sensación de sobrecarga emocional debido a la dificultad para procesar emociones, se caracteriza por una pérdida de energía que progresa con el transcurso del tiempo y aumento de fatiga crónica. (Berdejo, 2020) La despersonalización es un trastorno en el cual el docente se aleja de sus obligaciones, no siente empatía por sus colegas y estudiantes con los que comparte a diario en su lugar de trabajo (Montero, 2023). La realización personal baja se manifiesta como insatisfacción con sus labores lo cual trae como consecuencia la sensación de disminución de sus habilidades profesionales, falta de expectativas y metas (Rivera Guerrero et al., 2019)

Es cierto que en todos los lugares de trabajo existen factores estresores sin embargo en el área educativa los docentes se encuentran relacionados diariamente con factores estresantes de la enseñanza por lo que es necesario desarrollar actividades para el manejo del estrés laboral , disminución de tareas administrativas que deben realizar fuera de su jornada laboral, las mismas que no permiten tener un tiempo de calidad en el hogar y además capacitaciones enfocadas en las relaciones humanas para mejorar la condición laboral. (Rodríguez Ramírez et al., 2017).

Dentro de las actividades para prevenir esta patología están las técnicas de respiración que ayudan a controlar la ansiedad y el estrés , eliminación de pensamientos negativos que no ayudan a progresar y mejorar , organizar actividades relajantes al aire libre como algún tipo de deporte , establecer un estilo de vida saludable practicando buenos hábitos alimenticios, actividad física , uso limitado de las redes sociales en su lugar leer un libro de interés y una comunicación clara que permita mejorar la relación docente alumno. En caso de presentarse síntomas asociados a síndrome de burnout en algún docente se debe tomar acciones de forma inmediata y empezar el tratamiento psicológico y médico y así solucionar el cuadro clínico con éxito. (Andrés Vintimilla-Pesántez et al., 2023)

JUSTIFICACIÓN Y APLICACIÓN DE LA METODOLOGÍA

El presente trabajo de investigación es un estudio observacional, descriptivo de corte transversal, la población de estudio fue el personal docente de la Unidad Educativa

19 de Septiembre, de la ciudad de Salcedo, que imparte clases al área de educación general básica y bachillerato, para poder determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout asociado a las condiciones sociodemográficas y laborales.

Como criterios de inclusión para esta investigación se consideró:

- Hombres y mujeres mayores de 20 años, que se encuentren ejerciendo la profesión de docente en el momento.
- Docentes que laboren en los niveles de educación general básica y bachillerato.
- Predisposición para participar de forma libre y voluntaria en el estudio.

Criterios de exclusión:

- Personal con antecedentes de trastornos de ansiedad y depresión.
- Personal administrativo.
- Personas que se encuentran realizando prácticas pre profesionales.

La variable dependiente es el Síndrome de Burnout y las variables independientes son sexo, edad, nivel de educación, tiempo que trabaja en la institución educativa donde se realiza el estudio, tipo de contrato, seguridad laboral y nivel de educación en el que labora.

Previo la aplicación de las encuestas a los docentes de la Unidad Educativa 19 de Septiembre, se solicitó la autorización a la autoridad correspondiente para poder realizar el estudio, se garantizando que los resultados de la investigación estarán a disposición de las partes involucradas sin comprometer la confidencialidad de los docentes.

Para recopilar la información sociodemográfica y laboral de los participantes se tomó como referencia la encuesta Condiciones de trabajo y salud en Latinoamérica, y para determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout se aplicó el cuestionario validado Maslach Burnout Inventory (MBI), que consta de veinte y dos preguntas enfocadas en los pensamientos y sentimientos de las personas relacionadas con su ambiente laboral, el mismo que evalúa tres esferas principales del Síndrome de Burnout:

- Agotamiento emocional en 9 preguntas, donde 54 es la puntuación máxima,
- Despersonalización con 5 preguntas, siendo 30 la puntuación más alta.
- Realización personal en 8 preguntas, teniendo 48 puntos como el calor máximo.

Las opciones de respuesta la puntuación de cada una son: Nunca (0), Pocas veces al año (1), Una vez al mes o menos (2) Unas pocas veces al mes (3), Una vez a la semana (4), Unas pocas veces a la semana (5) y Todos los días (6).

