



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

ESCUELA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA

**Síndrome de Burnout en docentes de colegios público y privado durante la
pandemia Covid-19, Lima – Noviembre del 2021**

TESIS

Para optar el título profesional de Médico (a) Cirujano (a)

AUTOR(ES)

Marsano Ramirez, Pierina Belen (0000-0003-4023-957X)

ASESOR(ES)

MC. Arango Ochante, Pedro Mariano (0000-0002-3267-1904)

**Lima, Perú
[2023]**

Metadatos Complementarios

Datos de autor

AUTOR: Marsano Ramirez, Pierina Belen

DNI: 73311779

Datos de asesor

ASESOR: Arango Ochante, Pedro Mariano

DNI: 09807139

Datos del jurado

PRESIDENTE (Mg. Correa López, Lucy Elena, 42093082, 0000-0001-7892-4391)

MIEMBRO (MC. Castro Salazar, Bertha Teresa, 08601141, 0000-0001-9686-5997)

MIEMBRO (Mg. Quiñones Laveriano, Dante Manuel, 46174499, 0000-0002-1129-1427)

Datos de la investigación

Campo del conocimiento OCDE: 3.00.00

Código del Programa: 912016

DEDICATORIA

A mis padres, porque pese a las dificultades me dieron la oportunidad de cumplir con este objetivo. Fueron mi fortaleza en los malos momentos y estuvieron presentes las 24 horas del día, alentándome cuando no lo creía posible.

A mi madrina y Felipe, ambos fueron de gran ayuda en la elaboración del presente estudio.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por guiar mi vida hasta este momento.

Agradezco a mis docentes de la universidad Ricardo Palma, en especial a mi asesor el Dr. Pedro Arango y al Dr. Jhony De la Cruz, porque me dieron las herramientas necesarias para desenvolverme en este competitivo mundo.

Agradezco también a los directivos de las instituciones educativas donde se realizó el presente estudio, por su apertura y apoyo incondicional a la investigación.

Finalmente, a cada docente que de forma voluntaria brindó un momento de su tiempo para completar la encuesta.

Resumen

Introducción: El Síndrome de Burnout, es un síndrome psicológico crónico que afecta a las personas que trabajan en atender a otras personas, pudiendo expresarse mediante síntomas físicos, emocionales y conductuales.

Objetivo: Identificar los niveles del Síndrome de burnout en docentes de colegios públicos en relación a los colegios privados de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.

Métodos: Estudio transversal, analítico y observacional. Se encuestó mediante formularios de google a 83 docentes (40 de institución pública y 43 privada), a quienes se aplicó una ficha de recolección de datos, así como la escala de Maslach Burnout Inventory (MBI – Ed).

Resultados: De los 83 encuestados se evidencia que 21(48.84%) de docentes de educación privada y 14(35%) de educación pública tienen Síndrome de Burnout. Con respecto a las dimensiones, 11(27.5%) docentes de educación pública y 16(37.21%) de educación privada tienen desgaste emocional. 7(17.5%) docentes de educación pública y 2(4.65%) de educación privada padecen de despersonalización, 11(27.5%) docentes de educación pública y 8(18.6%) de educación privada carecen de realización personal. En el análisis bivariado se encontró asociación con 3 factores: tener una edad mayor de 45 años es la única que resulta como factor protector con un valor p significativo de 0.029, mientras

que tener más de 1 empleo y trabajar más de 6 horas se muestran como factores de riesgo con valores p de 0.008 y 0.002 respectivamente.

Conclusiones: El Síndrome de Burnout es más frecuente en los docentes que trabajan en instituciones educativas privadas. Tener más de 45 años actúa como factor protector, mientras que tener más de un empleo y trabajar más de 6 horas al día resultaron como factores de riesgo para desarrollar el Síndrome de Burnout en docentes de un colegio público y uno privado durante la pandemia covid-19, Lima-noviembre del 2021.

Palabras clave (Decs): Síndrome de Burnout; COVID-19: pandemia; docentes.

Abstract

Introduction: Burnout Syndrome is a chronic psychological syndrome that affects people who work to care for other people. Burnout Syndrome can express itself through physical, emotional and behavioral symptoms.

Objective: To identify the levels of burnout syndrome in public school teachers in relation to private schools in Lima during the COVID-19 pandemic November 2021.

Methods: Cross-sectional, analytical and observational study. 83 teachers were surveyed using google forms (40 from public and 43 from private institutions), to whom a data collection sheet was applied, as well as the Maslach Burnout Inventory scale (MBI – Ed).

Results: Of the 83 surveyed, 21 (48.84%) private education teachers and 14 (35%) public education teachers have Burnout síndrome. In terms of dimensions, 11 (27.5%) public education teachers and 16 (37.21%) private education teachers have emotional exhaustion. 7 (17.5%) public education teachers and 2 (4.65%) private education teachers suffer from depersonalization, 11 (27.5%) public education teachers and 8 (18.6%) private education lack personal fulfillment. Bivariate analysis found association with 3 factors: be over 45 years old is the only factor that is protective with a significant p value of 0.029, while having more than 1 job and work more than 6 hours are shown as risk factors with p values of 0.008 and 0.002 respectively.

Conclusion: Burnout syndrome is more common in teachers working in private educational institutions. Being over 45 acts as a protective factor, while having more than one job and working more than 6 hours a day resulted as risk factors to

develop Burnout syndrome in teachers of a public and a private school during the covid-19 pandemic, Lima-November of 2021.

Keywords: Burn out Syndrome; COVID-19; Pandemics; Faculty.

ÍNDICE

Introducción.....	12
Capítulo I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	13
1.1 Descripción de la realidad problemática: Planteamiento del problema.....	13
1.2 Formulación del problema	15
1.3 Línea de Investigación nacional y de la URP vinculada.....	15
1.4 Justificación de la investigación	15
1.5 Delimitación del problema	17
1.6 Objetivos de la investigación	17
1.6.1 Objetivo general:	17
1.6.2 Objetivos específicos:	17
Capítulo II: MARCO TEÓRICO	19
2.1 Antecedentes de la Investigación	19
2.1.1 Antecedentes Internacionales	19
2.1.2 Antecedentes Nacionales	21
2.2 Bases teóricas.....	23
2.2.1 Dimensiones del Síndrome de Burnout	25
2.2.2 Etapas del Síndrome de Burnout	27
2.2.3 Factores de riesgo	29
2.2.4 Síntomas del Síndrome de Burnout	31
2.2.5 Consecuencias.....	32
2.2.6 Tratamiento del Síndrome de Burnout	33
2.2.7 Medidas de prevención	33
2.2.8 Diagnósticos diferenciales	34
2.2.9 Síndrome de Burnout en docentes	35
2.3 Definición de conceptos operacionales	36
CAPITULO III: Hipótesis y variables.....	37
3.1 Hipótesis de investigación:	37
3.1.1 Hipótesis General:	37
3.1.2 Hipótesis Específicas:.....	37
3.2 Variables principales de investigación	38

Capítulo IV: METODOLOGÍA.....	39
4.1 Tipo y diseño de estudio.....	39
4.2 Población y muestra.....	39
4.2.1 Población.....	39
4.2.2 Criterios de inclusión.....	39
4.2.3 Criterios de exclusión.....	40
4.2.4 Tamaño muestral.....	40
4.2.5 Selección de muestra.....	40
4.3 Técnicas e instrumento de recolección de datos.....	42
4.4 Recolección de datos.....	44
4.5 Técnica de procesamiento y análisis de datos:.....	45
4.6 Aspectos éticos de la investigación.....	45
Capítulo V: RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	47
5.1 Resultados.....	47
5.2 Discusión de resultados.....	52
Capítulo VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	57
6.1 Conclusiones.....	57
6.2 Recomendaciones.....	58
BIBLIOGRAFÍA.....	59
ANEXOS.....	63
Anexo 01: Acta de aprobación de proyecto de tesis.....	64
Anexo 02: Carta de compromiso de asesor de tesis.....	65
Anexo 03: Carta de aprobación del proyecto de tesis, firmado por la secretaria académica.....	66
Anexo 04: Carta de aceptación de ejecución de la tesis por la Institución educativa Clemente Altahus Sachool.....	67
Anexo 06: Acta de aprobación del borrador de tesis.....	69
Anexo 07: Reporte de originalidad del Turnitin.....	70
Anexo 08: Certificado de asistencia al curso taller.....	71
Anexo 09: Matriz de Consistencia.....	72
Anexo 10: Operacionalización de variables.....	73
Anexo 11: Consentimiento informado.....	74
Anexo 12: Instrumento de recolección de datos.....	75

