

# Síndrome de Burnout

## en docentes de la facultad de ciencias médicas UNIANDES

*Burnout syndrome in teachers of the faculty of medical sciences UNIANDES*

 Mena Silva, Paola Andrea<sup>1</sup> [ua.paolamena@uniandes.edu.ec](mailto:ua.paolamena@uniandes.edu.ec)  Paucarima Mejía, Dayana Mishel<sup>1</sup> [oa.dayanampm59@uniandes.edu.ec](mailto:oa.dayanampm59@uniandes.edu.ec)

 Vaca Altamirano Gabriela Liseth<sup>1</sup> [ua.gabrielavaca@uniandes.edu.ec](mailto:ua.gabrielavaca@uniandes.edu.ec)

<sup>1</sup>Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Ecuador.

Conflictos de interés: los autores no tienen ningún conflicto de interés.

Correspondencia: Paola Mena. Dirección: Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Ecuador. Correo electrónico:

[ua.paolamena@uniandes.edu.ec](mailto:ua.paolamena@uniandes.edu.ec)

Received/Recibido: 10/28/2021 Accepted/Aceptado: 01/15/2022 Published/Publicado: 01/30/2022 DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.6399984>

### Resumen

**Introducción:** El Síndrome de Burnout (SB) es un problema psicosocial que se presenta cuando existe un agotamiento emocional a causa de exponerse a situaciones de estrés constante. Por ello el objetivo de este estudio fue determinar la frecuencia de Síndrome de Burnout y su relación con factores sociodemográficos en los docentes de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Regional Autónoma de los Andes "UNIANDES". **Metodología:** Se realizó un estudio transversal en 86 docentes seleccionados de manera intencional mediante una encuesta virtual se obtuvieron datos sociodemográficos y la escala o Inventario de Burnout de Maslach para determinar la presencia SB. **Resultados:** El 54,7% (n=47) fueron mujeres, el promedio general de edad fue 44,8±4,0 años. El 94,2% de los docentes evaluados presentaron tendencia a desarrollar SB, mientras que el 5,8% ya habían desarrollado el síndrome. Los principales factores asociados a la presencia de SB fueron el sexo (femenino: 8,5% vs masculino: 2,6%; P=0,03), tener problemas con compañeros o superiores (no: 2,8% vs si: 20%; P=0,01) y búsqueda de trabajo para cambiar el actual (no: 3,8% vs si: 28,6%; P<0,01). **Conclusiones:** De los docentes de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Regional Autónoma de los Andes "UNIANDES" solo 5,8% presentaron SB y 92,4% mostraron tendencia a desarrollarlo. Por ende, es indispensable proporcionar seguimiento psicológico frecuente a todo el personal docente, en relación a su satisfacción psíquica y emocional en el ámbito laboral.

**Palabras clave:** Burnout; Docentes; Estrés Laboral, Trabajo.

### Abstract

**Introduction:** Burnout Syndrome (BS) is a psychosocial problem that occurs when there is emotional exhaustion due to exposure to constant stressful situations. Therefore, the objective of this study was to determine the frequency of Burnout Syndrome and its relationship with sociodemographic factors in teachers of the Faculty of Medical Sciences of the Universidad Regional Autónoma de los Andes "UNIANDES". **Methodology:** A cross-sectional study was carried out in 86 intentionally selected teachers through a web survey, sociodemographic data and the Maslach Burnout Inventory were obtained to determine the presence of BS. **Results:** 54.7% (n=47) were women, the overall age was 44.8±4.0 years. 94.2% of the teachers evaluated showed a tendency to develop BS, while 5.8% had already developed the syndrome. The main factors associated with the presence of BS were sex (female: 8.5% vs. male: 2.6%; P=0.03), having problems with colleagues or superiors (no: 2.8% vs. yes: 20%; P=0.01) and job search to change the current one (no: 3.8% vs yes: 28.6%; P<0.01). **Conclusions:** Of the teachers of the Faculty of Medical Sciences of the Autonomous Regional University of the Andes "UNIANDES" only 5.8% presented BS and 92.4% showed a tendency to develop it. Therefore, it is essential to provide frequent psychological monitoring to all teaching staff, in relation to their psychic and emotional satisfaction in the workplace.