Identificados los cuestionarios se procedió a subir las encuestas a un formulario de Google Forms, posterior a su revisión se procedió a realizar una prueba para verificar el correcto funcionamiento de esta, una vez que se verifico se procede a difundir el enlace del cuestionario por WhatsApp, ya que el señor rector de la Unidad Educativa lo publicó en el grupo institucional de esta red social y también se lo hizo por medio del correo electrónico personal de cada docente, información que fue facilitada por las autoridades de la institución. Los datos obtenidos fueron exportados a Excel, posteriormente se depuraron los datos que no serían de utilidad para nuestra investigación.

El programa estadístico que utilizamos es Epi-Info, para obtener la frecuencia absoluta y relativa de cada variable al agrupar a los docentes que trabajan en educación general básica en un grupo y los docentes que imparten clases en bachillerato otro grupo. La prueba de independencia se evaluó mediante la prueba de Chi cuadrado, donde se determinó la relación estadística de las variables, además, la prueba e regresión logística que asocia las variables de exposición con las variables de resultado, para poder establecer su significancia estadística.

RESULTADOS

En la tabla 1 donde describen las características sociodemográficas y laborales de la población de estudio. En cuanto a la variable de sexo, encontramos que sesenta y seis docentes son mujeres de las cuales el 81,48% laboran en el nivel de educación general básica y el 47,83% en bachillerato. De los cien docentes encuestados treinta y siete de ellos se encuentran en un rango de 50 a 59 años, que corresponden a un 31,48% y 43,48% para educación general básica y bachillerato respectivamente.

Los docentes en su mayoría nacieron en ciudades pertenecientes a la provincia e Cotopaxi, predominando con un 81,48% los docentes que laboran en el nivel de educación general básica. De los docentes de bachillerato el 97,83% tienen estudios Universitarios completos y el 87,04 en educación general básica. El tipo de contrato que tienen los docentes con la institución en su mayoría es nombramiento definitivo siendo el 75,93% del nivel de educación general básica.

En cuanto a la antigüedad laboral el rango que se destaca es de 1 a 10 años en la institución, con setenta y un docentes de los cuales 75,93% de educación general básica y 69,57% de bachillerato. La seguridad laboral que tienen en su mayoría es alta, corresponden a un 64,81% y 60,87% para educación general básica y bachillerato respectivamente.

Tabla 1 Características Sociodemográficas.

Variable	Categoría	Educación	Bachillerato	Chi Cuadrado
		General Básica n(%)	n(%)	
Sexo	Mujer	44(81,48)	22(47,83)	0,0006
	Hombre	10(18,52)	24(51,17)	
Edad	20-29	4(7,41)	4(8,70)	0,74
	30-39	9(16,67)	7(15,22)	
	40-49	22(40,74)	14(30,43)	
	50-59	17(31,48)	20(43,48)	
	60 años o más	2(3,70)	1(2,17)	
Lugar de Nacimiento	Ciudades pertenecientes a la provincia de Cotopaxi	44(81,48)	36(78,26)	0,803
	Fuera Cotopaxi	10(18,52)	10(21,74)	
Nivel de Educación	Educación Básica / Primaria completa	2(3,70)	0(0,00)	0,129
	Educación Secundaria / Media completa	5(0,26)	1(2,17)	
	Educación Superior (No Universitaria / Universitaria / Universitaria de Postgrado)	47(87,04)	45(97,83)	
	Nombramiento definitivo	41(75,93)	28(60,87)	
Tipo de Contrato	Nombramiento Provisional	12(22,22)	13(28,26)	0,103
	Contrato ocasional	1(1,85)	5(10,87)	
	1 año - 10 años	41(75,93)	32(69,57)	
Tiempo de trabajo en la institución actual	11 años - 20 años	6(11,11)	5(10,87)	0,665
	21 años - 30 años	7(12,96)	9(19,57)	
	Baja	1(1,85)	3(6,52)	
Seguridad en el trabajo	Media	18(33,33)	15(32,61)	0,491
	Alto	35(64,81)	28(60,87)	

Elaborado por: Sandra Cualchi y Dayana Zambrano

Fuente: Base de datos de la investigación

Fecha: noviembre 2023

Al analizar la tabla 2 la variable de agotamiento emocional se observa una relación estadística significativa con la variable subnivel de trabajo (0,044). En cuanto a la despersonalización existe correlación con la edad (0,029) de los docentes. Los factores

sexo (0,004), y edad (0) tiene relación con la realización persona. El Síndrome De Burnout tiene relación significativa con la variable sexo.