LISTA DE TABLAS

Tabla 1.	Características sociodemográficas y académicas de los docentes de instituciones educativas públicas y privadas	47
Tabla 2.	Presencia del Síndrome de Burnout y sus dimensiones	48
Tabla 3.	Análisis de los Factores asociados a Síndrome de Burnout en docentes	51

LISTA DE GRAFICOS

Gráfico 1.	Nivel de Burnout en docentes de instituciones educativas pública y privada	49
Gráfico 2.	Niveles de Síndrome de Burnout según sus dimensiones en docentes de instituciones educativas pública y privada	50

Introducción

El Síndrome de Burnout es considerado una enfermedad crónica relacionada a los trabajos donde hay trato constante con personas. Puede afectar a los trabajadores en 3 dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.^(1,2)

Se ha demostrado sin exactitud su asociación a diversos factores: personales, sociales, demográficos, organizacionales, motivacionales entre otros. ^(1,3)

Entre los grupos de empleados con riesgo de Burnout destacan los docentes. Ellos suelen presentar patologías relacionadas con el aparato circulatorio, aparato fonológico y trastornos de salud mental. Pudiendo explicarse estas últimas porque en nuestro país tenemos un estado despreocupado, bajos sueldos, poco reconocimiento, dificultades en el proceso de formación, capacitación y actualización, además de un avance tecnológico que los rebasa.^(1,4)

Aquellos con presencia del síndrome presenta síntomas como ausencias laborales, falta de compromiso, baja autoestima y deseo de irse de vacaciones. Siendo necesario estudiar el fenómeno para mejorar la calidad de vida de los empleados, motivar a los alumnos mejorando su proceso de aprendizaje y evitar consecuencias negativas para las instituciones por el deterioro de la relaciones interpersonales y la calidad profesional.^(1,5)

Capítulo I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Descripción de la realidad problemática: Planteamiento del problema

Con la llegada del COVID-19 las instituciones educativas de todo el mundo se vieron obligadas a implementar nuevos sistemas de teletrabajo para poder continuar con sus actividades. Las prolongadas jornadas de trabajo y el exceso de uso de plataformas tecnológicas, ha generado sobrecarga de trabajo en los docentes afectando su desempeño, su efectividad y competitividad.

Dentro del grupo de docentes debemos prestar mayor atención a aquellos que son mayores de 45 años. Ellos no están familiarizados con la tecnología y por ello su nivel de estrés puede llegar a grados más elevados. ⁽⁶⁾

El Síndrome de Burnout en docentes se estudia desde los años 90, tomando en cuenta las condiciones laborales, riesgos psicosociales para la salud, eficiencia de los docentes en su desempeño y observando los resultados obtenidos por los estudiantes.

En países vecinos como Ecuador, Vinuezza y Barrero han estudiado la presencia de este síndrome en docentes de un Instituto Tecnológico Agrónomo, informando que 24,14% de ellos lo presentan, mientras que el 72,41% se encuentran en riesgo. Por su parte Manzano, identificó que el riesgo de presentar síndrome de Burnout en el 70% de los docentes de colegios municipales de la ciudad de Quito, mientras que el 29,8% ya lo presentaba. ^(7,8)

Un estudio realizado en México muestra que el nivel de cansancio emocional llega hasta el 70,8% de los docentes, 66,7% no sienten que lograron sus objetivos profesionales y su nivel de despersonalización es moderado en el 87,5% y alto en el 12,5%.

En Chile, De la fuente menciona que, en su estudio a 4 colegios de la región metropolitana, el 38,4% de los docentes se encontraban en el nivel más alto del síndrome de Burnout. Resaltando la importancia de realizar estos estudios para informar a los directivos y equipos de gestión y que estos puedan tomar medidas correctivas que les ayuden a alcanzar el aprendizaje esperado en sus estudiantes.⁽⁹⁾

En nuestro país existen diversos estudios que nos muestran la relevancia que tomó el Síndrome de Burnout en el contexto de la pandemia. Por ejemplo, en una institución secundaria de Lima este el 82% de docentes presentan cansancio emocional moderado, 59.8% alto nivel de despersonalización y 57.9% ve afectada su realización personal. En colegios privados de Cajamarca se determinó que aquellos docentes con hijos tienen niveles más altos que aquellos que no, 41% nivel alto frente a un 9,1% de docentes sin hijos que presentan un nivel medio. Resultados similares se obtuvieron en colegios estatales de Puno en el año 2019 y Ucayali en el 2021, donde los niveles de agotamiento mental, despersonalización y realización personal, llegaron al 61,11%, 52,78% y 97,22% respectivamente.^(10,11)

Por lo antes mencionado se considera de relevancia social conocer el estado de salud mental de nuestros docentes, para mejorar sus condiciones laborales a través de nuevos modelos de gestión educativa que nos permitan disminuir el impacto del estrés laboral en la institución. El éxito de cualquier sistema educativo, depende en gran parte del desempeño de sus docentes.

1.2 Formulación del problema

¿Cuál es el nivel del Síndrome de Burnout en docentes de colegios públicos en relación a los colegios privados de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021?

1.3 Línea de Investigación nacional y de la URP vinculada

Las líneas de investigación del presente estudio de acuerdo a las prioridades de investigación del INS 2019 – 2023, corresponde a los problemas sanitarios de salud mental y ocupacional, correspondientes a las prioridades número 4 y 9. ⁽¹²⁾

Dentro de las líneas de investigación de la Universidad Ricardo Palma 2021- 2025, corresponde a la prioridad 10: Salud mental: Medicina. ⁽¹³⁾

1.4 Justificación de la investigación

Desde marzo del 2020, cuando la OMS declaró la infección por COVID-19 como una pandemia, el mundo experimentó diversos cambios que nos obligaron a adaptarnos a un nuevo estilo de vida.⁽¹⁴⁾

Como es sabido antes de la pandemia la gran mayoría de trabajos han trabajado solo la modalidad presencial, debido a la pandemia muchos de estos trabajos, sobre todo los relacionados a la docencia, han tenido que adecuarse a realizar sus actividades y labores de manera virtual. Conllevando esto a una sobrecarga en sus trabajos.⁽¹⁵⁾

Debido a esta situación, tuvieron que aprender sobre la marcha. No contaban con las herramientas necesarias, modificaron espacios en sus casas, emplearon muchas más horas de trabajo y cambiaron en gran medida su forma de enseñar.⁽¹⁵⁾

Los grandes cambios antes mencionados generaron en los docentes agotamiento emocional, despersonalización y un mínimo crecimiento personal, lo que se refleja en un aumento de problemas de salud, insatisfacción laboral, menor interés por los alumnos o maltrato, ausentismo, poco compromiso con su vocación y actitudes negativas hacia sus compañeros de trabajo. Si bien son varias las profesiones que asumieron el reto de trabajar de manera remota, los profesionales de la educación son considerados unos de los grupos más vulnerables para desarrollar el Síndrome de Burnout.⁽¹⁶⁾

En el Perú las clases iniciaron el 6 de abril de manera oficial mediante la ejecución de la estrategia “Aprendo en casa”, esta utiliza nuevos medios como el internet, radio y televisión para llegar a los estudiantes según las herramientas con las que cuenta la familia. Esta estrategia estuvo más dirigida a los colegios públicos que a los privados, quienes trabajaron utilizando solo internet. Además, debido a los cambios en la economía que vivieron muchas familias gran cantidad de estudiantes migraron de colegio particular a público, incrementando el número de

estudiantes en estos centros educativos y con ello la carga de los docentes de colegios públicos.