**Keywords:** Burnout; Teachers; Work Stress, Job.

## Introducción

Diversos estudios plantean que el agotamiento es un síndrome típico en el entorno laboral, un proceso que ocurre en respuesta al estrés laboral que se vuelve crónico, trayendo consigo consecuencias negativas a nivel individual y profesional, así como a nivel familiar y social<sup>1</sup>. Por otro lado, otros autores han sugerido que el Síndrome de Burnout (SB) es un fenómeno psicosocial que surge como respuesta a situaciones estresantes interpersonales y se lo ha definido como una enfermedad ocupacional crónica que se caracteriza porque combina dos dimensiones principales: agotamiento emocional (pérdida de energía y sensación de impotencia) y despersonalización (pérdida de motivación y retiro del trabajo)<sup>2</sup>.

En este sentido, el SB es una preocupación global ya que tiene el potencial de afectar negativamente la salud psicológica y física, así como la efectividad de la persona afectada y por ende de la organización o institución en la que realiza sus actividades<sup>3</sup>. Diferentes reportes han planteado que la exposición al estrés crónico es el primer factor clave en la aparición del SB; en segundo lugar, las estrategias de afrontamiento poco o nada eficientes que contribuyen al mantenimiento y agravamiento de los síntomas; el tercer factor es a nivel fisiopatológico ya que se ha comprobado que puede producir una desregulación del eje hipotalámico-pituitario-adrenocortical<sup>4</sup>.

Reyes et al.<sup>5</sup>, consideran la labor docente como una de las profesiones más nobles en las que existe un contacto social continuo con otras personas, por lo que los profesionales de la educación tienden a desarrollar con mayor facilidad el síndrome de desgaste emocional, lo que ocasiona consecuencias nocivas previsible en el proceso y calidad de la enseñanza. Por otro lado, Ndongo et al.<sup>6</sup>, mencionan que el SB afecta a docentes de todas las áreas de formación educativa y se caracteriza porque los profesionales presentan un estado de frialdad, alienación, cinismo y apatía, lo que evidentemente perjudica el clima y el entorno organizacional y social tanto dentro como fuera del aula, así como la calidad de la enseñanza e incrementa el ausentismo laboral.

Adicionalmente, en un estudio previo realizado por García et al.<sup>7</sup>, se alude que el SB no solo afecta la calidad de la enseñanza, sino que también produce un deterioro en la salud de los docentes, en todos sus aspectos, ya que, a pesar de no correr riesgos físicos o químicos, debido a su profesión, el entorno en el que laboran también supone un riesgo para su salud, especialmente su salud mental. Por ello, la identificación de este trastorno en los docentes tiene implicaciones significativas no solo para la satisfacción y motivación laboral, sino también para el comportamiento de los estudiantes y su aprendizaje<sup>7</sup>.

Por todo lo anteriormente expuesto, y ante la escasa evidencia en nuestra localidad existe una creciente necesidad de realizar estudios que permitan determinar la prevalencia de este síndrome y sus características epidemiológicas. Por ello el objetivo de este estudio fue determinar la frecuencia de Síndrome de Burnout y su relación con factores socio-

demográficos en los docentes de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Regional Autónoma de los Andes “UNIANDES”.

## Metodología

### *Diseño de estudio y selección de la muestra*

Se realizó un estudio descriptivo de cohorte transversal, en el cual fueron encuestados 86 docentes de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Regional Autónoma de los Andes “UNIANDES” durante el periodo de enero a julio de 2020. La selección de la muestra se realizó mediante un muestro intencional, ya que los docentes fueron convocados mediante un correo electrónico institucional con un enlace directo a la encuesta, en total participaron 90 sujetos pero 4 fueron excluidos por respuestas incompletas.

### *Evaluación de los sujetos*

La encuesta se socializó a través de la plataforma virtual Survey Monkey, inicialmente se incluyó un consentimiento informado digital para participar en el estudio, y luego se incluyeron preguntas relacionadas con factores sociodemográficos (edad, sexo, nacionalidad, grupo étnico), así como la encuesta Maslach o Inventario de Burnout de Maslach (*MBI, por sus siglas en inglés*) de Maslach y Jackson<sup>8</sup>, dividido en tres subescalas, dichas subescalas son: el agotamiento emocional con 9 ítems<sup>1,2,3,6,8,13,14,16,20</sup> y su puntuación máxima de 54, despersonalización con 5 ítems<sup>5,10,11,15,22</sup> puntuación máxima 30 y realización personal con 8 ítems<sup>4,7,9,12,17-19,21</sup> puntuación máxima 48. Los rangos de medida son: “nunca” =0, “pocas veces al año o menos” =1, “una vez al mes o menos” =2, “unas pocas veces al mes” =3, “una vez a la semana” =4, “unas pocas veces a la semana” =5, “todos los días” =6. En cada ítem se obtiene una puntuación estimada como baja, media o alta considerando las diversas puntuaciones de corte establecidas por los autores para determinar indicios de Burnout.

