



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

**“SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA “JOSÉ MARÍA ARGUEDAS” PARCONA, ICA – 2020”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

Presentado por:

Juan Jesús Aguado Espinoza

Paola Jackelyne Loayza Ramos

Tesis desarrollada para optar el Título de Licenciado en Psicología

Docente asesor:

Dra. Evelyn Alina Anicama Navarrete

Código Orcid N° 0000-0003-1164-2079

Chincha, Ica, 2021

Asesor

DRA. EVELYN ALINA ANICAMA NAVARRETE

Miembros del jurado

Dr. Edmundo Gonzales Zavala

Dr. William Chu Estrada

Dr. Elio Huamán Flores

DEDICATORIA

Lo dedico a mis padres Consuelo Espinoza Sánchez y Juan Aguado Alfaro, por guiarme y aconsejarme siempre, y para un gran amigo, Manuel Calderón Vera, que Dios te tenga en su santa gloria.

Juan Jesús Aguado Espinoza

A mis padres Jorge Loayza Yauyos y Delia Ramos Arones, por hacer posible lograr mis metas, de igual manera a mi hermana Jhannyra por su apoyo permanente, asimismo a mi abuelito Emiliano Loayza Cruces, por su compañía y perseverancia para lograr como profesional.

Paola Jackelyne Loayza Ramos

AGRADECIMIENTO

Agradecer a Dios, mis padres y a todos mis seres queridos, que me acompañaron y me siguen acompañando, en cada paso que doy.

Juan Jesús Aguado Espinoza

Agradezco a Dios, a mis padres y a mi tío Enrique Ramos Arones, por creen siempre en mi futuro profesional.

Paola Jackelynn Loayza Ramos

RESUMEN

Objetivo: Determinar el nivel de Síndrome de Burnout en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

Material y Método: El tipo de estudio es cuantitativo, de tipo básico, nivel descriptivo simple, de corte transversal. La muestra de estudio estuvo conformada por 45 docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020. La técnica que se utilizó fue la encuesta y el instrumento que utilizamos fue el Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI - Ed)

Resultados: Del 100% (45) se pudo observar que el 2% (1) de los docentes presentan un nivel bajo de síndrome de Burnout, el 76%(34) de docentes presentan un nivel medio y el 22% (10) de los docentes, presentan un nivel alto de Síndrome de Burnout.

Conclusión: Se determinó que en una mayor proporción los docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020, presentan un nivel medio lo cual está representado por el 76% del total de los participantes, por lo que se obtiene la media aritmética de 66.44 puntos.

Palabras claves:

Síndrome de Burnout, docencia, agotamiento emocional, despersonalización, realización personal, vulnerabilidad y estrés.

ABSTRACT

Objective: To determine the level of burnout syndrome in teachers of the Educational Institution "José María Arguedas" Parcona, Ica - 2020.

Material and Method: The type of study is quantitative, basic type, simple descriptive level, cross-sectional. The study sample consisted of 45 teachers from the "José María Arguedas" Educational Institution Parcona, Ica - 2020. The technique used was the survey and the instrument we used was the Maslach Burnout Inventory Questionnaire (MBI - Ed)

Results: Out of 100% (45) it was observed that 2% (1) of teachers have a low level of Burnout syndrome, 76% (34) of teachers have a medium level and 22% (10) of teachers have a high level of Burnout Syndrome.

Conclusion: It was determined that in a higher proportion the teachers of the Educational Institution "José María Arguedas" Parcona, Ica - 2020. They present a medium level, which is represented by 76% of the total participants, for which the arithmetic mean of 66.44 points is obtained.

Keywords:

Burnout syndrome, teaching, emotional exhaustion, depersonalization, personal fulfillment, vulnerability and stress.

ÍNDICE GENERAL

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Resumen	v
Palabras claves	v
Abstract	vi
Índice general / índice de tablas y de figuras	vii
I. INTRODUCCIÓN	11
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	12
2.1. Descripción del problema	12
2.2. Pregunta de investigación general	15
2.3. Preguntas de investigación específicas	15
2.4. Justificación e importancia	16
2.5. Objetivo general	17
2.6. Objetivos específicos	17
2.7. Alcances y limitaciones	18
III. MARCO TEÓRICO	19
3.1. Antecedentes	19
3.2. Bases teóricas	25
3.3. Marco conceptual	30
IV. METODOLOGÍA	31
4.1. Tipo y nivel de investigación	31
4.2. Diseño de la investigación	31
4.3. Población – Muestras	32
4.4. Hipótesis general y específicas	33
4.5. Identificación de las variables	33
4.6. Operacionalización de la variable	34
4.7. Recolección de datos	38

V.	RESULTADOS	41
	5.1. Presentación de resultados	41
	5.2. Interpretación de resultados	46
VI.	ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	48
	6.1. Análisis descriptivo de los resultados	48
	6.2. Comparación de resultados con el marco teórico	48
	CONSLUSIONES Y RECOMENDACIONES	51
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	55
	ANEXOS	64
	Anexo 1: Matriz de consistencia	65
	Anexo 2: Instrumento de recolección de datos	67
	Anexo 3: Constancia de aplicación	70
	Anexo 4: Base de datos	71
	Anexo 5: Informe de Turnitin al 28% de similitud	72

INDICE DE TABLAS

		Pag.
Tabla 1	Edad de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.	41
Tabla 2	Sexo de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.	41
Tabla 3	Tiempo de servicio de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.	42
Tabla 4	Dimensión 01: Agotamiento emocional, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.	43
Tabla 5	Dimensión 02: Despersonalización, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.	43
Tabla 6	Dimensión 03: Realización personal, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.	44
Tabla 7	Variable X: Síndrome de Burnout, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.	45

INDICE DE FIGURAS

		Pag.
Figura 1	Edad de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.	41
Figura 2	Sexo de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.	42
Figura 3	Tiempo de servicio de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.	42
Figura 4	Dimensión 01: Agotamiento emocional, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.	43
Figura 5	Dimensión 02: Despersonalización, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.	44
Figura 6	Dimensión 03: Realización personal, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.	44
Figura 7	Variable X: Síndrome de Burnout, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.	45

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, nos encontramos viviendo ante la presencia de la pandemia COVID-19. Este impacto se encuentra afectando todos los ámbitos en el que se desarrolla el ser humano: social, familiar, económica y laboral. Frente a esta realidad, la educación tanto en el Perú como a nivel mundial, se ha visto afectada ya que, debido al confinamiento los estudiantes, docentes y personal académico de escuelas, institutos y universidades, no pueden asistir a clases de manera presencial, como forma de evitación de contagios por dicha enfermedad. Lo cual ha llevado a que estos servicios empleen plataformas y medios por los cuales se imparte clases con la finalidad de que no haya afectación en el año académico.

Esta investigación se centra en el impacto que ha tenido esta pandemia COVID-19, en la esfera laboral, dirigido especialmente al trabajo que realizan los docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020, ya que trabajan bajo el programa dirigido por el Ministerio de Educación “Aprendo en Casa”, hallándose varias limitaciones, tanto para el alumnado como para los docentes, pues en muchos hogares no existen las condiciones adecuadas para aprovechar el programa, y el personal docente se ve en la necesidad de tener una pronta adaptación a los cambios que implica la educación virtual y a distancia, lo cual conlleva a no estar del todo preparados ante este cambio inoportuno, produciéndose así una posible exposición crónica al estrés, por el esfuerzo de aplicar el uso de la tecnología (TIC’s) y el desarrollo de una óptima enseñanza impartida por cada docente.

Ante todos estos sucesos, los docentes pueden ser susceptibles a desarrollar el Síndrome de Burnout, recalcando además que se encuentran dentro de las ocupaciones más propensas a desarrollar este síndrome, produciendo sentimientos cada vez más negativos hacia sí mismos y los demás. Es por ello que la presente investigación, busca identificar los niveles de Síndrome de Burnout en docentes de la Institución Educativa Estatal “José María Arguedas”, ubicado en el Distrito de Parcona, en el departamento de Ica – Perú.

LOS AUTORES

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del problema

Ante la alarmante situación a nivel mundial como parte de la crisis sanitaria a causa de la Pandemia Covid – 19, y toda la reforma suscitada para salvaguardar diferentes ámbitos sociales, se teme que haya un incremento de alteraciones psicológicas en la población. Y en lo que refiere al ámbito laboral, es la docencia, una de las profesiones más vulnerables a sufrir del Síndrome de Burnout, debido a la sobreexposición al estrés por los desafíos y el compromiso de adaptación que implica la educación a distancia, aplicando el uso de la tecnología y exigencias para un resultado óptimo.

Ante dicha situación, toma importancia también las estrategias de afrontamiento que utiliza la población ante factores estresores que alteren la estabilidad emocional de cada individuo.

Síndrome de Burnout:

A nivel internacional se menciona que docentes de la Facultad de Medicina de una Universidad de Chile, presentaron Síndrome de Burnout en diversos niveles, siendo el 22% del personal docente los que presentaron un nivel alto de dicho síndrome; el 75% del personal docente un nivel medio y solo el 3% presentó un nivel bajo, prevaleciendo así la falta de realización personal como indicador de la plana docente en un 49%. (Márquez, D. y Segovia, G. 2018); esta afectación en el indicador de realización personal deriva de las consecuencias perjudiciales de la sobreexposición al estrés afectando en su propia realización individual, además se puede observar, que más del 50 % se encuentra en riesgo de padecer Síndrome de Burnout en niveles altos.

Otro estudio realizado al personal que labora en un hospital de Ecuador, pudo demostrar que el 28,94% presenta Síndrome de Burnout,

presentándose mayor incidencia en el personal que se encuentra entre los 30 y 40 años con un porcentaje de 40.91%. Siendo los médicos que presentan un porcentaje mayor del 59.09% a diferencia del 40.91% del personal de enfermería con dicho síndrome. (Torres 2017); en este estudio se evidencia que la edad puede influir en la aparición de dicho síndrome, y son los médicos, los profesionales más vulnerables de padecer dicho síndrome ya que a diferencia del personal de enfermería, son los que afrontan directamente las urgencias en dicho nosocomio.

Por otro lado, un estudio realizado a docentes de una localidad en Bogotá, refiere que el 10 % de docentes se encontraron en riesgo de sufrir síndrome de Burnout y 12% si manifestaron dicho síndrome, de los cuales el 8% fueron mujeres y 4% varones. Además, el 10% del resultado positivo fueron docentes de 26 a 35 años, de los cuales el 3% tenían entre 11 a 15 años de experiencia laborando en dicho plantel. (Olaya 2015); los resultados de esta investigación son relativamente bajos, sin embargo existe el riesgo de que la sintomatología de algunos docentes con riesgo a sufrir de Síndrome de Burnout, se incrementen, lo cual implica una afectación personal y laboral.

Asimismo, un estudio realizado en el personal de enfermería de un servicio de salud en España, quedó en manifiesto que el 39.8% de la muestra estudiada presentaba niveles altos de Síndrome de Burnout, y la dimensión más significativamente afectada fue la realización personal, comprendida por el 45.5%, debido a la rutina en las plantas de hospitalización y la división de tareas en las funciones de enfermería. (Ramírez 2019); el sector salud es una de las profesiones más vulnerables a sufrir de Síndrome de Burnout, tal como refiere este estudio casi el 50% del personal de enfermería presentó mayor afectación en la dimensión de realización personal. Y se teme que ante la presencia de la Pandemia Covid- 19 en la actualidad, este síndrome esté más latente.

A nivel nacional se menciona que el 21.1% del personal de enfermería de una clínica privada de Lima, presentaron Síndrome de Burnout Alto, asimismo el 28.9% presentó un nivel medio y el 50 % de las enfermeras presentó bajo nivel de Síndrome de Burnout. (Rodríguez, L. y Chávez, Y. 2018); es decir que hubo menor manifestación del Síndrome de Burnout, en lo que respecta al año 2018, sin embargo este síndrome se encuentra presente dentro del personal de salud como puede ocurrir en profesiones asistenciales.