Por ello es importante estudiar la comparación de los niveles de Síndrome de Burnout en ambas poblaciones, para conocer si existen diferencias significativas entre ambos modelos educativos que nos permitan implementar estrategias preventivo promocionales para mejorar la salud mental de los docentes y con ello la calidad educativa del país.⁽¹⁷⁾

1.5 Delimitación del problema

El estudio se realizó en docentes de nivel primaria y secundaria de los Colegios Clemente Althaus School y Alcides Spelucin Vega durante el año 2021.

1.6 Objetivos de la investigación

1.6.1 Objetivo general:

Comparar los niveles del Síndrome de burnout en docentes de un colegio público en relación a un colegio privado de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.

1.6.2 Objetivos específicos:

- Determinar el nivel de agotamiento emocional que presentan los docentes de un colegio público en relación a un colegio privado de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.

- Determinar el nivel de despersonalización que presentan los docentes de un colegio público en relación a un colegio privado de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.
- Determinar el nivel de realización personal que presentan los docentes de un colegio público en relación a un colegio privado de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.
- Identificar los factores personales asociados al Síndrome de Burnout en de un colegio público en relación a un colegio privado de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.
- Identificar los factores organizacionales asociados al Síndrome de Burnout en docentes de un colegio público en relación a un colegio privado de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.

Capítulo II: MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la Investigación

2.1.1 Antecedentes Internacionales

- Bedoya E., Vega N., Severiche C., Meza M., estudiaron los factores asociados el Síndrome de Burnout en 150 docentes universitarios en el año 2017. Aplicando el cuestionario Maslach Burnout Inventory, determinaron que la realización personal se asociada al sexo femenino, el nivel de estudio alcanzado por el docente y sus años de servicio se asocian con el agotamiento emocional y esta dimensión varía según el área en que se desempeñan.⁽⁴⁾
- Solera E., Gutiérrez S., Palacios D., en su artículo publicado en 2017, comparó en Síndrome de Burnout en docentes 48 docentes de colegios públicos y concertados de Madrid. Sus resultados mostraron que los docentes de colegios concertados presentan mayor sintomatología ansiosa, mientras que los docentes de colegios públicos presentan más Síndrome de Burnout. Además se evidencia que docentes que se desempeñan en el nivel primaria tienen mayor riesgo.⁽³⁾
- Vinueza C., Barreno E., Flores C., estudiaron en el año 2020 el Síndrome de Burnout en docentes de un instituto Tecnológico Agronómico. El tipo de estudio fue descriptivo transversal aplicando el cuestionario de Maslach Burnout en 29 docentes. De ellos el

24,14% presentó el síndrome, 72,41% se encontraban en riesgo y 3,45% (1 docente) no lo presentó. En cuanto a las 3 dimensiones estudiadas, mencionan que la despersonalización mostró diferencias estadísticamente significativas en estado civil y campo profesional.⁽⁷⁾

- De la Fuente R., en su estudio sobre niveles de Burnout y sus dimensiones en docentes de la región metropolitana de Chile del año 2017, desarrolló un estudio cuantitativo en 112 docentes. Sus resultados al aplicar la encuesta del Maslach Burnout Inventory para profesores muestran un nivel más alto (50%) en los 2 primeros y en los 2 últimos niveles (38,4%). Adicional a ello encontró relación entre el agotamiento emocional y el género de los docentes.⁽⁹⁾
- Manzano I., estudió en el 2015 la prevalencia de Síndrome de Burnout en docentes, directivos y psicólogos de unidades educativas municipales y colegios de bachillerato regular. Su estudio incluyó 710 personas que laboran en centros educativos, en quienes se aplicó la encuesta de Maslach Burnout Inventory para analizar: las características sociodemográficas, las tres dimensiones de Burnout y análisis de correlación y asociación entre características laborales. La prevalencia encontrada de Burnout fue de 29%, el 70% está en riesgo y 0,1% no padece la enfermedad. En cuanto a las dimensiones 40% presentó agotamiento emocional, 25% despersonalización y 21% para la realización personal.⁽⁸⁾

2.1.2 Antecedentes Nacionales

- Fernández A., Calderón D., Merino S., Juárez G., en su estudio transversal realizado en el 2019, emplearon el Malslach Burnout Inventory – General Survey (MBI-GS) en 717 docentes escolares para analizar el efecto de las características sociodemográficas, nivel de enseñanza y tipo de institución educativa (pública y privada) con la presencia de Síndrome de Burnout. Encontrando relación entre el agotamiento emocional y el sexo femenino.⁽²⁾
- Poma M., estudió los factores sociodemográficos y laborales asociados al Síndrome de Burnout en 300 docentes de secundaria de instituciones educativas del Callao, en el año 2020. Encontró niveles de Burnout medio y alto, además de asociación de factores sociodemográficos (edad, estado civil, hijos) y laborales (antigüedad laboral, horas laborales, sueldo y número de alumnos) con las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización, mostrando diferencias en cada dimensión. ⁽¹⁾
- Rodríguez F., Sánchez T., en su estudio sobre Síndrome de Burnout y variables sociodemográficas realizado el año 2018 en 260 docentes de humanidades de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, encontraron niveles medios de afectación de las dimensiones del síndrome. Además de relación entre el sexo y turno de trabajo con el agotamiento emocional y la edad, estado civil,

especialidad, nivel de estudios alcanzado y años de experiencia con la realización personal.⁽⁵⁾

- Aguado J., Loayza P., en su estudio realizado en Ica, en el año 2020, recopiló datos sobre el síndrome de Burnout en la Institución educativa “José María Arguedas” Parcona. Observó que el 22% presenta un nivel alto de Síndrome de Burnout, 76% un nivel medio y 2% bajo.⁽¹⁸⁾
- Pineda W., Dávila J., Alva C., realizaron un estudio descriptivo del estrés laboral del docente de primaria en el trabajo remoto en 36 docentes de la Institución Educativa Libertadores de América de la Región Ucayali en el año 2021. Encontrando que el 61,11% de los docentes presentaban agotamiento mental, 52,7% despersonalización y el 97,22% ve afectada la dimensión de realización personal.⁽¹⁹⁾
- Salcedo H., Cardenas Y., Carita L., Ledesma M., en su estudio Síndrome de Burnout en docentes en un contexto de emergencia sanitaria del año 2020. Aplicaron un estudio cuantitativo, descriptivo, no experimental de corte transversal en 107 docentes de Lima seleccionados mediante muestreo probabilístico. Sus resultados mostraron una prevalencia media con 82,2%. Respecto al cansancio emocional se encontró en niveles altos en un 59,8%, despersonalización en nivel bajo con 53,3% y respecto a la realización personal un alto nivel que llega al 57,9%.⁽¹⁶⁾

- Villanueva A., Contreras K., en el año 2020 realizaron un estudio sobre el nivel de Burnout en docentes de primaria y secundaria teniendo en consideración si tenían hijos o no. Esta investigación descriptiva - no experimental incluyó a 55 docentes de colegios privados de Cajamarca. El 78,2% de ellos tenían hijos y su nivel de Burnout fue alto o medio en 41,8% y 36,4% respectivamente. Mientras que, en el grupo de docentes sin hijos, 9,1% presentó síndrome de Burnout medio y 12,7% bajo.⁽²⁰⁾
- Albarracin Y., en su estudio sobre Síndrome de Burnout en docentes del nivel inicial de instituciones estatales realizado en el 2019 en Puno, encontró la presencia del síndrome en 28 de los 62 maestros que participaron del estudio. Es decir, el síndrome de Burnout estaba presente en el 45% de su población. En cuanto a las dimensiones, describe que el 68% presenta agotamiento emocional, 58% un bajo nivel de despersonalización y 69% baja realización personal.⁽¹¹⁾