De acuerdo a estos valores, altas puntuaciones en las dos primeras categorías y valores bajos en el tercer aspecto, se considera como SB. Por esta razón, es necesario que se analicen detalladamente cada una de las categorías evaluadas, para lograr determinar el nivel en que se encuentra esta enfermedad en un docente, esto porque los valores que aparezcan en los diferentes aspectos pueden variar significativamente; y de la diferencia, que sea menor o mayor, de los resultados que se obtengan en comparación con los valores establecidos como referencia y que son los que indican si una persona muestra o no evidencia de Burnout con relación a los valores de referencia que marcan los indicios del síndrome.

### *Análisis estadístico*

La información recopilada fue ordenada y codificada en una hoja de cálculo de Excel 2017, posteriormente se empleó el programa SPSS 25 para proceder con el análisis estadístico, las variables cualitativas fueron expresadas como

frecuencias absolutas y relativas, mientras que las variables cuantitativas fueron expresadas como medias  $\pm$  desviación estándar, la asociación entre variables cualitativas se evaluó mediante la prueba Chi Cuadrado. Se consideraron resultados estadísticamente significativos cuando  $p < 0,05$ .

## Resultados

La tasa de respuesta fue aproximadamente 43%. Del total de docentes evaluados, 54,7% ( $n=47$ ) fueron mujeres, el promedio general de edad fue  $44,8 \pm 4,0$  años, el 73,3% ( $n=63$ ) eran ecuatorianos y 76,7% ( $n=66$ ) eran mestizos (Tabla 1).

Tabla 1. Características generales de la muestra

	n	%
<b>Sexo</b>		
Femenino	47	54,7
Masculino	39	45,3
<b>Nacionalidad</b>		
Ecuador	63	73,3
Cuba	21	24,4
Colombia	1	1,2
Costa Rica	1	1,2
<b>Grupo étnico</b>		
Blanco	18	20,9
Mestizo	66	76,7
Indígena	1	1,2
Afro-descendiente	1	1,2
Edad (media $\pm$ DE)	$44,8 \pm 4,0$	
<b>Total</b>	86	100

En la Tabla 2 se observa la frecuencia de SB y sus subescalas según el MBI, el 94,2% de los docentes evaluados presentaron tendencia a desarrollar SB, mientras que el 5,8% ya habían desarrollado el síndrome. En cuanto a las subescalas, para cansancio emocional el 54,7% de evaluados presentan un nivel bajo, mientras que el 24,4% tienen un nivel medio y 20,9% un nivel alto. Adicionalmente se presentan la frecuencia de despersonalización, encontrándose un nivel bajo en el 66,3% de los docentes evaluados, un nivel medio en el 24,4% y un nivel alto en el 9,3%. En cuanto al nivel de realización personal se encontró que el 75,6% presentan un nivel alto y los niveles medio y bajo fueron 11,6% y 12,8%, respectivamente.

Los principales factores asociados a la presencia de SB fueron el sexo (femenino: 8,5% vs masculino: 2,6%;  $P=0,03$ ), tener problemas con compañeros o superiores (no: 2,8% vs si: 20%;  $P=0,01$ ) y búsqueda de trabajo para cambiar el actual (no: 3,8% vs si: 28,6%;  $P < 0,01$ ) (Tabla 3).

Tabla 2. Frecuencia de síndrome de Burnout y sus subescalas

	n	%
<b>Nivel total de Burnout</b>		
Tendencia a Burnout	81	94,2
Diagnóstico de Burnout	5	5,8
<b>Nivel cansancio emocional</b>		
Bajo	47	54,7
Medio	21	24,4
Alto	18	20,9
<b>Nivel despersonalización</b>		
Bajo	57	66,3
Medio	21	24,4
Alto	8	9,3
<b>Nivel realización personal</b>		
Bajo	11	12,8
Medio	10	11,6
Alto	65	75,6
<b>Total</b>	86	100

Tabla 3. Factores sociodemográficos asociados a síndrome de Burnout.

