

UNIVERSIDAD NACIONAL AMAZÓNICA DE MADRE DE
DIOS
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



“Síndrome de Burnout en personal del colegio CAP. FAP
José Abelardo Quiñones, Puerto Maldonado, 2023”

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA.**

AUTOR(ES):

Bach. FARFAN CONDORI, Katherine
Nelly.

Bach. MAMANI MAMANI , Idania Carla.

ASESOR(A):

- DRA. VELASQUEZ BERNAL, Libia
Rocío

Puerto Maldonado, mayo 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL AMAZÓNICA DE MADRE DE
DIOS
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



“Síndrome de Burnout en personal del colegio CAP. FAP
José Abelardo Quiñones, Puerto Maldonado, 2023”

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA.**

AUTOR(ES):

Bach. FARFAN CONDORI, Katherine
Nelly.

Bach. MAMANI MAMANI , Idania Carla.

ASESOR(A):

- DRA. VELASQUEZ BERNAL, Libia
Rocío

Puerto Maldonado, mayo 2025

TURNITIN_KATHERINE NELLY & IDANIA MAMANI

INFORME DE ORIGINALIDAD

6%

INDICE DE SIMILITUD

6%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

5%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Nacional Amazonica de Madre de Dios Trabajo del estudiante	1%
2	repositorio.unan.edu.ni Fuente de Internet	1%
3	revistas.usil.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.uncp.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	www.slideshare.net Fuente de Internet	1%
7	1library.co Fuente de Internet	1%

PRESENTACIÓN

En cumplimiento al Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, pongo en vuestra consideración el proyecto de investigación titulada: “Síndrome de Burnout en personal del colegio José Abelardo Quiñones, Puerto Maldonado, 2023”.

Este síndrome es un problema del sistema sanitario público que desequilibra al trabajador y a que hace percibir que todo su trabajo es en vano, que no es eficaz y no es suficiente. Esos últimos conceptos marcan una sensación de disgusto y de insatisfacción en su propia actividad.

El estrés es la respuesta del organismo humano a todas las presiones a las que está sometido una situación estresante se presenta cuando debe hacerse frente a demandas conductuales que resultan difíciles de realizar o satisfacer.

Cuando las respuestas del estrés en los individuos se producen de manera continua en el lugar de trabajo y a causa de éste; se genera un trastorno llamado “Estrés Laboral” o Síndrome de Burnout (Síndrome Quemado) “el Burnout está caracterizado por tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal”

Es una tendencia por la que pasan muchos profesionales al evaluar su trabajo al ver forma negativa los resultados de acuerdo a las expectativas que tenían antes de iniciarla. Esta situación conlleva a mostrar un descontento insatisfacción con el propio trabajo lo que puede terminar en abandono total de metas y objetivos en la vida.

Las autoras

AGRADECIMIENTO

A DIOS: Por habernos permitido llegar hasta este momento tan importante de nuestra formación profesional, por habernos brindado salud para lograr nuestros objetivos, por darnos la oportunidad de vivir y por estar con nosotras en cada paso que damos, por fortalecer nuestros corazones e iluminar nuestra mente y puesto en nuestro camino a aquellas personas que han sido un soporte y compañía durante todo el periodo de estudio.

A NUESTROS PADRES: Por habernos apoyado en todo momento, por sus consejos, por los valores inculcados, por sus motivaciones constantes que nos han permitido ser unas personas de bien, por ser el pilar fundamental en todo lo que somos, porque si no fuera por ustedes no hubiera sido posible este triunfo, pero más que nada por todo su amor.

“Y por último deseamos dedicar este momento tan importante e inolvidable; a nosotras mismas, por no dejarnos vencer, ya que en ocasiones el principal obstáculo se encuentra dentro de uno”

DEDICATORIA

El presente trabajo investigativo lo dedicamos principalmente a Dios, por ser el inspirador y darnos fuerza para continuar en este proceso de obtener uno de los anhelos más deseados.

A nuestros padres, por su amor, trabajo y sacrificio en todos estos años, gracias a ustedes hemos logrado llegar hasta aquí y convertirnos en lo que somos. Ha sido el orgullo y el privilegio de ser sus hijas, son los mejores padres.

A nuestros hermanos (os) por estar siempre presentes, acompañándonos y por el apoyo moral, que nos brindaron a lo largo de esta etapa de nuestras vidas.

A todas las personas que nos han apoyado y han hecho que el trabajo se realice con éxito en especial a aquellos que nos abrieron las puertas y compartieron sus conocimientos

INTRODUCCIÓN

En cumplimiento al Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, pongo en vuestra consideración el proyecto de investigación titulada: “SÍNDROME DE BURNOUT EN PERSONAL DEL COLEGIO JOSÉ ABELARDO QUIÑONES, PUERTO MALDONADO, 2023”

Compuesto por un conjunto de síntomas físicos, psicológicos y sociales como resultado del desequilibrio entre los esfuerzos realizados por el trabajador y los resultados obtenidos, los cuales no satisfacen las expectativas del profesional.

El estrés es un estado de tensión que comprende una amplia variedad de síntomas tales como agotamiento, fatiga, ansiedad, sentimientos de inadecuación personal, pérdida de autoestima profesional, insatisfacción laboral, conflictos interpersonales recurrentes, somatizaciones, trastornos psicofisiológicos, etc. Estos síntomas pueden manifestarse de manera aguda, cuando solo tienen una duración corta, o pueden darse de manera crónica, cuando persisten un largo periodo de tiempo. El estrés crónico, es el que tiene efectos más perjudiciales para la salud, ya que puede derivar en una condición conocida como síndrome de burnout.

En este contexto se planteó el siguiente problema general ¿Cuáles son las características del *Síndrome de Burnout* que presenta en el personal del colegio José Abelardo Quiñones 2023? Cuyo objetivo general del estudio es determinar las características del *Síndrome de Burnout* que presenta el personal profesional de la Institución Educativa José Abelardo Quiñones, 2023. y está compuesto de varios capítulos en su forma de tesis, mismos que concuerdan con lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la UNAMAD.

CAPÍTULO I: Problema de investigación, descripción del problema, formulación del problema, objetivos, variables, operacionalización de variables, hipótesis, justificación y consideraciones éticas

CAPITULO II: Marco teórico, antecedentes de estudio, marco teórico, definición de términos

CAPITULO III: tipo de estudios, diseño del estudio, población y muestra, métodos y técnicas, tratamiento de los datos, recursos, presupuestos, cronograma.

CAPÍTULO IV: Compuesto por los resultados debatidos del trabajo de investigación, los cuales se contrastan con los antecedentes y marco de estudio correspondiente para inferir que es lo que pasa en la realidad estudiada frente a las otras realidades.

REFERENCIA BIBLOGRAFICAS

ANEXOS

RESUMEN

El estudio “SÍNDROME DE BURNOUT EN PERSONAL DEL COLEGIO JOSÉ ABELARDO QUIÑONES, PUERTO MALDONADO, 2023” se realizó con el objetivo general del estudio es determinar las características del *Síndrome de Burnout* que presenta en el personal del colegio. José Abelardo Quiñones, 2023. Fue un estudio descriptivo, transversal, de investigación básica destinado a explorar la situación de salud mental de los profesores de una institución educativa. Utilizo como instrumento la Escala de Maslash. Se trabajo con una muestra por conveniencia de 79 maestros. Sus hallazgos más interesantes son: un total de 40 personas que corresponden a correspondientes al 60,76% presentan nivel de Síndrome de Burnout medio. 28 personas, correspondientes al 35,44% del total, presentan nivel de Síndrome de Burnout bajo y 3 personas, correspondientes al 3,80% del total, presentan nivel de Síndrome de Burnout alto. En lo que respecta a agotamiento emocional, en el nivel alto: 16 personas, correspondientes al 20,25% presentan agotamiento emocional bajo. 12 personas, correspondientes al 15,19% del total presentan agotamiento emocional medio. En el nivel medio de burnout: 3 personas, correspondientes al 3,80% del total, presentan agotamiento emocional bajo y 18 personas, correspondientes al 22,78% del total presentan agotamiento emocional medio. Así también, 27 personas, correspondientes al 34,18% del total presentan agotamiento emocional alto y en cuanto al nivel alto de burnout: 3 personas, correspondientes al 3,80% del total, presentan agotamiento emocional alto. Sobre despersonalización en el nivel bajo de burnout: 22 personas, correspondientes al 27,85% del total, presentan despersonalización baja y 6 personas, correspondientes al 7,59% del total presentan despersonalización media. En el nivel medio de burnout: 13 personas, correspondientes al 16,46% del total, presentan despersonalización media y 35 personas, correspondientes al 44,30% del total presentan despersonalización alta. En el nivel alto de burnout: 3 personas, correspondientes al 3,80% del total, presentan despersonalización alta. Finalmente, en realización personal: en el nivel bajo de burnout: 28 personas, correspondientes al 35,44% del total, presentan realización personal baja. En el nivel medio de burnout: 45 personas,

correspondientes al 56,96% del total, presentan realización personal media, 3 personas, correspondientes al 3,80% del total, presentan realización personal media. En el nivel alto de burnout: 3 personas, correspondientes al 3,80% del total, presentan realización personal media.

Palabras clave: Síndrome de burnout, personal, colegio, despersonalización, agotamiento emocional, realización personal

ABSTRACT

The study "BOURNOUT SYNDROME IN STAFF OF COLEGIO JOSÉ ABELARDO QUIÑONES OF PUERTO MALDONADO, 2023" was carried out with the general objective of the study was to determine the characteristics of the Burnout Syndrome presented by the professional staff of Colegio José Abelardo Quiñones, 2023. It was a descriptive, cross-sectional, basic research study aimed at exploring the mental health situation of teachers of an educational institution. I use the Maslach Scale as an instrument. We worked with a convenience sample of 79 teachers. Its most interesting findings are: a total of 40 people, corresponding to 60.76%, have a medium level of Burnout Syndrome. 28 people, corresponding to 35.44% of the total, have a low level of Burnout Syndrome and 3 people, corresponding to 3.80% of the total, have a high level of Burnout Syndrome. Regarding emotional exhaustion, at the high level: 16 people, corresponding to 20.25%, present low emotional exhaustion. 12 people, corresponding to 15.19% of the total, present medium emotional exhaustion. At the medium level of burnout: 3 people, corresponding to 3.80% of the total, present low emotional exhaustion and 18 people, corresponding to 22.78% of the total, present medium emotional exhaustion. Likewise, 27 people, corresponding to 34.18% of the total, present high emotional exhaustion and regarding the high level of burnout: 3 people, corresponding to 3.80% of the total, present high emotional exhaustion. Regarding depersonalization at the low level of burnout: 22 people, corresponding to 27.85% of the total, present low depersonalization and 6 people, corresponding to 7.59% of the total, present medium depersonalization. At the medium level of burnout: 13 people, corresponding to 16.46% of the total, present medium depersonalization and 35 people, corresponding to 44.30% of the total, present high depersonalization. At the high level of burnout: 3 people, corresponding to 3.80% of the total, present high depersonalization. Finally, in personal achievement: at the low level of burnout: 28 people, corresponding to 35.44% of the total, have low personal achievement. At the medium level of burnout: 45 people, corresponding to 56.96% of the total, present average personal accomplishment, 3 people, corresponding to 3.80% of the total, present average personal accomplishment. At the high level of burnout:

3 people, corresponding to 3.80% of the total, present average personal achievement.