2.2 Bases teóricas

El Síndrome de Burnout, llamado también Síndrome de desgaste laboral, se define como un síndrome psicológico que afecta a la persona en tres dimensiones: despersonalización, agotamiento emocional y realización personal. Su traducción aproximada, obtenida del idioma anglosajón, es “estar quemado por el trabajo”.^(7,21,22)

La presencia de factores de riesgo individuales, sociales u organizacionales que generen estrés crónico tendrán como respuesta este síndrome. Mismo que se expresará en las personas mediante síntomas físicos, emocionales y conductuales.^(19,23)

En 1961 Graham Green empleó el termino en una publicación que relataba el caso de un arquitecto atormentado. Su malestar fue tanto que abandonó su profesión para retirarse a la selva africana.⁽²⁴⁾

Más tarde, el psiquiatra Herbert Freudenberger, empleó en el año 1974 el concepto de Burnout para hacer referencia al estado físico y mental de voluntarios que trabajaban de manera ardua en una clínica gratuita de toxicómanos en Nueva York. Pese a su esfuerzo, no recibían refuerzos positivos, por lo que presentaron conductas irritantes, agotamiento y sensación de fracaso.⁽²²⁾

Dos años después, en 1976, Cristina Maslach dio a conocer en el congreso anual de la asociación de psicología (APA) el termino Burnout de manera oficial. Explicando que las personas cuyo trabajo consiste en atender a otras personas resultaban quemados por el trabajo después de meses o años.⁽²⁴⁾

Finalmente en el año 1982, cuando el termino ya había sido aceptado por la comunidad científica como un síndrome tridimensional, se elabora el inventario de Burnout por Maslach.⁽²⁴⁾

2.2.1 Dimensiones del Síndrome de Burnout

2.2.1.1 Agotamiento Emocional

Se define como la falta de energía o fatiga que sienten las personas al agotar sus recursos emocionales que la ayudan a lidiar con la tensión del trabajo. Se puede reflejar como la sensación de falta de sueño o falta de energía en las mañanas para enfrentar nuevos proyectos.⁽²⁴⁾

Esta dimensión representa el síntoma primordial del síndrome. Un burnout activo se manifiesta con irritabilidad y hostilidad, mientras que uno pasivo muestra desinterés.⁽¹¹⁾

Las tres cualidades detectadas en esta dimensión, son:

- **Agotamiento:** Acto o efecto de desfallecer al presentar agotamiento físico o mental. Suele originarse por la sobre carga laboral.⁽²⁵⁾
- **Frustración:** Actitud del ser humano al no concretarse un anhelo o perspectiva, que desequilibra su estado emocional.⁽²⁶⁾
- **Estrés:** Respuesta psicósomática o trastorno psicológico en el individuo que intenta adaptarse a presiones internas y externas.⁽²⁷⁾

2.2.1.2 Despersonalización

Esta dimensión también llamada cinismo se caracteriza por el desarrollo de cualidades negativas hacia las personas a las que está destinado su servicio, hacia sus colegas y compañeros. Como consecuencia se generan conflictos interpersonales y aislamiento que se expresan en generalizaciones, etiquetas,

descalificaciones y actitudes rígidas o burocráticas para evitar el acercamiento aunque no sean útiles para solucionar los problemas.⁽²⁴⁾

Existe también una alteración del yo, donde la persona se ve a sí mismo como un extraño, con una impresión negativa y de vacío.⁽²⁸⁾

Las tres cualidades incluidas en esta dimensión son:

- Apatía: Pérdida de la motivación para superarse o ser superior a otros. La persona carece de voluntad o ánimo para completar las actividades designadas.⁽²⁹⁾
- Culpabilidad: Cargo de conciencia por sucesos ocasionados por uno mismo afectando a otra persona.⁽³⁰⁾
- Insensibilidad: incapacidad de responder emocionalmente frente a algún acontecimiento.⁽³¹⁾

2.2.1.3 Realización Personal

Esta dimensión está asociada a las dificultades en el desempeño de la persona, quien tiene la sensación de no lograr sus objetivos y se califica de manera negativa. Es una sensación subjetiva, consecuencia del agotamiento emocional y la despersonalización que termina con la disminución de la autoestima.⁽²⁴⁾

En esta dimensión se identifican dos cualidades:

- Empatía: es la capacidad de ponerse en el lugar de otra persona, identificando sus complicaciones. Esto nos brinda la capacidad de escucha, tolerancia y soporte emocional.^(28,32)
- Entusiasmo: emoción generada por algo que nos admire o cautive. Despierta un estímulo positivo que se expresa en dedicación del profesional.^(28,33)

2.2.2 Etapas del Síndrome de Burnout

Este síndrome no se instala de la noche a la mañana, es un proceso paulatino y continuo que contempla diferentes fases. No es igual para todas las personas, algunas logran vivir con él, otras con menor suerte llegan a la etapa final donde poco o nada se puede hacer para detener el proceso.⁽²⁴⁾

2.2.2.1 Fase de Entusiasmo

También llamada luna de miel. En esta etapa la persona asume un nuevo cargo con entusiasmo y expectativas muy altas. El individuo se involucra tanto en que de forma voluntaria alarga sus jornadas pensando que esto logrará satisfacer sus necesidades.

Se siente enamorado del trabajo, con mucha energía y buena actitud. Lo que hace el trabajo más sencillo.

2.2.2.2 Fase de estancamiento

Luego de la luna de miel, se da el despertar. Significa que la persona se da cuenta que sus expectativas no corresponden a la realidad que vive. Empezará a identificar defectos en su desempeño, poner peros en sus responsabilidades, juzgará a sus compañeros, sentirá fastidio al realizar sus funciones atendiendo a otras personas y pensará en las recompensas que puede obtener, aunque estas no sean lo que espera.

Es una fase más realista que la primera, pero no se puede normalizar. De no ser superada es muy probable que lleguen a quemarse por el trabajo.

2.2.2.3 Fase de frustración

La frustración, también conocida como tostamiento se caracteriza por la falta de entusiasmo y energía. Su trabajo le resulta un fastidio y aparecen síntomas como: alteración de patrones de sueño y alimentación. Existiendo el riesgo de adquirir conductas adictivas.

Cuando se empieza a afectar la productividad de modo visible para la persona y otros seres, tomará una actitud cínica con el resto del personal y las personas que atiende. Aquí se inician los conflictos laborales.

2.2.2.4 Fase de apatía

Es una respuesta defensiva en la que existe una tendencia a evitar las tareas que se consideran complicadas. Viéndose afectadas la vocación, valores y respeto al superior.

En esta etapa se presentarán o agravarán los síntomas físicos, conductuales y psicológicos entre los que podemos mencionar la fatiga, trastornos gastrointestinales, actitud defensiva o agresiva, irritabilidad, ansiedad o depresión.

2.2.2.5 Fase del quemado

La última fase del burnout es consecuencia de la frustración constante que la persona vive en su trabajo, habrá un colapso emocional y cognitivo marcado.

Los problemas de salud que aparecieron antes se van a agravar, pudiendo generar desde el abandono del empleo hasta neurosis, psicosis o ideas suicidas.

2.2.3 Factores de riesgo

Diversos estudios mencionan que la docencia es una de las carreras profesionales más estresantes. Podemos organizar los factores de riesgo causantes en tres grandes grupos que nos permitirán analizar y comprender mejor el síndrome.⁽¹⁹⁾

2.2.3.1 Individuales

Están directamente relacionadas con las características propias de los individuos. Entre ellas se encuentran el género, edad y sexo. En el caso particular de los

docentes tenemos que incluir otras como la carga familiar o personas que dependen de él o ella según lo muestra el estudio de Villanueva y Contreras.^(20,23)

Es importante mencionar que la edad de los docentes debido al contexto de la pandemia ha tomado mayor relevancia ya que aquellos que pasan los 45 años mostraron mayor dificultad para adaptarse a una modalidad de educación a distancia.⁽⁶⁾

2.2.3.2 Sociales

Estos factores no dependen del individuo, sino más bien de su entorno. Entre ellos se reconocen el estado civil, número de hijos y estado financiero.⁽²³⁾

En este punto es importante reconocer las relaciones interpersonales con familia y amigos, que en caso de ser positivas pueden ayudar a que el individuo se sienta querido y mitigar los efectos del estrés laboral

2.2.3.3 Organizacionales

Son características propias del trabajo entre las que se describen la antigüedad en el trabajo, relaciones con el equipo y competencias laborales.⁽²³⁾

Los cambios en la dinámica, la falta de tiempo para adecuarse, sobre carga laboral, ambiente físico y duración del turno de trabajo afectan negativamente a la persona. Son estos precisamente los factores que más destacan en los docentes en tiempos de pandemia.