Otra investigación menciona que el personal docente del área de Inglés de la Universidad Privada de Lima, ante el Síndrome de Burnout, el 26% presentaron un nivel alto, el 47% presentaron un nivel promedio y el 26.1% presentó un nivel bajo de dicho síndrome, teniendo como características importantes la reducción o ausencia de recursos emocionales, cansancio y saturación en las labores, por lo que tienden a evaluar su labor de una manera negativa (Albarracín, C; Castro, E. y Quevedo, J. 2019.); una de las características de dicho síndrome es la poca tolerancia al momento de relacionarse con las personas a las que brinda su servicio al igual que a sus compañeros, característico de la dimensión de despersonalización, como se observa en este estudio.

Por otro lado, el 19% del personal docente del nivel secundaria de una I.E del departamento de Cajamarca presentó alto nivel de Síndrome de Burnout, siendo el 79% de los docentes los que presentan un nivel medio de dicho síndrome y solo el 1% presentó un nivel bajo del Síndrome de Burnout. Lo cual se relaciona dicho síndrome con el desempeño laboral del personal docente. (Gutiérrez, D. y Pando, U. 2018). Ante ello es visible que, en la plana docente del nivel educativo básico, existen indicios de este síndrome como tal, corriendo riesgo de que en su mayoría se incremente esta afectación, y por consecuencia disminuye el desempeño docente y sus estrategias de enseñanza, perjudicando al alumnado y su realización personal.

Se indica además que el personal de enfermería del Hospital de Pampas - Huancayo, reporta que el 77% de enfermeros presentaron Síndrome de Burnout y el 23 % no, siendo la dimensión de Despersonalización con mayor prevalencia al manifestarse en el 60.4% de enfermeros. (Cahuín, P. y Salazar, E. 2018); estos porcentajes se manifiestan como resultado de la crisis que presenta el personal de enfermería con su trabajo y no necesariamente por la relación que lleva con sus colegas; pues es una profesión asistencial que demanda de exigencias propias del establecimiento así como de los pacientes.

Otro estudio indica que, el 39.6% del personal de un centro de salud de Cañete, presenta un nivel medio de síndrome de Burnout y el 60.4% un nivel bajo, no hallándose un nivel alto de dicho síndrome. Sin embargo, un 39.6% presenta alto nivel en la dimensión de realización personal. (Torres, R. 2019); esta afectación en el personal del centro de salud es el resultado de la atención permanente y exhaustiva como exigencia de las obligaciones correspondientes del propio trabajo, si bien es cierto no hay indicios de un nivel alto de Síndrome de Burnout, este indicio puede aumentar si no se toman las medidas correspondientes.

2.2. Pregunta de investigación general

¿Cuál es el nivel de síndrome de Burnout en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020?

2.3. Preguntas de investigación específicas

P.E.1:

¿Cuál es el nivel de síndrome de Burnout de la dimensión agotamiento emocional en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020?

P.E.2:

¿Cuál es el nivel de síndrome de Burnout de la dimensión despersonalización en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020?

P.E.3:

¿Cuál es el nivel de síndrome de Burnout de la dimensión realización personal en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020?

2.4. Justificación e Importancia**2.4.1. Justificación**

Las ventajas con que cuenta esta investigación es que el problema a investigar y los resultados a obtenerse son de interés para todo el sector educativo, docentes, administrativos y estudiantes, tomando en cuenta que es necesario brindarle la importancia debida a la salud mental del docente lo cual reflejará su mejor desenvolvimiento y sumados a todos estos factores, contribuirán a lograr estándares de calidad educativa.

Por otro lado este proyecto de investigación también pretende establecer las bases para futuras investigaciones en este tema.

2.4.2. Importancia

Desde la perspectiva científica, esta investigación se realizará porque posibilita el incremento del conocimiento de la variable síndrome de Burnout en los docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020, dado que existe poca información de la variable en nuestra realidad, lo que hace más oportuno y necesario para contribuir a la explicación de esta realidad problemática.

Desde el punto de vista metodológico, este estudio brinda aportes a los lectores y a la comunidad científica una metodología adecuada, dado que se ha considerado un diseño de estudio oportuno para este tipo de variable en cuestión, asimismo, se ha considerado un tratamiento estadístico que asegura unos resultados rigurosos al final del estudio.

Desde el punto de vista social, intenta informar y brindar la ayuda necesaria a la población que actualmente está interesada en comprender

el tema del síndrome de Burnout en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020. Además esta investigación brindará la ayuda necesaria para describir y explicar a la población sobre la existencia de esta variable.

En términos prácticos, esta investigación pretende medir y exponer un problema poco estudiado que puede ser directamente aplicable a la población de docentes que presenten el Síndrome de Burnout.

2.5. Objetivo general

2.5.1. Objetivo general

Determinar el nivel de Síndrome de Burnout en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

2.6. Objetivos específicos

O.E.1:

Determinar el nivel de Síndrome de Burnout de la dimensión agotamiento emocional en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

O.E.2:

Determinar el nivel de Síndrome de Burnout de la dimensión despersonalización en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

O.E.3:

Determinar el nivel de Síndrome de Burnout de la dimensión realización personal en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

2.7. Alcances y limitaciones

2.7.1. Alcances

La investigación se dio con el propósito de conocer el nivel de Síndrome de Burnout en docentes la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

Está enfocado en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020; tanto con los docentes de nivel primario y nivel secundario, que enseñan en la ciudad de Ica.

2.7.2. Limitaciones

La investigación estuvo enmarcada en todos los docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020, donde comprende a los docentes de nivel primario y secundario.

La investigación sólo comprende a docentes en general; mas no, al personal administrativo, ni de mantenimiento.

La investigación no realiza el seguimiento a través del tiempo, es de tipo transversal.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Al revisar las fuentes físicas y virtuales se ha podido ubicar trabajos que guardan relación indirecta con cada una de nuestras variables, siendo estos valiosos aportes:

Internacionales

Gallardo (2017). Desarrolló la investigación titulada: ***Prevalencia del síndrome de Burnout y factores asociados en los médicos residentes del área de Neonatología de un Hospital de Quito.*** Universidad Internacional SEK, investigación para optar al grado de Magister en seguridad y salud ocupacional. El estudio corresponde a un nivel descriptivo y diseño descriptivo. La muestra de estudio estuvo conformada por los médicos residentes del área de Neonatología lo que dio un total de 49 individuos, la técnica de recolección de datos fue la encuesta y los instrumentos aplicados fueron el Maslach Burnout Inventory (MBI): El cuestionario validado por Maslach y Jackson en 1986 (FLICHTENTREI, 2009), fue traducido y al castellano y validado en Chile por Esparza y Cols en 1995 y Figueroa y cols en 1997. La universidad de Antioquia en Colombia validó el instrumento en el año 2005 (RESTREPO N, 2006) y cuestionario de datos generales de elaboración propia validado por Gallardo. Dentro de los resultados a todos los colaboradores que aceptaron voluntariamente su participación en el estudio se les aplicaron tanto el Cuestionario de Maslach como el de elaboración propia para la recolección de datos sociodemográficos y laborales, finalmente se encontró una prevalencia del síndrome de Burnout en el personal encuestado del 74%, correspondiente a 35 casos, quienes presentan niveles entre medio y extremo del mismo, lo que demuestra que existe un evidente problema debido al escaso control del riesgo psicosocial.

Romero (2016). Desarrolló la investigación titulada: ***Burnout laboral; un malestar progresivo en académicos universitarios.*** Universidad

Autónoma del Estado de México, investigación para optar al grado de Licenciado en Psicología. El estudio corresponde a un nivel descriptivo y diseño descriptivo. La muestra de estudio estuvo conformada por académicos universitarios lo que dio un total de 17 individuos, la técnica de recolección de datos fue la encuesta y el instrumento aplicado fue el cuestionario de Maslach Burnout Inventory (Maslach y Jackson, 1996). Dentro de los resultados se logró identificar que de las tres variables asignadas para la tipificación del Síndrome de Burnout en profesores de la Facultad de Ciencias de la Conducta, la categoría “Logro Personal” registro puntajes plausibles para análisis tras posicionar al 100% de la población en niveles altos de Burnout, seguido del 66% registrado en la variable “Despersonalización”, finalmente la salud ocupacional el estrés y el rendimiento laboral constituyen un conjunto integrado y una de las mayores preocupaciones en relación al bienestar de los trabajadores.

Castillo (2016). Desarrolló la investigación titulada: ***Nivel de Síndrome de Burnout (Desgaste Laboral) en el personal de enfermería del Hospital Regional de Huehuetenango “Dr. Jorge Vides Molina***. Universidad Rafael Landívar, investigación para optar al grado de Licenciada en Psicología Industrial/Organizacional. El estudio corresponde a un nivel descriptivo y diseño descriptivo. La muestra de estudio estuvo conformada por el personal de enfermería del Hospital Regional de Huehuetenango lo que dio un total de 50 individuos, la técnica de recolección de datos fue la encuesta y el instrumento aplicado fue el cuestionario de Maslach Burnout Inventory (Maslach y Jackson, 1996). Dentro de los resultados se determinó que a partir de los 40 años de edad, la muestra manifestó medios y altos niveles en las sub escala de cansancio emocional y despersonalización y medios en la sub escala de realización personal, finalmente se concluyó que a mayor edad, mayor predisposición a desarrollar Burnout.

Nacional

Gómez (2018). Desarrolló la investigación titulada: ***Síndrome de Burnout en licenciados en enfermería que laboran en la Micro Red Anta, Cusco – 2018***. Universidad Andina del Cusco, investigación para optar al grado de Licenciado en enfermería. El estudio corresponde a un nivel descriptivo y diseño descriptivo de corte transversal, prospectivo. La muestra de estudio estuvo conformada por Licenciados de enfermería que laboran en la Micro Red Anta lo que dio un total de 27 individuos, la técnica de recolección de datos fue la entrevista y el instrumento aplicado fue el cuestionario de Maslach Burnout Inventory (Maslach y Jackson, 1996). Dentro de los resultados obtenidos se pudo contrastar los mismos resultados arrojados en la prueba de confiabilidad que se realizó en años anteriores por otros autores no presentando cambios en estos datos obtenidos, finalmente se concluyó que el instrumento recolecto los datos que el autor necesitaba para su investigación, dando confiabilidad al instrumento en tiempo y desarrollo.

Ramírez (2016). Desarrolló la investigación titulada: ***Síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento al estrés, en enfermeros de la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital Nacional Dos de Mayo – 2016***. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, investigación para optar al grado de Especialista de Enfermería Intensivista. El estudio corresponde a un nivel cuantitativo, aplicativo y diseño descriptivo simple, así mismo trata de una investigación transversal. La muestra de estudio estuvo conformada por licenciados en enfermería del servicios de cuidados intensivos lo que dio un total de 23 individuos, la técnica de recolección de datos fue la encuesta y los instrumentos aplicados fue el cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI) y el cuestionario de Afrontamiento del estrés modificado (CAE), propuesto por Sandín, B y Chorot, P. en el año 2003. Dentro de los resultados obtenidos en cuanto a los aspectos generales de la población de estudio, se encontró que de 23 enfermeras (100.0%), 5 (21.7%) son de sexo masculino y 18 (78.3%)

son de sexo femenino. Respecto a la edad, 10 enfermeros (43.5%) tienen entre 25 a 35 años, 5 (21.7%) tienen entre 36 a 45 años, 7 (30.5 %) tienen entre 46 y 55 años y 1 (4.3%) tienen una edad mayor igual a 56 años. En cuanto al estado civil, de la población encuestada, destaca que 5 enfermeros (21.7%) son casados, 6 (26.0%) son convivientes y 12 (52.2%) son soltero(as). Respecto a la situación laboral en Cuidados intensivos: 10 enfermeros (43.5%) son nombrados y 13 enfermeros (56.5%) están modalidad de contrato CAS; y en cuanto si laboran en otra institución, 13 enfermeras (56.5%) lo afirman y 10 (43.5%) responden que no, finalmente el nivel de Síndrome de Burnout en los enfermeros de la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital Nacional Dos de Mayo, es en un 69% de nivel medio, con tendencia al alza, lo cual evidencia el riesgo de acentuar posibles síntomas físicos y emocionales propios del Burnout y con ello afectar su bienestar. Lo que permite acercarse a la hipótesis pero no comprobarla en su totalidad.