Tabla 2 Prevalencia y correlación de las características sociodemográficas con las subescalas del Síndrome de Burnout.

Variable	Categoría	Agotamiento Emocional (EE)			Chi Cuadrado	Despersonalización (DP)			Chi Cuadrado	Realización personal (PA)			Síndrome de Burnout		Chi Cuadrado	
		Bajo n (%)	Medio n (%)	Alto n (%)		Bajo n (%)	Medio n (%)	Alto n (%)		Bajo n (%)	Medio n (%)	Alto n (%)	No n (%)	Sí n (%)		
Sexo	Mujer	49 (74,24)	6 (9,09)	11 (16,67)	0,083	48 (72,73)	9 (13,64)	9 (13,64)	0,519	20 (30,30)	24 (36,36)	22 (33,33)	56 (84,85)	10 (15,15)	0,092	
	Hombre	27 (79,41)	6 (17,65)	1 (2,94)		21 (61,76)	7 (20,59)	6 (17,65)		14 (41,18)	2 (5,88)	18 (52,94)	0,004	33 (97,06)		1 (2,94)
Edad	20-29	6 (75,00)	1 (12,50)	1 (12,50)	0,584	3 (37,50)	4 (50,00)	1 (12,50)	0,029	8 (100,00)	0 (0,00)	0 (0,00)	7 (87,50)	1 (12,50)	0,335	
	30-39	13 (81,25)	2 (12,50)	1 (6,25)		10 (62,50)	2 (12,50)	4 (25,00)		10 (62,50)	4 (25,00)	2 (12,50)	15 (93,75)	1 (6,25)		
	40-49	24 (66,67)	4 (11,11)	8 (22,22)		21 (58,33)	7 (19,44)	8 (22,22)		9 (25,00)	14 (38,89)	13 (36,11)	0	29 (80,56)		7 (19,44)
	50-59	30 (81,08)	5 (13,51)	2 (5,41)		32 (86,49)	3 (8,11)	2 (5,41)		7 (18,92)	7 (18,92)	23 (62,16)	35 (94,59)	2 (5,41)		
	60 años o más	3 (100,00)	0 (0,00)	0 (0,00)		3 (100,00)	0 (0,00)	0 (0,00)		0 (0,00)	1 (33,33)	2 (66,67)	3 (100,00)	0 (0,00)		
	Educación Básica	2 (100,00)	0 (0,00)	0 (0,00)		2 (100,00)	0 (0,00)	0 (0,00)		0 (0,00)	1 (50,00)	1 (50,00)	2 (100,00)	0 (0,00)		
Nivel de Educación	Educación Secundaria	4 (66,67)	1 (16,67)	1 (16,67)	0,921	2 (33,33)	2 (33,33)	2 (33,33)	0,331	5 (83,33)	0 (0,00)	1 (16,67)	5 (83,33)	1 (16,67)	0,800	
	Educación Superior	70 (76,09)	11 (11,96)	11 (11,96)		65 (70,65)	14 (15,22)	13 (14,13)		29 (31,52)	25 (27,17)	38 (41,30)	82 (89,13)	10 (10,87)		
	Nombroamiento definitivo	53 (76,81)	8 (11,59)	8 (11,59)		48 (69,57)	10 (14,49)	11 (15,94)		22 (31,88)	19 (27,54)	28 (40,58)	61 (88,41)	8 (11,59)		
Tipo de Contrato	Nombroamiento Provisional	19 (76,00)	2 (8,00)	4 (16,00)	0,44	16 (64,00)	5 (20,00)	4 (16,00)	0,812	12 (48,00)	6 (24,00)	7 (28,00)	22 (88,00)	3 (12,00)	0,673	
	Contrato ocasional	4 (66,67)	2 (33,33)	0 (0,00)		5 (83,33)	1 (16,67)	0 (0,00)		0 (0,00)	1 (16,67)	5 (83,33)	6 (100,00)	0 (0,00)		
	1 año - 10 años	55 (75,34)	8 (10,96)	10 (13,70)		51 (69,86)	12 (16,44)	10 (13,70)		29 (39,79)	15 (20,55)	29 (39,73)	64 (87,67)	9 (12,33)		
Tiempo de trabajo en la institución actual	11 años - 20 años	7 (63,64)	3 (27,27)	1 (9,09)	0,427	7 (63,64)	0 (0,00)	4 (36,36)	0,142	2 (18,18)	6 (54,55)	3 (27,27)	10 (90,91)	1 (9,09)	0,762	
	21 años - 30 años	14 (87,50)	1 (6,25)	1 (6,25)		11 (68,75)	4 (25,00)	1 (6,25)		3 (18,75)	5 (31,25)	8 (50,00)	15 (93,75)	1 (6,25)		
	Baja	3 (75,00)	0 (0,00)	1 (25,00)		3 (100,00)	0 (0,00)	0 (0,00)		2 (50,00)	1 (25,00)	1 (25,00)	4 (100,00)	0 (0,00)		
Seguridad en el trabajo	Media	24 (72,73)	5 (15,15)	4 (12,12)	0,831	22 (66,67)	6 (18,18)	5 (15,15)	0,743	14 (42,42)	12 (36,36)	7 (21,21)	29 (87,88)	4 (12,12)	0,764	
	Alto	49 (77,78)	7 (11,11)	7 (11,11)		43 (68,25)	10 (15,87)	10 (15,87)		18 (28,57)	13 (20,63)	32 (50,79)	56 (88,89)	7 (11,11)		