Keywords: Burnout syndrome, personal, school, depersonalization, emotional exhaustion, personal fulfillment

INDICE

AGRADECIMIENTO.....	
DEDICATORIA.....	
RESUMEN	
ABSTRACT	
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	1
1.1 DESCRIPCIÓN DE PROBLEMA.....	1
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	3
1.2.1 PROBLEMA GENERAL	3
1.2.2 PROBLEMAS ESPECÍFICOS	3
1.3 OBJETIVOS	4
1.3.1 OBJETIVO GENERAL.....	4
1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	4
1.4 VARIABLES.....	4
1.5 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	5
1.6 JUSTIFICACIÓN.....	7
1.7 CONSIDERACIONES ÉTICAS	7
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	8
2.1 ANTECEDENTES DE ESTUDIO	8
2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES	8
2.1.2 ANTECEDENTES NACIONALES	11
2.1.3 ANTECEDENTES LOCALES	13
2.2 MARCO TEORICO	13
2.3 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS.....	18
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	20
3.1. TIPO DE ESTUDIO	20

3.1.1 DESCRIPTIVO	20
3.1.2 TRANSVERSAL.....	20
3.2. DISEÑO DE ESTUDIO.....	21
3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	21
3.3.1 DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN Y MUESTRA.....	21
3.3.2 CRITERIOS DE INCLUSIÓN.....	21
3.3.3 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN.....	21
3.4 MÉTODOS Y TÉCNICAS.....	22
3.4.1 TÉCNICA	22
3.4.2 INSTRUMENTO	22
3.5 TRATAMIENTO DE LOS DATOS.....	23
3.5.1 PROCEDIMIENTO DE RECOJO DE DATOS.....	23
3.5.2 TRATAMIENTO DE LOS DATOS	23
CAPÍTULO IV: RESULTADOS DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	24
CONCLUSIONES.....	34
SUGERENCIAS	35
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	37
ANEXOS	
Anexo 1: matriz de operacionalización de variable	
Anexo 2: matriz de consistencia.....	
Anexo 3: instrumento	
Anexo 4: Solicitud de autorización para realización de estudio.....	
Anexo 5: Consentimiento informado	
Anexo 6: Juicio experto	
Anexo 7: informe de juicio de expertos	

INDICE DE TABLAS

Tabla 1: Nivel de Síndrome de Burnout en personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023	24
Tabla 2: Agotamiento emocional en personal del colegio. José Abelardo Quiñones, 2023	28
Tabla 3: Despersonalización en personal del colegio. José Abelardo Quiñones, 2023	30
Tabla 4: Realización personal en personal del colegio. José Abelardo Quiñones, 2023	32

INDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1: Nivel de Síndrome de Burnout en personal del colegio. José Abelardo Quiñones, 2023.....	25
Ilustración 2: Agotamiento emocional en personal del colegio. José Abelardo Quiñones, 2023.....	28
Ilustración 3: Despersonalización en personal del colegio. José Abelardo Quiñones, 2023.....	30
Ilustración 4: Realización personal en personal del colegio. José Abelardo Quiñones, 2023.....	32

CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 DESCRIPCIÓN DE PROBLEMA

El *Síndrome de Burnout* es una enfermedad de tipo social, en la cual la persona muestra desgaste y sensación de que el trabajo no le satisface, por lo tanto, sus respuestas no son de adaptación al trabajo ni a los usuarios a quienes dedica su esfuerzo laboral. Este síndrome de primera intención se estudió en personal de salud, pero luego ha sido evaluado en distintos escenarios laborales, involucrando por definición a todos aquellos que brindan un servicio donde hay interacción con usuarios.

La situación actual tras la pandemia ha hecho que docentes y estudiantes tengan que adaptarse a una nueva rutina, con cambios en los patrones de enseñanza aprendizaje estudiantes que no han logrado las metas académicas de forma mayoritaria durante el 2020 y 2021, lo que genera que hacen que el personal de los colegios se encuentre poco menos que exhausto. Actualmente se trabaja con la presión de una enfermedad desconocida, que además ha causado mortalidad entre sus compañeros de trabajo. Se trata de un conjunto de signos de una condición especial denominada síndrome de burnout y sus principales características son: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal (1), sin embargo, López, Gallegos y Maureira indican que un adecuado liderazgo en los colegios, puede mejorar la eficacia de los docentes (2).

Así la saturación física o mental que presenta el trabajador, va dejando una serie de efectos que alteran su bienestar y de hecho su espacio personal, familiar y como no, laboral. Los docentes que presentan estrés compatible

con burnout han demostrado que aun cuando hay motivación y compromiso se presentan rasgos de esta condición (3).

Esta enfermedad ha sido reconocida por la Organización Mundial de la Salud (OMS), quien según su revisión undécima la clasifica dentro de la lista de Enfermedades Conexas (CIE-11) (4), esto demuestra que es una enfermedad de preocupación mundial que se circunscribe al cuerpo humano debido, según la OMS a la recarga de trabajo, la cual causa el desequilibrio en la calidad de vida del que lo padece y su bajo rendimiento en la labor que realiza. Estudios demuestran que esta enfermedad la padecen médicos alcanzando el 43% a 45% y en algunos espacios llega al 80%, lo que habla del desgaste de este grupo profesional, aclarando claro, que no solo puede aplicarse al sector salud sino a cualquier ámbito de servicio.

Muchos estudios que han analizado el tema, muestran que el desgaste que sufren estas personas presenta una alta prevalencia. Por ejemplo, en el estudio de Blazquet et al (2023), se encontró que el 20.8% de maestros sufre *síndrome de Burnout* (5). Este involucra varias esferas, producto de un estrés crónico que no ha sabido a lo largo del tiempo atenderse (6), en especial en tiempos de pandemia donde la posibilidad de acceder a atención de salud se ha visto limitada (7).

El estrés laboral crónico está considerado como una causa muy importante de problemas relacionados a la conducta de los trabajadores (8). Estos problemas se traducen en estrés del trabajador, el cual entre el personal que brinda un servicio donde hay interacción con personas es muy frecuente, no siendo exclusivo de ningún grupo de trabajadores. Se caracteriza por una serie de acciones y estados de ánimo negativos mostrados en el trabajo, que no les permite desarrollar su labor con normalidad. Un estudio español demostró que el agotamiento laboral se presenta mayoritariamente entre profesores de 35 a 55 años, siendo un factor de protección la experiencia laboral (9).

La Institución Educativa José Abelardo Quiñones Gonzales pertenece al sistema educativo nacional y tienen el objetivo de fomentar entre sus

estudiantes no solo altos estándares de desempeño académico, así como mejorar sus competencias personales, deportivas y/o artísticas (10), de acuerdo a la inteligencia emocional que tienen sus estudiantes (11).

Algunos factores que incrementan los problemas de los profesionales en los colegios están caracterizados por una jornada de trabajo de 24 a 40 horas por semana, educación en el marco de la educación básica regular, caracterizada por asignaturas distintas, proyectos de responsabilidad social, investigación e inglés. Pero no es el único problema, sino que además su carga de trabajo se ha incrementado al haber pasado por un proceso de trabajo remoto, en la que el logro de los objetivos académicos ha sido muy dificultoso, pues no se puede controlar el desempeño de variables relacionadas a los estudiantes, en especial de conectividad de internet, el interés académico, problemas de contexto familiar y sanitario. Producto de esta sobre exigencia se aprecia que el rendimiento laboral es mayor que en otras instituciones, pero a la vez se asocia con niveles de estrés laboral (12).

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1 PROBLEMA GENERAL

- ¿Cuáles son las características del *Síndrome de Burnout* que presenta el personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023?

1.2.2 PROBLEMAS ESPECÍFICOS

- ¿Cuáles son las características del agotamiento emocional y físico en el personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023?
- ¿Cuáles son las características de la despersonalización o deshumanización en el personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023?

- ¿Cuáles son las características de la realización personal en personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023?

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 OBJETIVO GENERAL

- Determinar las características del *Síndrome de Burnout* que presenta en el personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023.

1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Describir el agotamiento emocional y físico del colegio José Abelardo Quiñones, 2023.
- Caracterizar la despersonalización o deshumanización en personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023
- Detallar las características que asume la realización personal en personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023

1.4 VARIABLES

1.4.1 VARIABLE DE ESTUDIO

- Síndrome de Burnout

1.4.2. VARIABLE DE CONTEXTO

- Características sociodemográficas
- Características laborales

1.5 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE IMPLICADA	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	ITEMS	INDICADOR	EXPRESION FINAL
<i>Síndrome de Burnout</i>	Conjunto de signos que se determinan en agotamiento emocional, despersonalización, y disminución de la realización personal, los cuales se evidencian en personas que laboran para cubrir necesidades de otras. Maslach C, Jackson S, 1996	Agotamiento emocional Es la sensación de falta de elementos para dar solución a problemas del momento que pueden generar alteraciones o desequilibrios en los sistemas del cuerpo.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ En general estoy Más bien harto de mis labores, ✓ Estoy de buen humor cuando realizo las labores que me hacen feliz. ✓ Estoy cansado por la rutina de mis labores. 	0: Jamás 1: En algunos meses 2: Cada 30 días o menos 3: Algunos días del mes 4: Una vez cada 7 días 5: Algunos días a la semana 6: Diariamente	Nivel bajo Nivel medio Nivel alto
		Despersonalización o deshumanización Son estados de ánimo fríos hacia otros individuos que hacen que el ser humano pierda su esencia como tal.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Las personas que necesitan algún tratamiento y los suyos son exigentes con comportamientos molestos. ✓ Los pacientes no son empáticos y no valoran los esfuerzos que implica la atención. ✓ Prefiero no tomar como algo personal la enfermedad de los usuarios de mi trabajo. 		Nivel bajo Nivel medio Nivel alto
		Disminución de la realización personal La persona pierde el interés por seguir aprendiendo, se vuelve dependiente de otros y se siente desmotivado para continuar y siente que no puede tomar sus propias decisiones.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mi labor me desmotiva, no me siento con ganas de superarme ✓ No me interesa mejorar mi personalidad ni aumentar mi autoestima ✓ Esto no es lo que yo quería hacer 		Nivel bajo Nivel medio Nivel alto

VARIABLE NO IMPLICADA	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES
Peculiaridades de su trato con los demás	Referidas a las particularidades de las personas que laboran en el área de emergencia del hospital Santa Rosa	Edad	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 20-30 ✓ 31-40 ✓ 41-50 ✓ 51-60 ✓ 60 a mas
		Sexo	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Femenino ✓ Masculino
		Profesión	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Profesor ✓ Psicólogo ✓ Enfermero ✓ Técnico de enfermería ✓ Otros
		Condición civil	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sin pareja ✓ Que convive ✓ Casado ✓ Con esposo fallecido ✓ En desunión ✓ Otros
		Cantidad de hijos	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ninguno ✓ 1 ✓ 2 ✓ 3 o más
Particularidades de tipo Laboral	Son las características del trabajador medido en su puesto	Condición laboral	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Permanente ✓ Eventual
		Años de servicio en la Institución Educativa Basica Regular CAP. FAP. José Abelardo Quiñones	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 3 ✓ 5 ✓ 6 a más

1.6 JUSTIFICACIÓN

Estudiar las condiciones laborales de los trabajadores es muy importante en especial en un momento histórico, en el cual una enfermedad como el COVID ha logrado paralizar y modificar el mundo.

La justificación del estudio está relacionada a determinar el estado de salud de los profesionales que laboran en la I.E.B.R CAP. FAP José Abelardo Quiñones, pues un grupo humano que presenta desgaste es posible que brinde un servicio educativo con menor rendimiento con respecto a su labor educativa.

Por ello los resultados del presente están destinados a conocer la realidad laboral de los trabajadores de esta institución para que la dirección de la mencionada institución pueda efectuar labores destinadas a mejorar las condiciones de su capital humano, lo cual repercutirá en las personas hacia las cuales está destinado su servicio educativo.

Adicionalmente, aunque no menos importante, será sentar precedente de la salud de los profesionales de la I.E.B.R CAP FAP José Abelardo Quiñones, para poder efectuar comparaciones en estudios de investigación a efectuarse de manera posterior.

En las circunstancias actuales acceder a las unidades de muestreo es dificultoso, en especial por que el personal para atareado, preocupado y sobre todo sobrecargado, por ello para poder garantizar que se llenen los instrumentos se generó un aplicativo mediante el celular, de manera que se recogió la información necesaria para realizar el estudio actual.

1.7 CONSIDERACIONES ÉTICAS

El estudio no tiene carácter invasivo, así mismo se siguieron todos los principios de la ética en investigación, de forma tal que se interactuaron con los profesionales que laboran en la I.E.B.R CAP. FAP. José Abelardo Quiñones. Antes de iniciar con el recojo de los datos, se definieron los objetivos del estudio para pedir de forma escrita un consentimiento de aceptación del estudio. Las investigadoras garantizan anonimato y confidencialidad conforme lo prevén las normas de manejo de datos personales conforme a la ley Nro. 29733.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 ANTEDECENTES DE ESTUDIO

2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES

Manzano (2020) en Ecuador explicó el *Síndrome de Burnout* como un problema de completo desgaste a nivel emocional que afecta al docente que lo padece y su rendimiento profesional. Siendo que este síndrome se presenta principalmente en profesionales con altos estándares y expectativas de trabajo, cuando los resultados no son los esperados entonces surge cansancio a nivel emocional y el desmedro del esfuerzo que realizó por alcanzar dicho resultado, esto genera frustración, baja autoestima y estrés laboral. Este estudio tuvo como finalidad analizar el nivel de este síndrome que se muestra entre los docentes conectado con las diferentes dimensiones de este síndrome. El trabajo fue de tipo descriptivo – cuantitativo y cualitativo. Para recabar la información se utilizó una encuesta y un cuestionario compuesto por 22 preguntas directamente enlazadas con el trabajo profesional y la enseñanza aplicados a 59 docentes de una institución ecuatoriana. Los resultados muestran que del 100% de encuestados, 70% fueron féminas y 30% caballeros; 46% docentes entre las edades de 26 a 35 años, 7% entre 46 a 55, y 5% mayores de 56 años de edad. 36% de docentes con estudios de especialización, 34% con estudios de maestría y 24% con pregrado y 2% con estudios de doctorado. Sobre el padecimiento de esta enfermedad 29% de los docentes padecía de Burnout con un 17% de despersonalización y 85% con un nivel alto de realización. 43 de los

profesionales con un nivel bajo de este síndrome, 10 síndrome medio y 6 con síndrome Burnout alto. Este estudio finaliza con los datos preponderantes de esta problemática de los docentes que podría mostrar riesgo mayor en el futuro (13).