Pacheco (2016). Desarrolló la investigación titulada: ***Relación entre la percepción del clima laboral y el síndrome de Burnout en enfermeras y técnicas de enfermería de una clínica de Lima Metropolitana.*** Universidad Peruana Cayetano Heredia, investigación para optar al grado de Licenciado en Psicología. El estudio corresponde a un nivel descriptivo y diseño descriptivo correlacional. La muestra de estudio estuvo conformada por enfermeras y técnicas de enfermería de una clínica lo que dio un total de 118 individuos, la técnica de recolección de datos fue la encuesta y los instrumentos aplicados fueron la escala CL-SPC fue diseñada y elaborada por la psicóloga Sonia Palma Carrillo y el cuestionario de Maslach Burnout Inventory (Maslach y Jackson, 1996). Dentro de los resultados obtenidos se pudo contrastar los mismos resultados arrojados en la prueba de confiabilidad que se realizó en años anteriores por otros autores no presentando cambios en estos datos obtenidos, finalmente se concluyó que el instrumento recolecto los datos que el autor necesitaba para su investigación, dando confiabilidad al instrumento en tiempo y desarrollo.

Regional o Local

Sifuentes (2019). Desarrolló la investigación titulada: ***Síndrome de Burnout y clima social familiar en docentes de nivel inicial del distrito de Chincha Alta***. Revista de investigación Casus, investigación para la contribución social. El estudio corresponde a un nivel correlacional y diseño no experimental – transversal. La muestra de estudio estuvo conformada por docentes de 27 colegios estatales de Chincha Alta lo que dio un total de 141 individuos, la técnica de recolección de datos fue la encuesta y el instrumento aplicado fue el cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI) y la Escala de Clima Social Familiar (FES). Dentro de los resultados obtenidos la muestra presentó una media de edad de 45.4 años, se encontró que existe asociación entre la dimensión relación de la dimensión familiar y el agotamiento emocional ($p=0.04$), entre las dimensiones de desarrollo ($p=0.04$), estabilidad ($p=0.02$) y el estado civil ($p=0.05$) con la dimensión de baja realización personal y la dimensión de relación con el turno ($p=0.05$), finalmente los niveles de desgaste emocional se asocian con los niveles de interacción dentro de la familia. Es importante que los profesionales de Psicología implementen programas preventivos promocionales a fin de mejorar los niveles óptimos del desarrollo integral de las docentes.

Aparcana, De La Cruz, Dorregaray (2016). Desarrolló la investigación titulada: ***Síndrome de Burnout relacionado a las prácticas clínicas de los estudiantes de séptimo ciclo de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica – 2016***. Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica, investigación para optar al grado de Licenciada en enfermería. El estudio corresponde a un nivel diseño descriptivo, de corte transversal, correlacional. La muestra de estudio estuvo conformada por los estudiantes del séptimo ciclo de la facultad de enfermería lo que dio un total de 49 individuos, la técnica de recolección de datos fue la encuesta y el instrumento aplicado fue el Inventario de

Maslach. Burnout Inventory. Dentro de los resultados obtenidos se pudo contrastar los mismos resultados arrojados en la prueba de confiabilidad que se realizó en años anteriores por otros autores no presentando cambios en estos datos obtenidos, finalmente en cuanto a la relación entre el Síndrome de Burnout y las prácticas clínicas que realizan los alumnos del VII ciclo de la Facultad de Enfermería, si existe una relación significativa que va de alto a medio, lo que nos indica que luego de las prácticas clínicas, la sobrecarga de trabajos en las asignaturas correspondientes al séptimo ciclo, es un factor importante que desencadena el síndrome de Burnout.

Aslla, Lizarbe, Quispe (2016). Desarrolló la investigación titulada: ***Factores relacionados al Síndrome de Burnout en el personal de salud del Hospital regional de Ica, 2016***. Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica, investigación para optar al título de Médico Cirujano. El estudio corresponde a un nivel observacional, descriptivo y diseño transversal. La muestra de estudio estuvo conformada por trabajadores asistenciales de salud del Hospital regional de Ica lo que dio un total de 221 individuos, la técnica de recolección de datos fue la encuesta y los instrumentos aplicados fueron los datos Generales Sociodemográficos y Maslach Burnout Inventory. De los resultados obtenidos se encontraron 29 casos de Síndrome de Burnout (13,1%), siendo el 89,7% de éstos (26) mujeres y el 10,3%(3) varones. Un 19,8% de los trabajadores tuvieron puntuaciones altas en agotamiento emocional, un 26,6% en despersonalización afectiva y un 40,5% puntuaciones bajas en realización profesional. Tanto los factores grupo ocupacional y estado civil tuvieron un $p < 0.05$ y de ellos los médicos residentes y las enfermeras conforman el mayor porcentaje, finalmente la frecuencia de síndrome Burnout es considerablemente mayor que la casuística regional y nacional, así mismo los factores relacionados al síndrome de Burnout en el personal de salud del Hospital Regional de Ica durante el año 2016 fueron el grupo ocupacional y el estado civil.

3.2. Bases Teóricas

3.2.1. Definición de la variable Síndrome de Burnout

El Síndrome de Burnout también conocido por las siglas SQT (Síndrome de quemarse por el trabajo) o Síndrome de desgaste laboral, ha tenido varios estudios que aportan más sobre el conocimiento de este fenómeno que tiene lugar en el ámbito laboral y que de alguna manera representa la afectación en la calidad de vida del trabajador y en la organización en la que labora. A continuación se menciona algunas definiciones referentes a dicho síndrome:

Es la sensación de fracaso que surge en el proceso de deterioro personal y prestación laboral, como respuesta a sobrecargas de exigencias y recursos personales; ocurriendo con más frecuencia en profesiones que prestan servicio sociales, educativos y sanitarios. (Freudenberger, 1974). De modo que un trabajador que se encuentre sobreexpuesto a exigencias laborales y se tenga que sobre esforzar por cumplirlas, puede llegar a presentar cierta frustración, reflejada en sentimientos de fracaso y otras sintomatologías que afectan directamente la calidad de vida del trabajador, teniendo repercusiones en la organización.

El síndrome de Burnout consta de respuestas nocivas que se dan frente al estrés laboral crónico que ocurre con individuos que trabajan con personas, afectando tres áreas; cansancio emocional, despersonalización y realización personal, los cuales comprometen también al entorno laboral. (Maslach y Jackson.1981). Siendo esta definición la más aceptada, menciona que esta afectación se produce como respuesta a agentes estresores que se dan dentro del espacio laboral, durante un tiempo prolongado, afectando directamente tres áreas: cansancio emocional, despersonalización y realización personal, los cuales se miden en la prueba de "Maslach Burnout Inventory" (MBI) que posteriormente las mismas autoras crean en 1986, convirtiéndose en el instrumento más utilizado para su diagnóstico; siendo así el trato

constante con individuos uno de los factores que propician el surgimiento del síndrome, además de las respuestas disfuncionales que puede dar el trabajador ante la tensión laboral.

Por consiguiente, este síndrome se encuentra muy relacionado con el trabajo, en el cual el personal discrepa entre las actividades que realiza y los resultados que obtiene; siendo un detonante la relación conflictiva que puede surgir ante el trabajo directo con personas que requieren de su servicio, los cuales en su mayoría se presentan como clientes ofensivos o problemáticos. (Farber, 1983). Es en este tipo de relaciones donde la desmotivación emocional y cognitiva se hacen presente en el trabajador que empieza a presentar dicho síndrome, ante el cual como respuesta se da el distanciamiento laboral, falta de energía, desmotivación, cinismo, entre otras sintomatologías, comprendidas en actitudes de rechazo ante los usuarios, compañeros y su propio trabajo.

De acuerdo con estas definiciones, se puede mencionar que el Síndrome de Burnout, es el conjunto de sintomatologías y repercusiones psicofisiológicas que se originan como progreso y respuestas del estrés laboral crónico, lo cual se asocia con emociones, actitudes y conductas negativas para la persona que la padece, siendo perjudiciales además para la organización y la sociedad. Cabe mencionar que este síndrome se suscita por una causa externa y no como predisposición interna, pudiendo ocurrir en aquellos individuos que trabajan con personas y quienes son más dedicadas y comprometidas con su trabajo, pues son más propensos a lidiar con exigencias y demandas por parte de los usuarios y la jefatura laboral.

Es así que en el año 2000, fue declarado por la Organización Mundial de la Salud, como un factor de riesgo en el área laboral, pues afecta directamente en la salud física y mental de la persona que la padece, sin embargo su definición no se encuentra inscrita en el Cie -10, ni en la nueva versión del DSM - V.

A propósito, también se menciona que el Síndrome de Burnout además de tener mayor incidencia en personas cuyo trabajo implica el trato constante con otras personas, como lo son profesionales de la salud, docentes, policías y servicios sociales, también se puede presentar en profesionales altamente comprometidos con su trabajo. (Fernández, 2010). De acuerdo con este autor, las personas que se encuentran muy comprometidas con su trabajo muchas veces no tienen el descanso necesario para su salud, pues la obligación laboral sobrepasa las horas habituales, lo que limita el tiempo del trabajador para que pueda realizar otras actividades familiares y personales.

3.2.2. Dimensiones de la variable Síndrome de Burnout:

Basándonos en la delimitación conceptual de Maslach y Jackson (1981):

3.2.2.1. Agotamiento Emocional:

Es considerado como la pérdida de interés, energía e idealización para alcanzar las metas u objetivos a nivel profesional. Este desinterés, puede ser perjudicial no solo para la persona que padece dicho síndrome, sino también para la organización en la que labora y las personas de su entorno. Este agotamiento se da además de los pocos recursos emocionales que puede poseer el trabajador para enfrentarse a los retos que pueden surgir en el ambiente laboral, los cuales repercuten directamente en su salud.

A nivel psicológico, el individuo experimenta decaimiento emocional, es decir sentimientos de desesperanza, desamparo, rechazo y actitudes negativas hacia el trabajo, la vida y gente de su entorno. Así mismo se puede observar baja autoestima, ineficacia, sentimientos de inferioridad, incompetencias y disminución o pérdida de su creatividad; cuya manifestación da lugar a pensamientos, ideas y creencias irracionales como el no poder hacer nada por las personas a las cuales ofrece sus servicios.

A nivel físico, el individuo presenta pérdida de energía, desgaste y fatiga extrema, a causa de la experiencia de sobreesfuerzo en las actividades laborales que realiza, lo que conlleva a la impotencia de no poder realizar las demandas que implica su labor óptima como trabajador que ofrece un servicio.

3.2.2.2. Despersonalización:

Esta dimensión hace referencia al distanciamiento por parte del individuo que padece dicho síndrome, con su trabajo, compañeros y personas a las cuales ofrece su servicio. Mostrando así una actitud irritable distante y cínica, al descalificar a las personas de su entorno con etiquetas y tratos semejantes a la de un objeto. Es por ello que en esta dimensión se encuentran presentes aquellas actitudes insensibles y negativas hacia los demás trabajadores y personas que requieren de un servicio que acuden a algún establecimiento. Dicho en otras palabras, la despersonalización es la barrera que emplea el trabajador como mecanismo de defensa ante los usuarios que desean adquirir algún servicio adquiriendo conductas muchas veces deshumanizadas e insensibles, viendo a las demás personas como objetos.

La despersonalización, pone en evidencia la desvalorización, autosabotaje, autocrítica y desconsideración hacia su labor de trabajador y organización a la cual pertenece, lo cual es manifestada como cinismo. (M. Jiménez. 2001). Ante lo manifestado, la despersonalización puede iniciar con el autosabotaje personal, que conlleva a altos niveles de estrés e incomodidad personal, las cuales se evidencian en las relaciones interpersonales, lo cual se manifiesta con actitudes distantes, y la poca calidez al momento de tratar con los demás, pues la irritabilidad se encuentra presente, lo que hace que la persona se sienta frustrada y desvalorizada.