Subnivel de trabajo	Educación General Básica	42 (77,78)	3 (5,56)	9 (16,67)	0,044	38 (70,37)	10 (18,52)	6 (11,11)	0,431	18 (33,33)	17 (31,48)	19 (35,19)	0,358	46 (85,19)	8 (14,81)	0,217
	Bachillerato	34 (73,91)	9 (19,57)	3 (6,52)		31 (67,39)	6 (13,04)	9 (19,57)		16 (34,78)	9 (19,57)	21 (45,65)		43 (93,48)	3 (6,52)	

Elaborado por: Sandra Cualchi y Dayana Zambrano
Fuente: Base de datos de la investigación
Fecha: noviembre 2023

En la tabla 3 encontramos que los factores de protección para padecer fatiga emocional son el sexo masculino la edad entre 30 a 39 años y en personas mayores de 50 años, docentes que laboran más de 20 años en la misma institución y seguridad laboral alta ya que el valor del Odds Ratio Ajustado (ORA) es <1. Mientras que en los docentes con edad entre 40 a 49 años presentan 1,5 veces más riesgo de padecer agotamiento emocional, de igual forma quienes tiene contrato provisional el riesgo es de 1,65 veces más de riesgo con un intervalo de confianza de 95% que va desde 0,277 a 9,891.

En la escala de despersonalización ser hombre, tener entre 40 a 49 años, tener un contrato ocasional e impartir clases en bachillerato representa un riesgo para verse afectados por este padecimiento ya que el valor de ORA es <1. Siendo factores protectores tener entre 30 a 39 años o más de 50 años y que el contrato sea ocasional.

Los hombres con un ORA de 0,557 representan un factor de protección para la realización personal al igual que mantener un nombramiento provisional y trabajar en bachillerato.

Tabla 3 Odds Ratio Crudo y Ajustado de los principales factores de riesgo asociados al Síndrome de Burnout.