	Diagnóstico de Síndrome de Burnout		Tendencia a Síndrome de Burnout		$\chi^2$ (p)
	n	%	n	%	
<b>Sexo</b>					0,03
Femenino	5	8,5	42	91,5	
Masculino	1	2,6	38	97,4	
<b>¿Tienes problemas con compañeros o superiores?</b>					0,01
No	2	2,8	69	97,2	
Si	3	20,0	12	80,0	
<b>¿Ha buscado otro trabajo para cambiar el actual?</b>					<0,01
No	3	3,8	76	96,2	
Si	2	28,6	5	71,4	
<b>Total</b>	5	5,8	81	94,2	

## Discusión

El SB es muy común en el entorno laboral y ocurre en respuesta al estrés que se vuelve crónico, ocasionando consecuencias negativas a nivel individual, profesional y familiar, a partir de esto valorar la presencia del mismo es de suma importancia. Dentro de las dimensiones o subescalas analizadas, agotamiento emocional es probablemente el componente más importante del SB ya que juega un papel fundamental en su aparición, nuestros hallazgos muestran que la mayoría de los docentes analizados tuvieron un nivel bajo de este factor, lo cual se relaciona directamente con una baja frecuencia de agotamiento emocional. Sin embargo, 20,9% de docentes mostraron un nivel alto, porcentaje similar al exhibido por Ibarra et al.<sup>9</sup>, en docentes de una Institución de Educación Superior de Manizales, Colombia; cuya concentración fue de un 27% de casos con alto grado de agotamiento emocional. Asimismo, difiere de la frecuencia obser-

vada por Ugalde & Moleastina en docentes de la Facultad de Ingeniería Industrial de la Universidad de Guayaquil, Ecuador donde se encontró un 6,8% de docentes con niveles altos de agotamiento emocional<sup>10</sup>.

En cuanto a la subescala de despersonalización, se obtuvo un resultado similar al anterior ya que gran parte de los docentes encuestados presentaron niveles bajos y solo el 24,4% tuvieron nivel moderado, porcentaje que guarda cierta similitud con el estudio en la escuela de Bioanálisis de la Universidad de Carabobo Sede Aragua, Venezuela, en el cual los docentes presentaron una frecuencia de 33% de nivel intermedio de despersonalización<sup>11</sup>.

En cuanto a la escala de realización personal se obtuvo una frecuencia de 75,6% de niveles altos, situación que resulta ser bastante positiva debido a que la mayoría de docentes podrían sentirse autoeficaces y a gusto en el trabajo, lo que sugiere ser un factor de protección ante el SB. Tal como lo plantea Molero et al.<sup>12</sup>, quienes mencionan que la autoeficacia y el manejo del estrés son un factor de protección ante el Burnout. Por su parte, Ugalde & Moleastina quienes mostraron una frecuencia de 77,3% con valoración baja para falta de realización personal, razón por la cual los docentes son vulnerables a sufrir SB al sentirse frustrados<sup>10</sup>, panorama que es completamente diferente a nuestro estudio.

Una vez analizados los resultados obtenidos y cada una de las subescalas anteriormente mencionadas se ha encontrado SB únicamente en 5,8 % y tendencia a desarrollarlo en 94,2% de los docentes analizados; a pesar de que el porcentaje es bajo, es fundamental valorar cada una de las variables que pueden ocasionar este síndrome.

Al relacionar el SB con diferentes factores socioeconómicos y laborales se encontró diferencias estadísticamente significativas con variables como la presencia de problemas con compañeros o superiores y búsqueda de trabajo para cambiar el actual, estas variables podrían enlazarse entre sí debido a que un inadecuado entorno laboral en determinado momento pudo haber llevado al deseo de buscar otro trabajo, como lo mencionan los estudios realizados por Mojsa et al.<sup>13</sup>, en los cuales evidencia que el SB se desarrolla cuando existió una interacción inadecuada entre los docentes y su entorno laboral y difiere con los datos encontrados por Bustamante et al.<sup>11</sup>, en donde las variables anteriormente mencionadas no presentan diferencias significativas.