3.2.2.3. Realización Personal:

Se presenta como aquella pérdida o disminución de las expectativas profesionales, personales, competencias y logros conseguidos; teniendo así una percepción y autoevaluación negativa (Maslach y Leiter. 1997). Lo cual se refleja en las dificultades al momento de realizar sus actividades, cambiando su compromiso laboral lo cual conlleva a tener sentimientos de ineficacia y afectación en su desempeño laboral.

La idea de fracaso profesional, conlleva a que el individuo desarrolle actitudes negativas como respuesta ante el estrés laboral crónico que se encuentra padeciendo, y estas actitudes repercuten principalmente hacia las personas con las que trabaja. (Gil-Monte y Peiró, 1999). El sentimiento de negatividad hacia sí mismo es parte de esta dimensión, en la cual se encuentra presente la frustración por sentirse incapaz e incompetente y la pérdida de la motivación para trabajar, siendo estos sentimientos exteriorizados a tal punto de ser reflejados en el trato con las demás personas.

La autoevaluación negativa caracteriza esta dimensión por la desconfianza en sus propias habilidades de quien padece este síndrome. (Martínez. 2010). Ante la constante autodesconfianza y baja autovalorización, cabe la probabilidad que se desencadenen otras patologías como depresión y ansiedad, las cuales pueden complicar la salud psicofisiológica del individuo que se encuentre atravesando este síndrome que como tal afecta relativamente su autoestima.

Resulta lógico entonces, que la baja realización personal afecte psicológicamente al trabajador por la percepción subjetiva que tiene de sí mismo, y esto tal vez sea producto de no sentir la valoración respectiva de acuerdo a sus esfuerzos y el trabajo que ofrece.

3.3. Marco conceptual

- **Síndrome:** Es la agrupación de todos aquellos signos y síntomas de un cuadro clínico en específico, lo cual hace que se diferencie de otros.
- **Dimensión:** Es la forma de medición que se toma para medir el grado de intensidad de algún fenómeno en específico.
- **Estrés:** Es el estado de tensión permanente que experimenta una persona ante cualquier situación o pensamiento que perturbe su tranquilidad emocional.
- **Agotamiento emocional:** Es la pérdida de energía, cansancio o desgaste que siente una persona al momento de realizar cualquier actividad que antes realizaba con total normalidad.
- **Despersonalización:** Son todos aquellos cambios de conducta que aparecen en una persona cuyas respuesta hacia los demás se vuelve frívola y poco empática.
- **Realización personal:** Es el bienestar psicológico presente en aquellas personas que mantienen una autoestima elevada y que se encuentran satisfechas con las metas logradas y por lograr.
- **Síntomas psicósomáticos:** Son aquellas dolencias físicas que presenta una persona, las que a su vez tienen una estrecha relación con el psique de la persona.
- **Vulnerabilidad:** Estado de fragilidad, riesgo o delicadeza que posee alguna persona, objeto, animal o sistema al no contar con ciertas condiciones o recursos para su estabilidad o supervivencia.
- **Desempeño:** Es el esfuerzo y la dedicación que emplea una persona ante alguna actividad que realiza como parte de su interés.
- **Satisfacción:** Sensación de bienestar o placer que posee una persona al momento de realizar o concluir una actividad o necesidad.

IV. METODOLOGÍA

La presente investigación se enmarcó en un enfoque cuantitativo y que de acuerdo con Hernández, Fernández y Batista (2014), esta investigación tiene 2 características muy importantes como por ejemplo se vale de la medición numérica y de la estadística tanto descriptiva como inferencial, con la finalidad de establecer comportamientos y poner a prueba teorías.

4.1. Tipo y nivel de la investigación.

Según su finalidad es básica, que de acuerdo con Landeau (2007), este tipo de investigación es conocida también como pura o teórica, tiene como finalidad la generación de nuevos conocimientos sin un fin inmediato o específico, es decir crear nuevos conocimientos sin la necesidad de preocuparse de llevar a cabo una explicación práctica. Está orientada a conocer y buscar la resolución de problemas grandes y con una validez general.

Según su nivel de investigación, corresponde al nivel descriptivo el cual “Busca especificar propiedades y características importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p.92).

De acuerdo al control o no de la variable de estudio, es de tipo no experimental, el cual según Hernández, Fernández y Baptista (2010), refieren que la investigación no experimental es aquella que se lleva a cabo sin la necesidad de manipular intencionadamente las variables objeto de estudio.

4.2. Diseño de Investigación

El diseño de la investigación es descriptivo, por qué nos permite describir el Síndrome de Burnout en los docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020, y su diseño es descriptivo simple.

Los estudios descriptivos “únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren, esto es, su objetivo no es indicar cómo se relacionan éstas” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 92).

La fórmula del diseño de investigación elegido es la siguiente:

$$\boxed{M - O}$$

Donde:

M = Muestra de estudio, 45 docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

O = Observación de la variable de estudio: Síndrome de Burnout.

4.3. Población – Muestra

4.3.1. Población.

La población de estudio estuvo conformada por 45 docentes entre educación primaria y secundaria, pertenecientes a la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020.

Cargo	Población
Docentes de primaria	22
Docentes de secundaria	23
TOTAL	45

4.3.2. Muestra

Para el presente estudio de investigación la muestra estuvo conformada por 45 docentes entre educación primaria y secundaria, pertenecientes a la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020.

4.3.3. Muestreo

El muestreo fue de carácter censal, por lo que se incluyó al total de la población en la muestra de estudio, en tal sentido, se prescindirá de la aplicación de técnicas de muestreo.

4.4. Hipótesis general y específicas

4.4.1. Hipótesis general

La presente investigación no cuenta con hipótesis, por ser una investigación descriptiva simple.

4.4.2. Hipótesis Específicas

H.E.1:

No cuenta con hipótesis.

H.E.2:

No cuenta con hipótesis.

H.E.3:

No cuenta con hipótesis.

4.5. Identificación de variables

La variable utilizada en la presente investigación es: Síndrome de Burnout.

4.6. Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Síndrome de Burnout	Respuesta al estrés crónico formada por tres factores fundamentales: cansancio emocional, despersonalización y baja realización personal. (Malach & Jackson, 1981).	<p>Son sentimientos de fatiga física y emocional: Agotamiento, cansancio, desgaste, fatiga, soledad y frustración.</p> <p>Es el grado en que cada uno reconoce sus actitudes de frialdad y distanciamiento: Insensibilidad, Indiferencia, culpabilidad, incomprensión, dureza.</p> <p>Son los sentimientos de auto eficacia y realización personal en el trabajo: Rendimiento laboral, respuesta</p>	<p>D.1: Agotamiento emocional</p>	<p>1. Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado.</p> <p>2. Al final de la jornada me siento agotado.</p> <p>3. Me encuentro cansado cuando me levanto por las mañanas y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo.</p> <p>6. Trabajar con los alumnos todos los días es una tensión para mí.</p> <p>8. Me siento quemado por el trabajo.</p> <p>13. Me siento frustrado por mi trabajo.</p>	Ordinal

		hacia uno mismo, a los pacientes, clima laboral, actitud, satisfacción		<p>14 Siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro.</p> <p>16. Trabajar en contacto directo con los alumnos me produce bastante estrés.</p> <p>20. En el trabajo siento que estoy al límite de mis posibilidades.</p>	
			D.2: Despersonalización	<p>5. Creo que trato a algunos alumnos como si fueran objetos.</p> <p>10. Creo que tengo un comportamiento más insensible con la gente desde que hago este trabajo.</p> <p>11. Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente.</p> <p>15. Realmente no me importa lo que les ocurrirá a algunos de mis alumnos.</p>	

				22. Siento que los alumnos me culpan de algunos de sus problemas.	
			D.3: Realización personal	<p>4. Puedo entender con facilidad lo que piensan mis alumnos.</p> <p>7. Me enfrento muy bien con los problemas que me presentan mis alumnos.</p> <p>9. Siento que mediante mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de otros.</p> <p>12. Me encuentro con mucha vitalidad.</p> <p>17. Tengo facilidad para crear una atmósfera relajada en mis clases.</p> <p>18. Me encuentro animado después de trabajar junto con los alumnos.</p>	

				<p>19. He realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo.</p> <p>21. Siento que se trata de forma adecuada los problemas emocionales.</p>	
				-	

4.7. Recolección de datos

4.7.1. Técnica

La encuesta, de acuerdo con Carrasco (2009), la define como una técnica de investigación social por excelencia, esto es debido a su objetividad, versatilidad, sencillez y utilidad para la obtención de información.

La técnica de recolección de datos que se utilizará en el estudio de la investigación será la encuesta.

4.7.2. Instrumento.

Cuestionario para evaluar el Síndrome de Burnout. Este instrumento será evaluado utilizando un cuestionario de 22 items estructurados de acuerdo a las dimensiones establecidas: Agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

Siendo un instrumento estandarizado/adaptado, se anexa la ficha técnica del mismo:

Ficha técnica del instrumento.

Nombre del instrumento	del	La versión original es el Cuestionario de Maslach Burnout Inventory de Maslach y Jackson (1981, 1986), a partir de este material se han creado nuevas versiones, entre ellas el Maslach Burnout Inventory – Educators Survey (MBI – Ed), y su versión castellana para educadores Cuestionario de Burnout de Maslach para docentes (MBI – Ed).
Autor(a):		Gil Monte, P. y Peiró, J.M. (1997)
Objetivo del estudio:	del	Determinar el nivel de Síndrome de Burnout en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.
Procedencia:		Madrid – España.
Administración:		Individual y colectiva.
Duración:		No tiene limitado, sin embargo; el tiempo aproximando de es entre 10 y 15 minutos.
Muestra:		45 docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020.

Dimensiones:

Desgaste emocional (09 preguntas). Valora la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo. Puntuación máxima 54.

Despersonalización (05 preguntas). Valora el grado en que cada uno reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento. Puntuación máxima 30.

Realización personal (08 preguntas). Evalúa los sentimientos de autoeficacia y realización personal en el trabajo. Puntuación máxima 48.

Escala valorativa:

Nunca = 0

Pocas veces al año o menos = 1

Una vez al menos o menos = 2

Unas pocas veces al mes o menos = 3

Una vez a la semana = 4

Pocas veces a la semana = 5

Todos los días = 6

La sub-escala agotamiento emocional está conformada por los ítems 1,2,3,6,8,13,14,16,20, despersonalización 5,10,11,15,22, realización personal 4,7,9,12,17,18,19,21.

Se considera que las puntuaciones del MBI son bajas entre 1 y 33, media entre 34 y 66 y alta entre 67 y 99.

Tabla H: Valoración por subescalas del Cuestionario de Burnout Inventory (MBI –Ed).

Subescalas	Valoración	Criterios
Subescala Agotamiento emocional	≥ 27 Alto 19 – 26 Medio < 19 Bajo	Sumando puntuación de los ítems: 1,2,3,6,8,13,14,16,y 20
Subescala Despersonalización	≥ 10 Alto 6 – 9 Medio < 6 Bajo	Sumando puntuación de los ítems: 5,10, 11,15 y 22 del cuestionario
Subescala Realización personal	≥ 40 Alto 34 – 30 Medio	Sumando puntuación de los ítems: 4,7,9,12,17,18,19 y 21

	< 33 Bajo	
--	-----------	--

Fuente: Cuestionario de Burnout de Maslach (MBI – Ed) 1997

Validez y confiabilidad del instrumento.

El instrumento que se aplicará en la actual investigación se encuentra validado y confiabilizado, por tal motivo no necesita ser sometidos a estos procesos. El instrumento que se aplicará en el estudio fue elaborado por Gil Monte, P. y Peiró, J.M. (1997).