Casanova et al (2019) en Cuba llevaron a cabo un estudio para verificar la enfermedad de burnout en docentes de una universidad cubana. Este trabajo se realizó en el período 2014 y 2015 donde se mostraron grandes cambios en esta universidad a nivel profesional y de enseñanza. Para tener los datos completos de estudio se aplicó el Inventario Burnout, verificado por el sistema estadístico SPSS versión 15; el estudio fue aplicado a 143 docentes los cuales fueron escogidos mediante un muestreo de tipo probabilístico. Los resultados muestran que 47.2% son mujeres y 28.2% varones de 20 a 30 años de edad respectivamente, 19,4% mujeres de 30 a 40 años, 15.5% varones en ese mismo rango de edad, 16,7% mujeres de 40 a 50 años y 21.1% varones en este mismo rango, 13.9% mujeres de 50 a 60 años y 25.4% varones; todos estos datos representan el 100% de la población estudiada, 49% fueron caballeros y 50% féminas en los diferentes rangos de edad, 39% de profesionales de asistencia y 29% profesionales en aula; 55% de los docentes en relación familiar estable, 88.1% tienen un rango bajo de esta problemática en sus diferentes especificaciones, 91.7% con agotamiento psíquico especialmente visto en profesionales del sexo femenino, 75.5% con diferentes conflictos emocionales, 79.7% expresan que su labor es muy rutinaria y eso les trae estrés laboral, 5,2% exponen que tienen mucha carga de trabajo, 4.5% trabajan más del tiempo por el que se les paga. Este estudio termina justificando que los docentes sufren en este síndrome debido a los niveles de cansancio, despersonalización y desequilibrios en la vida de los docentes y que podría traerles problemas mayores si no se trata estos problemas y se les da la seriedad del caso haciendo más estudios al respecto (14).

Posada et al (2019) en Colombia llevaron a cabo un estudio para determinar los factores que acompañan a un profesional para que demuestre sensaciones de agotamiento psíquico que lo acompañan en su vida laboral, conociendo que los factores asociados al trabajo pueden llevar a una persona a mostrar diferentes signos y síntomas que muestran un desequilibrio a nivel emocional puesto a la

luz en su entorno laboral. Este estudio fue de tipo correlacional, descriptivo y cuantitativo basado en cantidad de docentes, diseño, procedimiento del estudio, instrumentos usados y el análisis de la información. 54 docentes de 22 a 63 años de un centro de estudios de Colombia constituyeron la muestra del estudio, 79.63% con estabilidad laboral y nombrados en esta institución y 20.37% personal temporal, 76% de toda la población estudiada fueron de sexo femenino; a todos estos se les aplicó una encuesta con 26 ítems en los que se pudo estudiar sobre temas como salario bajo, sobrecarga laboral, desvalorización del trabajo, clima laboral, etcétera. Este cuestionario estuvo validado a través del *Alfa Cronbach* y la información fue manejada mediante el SPSS versión 22. La consecuencia de esta investigación muestra que existen valores altos que indican que el *síndrome de Burnout* está presente en los docentes ya que 24.3% tiene una prevalencia para este síndrome, 45.9% presentan prevalencia media y 29.7% alta. Estos valores muestran que existe síntomas de este síndrome en los docentes en los que según los datos tienen cansancio laboral, presenta insomnio y depresión. Las conclusiones de este estudio muestran que debería existir más información al respecto aplicada directamente a docentes en las que se les pueda ayudar a bajar los síntomas de este síndrome y puedan tener mayor satisfacción en el trabajo (15).

Rivera et al. (2018) en Venezuela efectuaron un estudio sobre el *Síndrome de Burnout* en docentes debido a la alta presión social que enfrentan estos profesionales para cumplir con la calidad de educación y que los alumnos salgan capacitados para enfrentar a todos los retos del mercado laboral. Este estudio se realizó en Ecuador y fue de tipo cuantitativo con una población de 159 docentes. Para tener los datos completos se utilizaron un cuestionario y una encuesta. Los resultados fueron: 88.2% de esos profesionales mostraron un nivel importante de estrés laboral, 67.5% con el *síndrome de Burnout*. Este último dato muestra una problemática alarmante para la salud integral del maestro, la forma en

cómo desempeñarse y el impacto a nivel de sociedad. La finalización de este estudio saca a relucir que los docentes son proclives a desarrollar el síndrome con consecuencias negativas para sus alumnos y para la sociedad en general.

Este estudio mostró la importancia del tema en estudio determinó la falta de productividad en el campo laboral lo que muestra un comportamiento inadecuado del ser humano y los efectos a nivel de sociedad y más tratándose de docentes que imparten criterios correctos en la enseñanza y que sí parte de ellos tienen este cansancio a nivel emocional en resultado será desastroso en su vida profesional y en sus alumnos a nivel de sociedad (16)

2.1.2 ANTECEDENTES NACIONALES

Guevara et al (2021) en Amazonas llevó a cabo un estudio para expresar con precisión el problema de burnout en profesores de una institución de Chachapoyas en Perú. Este estudio tuvo una metodología de tipo cuantitativa con un diseño descriptivo en la que participaron como población 60 docentes, a los que se les aplicó el *Inventario Burnout Maslach* transcrito en español. Debido a la pandemia Covid-19 y las normas que dictó el gobierno, estas encuestas se enviaron mediante un formulario de Google y se hicieron entrevistas mediante llamadas telefónicas. Los resultados después de validada la información muestran que 51.6% son mujeres, 48.4% varones, 86,7% con una relación estable, 85% personal nombrado, 63.3% mostró un bajo nivel de burnout, 35% nivel medio y 1.7% nivel alto. Este estudio concluyó que no existe riesgo de los docentes por presentar niveles altos de burnout, así que no existe peligro alguno de que los docentes puedan dejar de realizar su labor debido a los síntomas de esta enfermedad (18)

Salcedo et al (2020) en Lima realizaron un estudio dónde se analiza el establecimiento a detalle del síndrome en estudio profesores de colegios secundarios en Lima Perú Este estudio fue de tipo descriptivo, cuantitativo en el que se verificó la situación de los docentes en plena pandemia y como los afectaba a nivel emocional. Se trabajó con una población de 150 docentes y con una muestra de 107 a los que se les pidió llenar una encuesta mediante un formulario de *Google form* para recabar datos e información. Los resultados de este estudio mostraron el nivel en que la pandemia afectó a los docentes debido

a los cambios en la forma de su trabajo y donde se muestra específicamente el nivel de afectación del *síndrome de Burnout* en estos profesionales; se observó que los profesores tienen altas posibilidades de padecer ese síndrome con 82,2%, en cansancio emocional alto 59.8%, una despersonalización en un bajo nivel de 53,3% y una realización personal con un nivel alto de 57.9%. Las conclusiones muestran que el *síndrome de Burnout* tiene dimensiones diferentes en ese tipo de personas en los que se muestran agotamiento y cansancio a nivel emocional lo que puede ir afectando los en su salud mental a medida que se hace frente a esta pandemia y los cambios que involucra (19)

López et al (2020) en Huánuco efectuaron un estudio para verificar los grados de afectación del síndrome en estudio en educadores universitarios debido a los cambios de la pandemia por clases presenciales a clases virtuales. El método de este estudio fue descriptivo, cuantitativo y se verificó las dimensiones del *síndrome de Burnout* en aletargamiento emocional, despersonalización y realización personal. La población para este estudio estuvo compuesta por 531 docentes de una universidad peruana a las que se les aplicó una encuesta mediante la página web universitaria, teniendo un muestreo de 223 docentes. Los frutos de este estudio demuestran que los educadores padecen aletargamiento emocional en 46.3% y 35.2% de estos tienen cansancio emocional en nivel alto debido a los cambios de la pandemia en la forma de trabajar y enseñar; de acuerdo a la dimensión sobre despersonalización 40.1% tiene un nivel despersonalización bajo y 44.1% alto; sobre la realización personal 53% de los docentes estudiados obtuvieron un nivel bajo. Este estudio concluye mostrando que los docentes presentan el *síndrome de Burnout* en diferentes niveles del cual resalta de dimensión de cansancio emocional con 46.3% de toda la población estudiada (20)

2.1.3 ANTECEDENTES LOCALES

Estrada et al. (2020) en Puerto Maldonado efectuaron una indagación para revisar el padecimiento del *síndrome de Burnout* en una institución educativa de Puerto Maldonado verificado bajo el tema de clima organizacional. El enfoque de esta indagación fue no experimental-cuantitativo. La muestra ha sido escogida mediante el muestreo probabilístico con 89 docentes mediante un cuestionario sobre la cultura organizacional y otro sobre el *inventario de burnout*; estos fueron validados por expertos. Los resultados muestran que la mayoría de profesionales tienen este síndrome en un nivel medio y eso se demostró mediante la relación de *Pearson* y el *síndrome de Burnout* en $-0,735$ con la significancia de $p < 0,05$; dentro de este ítem 40,5% de los docentes tienen nivel moderado de burnout, 23,6% nivel alto y 20,2% nivel bajo, 9% nivel muy alto y 6,7% a un nivel muy bajo. Este estudio concluye con la valoración de la cultura organizacional relacionada directamente con el *síndrome de Burnout* en docentes de su institución y muestra la importancia que tiene en el estudio de cuanto de la vida profesional enmarcado en su vida laboral y la demostración del cansancio y agotamiento emocional (21).

2.2 MARCO TEORICO

SINDROME DE BURNOUT

Es un problema conocido mundialmente, el significado del término “consumición” determina que las personas que tienen este problema muestran un estrés laboral en nivel alto, la cual cambia sus actitudes y sentido de la vida hacia otras personas. Este problema afecta no solamente a nivel académico sino de la vida en general de quien la padece y se da principalmente por la sobrecarga laboral o estar inmersos en tareas con retos muy altos los cuales no son fáciles de alcanzar. Dado el tiempo específico y muchas veces corto que se les asigna para la realización del trabajo, la persona que padece este síndrome no encuentra satisfacción en la actividad que realiza, ya que le parece pesada e incómoda y

siempre entra al término de negatividad en cada uno de los retos o fases de su actividad. Este síndrome es un problema del sistema sanitario público que desequilibra al trabajador y a que hace percibir que todo su trabajo es en vano, que no es eficaz y no es suficiente. Esos últimos conceptos marcan una sensación de disgusto y de insatisfacción en su propia actividad. Este problema moderno se da principalmente en el medio laboral compuesto por diferentes síntomas con efectos desmotivadores en el que lo padece (22)

ESTRÉS LABORAL

El estrés laboral es aquel que se produce en el entorno laboral, en el cual hay un desbalance ente las exigencias del trabajo y la adaptación personal, este puede tener su origen en factores diversos, entre ellos las condiciones laborales, un ambiente sin desafíos, mal clima laboral, mala retribución, deficientes condiciones laborales, inseguridad en el trabajo, sentimiento de que no hay aporte en el trabajo o no se valora el aporte del trabajador (23).

CARACTERISTICAS

- a. Síntomas emocionales: se caracteriza por irritabilidad cambios en el humor ansiedad y miedo agotamiento frustración inseguridad impotencia intolerancia y desmotivación (24).
- b. Síntomas conductuales: Hay una disminución en la cantidad de trabajo que se produce hay una tendencia a cometer errores o a reportarse enfermó, los trabajadores pueden presentar dificultades en la forma de hablar, risa fácil, llanto, trato brusco, dificultad en las relaciones sociales, presión excesiva a nivel de las mandíbulas, consumo de alcohol, tabaco u otras sustancias (24).
- c. síntomas cognitivos: que existe confusión, olvidó, dificultad a la concentración, hay un pensamiento menos efectivo, con una reducción en la posibilidad de brindar solución, a la problemática laboral y reducción en la posibilidad de autoaprendizaje y aprendizaje formal (24).