2.2.4 Síntomas del Síndrome de Burnout

Los síntomas de burnout son aquellos que se presentan en personas diagnosticadas. Como sabemos estos estarán relacionados a sus 3 dimensiones y serán respuesta a estímulos estresores generados por su trabajo.^(6,8,34)

Algunos autores como Olivares mencionan la dificultad en reconocer síntomas propios de esta patología porque en las investigaciones se concluye que forman parte de él más de 100 síntomas que podemos clasificar en 5 grupos.⁽³⁵⁾

- Los afectos y las emociones: agotamiento emocional, irritabilidad, odio.
- Las actitudes: cinismo, despersonalización, apatía, hostilidad.
- Las cogniciones: baja ilusión por el trabajo, dificultad de concentración, baja realización personal en el trabajo.
- Las conductas: comportamiento suspicaz y paranoide, aislamiento, consumo de tranquilizantes, rigidez, quejas constantes, absentismo.
- El sistema fisiológico del individuo: cansancio, insomnio, úlcera de estómago, dolor de cabeza, fatiga, hipertensión.

Otros como Marrau prefieren clasificarlos también en 5 grupos, pero incluyendo el grupo de síntomas laborales, donde describen síntomas como: accionar hostil, conflictivos, ausentes, bajo rendimiento, rotación no deseada, accidentes y finalmente abandono.⁽³⁶⁾

Finalmente podemos hacer referencia a clasificaciones más sencillas como las empleadas por autores como Montero y Navarro en sus estudios. En ellas solo se dividen los síntomas en tres grupos.⁽²³⁾

- Psicosomáticos: fatiga física y emocional crónica, insomnio, úlceras gástricas, tensión muscular, ideas de suicidio.
- Conductuales: irritabilidad, despersonalización, ausentismo laboral, falta de concentración, baja autoestima, distanciamiento afectivo.
- Neurológicos: depresión crónica, cefaleas, ansiedad, vértigos, bajo estado físico, lumbalgias.

2.2.5 Consecuencias

Las consecuencias de este síndrome vienen a ser las acciones, repercusiones o alteraciones producidas en la persona que lo padece o la institución en la que este labora.⁽⁶⁾

- Personales: incluye toda la sintomatología física, emocional y conductual descrita para la patología. Como consecuencia se verá el desgaste en las relaciones interpersonales de la persona.
- Organizacionales: puede describirse situaciones negativas que afecten el ambiente laboral, disminución de la productividad y calidad de trabajo, absentismo y llegar incluso al abandono de cargo.

Por ello resulta necesario el apoyo de las instituciones a sus empleados, ya que el padecimiento de esta patología afectará de la calidad de los servicios que brindan.

2.2.6 Tratamiento del Síndrome de Burnout

Para tratar este síndrome, las medidas a implementar deben trabajar 2 aspectos. El primero buscará un cambio en el contexto ocupacional, mientras el segundo brindará recursos psicológicos a la persona afectada. Este segundo aspecto incluye el control del estrés, autocontrol y manejo de la conducta.⁽³⁷⁾

Entre las medidas que buscan evitar su evolución, se describen:

- Compartir tiempo con familia y amigos
- Incrementar tiempo para actividades no relacionadas al trabajo
- Planear actividades de recreación y esparcimiento
- Realizar actividad física cardiovascular
- No omitir los periodos vacacionales

También podría emplearse terapia farmacológica en casos severos, entre la que se menciona el uso de ansiolíticos y antidepresivos con mayor efectividad que los antipsicóticos, hipnóticos o combinaciones.⁽³⁷⁾

2.2.7 Medidas de prevención

Estas acciones que buscan tener un efecto positivo en la salud de los trabajadores se concentrarán en modificar el contexto ocupacional, tomando medidas que podemos agrupar en tres grupos.⁽³⁷⁾

- Institucionales: Se basa en fomentar una atmosfera positiva y estable. Se pueden ejecutar planes de prevención que mejoren el clima laboral, promueva incentivos y mejore la comunicación.⁽²³⁾
- Grupales: incentivar el apoyo entre compañeros y la retroalimentación hacia el personal.
- Individuales: Se basa en el autocontrol como herramienta para solucionar problemas de modo eficaz. Aquí se plantean objetivos de acuerdo a las capacidades de los empleados, teniendo en cuenta sus limitaciones y promoviendo el uso de su tiempo libre en actividades recreativas.⁽²³⁾

2.2.8 Diagnósticos diferenciales

Mediante un buen interrogatorio podemos diferenciar el Síndrome de Burnout de otros estados patológicos entre los que se pueden incluir:

- Estrés: la diferencia en el diagnóstico se debe a que en el burnout predominan aspectos negativos relacionados al ámbito laboral.⁽³⁷⁾
- Trastorno Depresivo: de manera independiente no tiene como causa dificultades en el trabajo y más bien se relaciona con situaciones familiares o sociales. Sin embargo, puede presentarse también como consecuencia del síndrome de Burnout en cuyo caso se relaciona con la dimensión de cansancio emocional.⁽³⁷⁾
- Síndrome de Fatiga Crónica: presenta síntomas neurológicos, endocrinos e inmunológicos con repercusión orgánica que puede llegar hasta la ansiedad.⁽³⁷⁾

2.2.9 Síndrome de Burnout en docentes

A diferencia de Europa, en Latinoamérica se consideró a los docentes como un grupo de riesgo hace pocos años. Teniéndose en cuenta que las consecuencias para este grupo de personas de reflejaran a nivel individual e institucional, al igual que en otros grupos estudiados.

Los docentes interactúan con estudiantes, padres, directivos y otros docentes, mientras deben cumplir con las políticas de la institución. Por ello, es necesario, que la salud ocupacional intervenga también en este grupo de trabajadores, previniendo patologías como esta mediante la mejora de condiciones en el puesto del trabajo de los docentes. Todo ello cumpliendo con las bases legales que regulan cada país.⁽²³⁾

En los docentes, el síndrome de Burnout se manifiesta como insatisfacción personal relacionada directamente con el refuerzo que realice o no su jefe superior inmediato. También intervienen factores como la edad del docente, los años de experiencia y datos sociodemográficos.

Por lo que se recomienda la vigilancia y detección de este síndrome en etapas tempranas. Así como la implementación de medidas preventivas que incluyen programas de esparcimiento, pausas activas y descanso.⁽²³⁾

2.3 Definición de conceptos operacionales

- Sexo: Es la condición biológica y física de los sujetos a estudio.
- Edad: tiempo que ha vivido una persona.
- Estado Civil: condición particular que caracteriza a una persona en lo que hace a sus vínculos personales con otro individuo.
- Carga Familiar: conjunto de necesidades de la familia, que incluyen desde la alimentación y educación de familiares de primer grado (ascendientes y descendientes) y cónyuges, hasta los gastos ordinarios del hogar, médicos, farmacéuticos, laborales o humanos que permitan unas condiciones de vida dignas a la familia.
- Tipo de institución educativa: comunidad de aprendizaje, considerada como la principal etapa de la gestión de sistemas educativos. Su fin se concentra en el aprendizaje y formación integral de los educandos.
- Nivel educativo: nivel de educación que cursa el o la estudiante.
- Horas laboradas: Horas dedicadas al dictado de clases durante el día.
- Síndrome de Burnout: Es un estado mental persistente de agotamiento que se relaciona con el trabajo y todo el entorno laboral. Sucede cuando tenemos la sensación de sobrecarga, desmotivación, incompetencia o un comportamiento.