V. RESULTADOS

5.1. Presentación de Resultados

Tabla N° 01: Edad de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

Ciclo de vida	Edad	Frecuencia	Porcentaje
Adulto mayor	(60-70)	8	18%
Adulto	(27-59)	37	82%
Juventud	(18-26)	0	0%
Total		45	100%

Figura N° 01: Edad de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

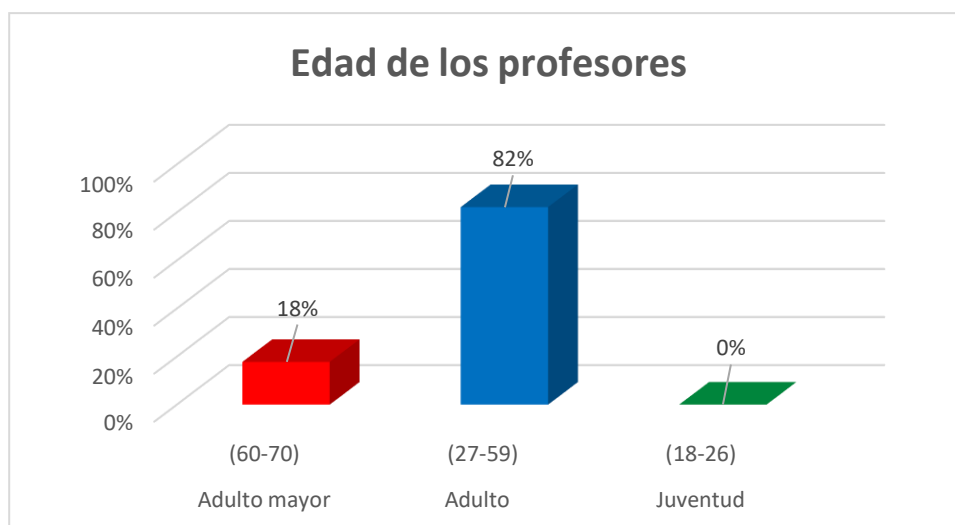


Tabla N° 02: Sexo de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	30	67%
Masculino	15	33%
Total	45	100%

Figura N° 02: Sexo de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.



Tabla N° 03: Tiempo de servicio de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

Tiempo de servicio	Frecuencia	Porcentaje
1 - 2 años	10	22%
3 - 9 años	6	13%
10 - a más años	29	64%
Total	45	100%

Figura N° 03: Tiempo de servicio de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

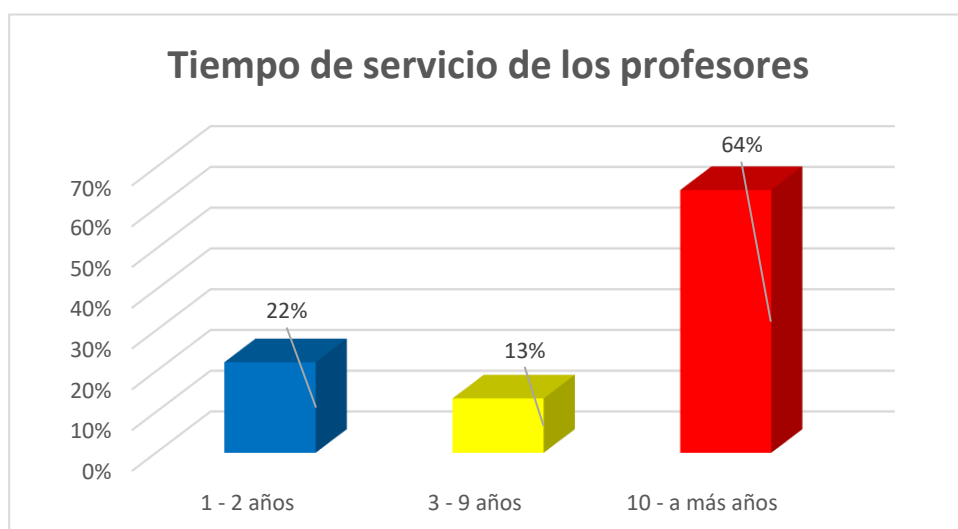


Tabla N° 04: Dimensión 01: Agotamiento emocional, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

Categoría	Rango	Frecuencia	Porcentaje
Alto	[27-54]	16	36%
Medio	[19-26]	12	27%
Bajo	[0-18]	17	38%
Total		45	100%

Figura N° 04: Dimensión 01: Agotamiento emocional, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

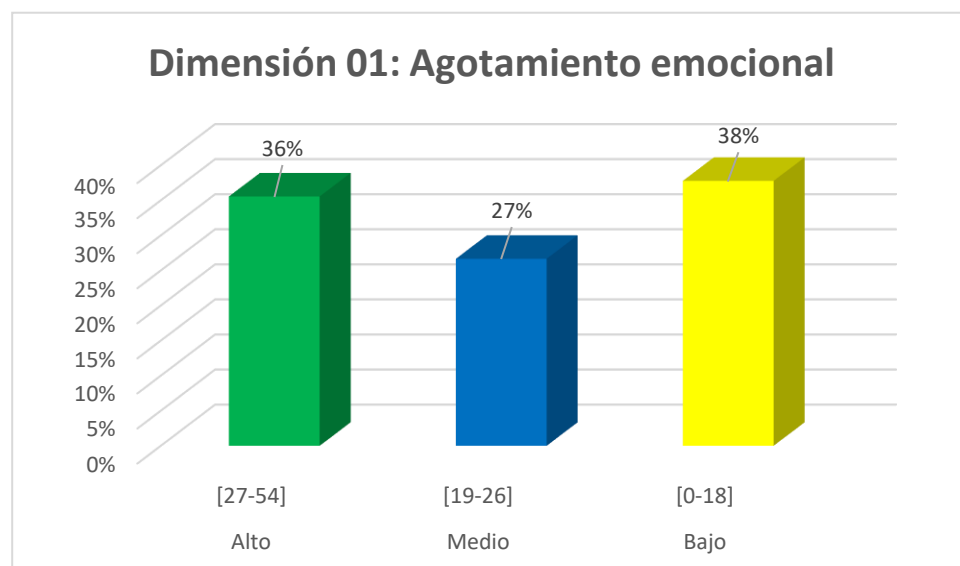


Tabla N° 05: Dimensión 02: Despersonalización, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

Categoría	Rango	Frecuencia	Porcentaje
Alto	[10-30]	4	9%
Medio	[6-9]	9	20%
Bajo	[0-5]	32	71%
Total		45	100%

Figura N° 05: Dimensión 02: Despersonalización, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

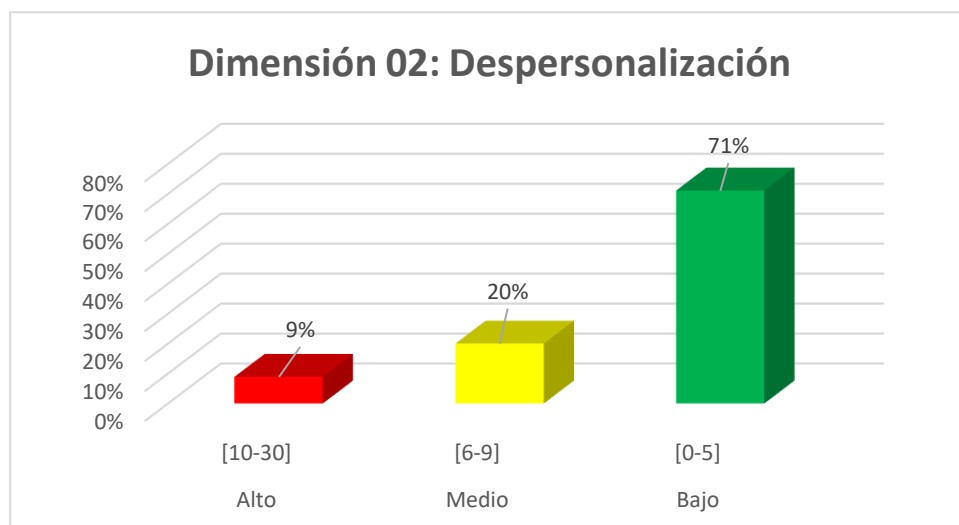


Tabla N° 06: Dimensión 03: Realización personal, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

Categoría	Rango	Frecuencia	Porcentaje
Alto	[40-56]	44	98%
Medio	[34-39]	0	0%
Bajo	[0-33]	1	2%
Total		45	100%

Figura N° 06: Dimensión 03: Realización personal, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

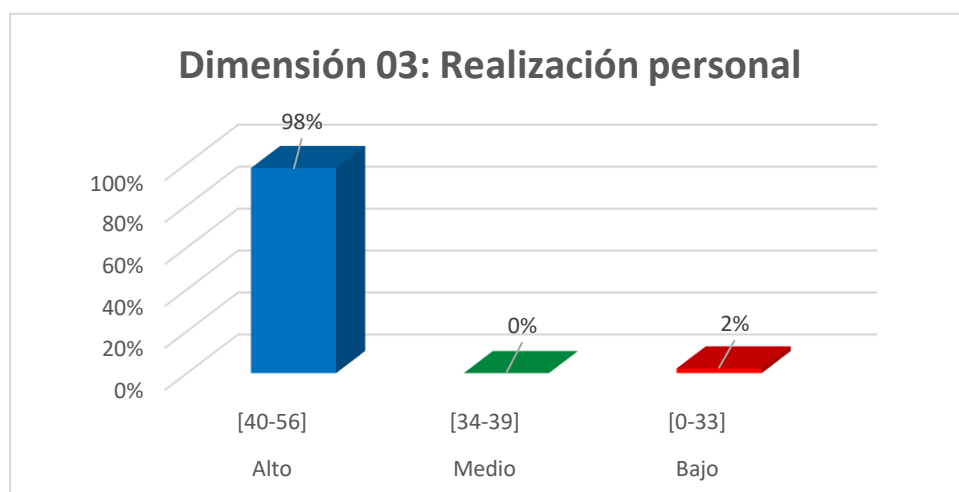
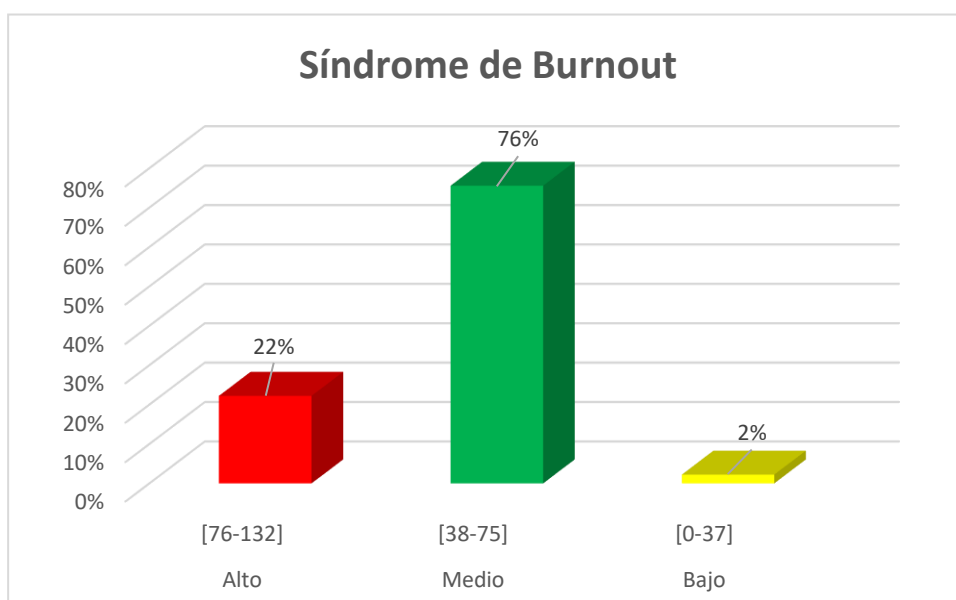


Tabla N° 07: Variable X: Síndrome de Burnout, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.