- d. Síntomas fisiológicos: existe un aumento de la contracción muscular, dolor somático en cabeza, espalda, cuello o a nivel estomacal, tendencia las infecciones, fatiga, palpitaciones, respiración cansada y agitada, agotamiento físico, incremento de la presión arterial, riesgo de incremento de peso y de obesidad, problemas a nivel cardiovascular, problemas de sueño, deterioro de la memoria, sensación de agotamiento (24)

IMPORTANCIA EN SALUD PUBLICA

De acuerdo a la Organización internacional del trabajo, los cambios en las relaciones laborales y en la organización social traen consigo necesidades de adaptación y exigencias que el trabajador no siempre puede hacer frente (25).

El trabajo se debe realizar en el marco de un ambiente de seguridad, así mismo desarrollar su labor en un ambiente de desarrollo de la salud mental. Por esta razón los trastornos mentales y el estrés relacionado al trabajo se han incluido dentro de las enfermedades ocupacionales (25).

La OIT y la OMS han efectuado una evaluación respecto al impacto de la ansiedad y depresión, es decir problemas mentales en la salud del trabajador, la cual asciende a 12000 millones de días de trabajo, llamando a que se limiten las angustias laborales (26).

ESTRES LABORAL Y BURNOUT

En el siglo pasado en los años 30 Selye planteó la existencia de un trastorno de adaptación generalizada que hoy se conoce como estrés indicando que era una respuesta orgánica ante la percepción de una amenaza que tenía tres fases distintivas la primera la fase de alarma en la cual el organismo se da cuenta de que algo ocurre y está listo para preparar una respuesta la segunda una fase denominada de resistencia en la que existen cambios fisiológicos para poder hacer frente a la situación y finalmente una fase de agotamiento en la cual la energía va decayendo poco a poco para hacer frente al amenaza. Al aplicar esta relación a la organización y la gestión laboral entonces se habla de estrés laboral (23)

El nivel de estrés depende de la persona y de las situaciones estresantes en el primer caso de la reactividad personal es decir de la frialdad y facilidad para sobrellevar el sobresalto además de la personalidad es decir que son neuróticos o si son personas tranquilas que tienen dominio sobre sí mismos y del segundo caso depende del tipo de expresión de la frecuencia la intensidad y la concurrencia de varios estresores a la vez (24).

BURNOUT EN PROFESORES

En los profesionales que tienen retos para impartir conocimientos a otros como en el caso de docentes, se puede evidenciar los efectos marcados de este síndrome, los cuales los afectan a nivel de seres humanos en general y en la fase fisiológica, ya que el docente muestra cansancio excesivo, problemas para dormir, dolores de cabeza, dolores a nivel muscular, problemas estomacales como el estreñimiento, la gastritis, presión arterial alta y deterioro completo del cuerpo; a nivel cognitivo la persona que sufre este síndrome tiene sentimientos negativos de frustración, fracaso, inutilidad y siente que su trabajo es ineficiente ya que se ve desproporcionalmente sus propios errores, esto afecta grandemente en la forma en que se vea a nivel de sociedad y su propio autoestima (16).

La persona siente molestia, cambios de humor repentinos, mal genio, en ocasiones depresión; esta insatisfacción puede hacer que la persona abandone su trabajo y no cumpla sus objetivos de vida ni de su propia vocación; a nivel de comportamiento se nota un cambio radical en el que la persona muestra baja energía al realizar la actividad que antes le gustaba, esta situación lo lleva a decidir incorrectamente, empezar con el consumo de drogas o consumo excesivo de café lo que en ocasiones puede volverlo más colérico o agresivo; a nivel de su imagen personal, el docente ya no se cuida como antes, deja atrás hábitos importantes de higiene limpieza y a nivel emocional, el educador tiene una autoestima baja, se muestra reacio a compartir con otras personas ya que existe un distanciamiento marcado entre el como la persona y la sociedad, ya no siente empatía por otras personas y sus decisiones son poco acertadas (16).

DIMENSIONES DEL SINDROME DE BURNOUT

a. AGOTAMIENTO EMOCIONAL

La persona muestra condición de bajos recursos para afrontar los retos que se le presentan a diario en su vida, siente mucho pesimismo y descontento ante labores que antes disfrutaba. Esta situación de cansancio, agotamiento y fatiga extrema trae como consecuencia puntos de vista negativos sobre sí mismos en la que no existe el control de sus propias emociones; esta situación puede llevar a que la persona sienta desánimo extremo y en ocasiones abandono de la labor antes apasionante. A nivel de comunicación el individuo expresa agotamiento y aislamiento afectivo y solamente se vincula con sus propias emociones (19).

El agotamiento emocional se acompaña de sentimientos de estrés, depresión y angustia en que la persona no puede concentrarse, pierde la memoria y tiene sensaciones de vacíos internos debido a la sobrecarga de trabajo y la fatiga mental; esta situación se acrecienta cada vez más debido al estilo de vida que lleva cada persona y a las situaciones cambiantes principalmente en los estilos de vida a nivel mundial. Una persona que está emocionalmente cansada tiene irritabilidad, no se motiva con nada, siente cansancio físico extremo, insomnio, dolores de cabeza, problemas gastrointestinales, etcétera. Se sugiere que la persona con agotamiento emocional pueda descansar por lo menos de 6 a 8 horas diarias, realizar actividades de recreación, ponerse prioridades en el trabajo y en la labor que realiza, hidratarse adecuadamente y escuchar las señales de su cuerpo (19).

b. DESPERSONALIZACIÓN

Es una fase de la persona en la que ya no le interesa sus actividades y comienza a colocar una barrera entre él y otras personas con la que antes gustaba y disfrutaba y esta es una situación como un mecanismo de defensa entre la persona y su entorno. La despersonalización es una sensación de mirarse desde afuera y percibir que todo lo externo no es real esta situación puede resultar incómoda para quien la padece esta situación se da debido a experiencias

traumáticas o a la sobrecarga laboral en la que el trabajo que el cuerpo ha realizado es más del que debería esta situación interfiere en diferentes ámbitos por ejemplo en la familia en las relaciones personales y relaciones de trabajo para acabar con esta situación se recomienda psicoterapia y el uso de algunos medicamentos que ayuden a la persona a valorar su realidad (23)

c. REALIZACIÓN PERSONAL BAJA

La persona siente mucha frustración por el resultado de su trabajo, siente que su esfuerzo no valió la pena y esa situación lleva a la persona a mostrar autoestima baja con una visión incorrecta de su propia vida. Esta es una tendencia por la que pasan muchos profesionales al evaluar su trabajo al ver forma negativa los resultados de acuerdo a las expectativas que tenían antes de iniciarla. Esta situación conlleva a mostrar un descontento insatisfacción con el propio trabajo lo que puede terminar en abandono total de metas y objetivos en la vida (24)

SINDROME DEL QUEMADO

El conjunto de todos los signos que muestran que la persona tiene un desequilibrio a nivel cognitivo - emocional que aparece a consecuencia del estrés laboral en el que el profesional comienza a realizar una evaluación de sus metas, sus retos, todo lo que logró en su vida profesional de manera negativa y supone un decaimiento y desinterés por sus acciones y por su vida laboral (26)

2.3 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

a. Profesores

Denominados también docentes, maestros son profesionales dedicados a enseñar en los colegios de la nación a nuevas generaciones de estudiantes.

b. Estrés laboral

Incapacidad de la persona de adaptarse a los cambios que demanda su cargo y su situación laboral

c. Síndrome

Es un conjunto de signos que son característicos de una enfermedad propia y que se presentan todos juntos en un determinado tiempo los cuales muestran que existe una enfermedad (25)

d. Escala de Maslash

Escala elaborada y validada en un estudio realizado en los Estados Unidos, que evalúa sentimientos y percepciones eminentemente sociales con relación al desempeño de su trabajo, que consta de un total de 22 ítems distribuidos en tres dimensiones.

e. Síndrome del quemado

Síndrome identificado por Maslash, que evalúa el estrés laboral y que no es sino la traducción del Burnout Síndrome.

f. Despersonalización

Característica del síndrome del quemado que está caracterizado por un trato impersonal a las personas independientemente de su situación personal o de salud, que tiene como principal forma el ser displicente.

g. Agotamiento emocional

Sensación de que nada le satisface, de que el trabajo que efectúa es una carga y algo que no quisiera seguir haciendo y que no le causa satisfacción personal.

h. Baja realización personal

Sensación de que el trabajo que realiza no es importante ni trascendente y que es más una rutina que otra cosa, idea de que el trabajo no es algo significativo

i. Síndrome de burnout

Nombre del síndrome social en el cual hay un desgaste laboral caracterizado por un trato displicente a las personas, cansancio y fatiga emocional, que se produce en trabajadores que tienen contacto directo con público, es decir brindan servicios.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. TIPO DE ESTUDIO

3.1.1 DESCRIPTIVO

El estudio estuvo destinado a analizar un fenómeno social que se presenta entre múltiples trabajadores que brindan servicios de interrelación con otras personas, cómo que son empleados públicos. El *síndrome de Burnout* es una condición psicosocial que afecta a las personas y que es posible de ser medida en sus tres dimensiones en las cuales únicamente el investigador se abocó a efectuar un análisis detallado de la situación por la que atraviesan las personas, empleando para ello un instrumento denominado Escala de Maslach, que está destinada a medir el *síndrome de Burnout*. La participación del investigador se concreta como señala Supo a efectuar una narrativa de los rasgos distintivos de esta condición (27).

3.1.2 TRANSVERSAL

Porque al realizar la medición del fenómeno de estudio, cada una de las unidades pudo llenar el instrumento en una sola ocasión (28).

3.1.3 DISEÑO DE ESTUDIO

Corresponde a un estudio descriptivo en el cual no hay más que una variable de estudio, el esquema es el siguiente:



Donde:
M = Muestra
O = Observación de la muestra

3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.3.1 DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN Y MUESTRA

La población estuvo constituida por la totalidad de personal que trabaja en el colegio José Abelardo Quiñones, entre profesores, psicólogos, enfermeros y otros trabajadores que en la práctica son 79 personas. Siendo una población pequeña se trabajó con una población censal, es decir la totalidad de elementos que constituyen la población de estudio a su vez serán la muestra de estudio (29).

3.3.2 CRITERIOS DE INCLUSIÓN

Trabajadores del colegio José Abelardo Quiñones Gonzales que firmaron consentimiento informado y que completaron el formulario auto diligenciado.

3.3.4 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

Trabajadores que en la fecha de aplicación del instrumento se encontraban de vacaciones.

3.4 MÉTODOS Y TÉCNICAS

3.4.1 TÉCNICA

Se usó la entrevista, en esta técnica se efectúa una interacción personal entre el investigador y el entrevistado (30), en este caso usando como instrumento la escala de Maslach, así se recabó la información por dimensiones de estudio.

3.4.2 INSTRUMENTO

Se empleó para el estudio la escala de Maslach que contiene 22 ítems de estudio, destinado a medir el estrés crónico que presentan los trabajadores. Fue creado en el año 1946 por Cristina Maslach del cual lleva su nombre siendo su coautor Susan Jackson y Michael Leiper, este instrumento fue publicado en el año 1981, su procedencia es de Estados Unidos y mide el desgaste ocupacional mediante tres dimensiones: la despersonalización, el cansancio emocional y el cinismo y la realización de tipo personal. La aplicación del instrumento se puede dar de manera individual o colectiva dependiendo de las circunstancias. Está destinado a un grupo amplio de trabajadores que brindan servicios humanos tantos estudiantes universitarios, profesionales de distintas ocupaciones, ciencias de la salud, docentes entre otros. La duración del instrumento está calculada entre los 10 a 15 minutos y las alternativas se formulan mediante una escala de Likert de hasta 7 niveles, que se puntúan dependiendo de la respuesta. Cuando el valor de nunca o ninguna, vale 0; uno si el valor es de pocas veces al año o casi nunca, 2 cuando la respuesta corresponde a una vez al mes o menos o a algunas veces, 3 cuando la respuesta corresponde a pocas veces al mes o regularmente, 4 cuando la respuesta corresponde a una vez por semana o bastantes veces, 5 cuando la respuesta corresponde a pocas veces por semana o casi siempre y 6 cuando la respuesta corresponde a diariamente o siempre

3.5 TRATAMIENTO DE LOS DATOS

3.5.1 PROCEDIMIENTO DE RECOJO DE DATOS

Para proceder al recojo de los datos se le solicitó una autorización por escrito al director del colegio José Abelardo Quiñones Gonzales otorgada esta autorización se envió el formulario por vía WhatsApp a cada uno de los trabajadores de esta institución reiterándoles vía telefónica, la necesidad de que puedan participar en el estudio siendo la población censal se garantizara que cada uno de los integrantes participe llenando el instrumento denominado escala de Maslach.