CAPITULO III: Hipótesis y variables

3.1 Hipótesis de investigación:

3.1.1 Hipótesis General:

La presencia de Síndrome de Burnout es más significativa en docentes que trabajan en instituciones privadas en comparación con aquellos que trabajan en colegios públicos de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.

3.1.2 Hipótesis Específicas:

- Existe una asociación entre el nivel de agotamiento emocional y la presentación de Síndrome de Burnout en docentes de un colegio público en relación a un colegio privado de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.
- Existe una asociación entre el nivel de despersonalización que presentan los docentes de un colegio público en relación a un colegio privado de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.
- Existe una asociación entre el nivel de realización personal entre los docentes de un colegio público en relación a un colegio privado de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.

- Existen factores personales asociados al Síndrome de Burnout en docentes de un colegio público en relación a un colegio privado de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.
- Existen factores organizacionales asociados al Síndrome de Burnout en docentes de un colegio público en relación a un colegio privado de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.

3.2 Variables principales de investigación

- Factores individuales: sexo, edad, estado civil, carga familiar, número de empleos.
- Factores organizacionales: tipo de institución, nivel educativo, horas laboradas.
- Síndrome de burnout.

Capítulo IV: METODOLOGÍA

4.1 Tipo y diseño de estudio

Es observacional porque no hay intervención por parte del investigador y solo se limita a medir las variables que se definen en el estudio.

De tipo analítico porque compara dos grupos de docentes, uno perteneciente a un colegio público y otro de colegio privado.

Es de tipo transversal ya que las variables dependientes e independientes serán recolectadas simultáneamente.

4.2 Población y muestra

4.2.1 Población

Docentes del nivel primaria y secundaria de los colegios Clemente Althaus School y Alcides Spelucin Vega que se encuentran laborando durante el periodo de noviembre 2021.

4.2.2 Criterios de inclusión

- Docentes del nivel primaria y secundaria de los colegios Clemente Althaus School y Alcides Spelucin Vega que se encuentran laborando durante el periodo de noviembre 2021.

- Docentes del nivel primaria y secundaria de los colegios Clemente Althaus School y Alcides Spelucin Vega que acepten firmar el consentimiento informado.
- Docentes del nivel primaria y secundaria de los colegios Clemente Althaus School y Alcides Spelucin Vega que llenarán la ficha de recolección de datos e instrumento completos.

4.2.3 Criterios de exclusión

- Docentes del nivel inicial de colegio Clemente Althaus School y Alcides que se encuentran laborando durante el periodo de noviembre 2021.
- Docentes del nivel primaria y secundaria de los colegios Clemente Althaus School y Alcides Spelucin Vega que no acepten participar en el estudio.

4.2.4 Tamaño muestral

Se encuestó a toda la población que constó de 124 docentes, 62 de cada institución educativa. Obteniéndose respuesta de 83 docentes, 40 de la institución pública y 43 de la institución privada, quienes conformaron la muestra del estudio.

4.2.5 Selección de muestra

Se trabajó con toda la población, por lo que no se calculó un tamaño muestral. Sin embargo, se calculó la potencia estadística con un intervalo de confianza del 95%, según se evidencia en las siguientes imágenes.

Potencia estadística para variable Sexo

Potencia para los estudios transversales		
Intervalo de confianza (%) {dos lados}	95	Escriba un valor entre 0 y 100,
	Expuestos	No expuestos
Tamaño de la muestra	53	30
Prevalencia (O) Cobertura (%)	11.76	41.67

Información de entrada	
Intervalo de confianza de dos lados (%)	95
Cantidad de expuestos	53
Prevalencia/cobertura entre los expuestos (%)	11.76
Cantidad de no expuestos	30
Prevalencia/cobertura entre no expuestos (%)	41.67
Razón de Prevalencia/cobertura	0.28
Diferencia de prevalencia (%) ¹	-29.910000000000004
Potencia basada en:	
Aproximación normal	89.39%
Aproximación normal con corrección de continuidad	82.71%

Potencia estadística para variable Edad

Potencia para los estudios transversales		
Intervalo de confianza (%) {dos lados}	95	Escriba un valor entre 0 y 100,
	Expuestos	No expuestos
Tamaño de la muestra	46	37
Prevalencia (O) Cobertura (%)	29.16	0

Información de entrada	
Intervalo de confianza de dos lados (%)	95
Cantidad de expuestos	46
Prevalencia/cobertura entre los expuestos (%)	29.16
Cantidad de no expuestos	37
Prevalencia/cobertura entre no expuestos (%)	0
Razón de Prevalencia/cobertura	No definido
Diferencia de prevalencia (%) ¹	29.16
Potencia basada en:	
Aproximación normal	96.17%
Aproximación normal con corrección de continuidad	92.35%

Potencia estadística para variable Tipo de institución

Potencia para los estudios transversales		
Intervalo de confianza (%) {dos lados}	95	Escriba un valor entre 0 y 100,
	Expuestos	No expuestos
Tamaño de la muestra	40	43
Prevalencia (O) Cobertura (%)	55.6	22.9

Información de entrada	
Intervalo de confianza de dos lados (%)	95
Cantidad de expuestos	40
Prevalencia/cobertura entre los expuestos (%)	55.6
Cantidad de no expuestos	43
Prevalencia/cobertura entre no expuestos (%)	22.9
Razón de Prevalencia/cobertura	2.4
Diferencia de prevalencia (%) ¹	32.7
Potencia basada en:	
Aproximación normal	87.79%
Aproximación normal con corrección de continuidad	82%

Potencia estadística para variable Carga familiar

Potencia para los estudios transversales			Información de entrada	
Intervalo de confianza (%) {dos lados}	95	Escriba un valor entre 0 y 100.	Intervalo de confianza de dos lados (%)	95
	Expuestos	No expuestos	Cantidad de expuestos	4
Tamaño de la muestra	4	79	Prevalencia/cobertura entre los expuestos (%)	41.8
Prevalencia (O) Cobertura (%)	41.8	0	Cantidad de no expuestos	79
			Prevalencia/cobertura entre no expuestos (%)	0
			Razón de Prevalencia/cobertura	No definido
			Diferencia de prevalencia (%) ¹	41.8
			Potencia basada en:	
			Aproximación normal	100%
			Aproximación normal con corrección de continuidad	97.98%

4.3 Técnicas e instrumento de recolección de datos

Para la elaboración del presente trabajo, se aplicó el consentimiento informado y un cuestionario que consta de variables individuales (edad, sexo) y variables organizacionales (tipo de institución, horas laboradas); así como la escala de Maslach Burnout Inventory (MBI - Ed) que consta de 22 ítems que evalúan las 3 dimensiones que se presentan en el Síndrome de Burnout.

Los datos fueron recolectados en formulario de Google forms al cual solo tuvo acceso el investigador, luego fueron exportados al programa de Excel y procesados en Stata/SE 16.1.

FICHA TECNICA DEL INSTRUMENTO

Nombre del instrumento:	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:	
Procedencia:	Madrid – España.
Administración:	Individual y colectiva

Duración:	No tiene limitado, sin embargo; el tiempo aproximando de es entre 10 y 15 minutos./
Muestra:	
Dimensiones:	<p>Desgaste emocional (09 preguntas). Valora la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo. Puntuación máxima 54.</p> <p>Despersonalización (05 preguntas). Valora el grado en que cada uno reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento. Puntuación máxima 30.</p> <p>Realización personal (08 preguntas). Evalúa los sentimientos de autoeficacia y realización personal en el trabajo. Puntuación máxima 48.</p>
Escala valorativa:	<p>Nunca = 0</p> <p>Pocas veces al año o menos = 1</p> <p>Una vez al menos o menos = 2</p> <p>Unas pocas veces al mes o menos = 3</p> <p>Una vez a la semana = 4</p> <p>Pocas veces a la semana = 5</p> <p>Todos los días = 6</p>

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 _ 40 Medio <33 Bajo	Sumando puntuación de los ítems: 4,7,9,12,17,18,19 y 21

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).