Variable	Categoría	Agotamiento Emocional (EE)		Despersonalización (DP)		Realización personal (PA)		Síndrome de Burnout	
		ORC (IC95 %)	ORA (IC95 %)	ORC (IC95 %)	ORA (IC95 %)	ORC (IC95 %)	ORA (IC95 %)	ORC (IC95 %)	ORA (IC95 %)
Sexo	Mujer	1	1	1	1	1	1	1	1
	Hombre	0,7472 (0,2755 - 2,0264)	0,8622 (0,2445 - 3,0405)	1,6508 (0,6857 - 3,9742)	3,2252 (1,0441 - 9,9619)	0,6213 (0,2625 - 1,4703)	0,5579 (0,2054 - 1,5153)	0,1697 (0,0208 - 1,3860)	0,1958 (0,0224 - 1,7134)
Edad	20-29	1	1	1	1	1	1	1	1
	30-39	0,6923 (0,0906 - 5,2922)	0,6128 (0,0650 - 5,7820)	0,3600 (0,0624 - 2,0780)	0,5723 (0,0888 - 3,6866)			0,4667 (0,0253 - 8,5955)	
		1,5000 (0,2623 - 8,5793)	1,6676 (0,2015 - 13,8043)	0,4286 (0,0885 - 2,0750)	0,7056 (0,1290 - 3,8606)			1,6897 (0,1777 - 16,0630)	
	40-49	0,7000 (0,1158 - 4,2322)	0,8153 (0,0990 - 6,7122)	0,0938 (0,0169 - 0,5203)	0,0942 (0,0159 - 0,5565)			0,4000 (0,0317 - 5,0411)	
		60 años o más	0,0000 (0,0000 - >1.0E12)	0,0000 (0,0000 - >1.0E12)	0,0000 (0,0000 - >1.0E12)	0,0000 (0,0000 - >1.0E12)			0,0000 (0,0000 - >1.0E12)
	Tipo de Contrato	Nombramiento definitivo	1	1	1	1	1	1	1

	Nombramiento Provisional	1,0461 (0,3571 - 3,0640)	0,9529 (0,2388 - 3,8030)	1,2857 (0,4902 - 3,3724)	1,3275 (0,4812 - 3,6624)	0,5071 (0,1993 - 1,2901)	0,9337 (0,2905 - 3,0010)	1,0398 (0,2529 - 4,2742)	1,0149 (0,2210 - 4,6619)
	Contrato ocasional	1,6563 (0,2774 - 9,8913)	2,1701 (0,2681 - 17,5689)	0,4571 (0,0503 - 4,1564)	0,4295 (0,0451 - 4,0874)	186256,0610 (0,0000 - >1.0E12)	874893,1439 (0,0000 - >1.0E12)	0,0000 (0,0000 - >1.0E12)	0,0000 (0,0000 - >1.0E12)
	1 año - 10 años	1	1	1	1	1	1	1	1
Tiempo de trabajo en la institución actual	11 años - 20 años	1,7458 (0,4577 - 6,6595)	1,5291 (0,3662 - 6,3847)	1,3247 (0,3516 - 4,9902)	1,3230 (0,3450 - 5,0731)	2,9640 (0,5972 - 14,7095)	2,8256 (0,5540 - 14,4119)	0,7111 (0,0811 - 6,2332)	0,5717 (0,0613 - 5,3299)
	21 años - 30 años	0,4365 (0,0904 - 2,1069)	0,3712 (0,0701 - 1,9659)	1,0537 (0,3272 - 3,3930)	1,1959 (0,3479 - 4,1108)	2,8541 (0,7475 - 10,8976)	2,3398 (0,5631 - 9,7232)	0,4741 (0,0557 - 4,0339)	0,5198 (0,0553 - 4,8899)
	Baja	1	1			1	1		1
Seguridad en el trabajo	Media	1,1251 (0,1032 - 12,2693)	1,3717 (0,1050 - 17,9237)			1,3571 (0,1699 - 10,8413)	1,8171 (0,1389 - 23,7698)		
	Alto	0,8571 (0,0826 - 8,8952)	1,0819 (0,0688 - 17,0192)			2,4989 (0,3266 - 19,1177)	3,2731 (0,2254 - 47,5340)		
	Educación								
Subnivel de trabajo	General Básica	1	1	1	1	1	1	1	1
	Bachillerato	1,2354 (0,4928 - 3,0971)	1,3848 (0,4761 - 4,0279)	1,1492 (0,4916 - 2,6867)	1,1899 (0,4966 - 2,8513)	0,9375 (0,4090 - 2,1492)	0,7902 (0,3252 - 1,9200)	0,4012 (0,0999 - 1,6114)	0,6704 (0,1507 - 2,9828)