3.5.2 TRATAMIENTO DE LOS DATOS

Una vez recabados los datos, se procedió a almacenarlos en un formulario de Excel para posteriormente efectuar la importación de los mismos a una hoja de cálculo en el software especializado SPSS versión 26 donde se efectuó el tratamiento descriptivo de los datos, puesto que el estudio reúne una sola variable. Los resultados fueron consolidados y presentados a modo de histogramas y tablas debidamente interpretados y dieron lugar al capítulo IV del presente trabajo de investigación.

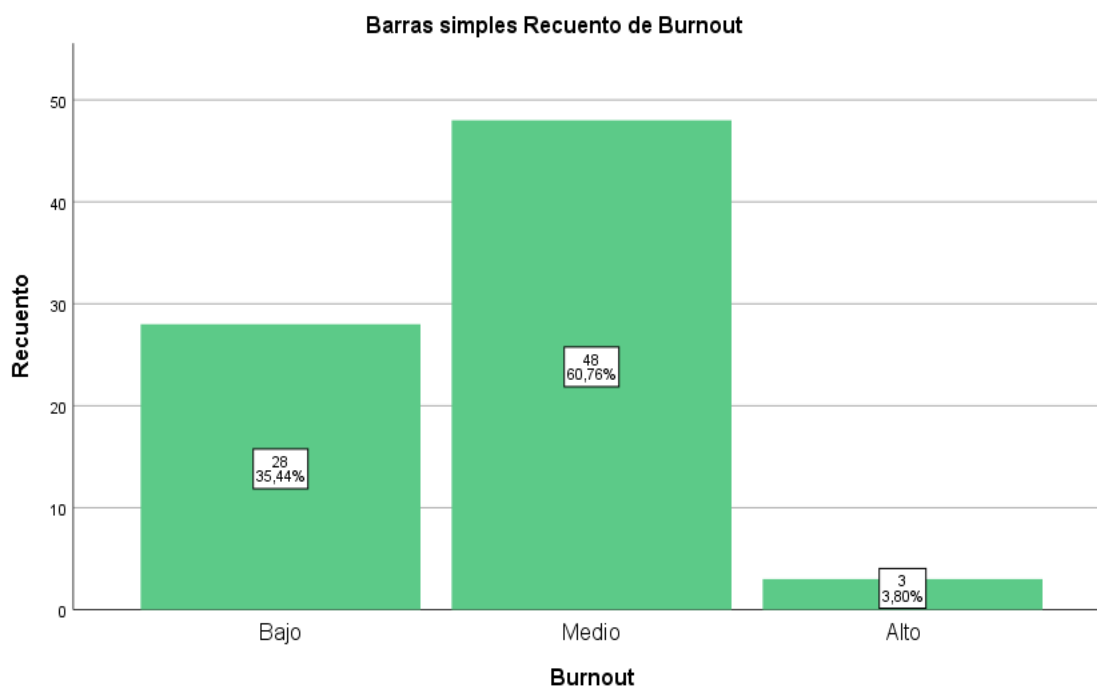
CAPÍTULO IV: RESULTADOS DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Tabla 1: Nivel de Síndrome de Burnout en personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023

		Burnout	
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	28	35,4
	Medio	48	60,8
	Alto	3	3,8
	Total	79	100,0

Fuente: Elaboración propia

Ilustración 1: Nivel de Síndrome de Burnout en personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023



Fuente: Elaboración propia

Según la ilustración 1, de los 79 trabajadores encuestados, un total de 40 personas que corresponden a correspondientes al 60,76% presentan nivel de Síndrome de Burnout medio. 28 personas, correspondientes al 35,44% del total, presentan nivel de Síndrome de Burnout bajo y 3 personas, correspondientes al 3,80% del total, presentan nivel de Síndrome de Burnout alto.

Estos resultados permiten afirmar que, la mayoría del en el personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023 presentan un síndrome de burnout mediano, caracterizado según la literatura por: El síndrome de burnout o síndrome del quemado se caracteriza por un nivel de estrés en el trabajo bastante notorio que afecta su vida y su desenvolvimiento en general. Entre sus principales características están que las personas no tienen satisfacción con el trabajo que realizan, sienten incomodidad y molestia, en tanto que, su vida personal se torna negativa, es decir el problema laboral afecta su vida personal. Se considera que es un problema sanitario puesto que los efectos que tiene no pueden ser manejados por la persona y requieren necesariamente de alguien que los apoye.

Cuando el síndrome de burnout se instala en los trabajadores llega a afectar su desempeño y también su relación con las personas con las cuales trabaja (22).

En este caso la afectación de los trabajadores profesionales de la institución estudiada es tal que necesitan del apoyo externo para superar la problemática, puesto que con sus propios recursos ya no lograrán hacerlo.

Con relación a las características que tiene el estrés en el trabajo esta tiene efectos de tipo emocional, conductual, cognitivo y fisiológico. Dicho de otro modo, pasa de las emociones a las acciones, afectando la capacidad de aprendizaje, interacción y finalmente se somatiza. Así lo señala el Instituto Mexicano de Seguridad Social en un estudio realizado en el año 2022. La sintomatología siendo tan amplia llega a causar en las personas mal humor ansiedad y miedo. Por lo tanto, se encuentran desmotivadas, asimismo esta situación le puede llevar al maestro a cometer errores o no hacer su trabajo de la manera en que se esperaría. Las manifestaciones físicas incluyen risa nerviosa o hasta llanto sin mayor explicación y también puede haber el conocido bruxismo que es la presión excesiva que se ejerce en las mandíbulas, que puede causar desde el desgastamiento de las superficies de los dientes, hasta dolores en la cara y dolores de cabeza (24).

Pero la literatura explica que esta situación causa dificultad en la concentración de la persona y sus pensamientos se vuelve más lentos y menos efectivos que son necesarios entre los profesores a la hora de enseñar, dirigir o calificar, por ejemplo. Por lo tanto, un profesor que sufre de estrés laboral, está en menor condición de brindar solución algunas situaciones laborales que se le pudieran presentar en su trabajo en aula.

Así mismo, hay incremento de la presión en las mandíbulas que puede afectar a la musculatura alterando la irrigación a nivel de la cabeza por el bruxismo o por el pensamiento reiterativo en situaciones que no logra afrontar. Las personas se notan agotadas físicamente, hay aumento de peso, incremento de la presión arterial y una serie de problemas cardiovasculares, de sueño y otros. Es decir, el estrés laboral causado por distintas situaciones entre ellas el síndrome del quemado causa en las personas manifestaciones que son claramente identificables.

Rivera y colaboradores efectuaron un estudio acerca de cómo el síndrome de burnout afecta a las personas que ejercen la profesión de la docencia indicando que estos tenían una serie de manifestaciones físicas, pero también nos afectaba a nivel cognitivo por lo tanto consideraron que esta condición afectaba de manera bastante considerable a la sociedad y lesionaba la autoestima de las personas que lo padecían(16).

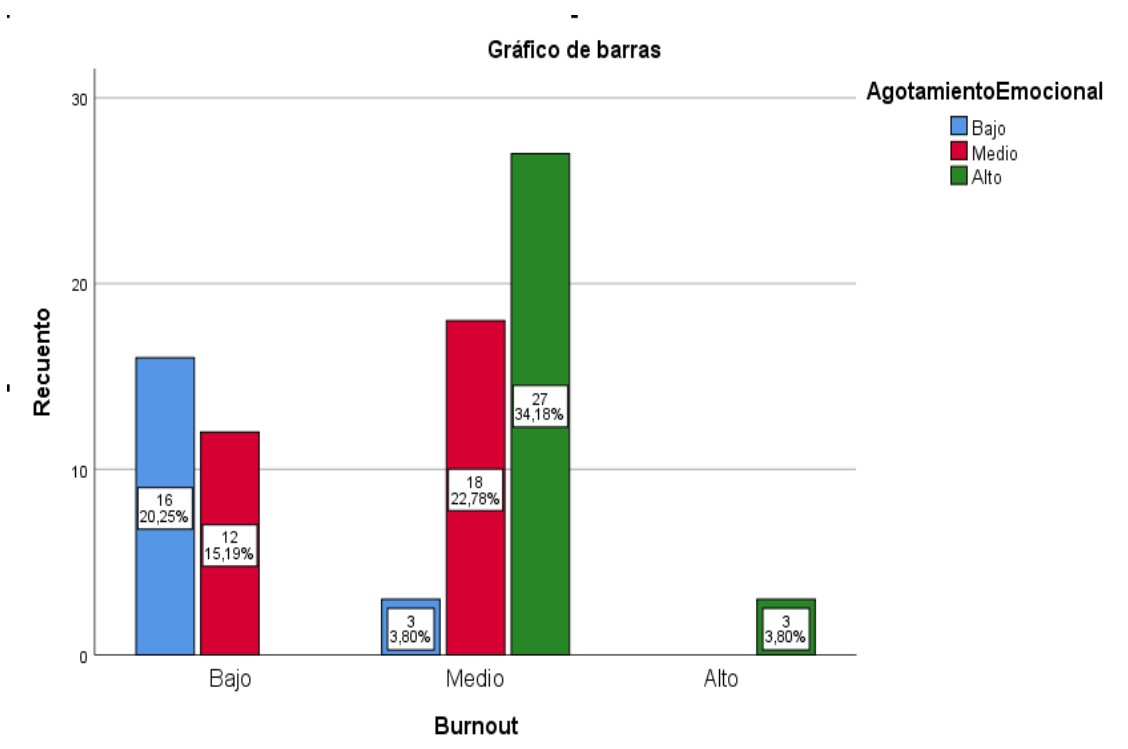
Ya en el estudio de Estrada et al. realizado en Puerto Maldonado en el año 2020 entre profesores de una institución educativa se encontró precisamente que la mayoría de los profesionales tenían un nivel medio de síndrome de Burnout. Ese tenía un valor de 40,5% de los docentes tienen nivel moderado de burnout, 23,6% nivel alto y 20,2% nivel bajo, 9% nivel muy alto y 6,7% a un nivel muy bajo (21) Estos resultados comparados con lo encontrado en este estudio muestran que; en términos generales se puede afirmar una similitud de los resultados globales, primando el síndrome de burnout en nivel medio. No hay similitud en los resultados de burnout alto, pues es estudio de estrada muestra mas de 30% de casos, mientras que el presente estudio muestra que menos de 4% presenta este nivel. Quizás este comportamiento tenga relación con el momento histórico en el cual se realizó el estudio encabezado por Estrada, pues se realizó en plena pandemia por COVID 19. De hecho, tampoco hay similitud con lo hallado en el nivel de Síndrome de Burnout bajo (21).

Tabla 2: Agotamiento emocional en personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023

Recuento		Agotamiento Emocional			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Burnout	Bajo	16	12	0	28
	Medio	3	18	27	48
	Alto	0	0	3	3
Total		19	30	30	79

Fuente: Elaboración propia

Ilustración 2: Agotamiento emocional en personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023



Fuente: Elaboración propia

Según la ilustración 2: En el nivel bajo de burnout: 16 personas, correspondientes al 20,25% del total, presentan agotamiento emocional bajo. 12 personas, correspondientes al 15,19% del total presentan agotamiento emocional medio. En el nivel medio de burnout: 3 personas, correspondientes al 3,80% del total, presentan agotamiento emocional bajo y 18 personas, correspondientes al 22,78% del total presentan agotamiento emocional medio. Así también, 27 personas, correspondientes al 34,18% del total presentan agotamiento emocional alto y en cuanto al nivel alto de burnout: 3 personas, correspondientes al 3,80% del total, presentan agotamiento emocional alto.

El estudio realizado en el año 2020 por López y colaboradores encontraron que entre los educadores de universidades el síndrome de burnout tenía características muy particulares dadas las circunstancias de educar en pandemia así se encontró que el 46,3% de ellos tenían problemas emocionales y el 35,2% tenían cansancio emocional de nivel alto. En cuanto a la dimensión de despersonalización se encontró que el 40,1% tenían despersonalización baja y 44,1% despersonalización en nivel alto en cuanto a la realización personal de 53% de ellos tenían nivel bajo. La conclusión de este estudio es que los profesores presentaban síndrome de burnout en distintos niveles resaltando el cansancio emocional en 46,3% (20).