Categoría	Rango	Frecuencia	Porcentaje
Alto	[76-132]	10	22%
Medio	[38-75]	34	76%
Bajo	[0-37]	1	2%
Total		45	100%

Figura N° 07: Variable X: Síndrome de Burnout, de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica - 2020.



5.2. Interpretación de los Resultados

- De acuerdo a la edad de los docentes, cabe mencionar que el 82% de los docentes (37), son adultos cuyas edades transcurren entre 30 a 59 años; y 18% de los docentes (8), son adultos mayores cuyas edades transcurren entre 60 a 70 años.
- De acuerdo al sexo de los docentes, casi en su totalidad de los encuestados fueron del sexo femenino, los cuales participaron del estudio de forma premeditada y con mucha predisposición. Respecto a lo mencionado cabe recalcar que el 67% de la muestra fueron de sexo femenino y sólo el 33% del sexo masculino.
- De acuerdo al tiempo de servicio de los docentes, cabe mencionar que el 64% de los docentes (29), llevan laborando más de 10 años, así mismo el 22% de los docentes (10), llevan laborando entre 1 y 2 años, y el 13% de los docentes (6), llevan laborando entre 3 y 9 años. Cabe recalcar que el tiempo de servicio de los docentes transcurre en la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020.
- De acuerdo a la variable Síndrome de Burnout, el 76% de los docentes (34), presentan un nivel medio con dicho Síndrome, el 22% de los docentes (10), presentan un nivel alto y el 2% de los docentes (1), presente nivel bajo; esto se debe a que la mayoría de los docentes mencionan sentirse estresados por la sobrecarga laboral ante el cambio radical de la educación, en tiempos de pandemia – Covid19. Esto implica que los docentes se adapten a las plataformas virtuales para poder brindar una educación a distancia, complicándose así el trabajo que realizaban de forma presencial.

- De acuerdo a la dimensión agotamiento emocional, se tiene que el 36% de los docentes (16), presenta nivel alto; así mismo el 27% de los docentes (12), presentan nivel medio, y el 38% de los docentes (17), presentan nivel bajo, lo que significa que los docentes relativamente mencionan sentirse agotados por la jornada laboral que realizan, ya que no solamente dictan clases; si no que además mantienen reuniones extra curriculares como parte las coordinaciones con respecto a temas académicos y el seguimiento al alumnado.
- De acuerdo a la dimensión despersonalización, se tiene que el 9% de los docentes (4), presentan nivel alto; así mismo el 20% de los docentes (9), presentan nivel medio, y el 71% de los docentes (32), presentan nivel bajo. Lo que demuestra que la mayoría de los docentes no se muestran insensibles con las demás personas (Docentes, padres de familia, tutores y alumnado en general).
- De acuerdo a la dimensión realización personal, se tiene que el 98% de los docentes (44), presentaron niveles altos, y el 2% de los docentes (1) presenta nivel bajo. Esto nos indica que los docentes tienen altas expectativas en cuanto a su realización personal dentro de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020.

VI. ANALISIS DE LOS RESULTADOS

1.1. Análisis descriptivo de los Resultados

La discusión de resultados se realiza contrastando los hallazgos encontrados con el de los antecedentes y respaldándose en los aportes teóricos citados en el apartado de bases teóricas.

Siendo una investigación enmarcada en el segundo nivel de investigación y con un diseño descriptivo simple, no requirió la formulación de hipótesis, por lo cual no se llevó a cabo la contrastación de hipótesis de investigación.

1.2. Comparación de resultados con el marco teórico

Los hallazgos obtenidos en la investigación demuestran que el nivel de Síndrome de Burnout que presentan los docentes es medio, con el 76% de los profesores de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020, que conformaron la muestra de estudio, este resultado se corresponde con los reportados por Gallardo (2017), quien encontró una prevalencia del síndrome de Burnout en el personal encuestado en un 74%, correspondiente a 35 casos, quienes presentan niveles entre medio y extremo del mismo, lo que demuestra que existe un evidente problema debido al escaso control del riesgo psicosocial. Del mismo modo, estos resultados se asemejan a los obtenidos en la investigación realizada por Ramírez (2016), donde el nivel de Síndrome de Burnout en los enfermeros de la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital Nacional Dos de Mayo, es en un 69% de nivel medio, con tendencia al alza, lo cual evidencia el riesgo de acentuar posibles síntomas físicos y emocionales propios del Burnout y con ello afectar su bienestar.

Maslach y Jackson, 1986, realizaron un trabajo más intenso, manteniendo así el nombre propuesto por Freudenberger ya que

mostraba aceptación por parte de quienes lo padecían. Enfatizan además que este síndrome apunta a un origen externo, como lo es en las profesiones que trabajan con personas, y no a una predisposición psicopatológica personal. Este estudio hace mención de los síntomas, que padece una persona que sufre de Síndrome de Burnout, los cuales son: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, y son integradas como dimensiones en el instrumento que elaboraron; “Maslach Burnout Inventory” (MBI) empleados para evaluar las actitudes ante el trabajo y medir el nivel en que se presenta dicho síndrome en el personal de salud, asistentes sociales, etc.

En cuanto a los estudios que se anteponen a la investigación, se tienen el realizado por Aslla, Lizarbe y Quispe (2016) en el cual los resultados obtenidos se encontraron 29 casos de Síndrome de Burnout (13,1%), siendo el 89,7% de éstos (26) mujeres y el 10,3%(3) varones. Un 19,8% de los trabajadores tuvieron puntuaciones altas en agotamiento emocional, un 26,6% en despersonalización afectiva y un 40,5% puntuaciones bajas en realización profesional; estos resultados, a su vez, se asemejan a los obtenidos en el estudio realizado por Aparcana, De La Cruz y Dorregaray (2016), donde mencionan que si existe una relación significativa que va de alto a medio, lo que nos indica que luego de las prácticas clínicas, la sobrecarga de trabajos en las asignaturas correspondientes al séptimo ciclo, es un factor importante que desencadena el síndrome de Burnout.

Por otra parte, el Síndrome de Burnout se puede desarrollar relativamente en dos tiempos, en primer lugar, se puede manifestar en el proceso donde el trabajador se acomoda psicológicamente con su trabajo, el cual puede corresponder a los 2 primeros años de carrera profesional y se presenta también en trabajadores cuya experiencia laboral es aproximadamente mayor de 10 años. (Apiquian, 2007). En cuanto al tiempo de experiencia que pueda poseer el trabajador, es entendible que en los primeros 2 años puedan surgir ciertas

inseguridades como parte de adaptación al espacio laboral y a sus funciones, pues el trabajador aporta de sí mismo los recursos personales que posee y aquellos que irá adquiriendo en base a su formación y capacitación; por otro lado, aquellos trabajadores cuya experiencia laboral se aproximan a los 10 años o más, pueden verse exhaustos a la rutina laboral, dentro de la cual cabe la posibilidad de que surjan conflictos interpersonales dentro de la organización, de igual forma, influye los avances o cambios que se vayan dando dentro del centro laboral, los cuales implicarán que el trabajador se sobre esfuerce aún más para poder obtener óptimos resultados.

CONCLUSIONES

- Se puede determinar que en su gran mayoría la edad de los docentes está entre los 30 y 59 años.
- Se logró determinar que el nivel de Síndrome de Burnout en docentes la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020, muestran que el 22% (10) de los docentes presenta un nivel alto, el 76% (34) de los docentes presenta un nivel medio y el 2% (1) de los docentes presenta un nivel bajo de Síndrome de Burnout. Esto nos indica que el 98% de los docentes encuestados presentan un nivel entre medio y alto.
- Se logró determinar que el nivel de Síndrome de Burnout, en su dimensión agotamiento emocional en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020, muestran que el 36% (16) de los docentes presentan un nivel alto, el 27% (12) de los docentes presenta un nivel medio y el 38% (17) de los docentes presenta un nivel bajo de la dimensión agotamiento emocional. Esto nos indica que el 65% de los docentes encuestados presentan un nivel entre bajo y medio.
- Se logró determinar que el nivel de Síndrome de Burnout, en su dimensión despersonalización en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020, muestran que el 9% (4) de los docentes presentan un nivel alto, el 20% (9) de los docentes presenta un nivel medio y el 71% (32) de los docentes presenta un nivel bajo de la dimensión despersonalización. Esto nos indica que el 65% de los docentes encuestados presentan un nivel entre bajo y medio.
- Se logró determinar que el nivel de Síndrome de Burnout, en su dimensión realización personal en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020, muestran que el 98% (44) de los docentes presentan un nivel alto y el 2% (1) de los docentes presenta un nivel bajo de la dimensión realización personal. Esto nos indica que el 98% de los docentes encuestados presentan un nivel alto.

RECOMENDACIONES

1. Se sugiere la aplicación de estrategias para que se puedan dar los ajustes necesarios, lo cual se requiere de la participación de todo el personal académico, ya que el apoyo entre compañeros de trabajo será de suma importancia para el empleo de estrategias grupales; así como también la realización de estrategias individuales para los docentes que requieran una atención personalizada.

2. En el nivel individual:

- a. Es necesario emplear talleres que ayuden a modificar y/o desarrollar actitudes y habilidades que mejoren la capacidad de los docentes frente a las demandas de su trabajo.
- b. Se plantea la realización de charlas psicoeducativas para que el docente logre diferenciar y separar su vida y actividades personales con las de su trabajo.
- c. De la misma manera se plantean charlas y talleres que fomenten el autocontrol frente a la presión laboral, aprender a marcar límites, saber decir NO ante la sobrecarga laboral.
- d. Asimismo, se ayuda a que los docentes puedan tener estrategias para organizar su tiempo y puedan tener un trabajo más productivo.

3. En el nivel organizacional

- a. Se considera importante combatir las fuentes de estrés que va generando el trabajo, es por ello que se realizarán programas y talleres que resalten el trabajo grupal, de modo que todo el personal participe, cuyo objetivo será aumentar el nivel de compromiso con la institución y el trabajo en equipo para así superar cualquier dificultad que pueda aparecer.

- b.** Se propone realizar talleres que fomenten el adecuado reconocimiento por la labor que desempeñan.
- c.** Asimismo, charlas psicoeducativas que informen sobre las consecuencias de las auto-exigencias laborales, el estrés laboral, síndrome de Burnout, sus sintomatologías y estrategias de afrontamiento.
- d.** Estas estrategias apuntar a disminuir y evitar el estrés laboral y con ello la probabilidad de que se desarrolle el Síndrome de Burnout.
- e.** Se plantea realizar una reunión con el personal directivo para concientizar el tema de la sobrecarga laboral en los docentes y cuáles pueden ser sus posibles consecuencias.
- f.** Del mismo modo, es necesario que, en la charla psicoeducativa con el personal directivo, se pueda informar sobre el acompañamiento y apoyo a aquellos docentes que puedan estar atravesando un cuadro de estrés crónico y síndrome de Burnout.
- g.** Dentro del programa a realizar, se busca conocer las estrategias que suelen utilizar los docentes para así reconocer posibles estrategias que no están siendo favorables para ellos y asimismo proponer nuevas estrategias que puedan ayudar de forma favorable en el trabajo que realizan en el plantel educativo.
- h.** Se plantea realizar charlas psicoeducativas que ayuden a fomentar el nivel de realización personal de los docentes, y también acerca de los estilos de comunicación para que los docentes mantengan un trato asertivo no solo con sus demás colegas, sino también con el alumnado en general, cuyo objetivo busca prevenir y evitar la despersonalización como parte de la dimensión del Síndrome de Burnout.

Con todo lo mencionado, con las charlas que se llevarán a cabo se pretende en última instancia que el trabajador tenga una mejor calidad de vida en todas las áreas de su actividad, y que la Institución Educativa mantengan personas saludables y motivadas para la consecución de las metas y objetivos, así como el logro de la visión y misión, por lo que es necesario que

se fomente un ambiente con oportunidad de crecimiento y desarrollo para los docentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Gallardo (2017). *Prevalencia del síndrome de Burnout y factores asociados en los médicos residentes del área de Neonatología de un Hospital de Quito.* [Trabajo de investigación para optar al grado de Magister en seguridad y salud ocupacional. Universidad Internacional SEK]. Repositorio de la Universidad Internacional SEK.