Elaborado por: Sandra Cualchi y Dayana Zambrano

Fuente: Base de datos de la investigación

Fecha: noviembre 2023

DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS Y PROPUESTA DE SOLUCIÓN

El Síndrome de Burnout en la actualidad es una enfermedad psicosocial relacionada con el entorno laboral, por ende ha sido investigado su impacto en diferentes profesiones. Las recientes investigaciones relacionan el síndrome con factores organizacionales, variables sociodemográficas y la forma en que los individuos reaccionan frente a situaciones estresantes. Por ende esta investigación se encuentra enfocada en determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout asociado a las condiciones sociodemográficas y laborales en los docentes de la Unidad Educativa 19 de Septiembre del cantón Salcedo. Para la recolección de los datos se aplicó el cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI) a cien docentes que participaron.

En la muestra encontramos que el sexo femenino predomina con un 81,48% en el nivel de educación general básica mientras que en bachillerato el 51,7% de docentes son hombres, el rango de edad más común entre los docentes del nivel de educación general básica es de 40 a 49 años y en bachillerato 43,48% tienen entre 50 a 59 años. El 80% nacieron en ciudades pertenecientes a la provincia de Cotopaxi, 92 docentes de la unidad educativa tienen títulos de tercero y cuarto nivel. El tipo de contrato que tiene el 69% es nombramiento definitivo, por último el 63% de los docentes tienen alto grado de inseguridad en el trabajo.

Los resultados que obtuvieron en la investigación realizada en la Unidad Educativa “Ambato” por Martínez M. y Rodríguez W. donde, quienes mencionan que la variable sexo no es significativa para determinar esta patología (Martínez & Rodríguez, 2022). En otro estudio realizado en un estudio realizado en Lima, en profesores de educación superior, los resultados indican que la mayoría de los docentes afectados eran mujeres con un 63,4 % y hombres (Huamani et al., 2022).

En nuestra investigación el sexo femenino predomina en toda la unidad educativa teniendo más prevalencia para desarrollar el síndrome, al igual que en la investigación realizada por Alverca S y Yangari J, donde se estableció que en los docentes de la Facultad de la Salud Humana de la Universidad Nacional de Loja predomina el sexo femenino con un 80% siendo el género femenino el más propenso a sufrir de Burnout. El Síndrome De Burnout tiene relación significativa con la variable sexo. (Garces-Delgado et al., 2023).

Al analizar los subniveles del Síndrome de Burnout encontramos que el 76% de los docentes presenta agotamiento emocional bajo, el 69% tiene un nivel bajo de despersonalización y el 40% presenta una realización personal alta, estos resultados se asemejan a los que encontraron en el estudio realizado por Edmundo C., siendo que el 90% de docentes presenta agotamiento emocional bajo, 45% despersonalización baja y el 50% presenta realización personal alta. (Cabezas & Hierro, 2028)

La realización personal se observa una prevalencia alta en el sexo masculino con el 52,94% y hay prevalencia baja en la edad comprendida de 30-39 años con el 62,5%. Según la investigación llevada a cabo por Skaaivik, E. M., y Skaalvik, S. en 2017, la disminución de la satisfacción personal se deriva de las interacciones sociales y del entorno laboral al que se ve sometido el empleado. Este fenómeno se manifiesta como un resultado directo de las relaciones interpersonales y las circunstancias laborales que impactan en el bienestar y la realización individual de los trabajadores. (Martínez & Rodríguez, 2022).

La despersonalización tiene una prevalencia baja con respecto a la edad de los docentes comprendida entre 50-59 años con un 86,49%. Al igual que la investigación realizada por Alverca Sthefany y Yangari Josselyn, se demuestra que es indiferente la prevalencia de la edad con respecto a los docentes de la Facultad de la Salud Humana de la Universidad Nacional de Loja. Adicionalmente, en el estudio hecho por Calero Verónica y Castillo Edison se demuestra que la despersonalización en médicos residentes que laboran en hospitales de las ciudades de Tena y Puyo es bajo con apenas el 21% y este se presenta en personas que laboran o socializan con otras personas.