En el presente estudios encontró que el agotamiento emocional es mucho más alto entre las personas que tienen síndrome de burnout en nivel medio alcanzando a más del 34%, seguido de un nivel medio de burnout a predominio de nivel medio y bajo respectivamente con casi 23% en el nivel medio y más de 15% en el nivel bajo. Finalmente, en cuanto al nivel de agotamiento bajo se tiene que en el síndrome de burnout nivel bajo más del 20% presenta agotamiento emocional bajo y casi 4% nivel de agotamiento emocional bajo. Es notorio el agotamiento emocional que se aprecia entre los trabajadores siendo más alto entre el nivel medio y alto de burnout que sumados superan el 36%.

La comparación con lo hallado en el estudio de López permite afirmar que más del 46% de los profesores estudiados presentaban síndrome de burnout en la dimensión problema emocional que es ligeramente superior a lo que se ha hallado en el presente estudio

Tabla 3: Despersonalización en personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023

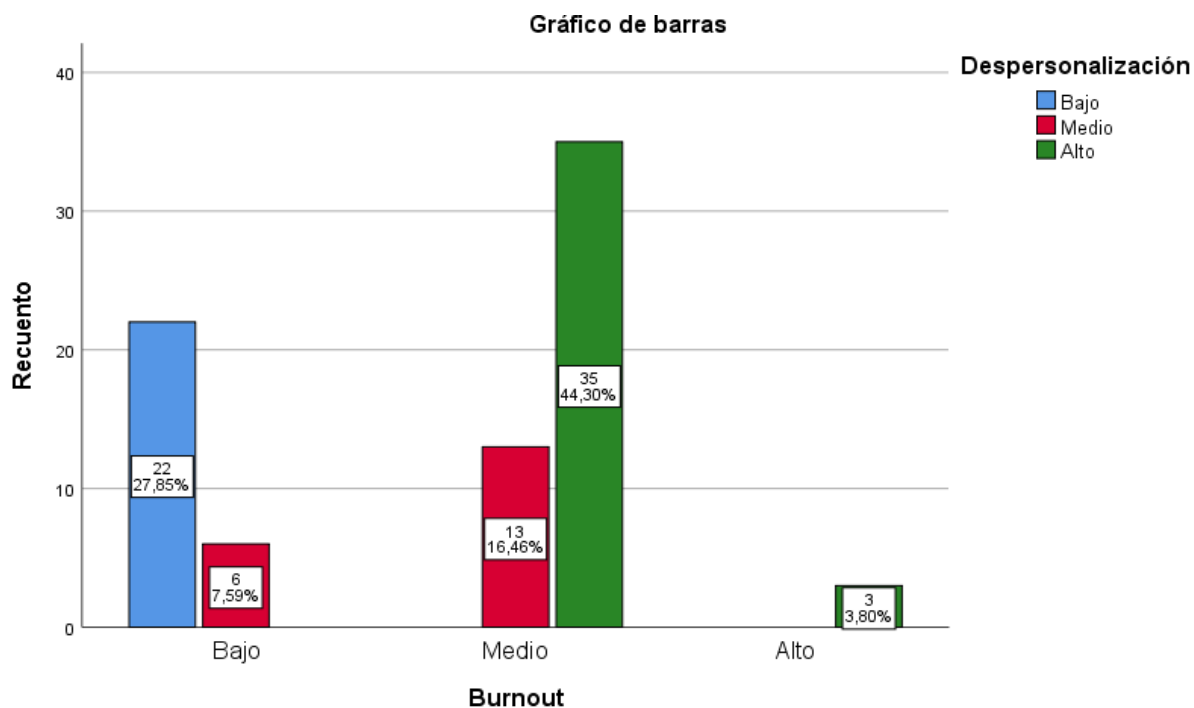
Tabla cruzada Burnout*Despersonalización

Recuento

		Despersonalización			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Burnout	Bajo	22	6	0	28
	Medio	0	13	35	48
	Alto	0	0	3	3
Total		22	19	38	79

Fuente: elaboración propia

Ilustración 3: Despersonalización en personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023



Fuente: elaboración propia

Según la ilustración 3, en el nivel bajo de burnout: 22 personas, correspondientes al 27,85% del total, presentan despersonalización baja y 6 personas, correspondientes al 7,59% del total presentan despersonalización media.

En el nivel medio de burnout: 13 personas, correspondientes al 16,46% del total, presentan despersonalización media y 35 personas, correspondientes al 44,30% del total presentan despersonalización alta.

En el nivel alto de burnout: 3 personas, correspondientes al 3,80% del total, presentan despersonalización alta.

En el estudio que efectúa en el año 2020 Salcedo y colaboradores se ha podido encontrar 82,2% tenían este síndrome respecto a sus dimensiones en cansancio emocional se encontró 59,8% de nivel alto despersonalización en nivel bajo 53,1% y realización personal en nivel alto en 57.9 por ciento habiendo arribado la conclusión de que el síndrome de burnout en sus diferentes dimensiones predomina el agotamiento emocional y cansancio a nivel emocional (19).

El tratamiento emocional como una dimensión del síndrome de burnout se acompaña de características propias como son problemas de estrés depresión y hasta angustia las personas suelen tener poca memoria y tienen una sensación de desasosiego vacío interno fatiga mental y sobrecarga de trabajo estas características son especialmente importantes cuando se trata de profesores puesto que estar frente a los estudiantes haciendo clases implica una persona que tenga plomo seguridad de sí mismo y una situación de salud estable (19).

Tabla 4: Realización personal en personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023

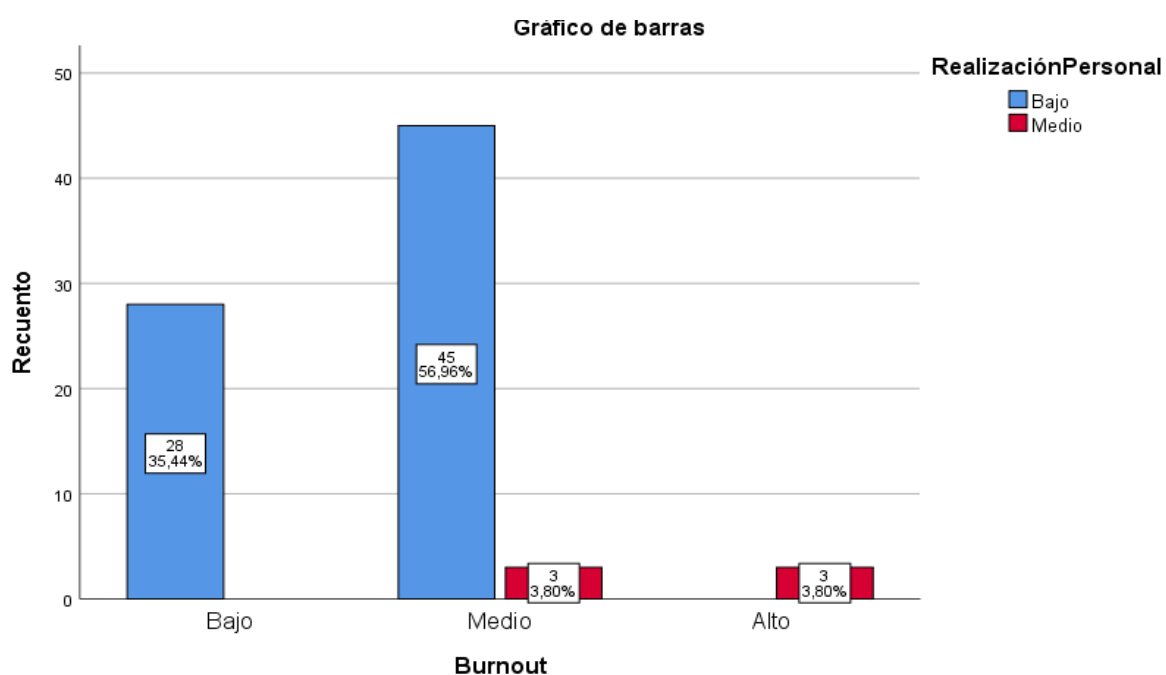
**Tabla cruzada
Burnout*RealizaciónPersonal**

Recuento

		RealizaciónPersonal		Total
		Bajo	Medio	
Burnout	Bajo	28	0	28
	Medio	45	3	48
	Alto	0	3	3
Total		73	6	79

Fuente: elaboración propia

Ilustración 4: Realización personal en personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023



Fuente: elaboración propia

Según la ilustración 4:

En el nivel bajo de burnout: 28 personas, correspondientes al 35,44% del total, presentan realización personal baja.

En el nivel medio de burnout: 45 personas, correspondientes al 56,96% del total, presentan realización personal media, 3 personas, correspondientes al 3,80% del total, presentan realización personal media.

En el nivel alto de burnout: 3 personas, correspondientes al 3,80% del total, presentan realización personal media

En el estudio que efectúa en el año 2020 Salcedo y colaboradores se ha podido encontrar 82,2% tenían este síndrome, respecto a sus dimensiones en cansancio emocional se encontró 59,8% de nivel alto, despersonalización en nivel bajo 53,1% y realización personal en nivel alto en 57.9%, habiendo arribado la conclusión de que el síndrome de sus diferentes dimensiones predomina el agotamiento y cansancio a nivel emocional (19). En lo que respecta a este estudio no hay nadie que perciba su realización personal como alta, es decir no sienten que el trabajo cubra sus expectativas. Solo se aprecia nivel bajo y medio de realización personal, predominando el nivel medio e los niveles bajo y medio de síndrome de burnout.

En cuanto a la realización personal, este síndrome tiene entre sus características una tendencia a que las personas hacen una evaluación negativa de su trabajo y de los resultados que esperan tener en ellos, lo cual se ha exacerbado después de la pandemia y durante la pandemia, puesto que los estudiantes han prácticamente perdido 2 a 3 años de su vida académica que va a ser difícil de superar, para lograr el nivel adecuado. Además, la realización personal se asocia a la autoestima de las personas, la sensación de descontento e insatisfacción con su trabajo puede traer cuestionamientos personales a la hora de tomar decisiones respecto a seguir o no seguir trabajando o de abordar o no el problema de salud que presenta (24).

CONCLUSIONES

Existe Síndrome de burnout entre en el personal del colegio José Abelardo Quiñones de Madre de Dios, predominando el nivel medio, seguido de nivel bajo y finalmente, nivel alto.

En la dimensión de agotamiento emocional entre aquellos que presentan síndrome de Bruno medio predomina el agotamiento emocional alto seguido del agotamiento emocional medio y entre aquellos que presentan síndrome de bug muy bajo predomina el agotamiento emocional bajo seguido de agotamiento emocional medio.

En la dimensión de despersonalización predomina un nivel alto de despersonalización para las personas que tienen síndrome de Bono medio seguido de burnout con despersonalización baja para aquellos que tienen síndrome de bajo y entre los que presentan síndrome de nivel medio predomina la despersonalización de nivel alto.

En la dimensión de realización personal predomina el nivel de realización bajo para las personas que tienen síndrome de burnout medio seguido de un nivel de realización también bajo entre las personas que tienen síndrome de burnout bajo.

SUGERENCIAS

A los directivos del colegio José Abelardo Quiñones.

Con respecto al síndrome de burnout se ha encontrado que los profesores tienen un nivel medio de síndrome de burnout por lo que se sugiere al director de la institución educativa básica regular CAP. FAP José Abelardo Quiñones de La Joya Puerto Maldonado, Madre de Dios que inicie algunas acciones para fomentar en su capital de humanidad al restablecimiento de la Salud mental, que pudiera ser en coordinación con las instituciones de salud de su ámbito.

Dado que la Salud mental es un complejo básicamente de carácter emocional, sin embargo se ha podido demostrar que el síndrome de burnout tiene efectos físicos como cualquier estrés de tipo laboral, es necesario que también se hagan campañas periódicas de salud en el colegio, pues la cantidad del recurso humano existente justifica traer a un equipo de salud completo que aborde problemas no solo de orden físico sino también emocional se favorezca actividades para mejorar el clima organizacional el clima laboral y se le da importancia a la Salud mental y los efectos que esta trae en el desarrollo y el desempeño de las personas.