4.4 Recolección de datos

Se solicitaron los permisos respectivos a los directores de las Instituciones educativas Alcides Spelucin Vega y Clemente Althaus School y al comité de ética de la Universidad Ricardo Palma. Una vez obtenidos los permisos antes mencionados, se enviaron las encuestas mediante formularios de Google forms a través de los coordinadores de dichos centros, quienes las compartieron mediante correo electrónico y grupos oficiales de Whatsapp para ser completadas de manera voluntaria. De los 124 docentes contactados, solo llenaron la encuesta 83.

4.5 Técnica de procesamiento y análisis de datos:

La base de datos se extrajo de lo recopilado en los Formularios de Google en formato de Microsoft Excel. Posteriormente, los datos fueron procesados en el paquete estadístico STATA/SE 16.1.

Para evaluar el Síndrome de Burnout, se utilizó un cuestionario de 22 items estructurados de acuerdo a las dimensiones establecidas: Agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

Se realizó un análisis descriptivo de variables categóricas (sexo, estado civil, carga familiar, nivel educativo en que se desempeña, número de empleos y horas laboradas) mediante frecuencias y porcentajes. Además de las variables numéricas (edad) mediante medidas de tendencia central y de dispersión de acuerdo a su normalidad empleándose la media y desviación estándar.

En el análisis inferencial se utilizó la regresión de Poisson con varianza robusta para vincular la razón cruda con un intervalo de confianza del 95%.

Finalmente, para el análisis multivariado se empleó la regresión de Poisson con varianzas robustas múltiple para hallar las razones de prevalencia ajustadas con sus intervalos de confianza al 95% y el nivel de significancia fue de 5%.

4.6 Aspectos éticos de la investigación

La presente investigación se realizó dentro del VIII Curso Taller para la Titulación por Tesis Modalidad Virtual, siendo aprobada por el Comité de Ética de la Universidad Ricardo Palma con oficio número 2179-2021-FMH-D, con las normas y recomendaciones establecidas para realizarlo oportunamente.

Además, se tomaron en cuenta los principios éticos del Informe de Belmont ⁽³⁸⁾

- Principio del respeto a las personas: todos los participantes ingresarán al estudio de forma voluntaria, luego de brindarles toda la información relacionada a este, protegiendo su autonomía, siendo tratados con respeto, tomando en cuenta la firma del consentimiento informado.
- Principio de Beneficencia: con el anonimato de los participantes se les concederá bienestar, respetando sus decisiones y protegiéndolos de posibles daños.
- Principio de Justicia: permanecerán reservados todos los datos obtenidos durante el transcurso de todo el trabajo de investigación, sin menospreciar la raza, sexo, nivel económico, nivel de educación, entre otros.

Capítulo V: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

5.1 Resultados

Tabla 1. Características sociodemográficas y académicas de los docentes de instituciones educativas públicas y privadas

	Institución Educativa Pública n (%)	Institución Educativa Privada n (%)	chi2
Sexo			
Femenino	28 (70.00)	25 (58.14)	1.26
Masculino	12 (30.00)	18 (41.86)	
Media de edad*	48.42 (4.93)	37.74 (6.74)	
Estado civil			
Soltero	12 (30.00)	19 (44.19)	3.83
Casado	19 (47.50)	20 (46.51)	
Conviviente	6 (15.00)	3 (6.98)	
Divorciado	2 (5.00)	1 (2.33)	
Viudo	1 (2.50)	0 (0.00)	
Carga familiar			
No	1 (2.50)	3 (6.98)	0.91
Si	39 (97.50)	40 (93.02)	
Nivel educativo			
Primaria	16 (40.00)	22 (51.16)	1.04
Secundaria	24 (60.00)	21 (48.84)	
Número de empleos			
Uno	32 (80.00)	33 (76.74)	0.13
Más de uno	8 (20.00)	10 (23.26)	
Horas laboradas			
4	3 (7.50)	3 (6.98)	5.13
5	12 (30.00)	8 (18.60)	
6	12 (30.00)	12 (27.91)	
7	6 (15.00)	8 (18.60)	
8	0 (0.00)	4 (9.30)	
11	4 (10.00)	4 (9.30)	
12	3 (7.50)	4 (9.30)	

*Media, desviación estándar.

La población encuestada fue mayoritariamente del sexo femenino, 70% en las instituciones públicas y 58% de las instituciones privadas. La media de edades muestra que los docentes que trabajan en instituciones públicas son mayores, con una diferencia de 10.68 años. Aunque cerca del 50% son casados, más del 90% tienen carga familiar y son responsables de sus familias. Solo 18 docentes (21.69%) tienen más de un trabajo, por lo que la cantidad de horas laboradas dictando clases más frecuente va de 5 a 7 horas por día (**Tabla 1**).

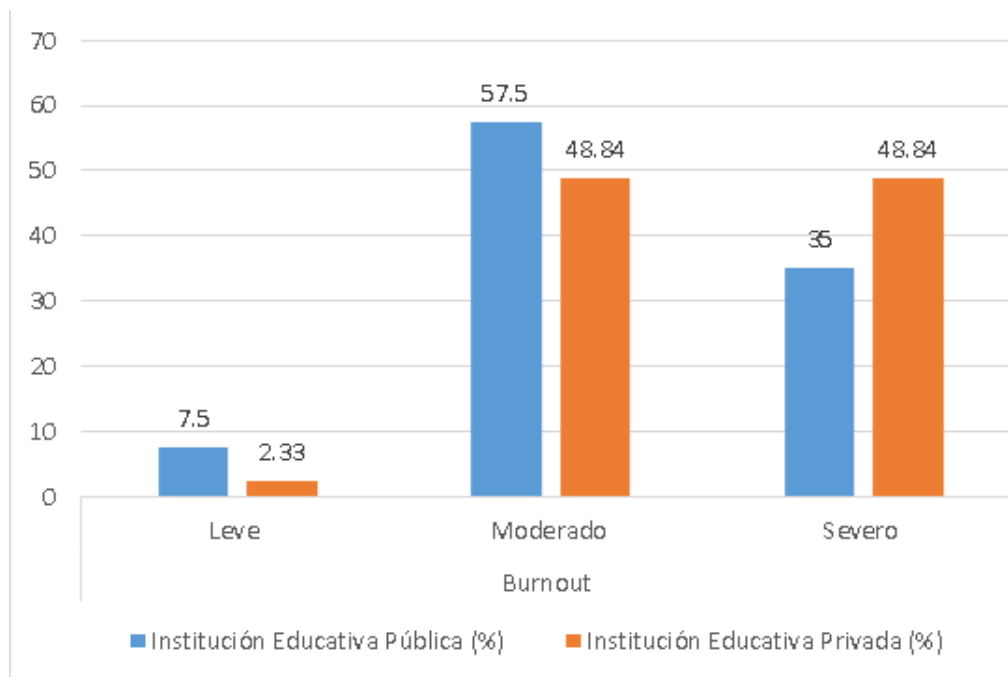
El Síndrome de Burnout es mayor en los docentes de la Institución Educativa privada, 48.84%, frente al 35% que lo presenta en las instituciones públicas. Esta diferencia es similar al analizar la dimensión de agotamiento emocional que está presente en 37,21% de los docentes de la institución privada y 27.5% de la institución pública. Los resultados muestran que las dimensiones de despersonalización y realización personal, por el contrario, se afectan más en docentes de la institución pública (**Tabla 2**).