Con respecto al sexo, la mayor frecuencia observada en las mujeres difiere de lo mostrado por Ptáček et al.<sup>14</sup> en cuyo estudio encontraron que los hombres tenían un mayor desgaste emocional y las mujeres mayores tasas de agotamiento físico. No obstante, reportes en otras regiones no muestran diferencias según sexo<sup>15</sup>. Otras variables como horarios laborales, tipo de materia impartida, y tiempo ejerciendo su profesión no mostraron diferencias estadísticamente significativas. Esto permitiría conocer los grupos de mayor riesgo de presentar SB y por ende plantear estrategias preventivas tempranas con los servicios de psicología institucionales.

## Conclusiones

De los docentes de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Regional Autónoma de los Andes "UNIANDES" solo 5,8% presentaron SB y 92,4% mostraron tendencia a desarrollarlo. Por ende, es indispensable proporcionar seguimiento psicológico frecuente a todo el personal docente, en relación a su satisfacción psíquica y emocional en el ámbito laboral. Asimismo, es fundamental realizar estudios y análisis periódicos que permitan valorar el posible incremento de esta patología, especialmente en ciertos grupos como las mujeres, en la cual una detección e intervención temprana evitará el desarrollo del mismo.

## Referencias

1. Bianchi R, Schonfeld I, Laurent E. Burnout does not help predict depression among French school teachers. *Scand J Work Environ Health*. 2015;41(6):565-8.
2. Morales L, Hidalgo L. Síndrome de Burnout. *Med. leg. Costa Rica*. 2015;32(1): 119-124.
3. Fernández J, Pérez J, Peralta M. Influencia de factores sociodemográficos, laborales y de estilo de vida sobre los niveles de burnout en personal sanitario de cuidados paliativos. *Anales Sis San Navarra*. 2017;40(3): 421-431.
4. Rivera Á, Segura P, Giler G. Síndrome de Burnout en docentes de instituciones de educación superior. *AVFT Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 2018;37(2):17-23.
5. Reyes F, Palomino C, Aponte N. Síndrome de desgaste profesional, índice de masa corporal y otros factores asociados con la labor de profesores de educación física de Ibagué, Colombia. *Biomédica*. 2019;39(1):537-546.
6. Ndongo M, Bika C, Moueleu P. Epidemiology of burnout syndrome in four occupational sectors in Cameroon-impact of the practice of physical activities and sport. *Public Health*. 2020;7(2):319-335.
7. García T, Vieiro P, Gómez M. Síndrome de burnout y alteraciones de la voz en un grupo de docentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. 2010;1(1):641-649.
8. Maslach C, Jackson SE, Leiter MP. *Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press; 1996.
9. Ibarra M, Erazo P, Gallego F. Síndrome de burnout en profesionales de una institución de educación superior de Manizales-Colombia. *Revista de Investigaciones UCM*. 2018; 32(1): 69-83.
10. Ugalde J, Moleastina C. Burnout en docentes de la Facultad de Ingeniería Industrial de la Universidad de Guayaquil-Ecuador. *Revista Espacios*. 2018;39(52): 26-31.
11. Bustamante E, Bustamante F, González G, Bustamante L. El burnout en la profesión docente: un estudio en la escuela de bioanálisis de la Universidad de Carabobo Sede Aragua, Venezuela. *Medicina y Seguridad del trabajo*. 2016; 62(243): 111-121.
12. Molero M, Pérez M, Atria L, Oropesa N, Gázquez J. Burnout, Perceived Efficacy, and Job Satisfaction: Perception of the Educational Context in High School Teachers. *Biomed Res Int*. 2019;2019:1021408.
13. Mojsa J, Golonka K, Marek T. Job burnout and engagement among teachers - Worklife areas and personality traits as predic-

tors of relationships with work. *Int J Occup Med Environ Health*. 2015;28(1):102-19.

14. Ptáček R, Vnukova M, Raboch J, Smetackova I, Sanders E, Svandova L, et al. Burnout Syndrome and Lifestyle Among Primary School Teachers: A Czech Representative Study. *Medicine Science Monitor*. 2019; 25(1): 4974-4981.
15. Vukojevič M, Antunović A, Petrov B. Difference in the prevalence of burnout syndrome in preclinical and clinical teaching doctors of Mostar school of medicine. *Lijec Vjesn*. 2015;137(5-6):150-5.