A futuros investigadores

Se sugiere a otros investigadores ampliar estudios respecto al tema de la Salud mental con los diferentes instrumentos disponibles para evaluar qué otros problemas pudieran estar presentando los profesores de esta institución educativa además asociarla con otros variables como son el desempeño ,el rendimiento, la identificación, el clima organizacional ,la demanda de atención de salud, que nos den una visión mucho más amplia de cómo un problema de Salud mental pudiera estar impactando en cuestiones tan concretas de la vida personal y laboral de las personas.

A las instituciones de salud

A las instituciones formadoras de recursos humanos en salud se sugiere realizar actividades preventivas promocionales dirigidos a todos los integrantes de la comunidad educativa de los colegios, puesto que, después de la pandemia los problemas de Salud mental han incrementado en su frecuencia y por lo tanto, tienen efectos en niveles de violencia, desesperanza, estrés, ansiedad, pérdida de un Norte en la vida. Por lo que se requiere trabajar de forma preventiva para evitar que estos problemas se ahonden y generen efectos que pudieran afectar la calidad de la vida de las personas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Maslach C. Burnout. Human Behavior 1976. 1976; 5(9): p. 16-22.
2. López Alfaro PA, Gallegos Araya V, Maureira Cabrera Ó. Liderazgo distribuido y eficacia colectiva docente, factores preventivos del síndrome de burnout: un estudio en el profesorado de escuelas primarias en Chile. Rev. complut. educ. 2022; 33(3): p. 531-541.
3. Malbrán Rojas VD. Importancia de la gestión educativa como variable en la prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes secundarios en Chile. Tesis de maestría. Santiago: Pontificia Universidad Católica de Chile. Facultad de Educación; 2022.
4. Organización Mundial de la Salud [OMS]. La OMS reconoce como enfermedad el burnout o “síndrome de estar quemado”. [Online].; 2019 [cited 2020 Julio 8. Available from: <http://www.medicosypacientes.com/articulo/la-oms-reconoce-como-enfermedad-el-burnout-o-sindrome-de-estar-quemado>.
5. Blázquez Manzano A, León Mejía A, Patino Alonso MC, Feu Molina S. Síndrome de burnout y apoyo social en maestros de Educación Primaria. ESE. 2022; 42: p. 79-98.
6. Marrau CM. El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente. Fundamentos en Humanidades. 2004; 5(10): p. 53-68.
7. Organización Panamericana de la Salud [OPS]. La COVID-19 afectó el funcionamiento de los servicios de salud para enfermedades no transmisibles en las Américas. [Online].; 2020 [cited 2022 Julio 8. Available from: <https://www.paho.org/es/noticias/17-6-2020-covid-19-afecto-funcionamiento-servicios-salud-para-enfermedades-no>.

8. Perió J, Rodríguez I. Estrés laboral, liderazgo y salud organizacional. Papeles del Psicólogo. 2008 Enero-abril; 29(1): p. 68-82.
9. Cobos-Sanchiz D, López-Noguero F, Gallardo-López JA, Martín MC. Incidencia del agotamiento en los docentes universitarios: estudio de caso en una universidad española. Formación universitaria. 2022; 15(2):
10. Hatrick A, Paniagua C. Evaluación de Impacto del Modelo de Servicio Educativo para Estudiantes de Alto Desempeño implementado a través de los Colegios de Alto Rendimiento (COAR) Caracas: CAF; 2021.
11. Gudiño Zayas M. Taller de inteligencia emocional para docentes de educación secundaria. Primera ed. México: Universidad Pedagógica Nacional; 2012.
12. Ruiz Gómez NE. Clima laboral y su relación con el desempeño de los servidores civiles del Hospital Luis Heysen Inchaustegui - Essalud, Lambayeque Perú, 2019. Tesis de Maestría. Lima: Universidad del Pacífico; 2021.
13. Manzano Díaz A. Síndrome de Burnout en docentes de una Unidad Educativa, Ecuador. Revista Horizontes: revista de investigación en ciencias de la educación. 2020 Octubre- diciembre; 4(16).
14. Casanova Rodríguez C, Mustelier Hernández M, Casanova Rodríguez T. Manifestaciones del síndrome de Burnout en docentes de la Universidad de Cienfuegos. Conrado: revista pedagógica de la Universidad de Cienfuegos. 2019 Enero-marzo; 15(66).
15. Posada Quintero JI, Molano Vergara PN, Parra Hernández RMBOFY, Rubio Orozco EA. Prevalencia del síndrome de burnout en docentes: factores asociados al estatuto de vinculación laboral en Colombia. Revista Interamericana de Psicología Ocupaciona. 2018 Enero-junio; 37(2).
16. Rivera Guerrero Á, Segarra Jaime P, Giler Valverde G. Síndrome de Burnout en docentes de instituciones de educación superior. Revista

- Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica. 2018; 38(2): p. 17-25.
17. Valverde Asencios M. Síndrome de burnout y estilos de vida en docentes de Facultad de Salud de una universidad privada, Perú, 2020. Tesis de titulación. Lima: Universidad Peruana Unión, Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Enfermería; 2020.
 18. Guevara Vargas M, Huyhua Gutiérrez SC. Nivel de síndrome de burnout en docentes durante tiempos de Covid 19, región Amazonas, Perú. Revista Científica UNTRM, revista de Ciencias Sociales y Humanidades. 2021; 4(3).
 19. Salcedo Guerrero HL, Cárdenas Vásquez YY, Carita Chamba LM, Ledesma Cuadros MJ. Síndrome de Burnout en docentes a un contexto de emergencia sanitaria Lima. Revista de Investigación Científica y Tecnológica Alpha Centauri. 2020 Diciembre; 1(3): p. 44-56.
 20. López de la Cruz ECI, Zacarías Ventura H. Síndrome de burnout en docentes universitarios durante el dictado de clases virtuales. Revista Desafíos: revista científica de Ciencias Sociales y Humanidades. 2020 Julio a diciembre; 1(2).
 21. Estrada Aráoz GE, Roque Mamani M, Paredes Valverde Y, Rosel QH. Clima organizacional y síndrome de burnout en docentes de una institución educativa educación básica de la ciudad de Puerto Maldonado. Revista Academia PROSCIENCES, Revista de Producción, Ciencias e investigación. 2020 Abril; 4(33).
 22. Lovo J. Síndrome de burnout: un problema moderno. Revista Entorno de la Universidad Tecnológica de El Salvador. 2020 Mayo a octubre;(70): p. 110-120.
 23. PREVECON. El estrés laboral: definición, causas, consecuencias y cómo prevenirlo. [Online].; 2018 [cited 2023 Enero 9. Available from:

<https://prevecon.org/es/el-estres-laboral-definicion-causas-consecuencias-y-como-prevenirlo/>.

24. Gobierno de México. Instituto Mexicano de Seguridad Social. Centro de Investigación juvenil. 75% de mexicanos padece fatiga por estrés laboral superando países como China y Estados Unidos. [Online].; 2022 [cited 2023 Enero 7]. Available from: <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/estres-laboral>.
25. Organización Internacional del Trabajo (OIT). Estrés en el Trabajo; Un desafío: Un reto colectivo OIT , editor.: OIT; 2016.
26. Organización Internacional del Trabajo. La OMS y la OIT piden nuevas medidas para abordar los problemas de salud mental en el trabajo. [Online]. Ginebra; 2022 [cited 2023 Enero 6]. Available from: https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_856931/lang--es/index.htm.
27. Rodríguez Carvajal R, De Rivas Hermosilla S. Los procesos de estrés laboral y desgaste profesional (burnout). Diferenciación, actualización y líneas de intervención. Med Secur Trab (Internet). 2011; 57: p. 261-262.
28. Barrio J, García M, Ruiz Y, Arce A. El estrés como respuesta x Psicología del aprendizaje. International Journal of developmental and educational psychology. 2011.
29. Gómez Sánchez MdC, Álamo Santos MdC, Amador Bohórquez M, Ceacero Molina F, Mayor Pascual A, Muñoz González A, et al. Estudio de seguimiento del desgaste profesional en relación con factores organizativos en el personal de enfermería de Medicina interna. Revista de Seguridad del Trabajo. 2009 Junio; 55(215): p. 52-62.
30. Huacón Reyes El, Hidalgo Ochoa OdR. Síndrome de burnout: impacto en el desempeño laboral de los educadores. Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas MAPA. 2021; 5(23).

31. Osan del Río A, Martínez San Higinio N, Pintado Torrecilla M, García Téllez I, Marín Zarza M, Urieta Urieta B, et al. Síndrome de burnout. Revista electrónica de Portales Medicos.com. 2021 Diciembre; 16(23).
32. Gil Monte P. Burnout syndrome: ¿Síndrome de quemarse por el trabajo, desgaste profesional, estrés laboral o enfermedad de Tomás? Revista de psicología del trabajo y de las organizaciones. 2003; 19(2): p. 181-197.
33. Supo Condori J, Zacarías Ventura H. Metodología de la investigación científica: Para las Ciencias de la Salud y las Ciencias Sociales (Spanish Edition). Tercera ed. Arequipa, Perú: BIOESTADISSTICO EEDU EIRL; 2020.
34. Abarza F. Abarza ~ Investigación + Desarrollo + Innovación. [Online].; 2012. Available from: <https://abarza.wordpress.com/2012/07/01/investigacion-aplicada-vs-investigacion-pura-basica/>.
35. Shuttleworth, Martyn. Diseño de investigación descriptiva. [Online].; 2020 [cited 2022 Junio 12. Available from: <https://explorable.com/es/diseño-de-investigación-descriptiva#:~:text=El%20Dise%C3%B1o%20de%20investigaci%C3%B3n%20descriptiva,sobre%20%C3%A9l%20de%20ninguna%20manera.>
36. Ander Egg E. Técnicas de investigación social México D. F: El Ateneo; 1992.
37. OMS. Salud mental en el lugar de trabajo. [Online].; 2019 [cited 2020 Julio 8. Available from: https://www.who.int/mental_health/in_the_workplace/es/.
38. Arias F. El proyecto de investigación. Introducción a la metodología científica. Sexta ed. Caracas, Venezuela: Editorial episteme C.A; 2012.

ANEXOS

Anexo 1: matriz de operacionalización de variable

VARIABLE IMPLICADA	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	ITEMS	INDICADOR	EXPRESION FINAL
Síndrome de Burnout	Conjunto de signos que se determinan en agotamiento emocional, despersonalización, y disminución de la realización personal, los cuales se evidencian en personas que laboran para cubrir necesidades de otras. Maslach C, Jackson S, 1996	Agotamiento emocional Es la sensación de falta de elementos para dar solución a problemas del momento que pueden generar alteraciones o desequilibrios en los sistemas del cuerpo.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ En general estoy Más bien harto de mis labores, ✓ Estoy de buen humor cuando realizo las labores que me hacen feliz. ✓ Estoy cansado por la rutina de mis labores. 	0: Jamás 1: En algunos meses 2: Cada 30 días o menos 3: Algunos días del mes 4: Una vez cada 7 días 5: Algunos días a la semana 6: Diariamente	Nivel bajo Nivel medio Nivel alto
		Despersonalización o deshumanización Son estados de ánimo fríos hacia otros individuos que hacen que el ser humano pierda su esencia como tal.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Las personas que necesitan algún tratamiento y los suyos son exigentes con comportamientos molestos. ✓ Los pacientes no son empáticos y no valoran los esfuerzos que implica la atención. ✓ Prefiero no tomar como algo personal la enfermedad de los usuarios de mi trabajo. 		Nivel bajo Nivel medio Nivel alto
		Disminución de la realización personal La persona pierde el interés por seguir aprendiendo, se vuelve dependiente de otros y se siente desmotivado para continuar y siente que no puede tomar sus propias decisiones.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mi labor me desmotiva, no me siento con ganas de superarme ✓ No me interesa mejorar mi personalidad ni aumentar mi autoestima ✓ Esto no es lo que yo quería hacer 		Nivel bajo Nivel medio Nivel alto

VARIABLE NO IMPLICADA	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES
Peculiaridades de su trato con los demás	Referidas a las particularidades de las personas que laboran en el área de emergencia del hospital Santa Rosa	Edad	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 20-30 ✓ 31-40 ✓ 41-50 ✓ 51-60 ✓ 60 a mas
		Sexo	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Femenino ✓ Masculino
		Profesión	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Profesor ✓ Psicólogo ✓ Enfermero ✓ Técnico de enfermería ✓ Otros
		Condición civil	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sin pareja ✓ Que convive ✓ Casado ✓ Con esposo fallecido ✓ En desunión ✓ Otros
		Cantidad de hijos	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ninguno ✓ 1 ✓ 2 ✓ 3 o más
Particularidades de tipo Laboral	Son las características del trabajador medido en su puesto	Condición laboral	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Permanente ✓ Eventual
		Años de servicio en la Institución Educativa Básica Regular CAP. FAP. José Abelardo Quiñones	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 3 ✓ 5 ✓ 6 a más