Los factores de protección para padecer fatiga emocional son el sexo masculino la edad entre 30 a 39 años y en personas mayores de 50 años, docentes que laboran más de 20 años en la misma institución y seguridad laboral alta ya que el valor del Odds Ratio Ajustado (ORA) es <1 . Mientras que en los docentes con edad entre 40 a 49 años presentan 1,5 veces más riesgo de padecer agotamiento emocional, de igual forma quienes tiene contrato provisional el riesgo es de 1,65 veces más de riesgo con un intervalo de confianza de 95% que va desde 0,277 a 9,891. En el estudio hecho por Chasipanta Marco y Vinueza Nicolás se manifestó que, en las últimas décadas, se ha observado un aumento progresivo en la prevalencia de trastornos mentales, destacando entre ellos los trastornos de ansiedad, irritabilidad, insomnio, cansancio y fatiga. Desde una perspectiva

médica, se ha notado un incremento en la somatización de estos síntomas, evidenciando la complejidad de su manifestación en el cuerpo.

En la escala de despersonalización ser hombre, tener entre 40 a 49 años, tener un contrato ocasional e impartir clases en bachillerato representa un riesgo para verse afectados por este padecimiento ya que el valor de ORA es <1 . Siendo factores protectores tener entre 30 a 39 años o más de 50 años y que el contrato sea ocasional. De igual manera en el estudio que fue hecho por Chasipanta Marco y Vinuesa Nicolás se demostró que en los médicos en funciones hospitalarias de la ciudad de Quito los signos de despersonalización abarcan diversas transformaciones en el estado de ánimo, tales como actitudes adversas hacia los demás, la ausencia de interacción social, manifestaciones negativas respecto al ámbito laboral y una profunda desmotivación. Estos indicadores reflejan la complejidad de la experiencia, evidenciando la variedad de formas en que se manifiesta la desconexión emocional y la pérdida de identidad personal.

Los hombres con un ORA de 0,557 representan un factor de protección para la realización personal al igual que mantener un nombramiento provisional y trabajar en bachillerato. A diferencia del estudio realizado por Becerra Pamela y Naranjo Pablo donde se evidenció que la realización personal es baja, pero de igual manera se evidenció un logro significativo en el equipo de salud, conformado en su mayoría por profesionales que cumplían con su derecho y deber de realizar el año rural. En consecuencia, las metas de realización personal pueden ser interpretadas desde una óptica distinta en contraste con el personal de salud con años de trayectoria y satisfacción laboral.

Las propuestas y estrategias de intervención tienen como finalidad prevenir Síndrome de Burnout el mismo que provoca un incremento preeminente en conflictos en al ámbito familiar y profesional. Esto vamos a evitar elaborando un plan estratégico que aborde las necesidades de los docentes y así desarrollar capacitaciones de acuerdo a las necesidades ,cumplir el cronograma de pausas activas en las cuales deben constar actividades y ejercicio al aire libre para liberar tensión con los colegas y alumnos , una buena alimentación y buena calidad sueño , evitar uso excesivo de pantallas y en su lugar leer un libro de su interés , solicitar colaboración de psicólogos que laboren en las unidades educativas y así prevenir o diagnosticar a tiempo esta patología . (Herrera Herrera et al., 2023)

En esta investigación hay que considerar las limitaciones derivadas de los sesgos, como son el tamaño de la muestra limitada, los estudios que se han realizado de la prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes son limitados y la mayoría se ha centrado en Instituciones de tercer nivel.

De acuerdo con los resultados analizados la propuesta que presentamos en esta investigación es dar énfasis a la prevención de los riesgos psicosociales presentes en el ambiente laboral, además, incentivar a los docentes a seguir incentivando su realización personal. A nivel organizacional se debe evaluar y modificar las condiciones que desencadenan el Síndrome de Burnout, implementando estrategias que coadyuven a disminuir los factores estresores durante la jornada laboral.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

La docencia es una profesión demandante ya que es necesario el desarrollo de habilidades como dominio de grupo, dominio del contenido, saber utilizar e implementar la tecnología en el proceso enseñanza – aprendizaje. De acuerdo a la investigación que realizamos concluimos que el personal docente de la Unidad Educativa “19 de Septiembre” tiene una baja prevalencia para padecer Síndrome de Burnout con un 8% en el nivel de Educación General Básica y un 3% en Bachillerato. De acuerdo con las hipótesis que nos planteamos al inicio de la investigación la hipótesis alternativa es aceptada.