<https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/2665/3/DOC%20TESIS%20SD.%20BURNOUT.pdf>

Romero (2016). *Burnout laboral; un malestar progresivo en académicos universitarios.* [Trabajo de investigación para optar al grado de Licenciado en Psicología. Universidad Autónoma del Estado de México]. Repositorio de la Universidad Autónoma de México.

<http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/67538/TESIS%20FINAL%20BURNOUT%20LABORAL%20REVISADA.pdf?sequence=3>

Castillo (2016). *Nivel de Síndrome de Burnout (Desgaste Laboral) en el personal de enfermería del Hospital Regional de Huehuetenango “Dr. Jorge Vides Molina.* [Trabajo de investigación para optar al grado de Licenciada en Psicología Industrial/Organizacional. Universidad Rafael Landívar]. Repositorio de la Universidad Rafael Landívar.

<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/43/Castillo-Silvia.pdf>

Gómez (2018). *Síndrome de Burnout en licenciados en enfermería que laboran en la Micro Red Anta, Cusco – 2018.* [Trabajo de investigación para optar al grado de Licenciado en enfermería. Universidad Andina del Cusco]. Repositorio de la Universidad de Cusco.

http://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/UAC/2947/1/Johan_Tesis_bachiller_2019.pdf

Ramírez (2016). Síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento al estrés, en enfermeros de la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital Nacional Dos de Mayo – 2016. [Trabajo de investigación para optar al grado de Especialista de Enfermería Intensivista. Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio de tesis digitales.

https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/5762/Ramirez_ar.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Pacheco (2016). Relación entre la percepción del clima laboral y el síndrome de Burnout en enfermeras y técnicas de enfermería de una clínica de Lima Metropolitana. [Trabajo de investigación para optar al grado de Licenciado en Psicología. Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.

<http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/574/Relaci%c3%b3n%20entre%20la%20percepci%c3%b3n%20del%20clima%20laboral%20y%20el%20s%c3%adndrome%20de%20Burnout%20en%20enfermeras%20y%20t%c3%a9cnicas%20de%20enfermer%c3%ada%20de%20una%20cl%c3%adnic a%20de%20Lima%20Metropolitana.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Sifuentes (2019). *Síndrome de Burnout y clima social familiar en docentes de nivel inicial del distrito de Chincha Alta*. [Trabajo de investigación para la contribución social. Revista de investigación Casus]. Repositorio de Artículos originales.

<http://oaji.net/articles/2019/7255-1570046736.pdf>

Aparcana, De La Cruz, Dorregaray (2016). *Síndrome de Burnout relacionado a las prácticas clínicas de los estudiantes de séptimo ciclo de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica – 2016*. [Trabajo de investigación para optar al grado de Licenciada en enfermería. Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica]. Repositorio de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica.

<http://repositorio.unica.edu.pe/bitstream/handle/UNICA/2893/9.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Aslla, Lizarbe, Quispe (2016). *Factores relacionados al Síndrome de Burnout en el personal de salud del Hospital regional de Ica, 2016*. [Trabajo de investigación para optar al título de Médico Cirujano. Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica]. Repositorio de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica.

<http://repositorio.unica.edu.pe/bitstream/handle/UNICA/2996/FACTORES%20RELACIONADOS%20AL%20SINDROME%20DE%20BURNOUT%20EN%20EL%20PERSON.PDF?sequence=1&isAllowed=y>

Márquez, Segovia (2018). Prevalencia del Síndrome de Burnout y factores asociados en docentes de la Facultad de Medicina de la Universidad Austral de Chile.[Trabajo de investigación para optar al grado de Licenciado en Enfermería. Universidad Austral de Chile]. Cybertesis de la Universidad Austral de Chile.

<http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2018/fmm285p/doc/fmm285p.pdf>

Torres (2017). Prevalencia y factores de riesgo del Síndrome de Burnout, en el personal que labora en el Hospital de Solca de la ciudad de Loja. [Trabajo de investigación para optar al grado de Médico General. Universidad nacional de Loja]. Repositorio de la Universidad Nacional de Loja.

<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/19654/1/TESIS-SOLCA-MARIA%20TORRES.pdf>

Ramírez (2018). Prevalencia de Burnout e identificación de grupos de riesgo en el personal de enfermería del Servicio Andaluz de Salud. [Trabajo de investigación para optar al grado de Doctor en Psicología. Universidad de Granada]. Repositorio de la Universidad de Granada.

<https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/55980/68026.pdf?sequence=4>

Olaya (2015). Síndrome de Burnout o síndrome de agotamiento profesional (SAP) en el trabajo de los docentes distritales de la localidad de Usme. [Trabajo de investigación para optar al grado de Maestrías en educación. Universidad Militar Nueva Granada]. Repositorio de la Universidad Militar Nueva Granada.

<https://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/handle/10654/6691/SINDROME%20DE%20BURNOUT%20O%20SINDROME%20DE%20AGOTAMIENTO%20PROFESIONAL%20EN%20DOCENTES%20DISTRITALES.pdf;jsessionid=159423E420697D2DCC8EDF6459A44199?sequence=1>

Rodríguez y Chávez (2018). Calidad de vida profesional y el Síndrome de Burnout en el personal de enfermería que labora, en la Clínica Privada Jesús del Norte, Lima 2018. [Trabajo de investigación para optar al grado de Licenciado en Enfermería. Universidad Norbert Wiener]. Repositorio de la Universidad Norbert Wiener.

<http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1870/TITULO%20-%20Rodriguez%20Sevillano%2C%20%20Leonor.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gutiérrez, Pando (2018). Síndrome de Burnout y desempeño laboral en docentes de una Institución Educativa de nivel secundario de la ciudad de Cajamarca – 2018. [Trabajo de investigación para optar al grado de Maestría en Gestión de la Educación. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio de la Universidad Antonio Guillermo Urrelo.

<http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/897/TESIS%20SINDROME%20DE%20BURNOUT%20Y%20DESEMPE%20LABORAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Albarracín, castro, Quevedo (2019). Síndrome de Burnout y su relación con la satisfacción laboral en docentes del área de inglés de pregrado en una Universidad Privada de Lima 2019-I. [Trabajo de investigación para optar al grado de Maestría en Docencia Universitaria y Gestión Educativa. Universidad Tecnológica del Perú]. Repositorio de la Universidad Tecnológica del Perú.

http://repositorio.utp.edu.pe/bitstream/UTP/2319/1/Carmen%20Albarracin_Elizabeth%20Castro_Janeth%20Quevedo_Trabajo%20de%20Investigacion_Maestria_2019.pdf

Cahuín, Salazar (2018). Prevalencia del Síndrome de Burnout en el personal de enfermería del Hospital de Pampas 2018. [Trabajo de investigación para optar al grado de Licenciado en Enfermería. Universidad Privado de Huancayo "Franklin Roosevelt"]. Repositorio de la Universidad Franklin Roosevelt.

<http://repositorio.uroosevelt.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/ROOSEVELT/144/TESES%20PREVALENCIA%20DEL%20SINDROME%20DE%20BURNOUT%20ENEL%20PERSONALDE%20ENFERMER%20C3%8DA%20DEL%20HOSPITAL%20DE%20PAMPAS%202018.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Torres (2018). Síndrome de Burnout y compromiso organizacional del personal en el Centro de Salud San Vicente, Cañete, 2018. [Trabajo de investigación para optar al grado de Maestro en Gerencia de Servicios de Salud. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión]. Repositorio de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

<http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/3525/ROSA%20MARIA%20FELICITA%20TORRES%20MENDOZA.pdf?sequence=1>

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. 5.ª ed. McGraw Hill.

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. 6ª ed. McGraw Hill.

https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf

Garcés de los Fayos (2010). El Síndrome de Burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. Universidad de Murcia. Servicio de publicaciones de la Universidad de Murcia.

https://www.um.es/analesps/v26/v26_1/20-26_1.pdf

Martínez (2010). El síndrome de Burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. [Revista de comunicación Vivat Academia]. Recuperado de Redalyc.

<https://www.redalyc.org/pdf/5257/525752962004.pdf>

Quiceño, Vinaccia (2007). Burnout: Síndrome de quemarse en el trabajo (SQT). [Acta colombiana de psicología 10 (2): 117-125]. Recuperado de Scielo.

<http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v10n2/v10n2a12.pdf>

Arias, Huamaní, Ceballos (2019). Síndrome de Burnout en profesores de escuela y universidad: un análisis psicométrico y comparativo en la ciudad de Arequipa. [Artículo de investigación de la Universidad Católica San Pablo]. Recuperado de Scielo.

<http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v7n3/a04v7n3.pdf>

Castillo (2000). El Síndrome de "Burn Out" o síndrome de agotamiento profesional. [XIV Jornadas de Medicina Legal, 4-6 de Agosto del 2000]. Recuperado de Scielo.

https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152001000100004

Valera (2020). Perspectiva clínica propuesta por Selye. Universidad de Barcelona. [Artículo de investigación]. Elementos básicos de la Universidad de Barcelona.

http://www.ub.edu/psicologia_ambiental/unidad-4-tema-8-2-1

Savio (2008). El Síndrome del Burn Out: Un proceso de estrés laboral crónico. [Artículo de investigación]. Recuperado de Ciencia Red.

http://www.cienciared.com.ar/ra/usr/3/590/hologramatica08_v1pp121_138.pdf

Marsollier (2013). La despersonalización y su incidencia en los procesos de desgaste laboral. Artículo de investigación. Revista Psicología.com.

https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/7382/14_psicologiacom_2013_17_7_1_.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Marrau. (2009). El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout), en el marco contextualizador del estrés laboral. [Artículo de investigación de Fundamentos en Humanidades]. Universidad Nacional de San Luis Argentina. Recuperado de Redalyc.

<https://www.redalyc.org/pdf/184/18411965010.pdf>

Fidalgo (2005). Síndrome de estar quemado por el trabajo o "burnout" (II): consecuencias, evaluación y prevención. [Artículo de investigación. Ministerio de Trabajo y Asunto Sociales – España]. Insst.es.

https://www.insst.es/documents/94886/327446/ntp_705.pdf/a6901ca1-e0a3-444d-96dd-419079da204d

Alcocer, Ardoy, Gonzales, Moreno, Peñacoba, Alonso y Del Barco (2003). Burnout en terapia ocupacional un análisis focalizado sobre el nivel de consecuencias individuales y organizacionales. [Artículo de investigación. Revista de psicología del trabajo y de las organizaciones]. Recuperado de Dialnet.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=749263>

Apiquian, (2007). El Síndrome de Burnout en las empresas. [Artículo de investigación de la Universidad de Anáhuac México Norte]. Recuperado de ucm.es

<https://www.ucm.es/data/cont/media/www/pag-30022/sindrome%20burnout.pdf>

Gil - Monte, Vioti y Converso (2007). Propiedades psicométricas del «Cuestionario para el Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo» (CESQT) en profesionales de la salud italianos: una perspectiva de género. [Artículo de investigación de Universidad de Valencia - España]. Recuperado de Scielo.

<http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v23n2/a01v23n2.pdf>

Escamilla, Rodríguez, Peiró y Tomás (2008). El cinismo: una estrategia de afrontamiento diferencial en función del género. [Artículo de investigación de Psicothema. Universidad de Oviedo – España]. Recuperado de Redalyc

<https://www.redalyc.org/pdf/727/72720414.pdf>

Maslach (2009). Comprendiendo el Burnout. [Artículo de investigación. Universidad de California Berkaley]. Recuperado de Vitoria Gasteiz.

<https://www.vitoria-gasteiz.org/wb021/http/contenidosEstaticos/adjuntos/es/16/40/51640.pdf>

Gil-Monte (1996). Un estudio sobre antecedentes significativos del síndrome de quemarse por el trabajo (Burnout) en trabajadores de centros ocupacionales para discapacitados psíquicos. [Artículo de investigación de la Universidad de Laguna- Tenerife]. Recuperado de Copmadrid.