Anexo 2: matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Variable	Dimensiones	Metodología
<p>¿Cuáles son las características del <i>Síndrome de Burnout</i> que presenta en el personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>¿Cuáles son las características del <i>Síndrome de Burnout</i> según la dimensión del agotamiento emocional y físico en el personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023?</p> <p>¿Cuáles son las características del <i>Síndrome de Burnout</i> según la dimensión de despersonalización o deshumanización en el personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023?</p> <p>¿Cuáles son las características del <i>Síndrome de Burnout</i> según la dimensión de disminución de realización personal en el personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023?</p>	<p>Determinar las características del <i>Síndrome de Burnout</i> que presenta en el personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Describir las características del <i>Síndrome de Burnout</i> según la dimensión del agotamiento emocional y físico en el personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023.</p> <p>Describir las características del <i>Síndrome de Burnout</i> según la dimensión de despersonalización o deshumanización en el personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023</p> <p>Describir las características del <i>Síndrome de Burnout</i> según la dimensión de disminución de realización personal en el personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023</p>	Síndrome de Burnout	<p>Agotamiento emocional y físico</p> <p>Despersonalización o deshumanización</p> <p>Disminución de realización personal</p>	<p>Estudio descriptivo, transversal, de tipo básico, en una población muestral de 79 personas, empleando la técnica de la encuesta aplicando como instrumento la Escala de Maslach</p>

Anexo 3: instrumento

Test Maslach Burnout Inventory (MBI)								
1	Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo	0	1	2	3	4	5	6
2	Me siento cansado al final de una jornada laboral	0	1	2	3	4	5	6
3	Me siento fatigado cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada laboral	0	1	2	3	4	5	6
4	Comprendo fácilmente cómo se sienten los pacientes/usuarios	0	1	2	3	4	5	6
5	Creo que trato a algunos pacientes/usuarios como objetos impersonales	0	1	2	3	4	5	6
6	Trabajar todo el día con mucha gente es un esfuerzo	0	1	2	3	4	5	6
7	Trato muy eficazmente los problemas personales	0	1	2	3	4	5	6
8	Me siento quemado por mi trabajo	0	1	2	3	4	5	6
9	Creo que estoy influyendo positivamente con mi trabajo en las vidas de otras personas	0	1	2	3	4	5	6
10	Me he vuelto más insensible con la gente desde que ejerzo esta profesión	0	1	2	3	4	5	6
11	Me preocupa el hecho de que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente	0	1	2	3	4	5	6
12	Me siento muy activo	0	1	2	3	4	5	6
13	Me siento frustrado en mi trabajo	0	1	2	3	4	5	6
14	Creo que estoy trabajando demasiado	0	1	2	3	4	5	6
15	En realidad, no me preocupa lo que ocurre a alguno de mis pacientes/usuarios	0	1	2	3	4	5	6
16	Trabajar directamente con las personas me produce estrés	0	1	2	3	4	5	6
17	Me siento estimulado después de trabajar en contacto con mis pacientes	0	1	2	3	4	5	6
18	Puedo crear fácilmente una atmósfera relajada con mis pacientes	0	1	2	3	4	5	6
19	He conseguido muchas cosas útiles en mi profesión	0	1	2	3	4	5	6
20	Me siento acabado	0	1	2	3	4	5	6
21	Trato los problemas emocionales con mucha calma en mi trabajo	0	1	2	3	4	5	6
22	Siento que los pacientes/usuarios me culpan por algunos de sus problemas	0	1	2	3	4	5	6

Anexo 4: Solicitud de autorización para realización de estudio

Sr. Bonifacio Flores Ccahuata

Director de la IEBR JOSE ABELARDO QUIÑONEZ

La joya, Puerto Maldonado

Previo cordial saludo, para comunicarle que las bachilleres Mamani Mamani Carla Idania y Farfán Condori Katerine Nelly hemos planteado la realización de la tesis denominada "*Síndrome de Burnout* en personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023", realizado con la finalidad de optar al título profesional de licenciada en enfermería en la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, por lo que recurrimos a usted a fin de que pueda permitir la realización de este estudio entre el personal del colegio que usted dirige.

Comunicarle que el estudio tiene carácter de confidencial, además de ser interesante para que usted conozca las características de este síndrome en la institución que Ud. dirige.

Agradecemos su colaboración autorizando el mismo.

Atentamente,



Mamani Mamani Carla Idania



Farfán Condori Katerine Nelly

INSTITUCIÓN EDUCATIVA
C.A. F.A.P. "JOSÉ ABELARDO QUIÑONES GONZALES"

Prof. Bonifacio Flores Ccahuata
DIRECTOR

AUTORIZADO

Anexo 5: Consentimiento informado

En la investigación que conducen las bachilleres en enfermería Mamani Mamani Carla Idania y Farfán Condori Katerine Nelly denominada “*Síndrome de Burnout* en personal del colegio José Abelardo Quiñones , 2023”, realizado con la finalidad de optar al título profesional de licenciada en enfermería en la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, se hace constar el presente estudio tiene carácter de confidencial en el cual se vienen aplicando los principios más esenciales de la bioética cómo son la justicia, la benevolencia, la no maleficencia y la autonomía, de manera que cada persona que es invitada a participar del estudio puede tomar la decisión personal de incorporarse en él, de acuerdo a los objetivos trazados, siendo el objetivo general el determinar las características del *síndrome de Burnout* que presenta el en el personal del colegio José Abelardo Quiñones , la aplicación del instrumento está entre los 10 a 15 minutos de su tiempo, aclarando que los resultados del instrumento serán manejados única y exclusivamente por las dos investigadoras que efectúan el proyecto siendo estos de carácter reservado mediante la firma del siguiente formulario accede usted a participar de este estudio.



Firma del Participante

Anexo 6: Juicio experto

Señor(a):

Presente

Asunto: Validación de instrumentos a través de juicio de experto

Me es muy grato comunicarme con usted, para hacer de su conocimiento que, las bachilleres en enfermería Mamani Mamani Carla Idania y Farfán Condori Katerine Nelly están efectuando la investigación denominada "*Síndrome de Burnout* en personal del colegio José Abelardo Quiñones , 2023", realizado con la finalidad de optar al título profesional de licenciada en enfermería en la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios,,y, siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos que han sido adaptados a nuestra realidad es que recurrimos a su experticia en temas de investigación, para lo cual se le hace llegar el expediente de validación, que contiene:

- Carta de presentación.
- Matriz de consistencia.
- Instrumento.

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración, nos suscribimos de usted.

Atentamente,



Mamani Mamani Carla Idania



Farfán Condori Katerine Nelly

Anexo 7: informe de juicio de expertos

I. DATOS GENERALES.

1. Apellidos y nombres del informante (Experto): Silvia ~~Maquera Maron~~
2. Grado Académico Magister
3. Cargo e Institución donde labora: Universidad Tecnológica de ~~Apurímac~~
UTEA
4. Nombre del Instrumento: Escala de Maslach adaptada para el estudio
"Síndrome de Burnout en personal del colegio José Abelardo Quiñones ,
2023"
5. Autor de la tesis: Mamani ~~Mamani~~ Carla ~~Idania~~ ~~Farfán~~ Condori ~~Katerina~~
Nelly;

II. ASPECTOS DE VALIDACION

INDICADORES DE EVALUACION DEL INSTRUMENTO	CRITERIOS CUALITATIVO CUANTITATIVO	deficiente	Regular	Buena	Muy Buena	excelente
		1	2	3	4	5
1.- CLARIDAD	Están formulados con lenguaje apropiado.					X
2.- OBJETIVIDAD	Están expresados en conductas.					X
3.- CONSISTENCIA	Basado en aspectos técnicos científicos.					X
4.- ORGANIZACION	Existe una organización lógica.					X
5.- SUFICIENCIA	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems presentados en el instrumento.					X
6.- COHERENCIA	Entre las variables, indicadores y las dimensiones.					X
7.- PERTINENCIA	Las respuestas y sus valores son apropiados.					X
8.- CONVIRENCIA	Adecuado para resolver					X
9.- PLAUSIBILIDAD	Genera nuevas posturas para construir una teoría.					X
SUMATORIA TOTAL		Cuarenta cinco puntos				

Lugar y Fecha: Abancay 7 de octubre de 2023

Nombre: Silvia ~~victoria~~ ~~Maquera Maron~~

DNI: 01791835

Observaciones: Se evalúa forma, pues la escala de Maslach se halla ya validada.



I. DATOS GENERALES

1. Apellidos y nombres del informante (Experto): Gehú Hugo Morán Bobadilla
2. Grado Académico Magister
3. Cargo e Institución donde labora: Universidad
4. Nombre del Instrumento: Escala de Maslash adaptada para el estudio "Síndrome de Burnout en personal del colegio José Abelardo Quiñones , 2023"
5. Autor de la tesis: Mamani ~~Mamani~~ Carla Idania Farfán Condori Katerine Nelly.

II. ASPECTOS DE VALIDACION

INDICADORES DE EVALUACION DEL INSTRUMENTO	CRITERIOS CUALITATIVO CUANTITATIVO	deficiente	Regular	Bueno	Muy Bueno	excelente
		1	2	3	4	5
1.- CLARIDAD	Están formulados con lenguaje apropiado.					X
2.- OBJETIVIDAD	Están expresados en conductas.					X
3.- CONSISTENCIA	Basado en aspectos técnicos científicos.					X
4.- ORGANIZACION	Existe una organización lógica.					X
5.- SUFICIENCIA	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems presentados en el instrumento.					X
6.- COHERENCIA	Entre las variables, indicadores y las dimensiones.					X
7.- PERTINENCIA	Las respuestas y sus valores son apropiados.					X
8.- CONVINCENCIA	Adecuado para resolver					X
9.- PLAUSABILIDAD	Genera nuevas pautas para construir una teoría.					X
SUMATORIA TOTAL		Cuarenta cinco puntos				

Lugar y Fecha: Cusco, 7 de octubre de 2023

Nombre: ~~Gehu~~ Hugo Morán Bobadilla

DNI: 23917392

Observaciones: Se evalúa forma, pues la escala de Maslash se halla ya validada.



GEHU HUGO MORAN BOBADILLA

MEDICO CIRUJANO CMP 5608

ESPECIALISTA EN MEDICINA INTERNA RNE 027473

DATOS GENERALES.

1. Apellidos y nombres del informante (Experto): Claudia Elvira Huanca Arteaga
2. Grado Académico Magister en Docencia/Dra. en Salud Pública
3. Cargo e Institución donde labora: Universidad
4. Nombre del Instrumento: Escala de Maslash adaptada para el estudio "Síndrome de Burnout en personal del colegio José Abelardo Quiñones, 2023"
5. Autor de la tesis: Mamani ~~Mamani~~ Carla Idania Farfán Condori Katerine Nelly:

II. ASPECTOS DE VALIDACION

INDICADORES DE EVALUACION DEL INSTRUMENTO	CRITERIOS CUALITATIVO CUANTITATIVO	deficiente	Regular	Bueno	Muy Bueno	excelente
		1	2	3	4	5
1.- CLARIDAD	Están formulados con lenguaje apropiado.					X
2.- OBJETIVIDAD	Están expresados en conductas.					X
3.- CONSISTENCIA	Basado en aspectos técnicos científicos.					X
4.- ORGANIZACION	Existe una organización lógica.					X
5.- SUFICIENCIA	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems presentados en el instrumento.					X
6.- COHERENCIA	Entre las variables, indicadores y las dimensiones.					X
7.- PERTINENCIA	Las respuestas y sus valores son apropiados.					X
8.- CONVINCENCIA	Adecuado para resolver					X
9.- PLAUASIBILIDAD	Genera nuevas pruebas para construir una teoría.					X
SUMATORIA TOTAL		Cuarenta cinco puntos				

Lugar y Fecha: Puerto Maldonado 3 de octubre de 2023

Nombre: Huanca Arteaga Claudia Elvira

DNI: 23975639

Observaciones: Se evalúa forma, pues la escala de Maslash se halla ya validada.

Mg. Claudia Elvira Huanca Arteaga
CEP 12145
Ministerio de salud COAR MED