Al evaluar la relación que existe entre el Síndrome de Burnout y las condiciones sociodemográficas encontramos que el sexo masculino es un factor protector ante el padecimiento del síndrome.

Debido a que no existe una correlación entre el agotamiento emocional y el desarrollo del Síndrome de Burnout, hay que considerar la capacidad que tiene el organismo de adaptarse ante la exposición a factores estresores, donde hay activación de mecanismos físicos y psicológicos que le permiten tener una condición física y mental óptima para desempeñar cada actividad.

Es importante que en las instituciones educativas cuenten con un plan de intervención para la prevención de este síndrome, por ende, recomendamos se promueva estilos de vida saludables. Las pausas activas es muy importante implementarlas dentro de la jornada laboral ya que nos permite evitar el estrés y fatiga muscular al finalizar la misma.

Para investigaciones futuras se recomienda realizar este tipo de investigación en diferentes entidades y mantener una adecuada comunicación con la persona más influyente de la institución o empresa para su ayuda y colaboración en la difusión de la importancia de realizar las encuestas solicitadas.

REFERENCIAS

- Aguilar, A., & Mayorga, M. (2020). *Relación entre Estrés Docente y Síndrome de Burnout en docentes de la Zona 3 de Ecuador Relationship*.
- Andrés Vintimilla-Pesántez, S., Cárdenas, J., Fernando, T. ;, Avilés, P., Torres-Toukoumidis, A., & Upsalud, P. (2023). *Estrategias para el manejo del Síndrome*

de Burnout. 2.

Berdejo, F. P. (2020). Cansancio Emocional Y Engagement Académico En Estudiantes. *Universitarios De Lima Metropolitana.*

<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/d48de02e-fd9c-45f1-b555-5828e1f27ff3/content>

Cabezas Heredia, E. B., & Beltrán del Hierro, D. M. (2018). Niveles de burnout en docentes de educación media y superior en la ciudad de Riobamba- Ecuador.

Sathiri, 13(2), 22. <https://doi.org/10.32645/13906925.752>

Manzano Díaz, A. (2020). Síndrome de burnout en docentes de una Unidad Educativa, Ecuador. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(16), 499-511. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v4i16.132>

Montero, A. (2023). *Nivel de estrés y síndrome de burnout de los directores del nivel secundaria del ámbito de Unidad de Gestión Educativa Local de Sullana en el marco de la educación a distancia.*

Muñoz, C. F., Correa, C. M., & Matajudios, J. F. (2020). Síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de primera infancia. *Educación • Education • Educação*, 41(37), 2020. <https://www.revistaespacios.com>

OIT. (2016). Estrés en el Trabajo: Estrés en el Trabajo: Un reto colectivo. En *Organizacion Internacional del Trabajo*. https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS_466549/lang--es/index.htm%0Ahttps://bit.ly/3XvTgLW

Olivares Faúndez, V. (2017). Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout. *Ciencia & trabajo*, 19(58), 59-63. <https://doi.org/10.4067/s0718-24492017000100059>

Rivera Guerrero, Á., Ortiz Zambrano, R., Miranda Torres, M., & Navarrete Freire, P. (2019). Factores de riesgo asociados al síndrome de desgaste profesional

(Burnout). *Revista Digital de Postgrado*, 8(2), e163-e163.

http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_dp/article/view/16488/144814482984%0Ahttp://fi-admin.bvsalud.org/document/view/r342h

Rodríguez Ramírez, J. A., Guevara Araiza, A., & Viramontes Anaya, E. (2017).

Síndrome de burnout en docentes. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 8(14), 45-67. https://doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v8i14.39

Tabares, Y., Martínez, A., & Matabanchoy, M. (2020). Síndrome de Burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática Resumen Introducción. *Universidad y Salud*, 22(3), 265-279.
<http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v22n3/2389-7066-reus-22-03-265.pdf>