<http://www.copmadrid.org/webcopm/publicaciones/trabajo/1996/vol1/arti4.htm>

Firth, McIntee, McKeown y Britton (1985). Administrar el Inventario de Burnout de Maslach a 200 enfermeras de (20 a 62 años). [Artículo de revista de la American Psychological Association (APA)]. Recuperado de Psycnet.

<https://psycnet.apa.org/record/1986-28950-001>

Moreno, Oliver y Aragonese (2000). El Burnout, una forma específica de estrés laboral. [Artículo de investigación de Bueda-Casal, G. y Caballo, V.E. Manual de Psicología Clínica Aplicada, pp, 271-284. Madrid]. Recuperado de Infogerontología.

https://www.infogerontologia.com/documents/burnout/articulos_uam/burnout_forma_estreslab.pdf

Guerrero y Rubio (2005). Estrategias de prevención e intervención del Burnout en el ámbito educativo. [Artículo de investigación de Salud Mental – Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz]. Recuperado de Redalyc.

<https://www.redalyc.org/pdf/582/58252804.pdf>

Schaufeli, Bakker y Van Rhenen (2009). Cómo los cambios en las demandas laborales y los recursos predicen el agotamiento, el compromiso laboral y el ausentismo por enfermedad. [Artículo de investigación de Organizational Behavior]. Recuperado de Onlinelibrary.

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/Job.595>

Ramírez, Guevara y Viramontes (2017). El fenómeno del estrés laboral y su manifestación más aguda: El Síndrome de Burnout. [Revista de investigación educativa de la Rediech]. Recuperado de Scielo.

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2448-85502017000100045&lng=pt&nrm=iso&tlng=es

Wolpin, Burke y Greenglass (1990). Modelo de fase de agotamiento psicológico de Golembiewski: algunos problemas. [Artículo de revista de la American Psychological Association (APA)]. Recuperado de Psycnet.

<https://psycnet.apa.org/record/1990-29481-001>

Ziemainz, Drescher, Schipfer y Stoll (2015). Un estudio exploratorio de posibles variables demográficas, variables de situación relacionadas con el deporte y variables sociales como predictores del agotamiento de los atletas y sus dimensiones centrales entre atletas alemanes de resistencia que no son de élite. [Artículo de investigación de la Advances in Physical Education]. Recuperado de Investigaciones científicas.

[https://www.scirp.org/\(S\(351jmbntvnsjt1aadkposzje\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1415513](https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkposzje))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1415513)

Vera (2013). José Manuel Esteve: Sus contribuciones al estudio de la profesión docente. [Artículo de investigación de la Revistas Uned]. Recuperado de Revistas Uned.

<http://revistas.uned.es/index.php/REEC/article/viewFile/9330/8890>

ANEXOS

Anexo 01: Matriz de consistencia

Título: SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, ICA – 2020

Responsables: Juan Jesús Aguado Espinoza y Paola Jackelynne Loayza Ramos

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>Problema general ¿Cuál es el nivel de síndrome de Burnout en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020?</p> <p>Problemas específicos P.E.1 ¿Cuál es el nivel de síndrome de Burnout de la dimensión agotamiento emocional en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020?</p> <p>P.E.2 ¿Cuál es el nivel de síndrome de Burnout de la dimensión despersonalización en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020?</p> <p>P.E.3 ¿Cuál es el nivel de síndrome de Burnout de la dimensión realización personal en docentes de la</p>	<p>Objetivo general Determinar el nivel de síndrome de Burnout en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020.</p> <p>Objetivos específicos: O.E.1 Determinar el nivel de síndrome de Burnout de la dimensión agotamiento emocional en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020.</p> <p>O.E.2 Determinar el nivel de síndrome de Burnout de la dimensión despersonalización en docentes de la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020.</p> <p>O.E.3 Determinar el nivel de síndrome de Burnout de la dimensión realización personal en docentes de la</p>		<p>Variable X: Síndrome de Burnout</p> <p>Dimensiones: - Agotamiento Emocional. - Despersonalización. - Realización personal.</p> <p>-</p>	<p>Enfoque: Cuantitativo Tipo de investigación: Básica Diseño de Investigación: Descriptivo Diseño: Descriptivo simple</p> <p>Población: La población de estudio estará conformada por 45 docentes entre educación primaria y secundaria, pertenecientes a la institución educativa del distrito de Parcona-Ica.</p> <p>Muestra: Para el presente estudio la muestra se determinó que estará conformada por 45 docentes entre educación primaria y secundaria, pertenecientes a la Institución Educativa “José María Arguedas” Parcona, Ica – 2020. Por ser una muestra censada.</p> <p>Técnica e instrumentos: Técnica: La encuesta Instrumentos: Cuestionario</p> <p>Métodos de análisis de datos</p>

Institución Educativa "José María Arguedas" Parcona, Ica – 2020?	Institución Educativa "José María Arguedas" Parcona, Ica – 2020			XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX.
--	---	--	--	-------------------------------

Anexo 2: Instrumentos de recolección de datos

CUESTIONARIO BURNOUT

Señale el número que crea oportuno sobre la frecuencia con que siente los enunciados:

0= NUNCA.

1= POCAS VECES AL AÑO.

2= UNA VEZ AL MES O MENOS.

3= UNAS POCAS VECES AL MES.

4= UNA VEZ A LA SEMANA.

5= UNAS POCAS VECES A LA SEMANA.

6= TODOS LOS DÍAS.

1	Me siento emocionalmente agotado/a por mi trabajo.	
2	Me siento cansado al final de la jornada de trabajo.	
3	Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado.	
4	Tengo facilidad para comprender como se sienten mis alumnos/as.	
5	Creo que estoy tratando a algunos alumnos/as como si fueran objetos impersonales.	
6	Siento que trabajar todo el día con alumnos/as supone un gran esfuerzo y me cansa.	
7	Creo que trato con mucha eficacia los problemas de mis alumnos/as.	
8	Siento que mi trabajo me está desgastando. Me siento quemado por mi trabajo.	
9	Creo que con mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de mis alumnos/as.	
10	Me he vuelto más insensible con la gente desde que ejerzo la profesión docente.	
11	Pienso que este trabajo me está endureciendo emocionalmente.	
12	Me siento con mucha energía en mi trabajo.	
13	Me siento frustrado/a en mi trabajo.	
14	Creo que trabajo demasiado.	
15	No me preocupa realmente lo que les ocurra a algunos de mis alumnos/as.	
16	Trabajar directamente con alumnos/as me produce estrés.	
17	Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis alumnos/as.	
18	Me siento motivado después de trabajar en contacto con alumnos/as.	

19	Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo.	
20	Me siento acabado en mi trabajo, al límite de mis posibilidades.	
21	En mi trabajo trato los problemas emocionalmente con mucha calma.	
22	Creo que los alumnos/as me culpan de algunos de sus problemas.	

Este cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI - Ed) está constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo y hacia los alumnos y su función es medir el desgaste profesional. Este test pretende medir la frecuencia y la intensidad con la que se sufre el Síndrome Burnout.

Mide los 3 aspectos del síndrome de Burnout:

1. Subescala de agotamiento o cansancio emocional. Valora la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo. Consta de 9 preguntas (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20). Puntuación máxima 54.
2. Subescala de despersonalización. Valora el grado en que cada uno reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento. Está formada por 5 ítems (5, 10, 11, 15, 22.).
puntuación máxima 30.
3. Subescala de realización personal. Evalúa los sentimientos de autoeficiencia y realización personal en el trabajo. Se compone de 8 ítems (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21.). Puntuación máxima 48.

Rangos de medida de la escala

0 = Nunca.

1 = Pocas veces al año o menos.

2 = Una vez al mes o menos.

3 = Unas pocas veces al mes.

4 = Una vez a la semana.

5 = Unas pocas veces a la semana.

6 = Todos los días.

Cálculo de puntuación

Se suman las respuestas dadas a los ítems que se señalan:

Aspecto evaluado	Preguntas a evaluar	Valor total obtenido	Indicios de Síndrome de Burnout
Agotamiento emocional	1-2-3-6-8-13-14-16-20		Más de 26
Despersonalización	5-10-11-15-22		Más de 9
Realización personal	4-7-9-12-17-18-19-21		Menos de 34

Valoración de puntuaciones

Altas puntuaciones en las dos primeras subescalas y bajas en la tercera definen el Síndrome de Burnout. Hay que analizar de manera detallada los distintos aspectos para determinar el grado del Síndrome de Burnout, que puede ser más o menos severo dependiendo de si los indicios aparecen en uno, dos o tres ámbitos; y de la mayor o menor diferencia de los resultados con respecto a los valores de referencia que marcan los indicios del síndrome. Este análisis de aspectos e ítems puede orientar sobre los puntos fuertes y débiles de cada uno en su labor docente.

Valores de referencia

	Bajo	Medio	Alto
Agotamiento emocional	0 - 18	19 – 26	27 - 34
Despersonalización	0 – 5	6 – 9	10 - 30
Realización personal	0 – 33	34 – 39	40 - 56

Anexo 3: Constancia de aplicación



Gobierno Regional ICA
DIRECCION REGIONAL DE EDUCACIÓN DE ICA
UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL DE ICA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA "JOSÉ MARÍA ARGUEDAS"



"Año de la universalización de la salud"

CONSTANCIA DE APLICACIÓN

LA DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "JOSÉ MARÍA ARGUEDAS",
PARCONA – ICA, QUE SUSCRIBE.

HACE CONSTAR:

Que, el Sr: AGUADO ESPINOZA JUAN JESÚS, identificado con DNI N° 41674382 y la Srta.: LOAYZA RAMOS PAOLA JACKELYNNE, identificada con DNI N° 72671530, han aplicado su instrumento de recolección de datos del trabajo de investigación científica durante el 16 de octubre al 04 de noviembre, cuya tesis se titula: "SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, ICA – 2020", la misma que fue aplicada a los docentes de la Institución Educativa "José María Arguedas", Parcona – Ica, **demostrando puntualidad, eficiencia y responsabilidad.**

Se expide la presente constancia para los fines que los interesados estimen conveniente.

Ica, 02 de diciembre de 2020

Lic. Paola Vera de Melillo
DIRECTORA

Anexo 4: Base de datos

Síndrome de Burnout en Docentes de una Institución Educativa, Ica - 2020

INFORME DE ORIGINALIDAD

15% INDICE DE SIMILITUD	15% FUENTES DE INTERNET	4% PUBLICACIONES	10% TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
-----------------------------------	-----------------------------------	----------------------------	---------------------------------------

FUENTES PRIMARIAS

1	www.iesfranciscodelosrios.es Fuente de Internet	2%
2	repositorio.uncp.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	cybertesis.unmsm.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	sibumcedigital.umce.cl Fuente de Internet	1%
6	repositorio.unica.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	casus.ucss.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%

9	recursosbiblio.url.edu.gt Fuente de Internet	1%
10	creativecommons.org Fuente de Internet	1%
11	link.uautonoma.cl Fuente de Internet	1%
12	www.dspace.uce.edu.ec Fuente de Internet	1%
13	repositorio.uigv.edu.pe Fuente de Internet	1%

Excluir citas Apagado Excluir coincidencias < 1%
Excluir bibliografía Activo

SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, ICA - 2020

INFORME DE ORIGINALIDAD

17%

INDICE DE SIMILITUD

20%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

8%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	cybertesis.unmsm.edu.pe Fuente de Internet	4%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	2%
4	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	2%
5	repositorio.unica.edu.pe Fuente de Internet	2%
6	oaji.net Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru Trabajo del estudiante	1%
8	recursosbiblio.url.edu.gt Fuente de Internet	1%
9	creativecommons.org Fuente de Internet	1%
10	www.scribd.com Fuente de Internet	1%
11	repositorio.unheval.edu.pe Fuente de Internet	1%

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias

< 1%

Excluir bibliografía

Activo