Tabla 2. Presencia del Síndrome de Burnout y sus dimensiones

	Institución Educativa Pública		Institución Educativa Privada		chi2
	Ausente n (%)	Presente n (%)	Ausente n (%)	Presente n (%)	
Burnout	26 (65)	14 (35.00)	22 (51.16)	21 (48.84)	0.20
Dimensiones					
Agotamiento emocional	29 (72.50)	11 (27.50)	27 (62.79)	16 (37.21)	0.35
Despersonalización	33 (82.50)	7 (17.50)	41 (95.35)	2 (4.65)	0.06
Realización Personal	29 (72.50)	11 (27.50)	35 (81.40)	8 (18.60)	0.34

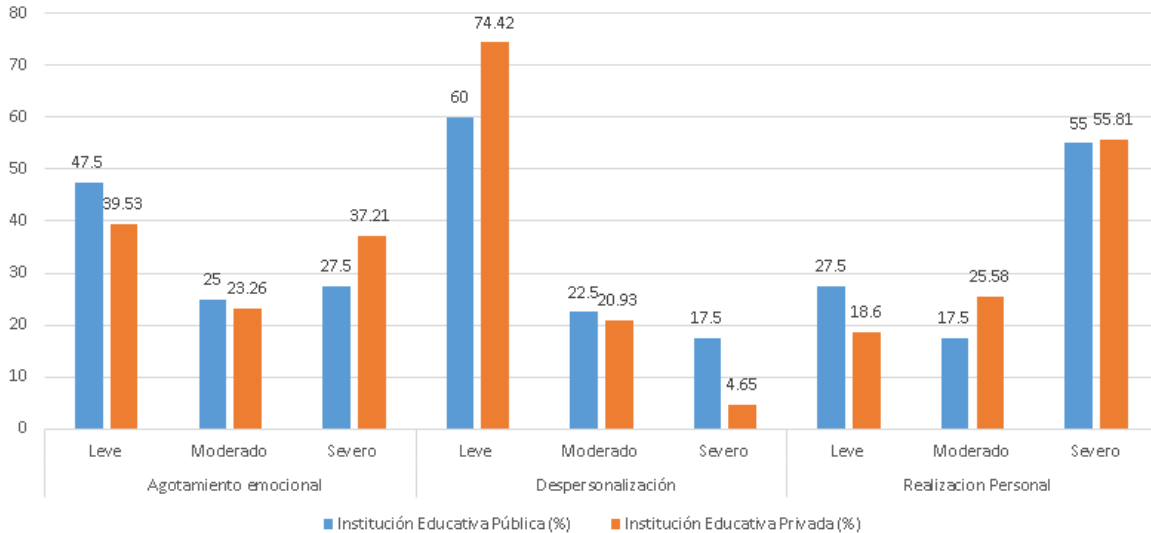
La mayoría de docentes presentan nivel moderado de Síndrome de Burnout (44 docentes), sin embargo, este es más severo en los docentes de la institución educativa privada (**Gráfico 1**).

Gráfico 1. Nivel de Burnout en docentes de instituciones educativas pública y privada



El agotamiento emocional es la dimensión del síndrome que se ve más afectada, con 37 docentes en nivel severo. Mientras la despersonalización es la dimensión menos afectada, con solo 9 docentes en nivel en severo. Al analizarlo por instituciones, se observa que la dimensión más afectada en las instituciones privadas es el agotamiento emocional y en las instituciones públicas se afectan más la despersonalización y la realización personal (**Gráfico 2**).

Gráfico 2. Niveles de Síndrome de Burnout según sus dimensiones en docentes de instituciones educativas pública y privada



Entre los factores personales en los que se encontró asociación en el análisis bivariado podemos mencionar la edad de los docentes y tener más de un empleo, mientras que no se encontró asociación con el sexo, estado civil o ser jefe de familia. Del mismo modo, al estudiar los factores organizacionales en análisis bivariado, se encontró asociación con el tipo de institución y número de horas laboradas, contrario a lo sucedido con el nivel en el que desempeñan como docentes.

De las 3 variables con relación a la presencia del Síndrome de Burnout, una edad mayor de 45 años es la única que resulta como factor protector con un valor p significativo de 0.029. Mientras que tener más de 1 empleo y trabajar más de 6 horas se muestran como factores de riesgo con valores p de 0.008 y 0.002 respectivamente.

En el análisis multivariado realizado tomando en cuenta los factores que demostraron asociación con el Síndrome de Burnout en el análisis bivariado, se incluyó el tipo de institución en que laboran los docentes (pública o privada) ya que su valor p (0.213) se encontraba muy cercano a ser significativo y se considera de

importancia en el estudio por las diferencias que genera en el grupo de docentes incluidos en el estudio. Pese a ello, este análisis no muestra factores que aumenten o disminuyan la prevalencia de este síndrome en la población (**Tabla 3**).

Tabla 3. Análisis de los Factores asociados a Síndrome de Burnout en docentes

	Burnout Modelo crudo			Burnout Modelo ajustado 1			Burnout Modelo ajustado 2		
	RP	IC95%	p	RP	IC95%	p	RP	IC95%	p
Institución									
Privada	1.4	0.83- 2.36	0.213	0.95	0.48- 1.87	0.872			
Publica	1	-	-	1	-	-			
Sexo									
Masculino	1.18	0.71- 1.96	0.529						
Femenino	1	-	-						
Edad									
> 45 años	0.97	0.94- 0.99	0.029	0.97	0.93- 1.01	0.119	0.97	0.94- 0.99	0.05
< 45 años	1	-	-	1	-	-	1	-	-
Estado civil									
Casado	1.37	0.77- 2.44	0.282						
Conviviente	1.25	0.52- 3.01	0.615						
divorciado	0.94	0.18- 5.04	0.942						
Viudo	<0.01	3.59- 2.08	<0.01						
Soltero	1	-	-						
Jefe de Familia									
Sí	1.72	0.31- 9.68	0.537						
No	1	-	-						
Nivel educativo en que labora									
Secundaria	1	0.60- 1.67	0.991						
Primaria	1	-	-						
Más de 1 empleo									
Sí	1.88	1.18- 3.00	0.008	1.06	0.36- 3.13	0.913	1.07	0.37- 3.08	0.902
No	1	-	-	1	-	-	1	-	-
Horas laboradas									
> 6 horas	1.13	1.05- 1.23	0.002	1.12	0.93- 1.35	0.246	1.12	0.93- 1.34	0.242
< 6 horas	1	-	-	1	-	-	1	-	-

RP: Razón de prevalencia calculado con modelos de regresión de Poisson

* Ajustado 1 por privada, menores de 45 años, tener más de 1 empleo, trabajar > de 6 horas

* Ajustado 2 menores de 45 años, tener más de 1 empleo, trabajar > de 6 horas

5.2 Discusión de resultados

Los resultados obtenidos en el presente estudio evidencian que el síndrome de Burnout es mayor en los docentes de la institución educativa privada, alcanzando al 48.84%, mientras que en la institución pública afecta al 35.00%. Estos resultados son similares a los obtenidos por Alabarracin al aplicar la encuesta de Maslach Burnout Inventory en docentes de nivel inicial en Puno, aunque contrastan con los obtenidos por Solera el año 2017. Solera, encontró mayor prevalencia de Burnout en docente de colegios públicos que aquellos que trabajaban en escuelas concertadas, en quienes se reportó mayor sintomatología ansiosa. (3,11)

El Burnout y agotamiento emocional es más prevalente en los docentes de la institución Privada (48.84% y 37.21% versus 35% y 27.5% respectivamente), tal como lo evidencia la investigación Fernández Arata donde la dimensión de agotamiento emocional con respecto al público puntúa más alto. Resultados opuestos se observan con la despersonalización y realización personal, siendo más afectadas en docentes de la institución educativa pública (17.50% y 27.50% versus 4.65% y 18.60% respectivamente).⁽²⁾

Al analizar en qué niveles se presenta el Burnout en nuestra población, se encontró que el 42.17% tiene Burnout severo, 53.01% moderado y solo el 4.82% leve. Siendo mayor la severidad en docentes de la institución privada, 48.84% frente al 35% de docentes que laboran en un colegio público. Si bien el nivel severo de Burnout encontrado es muy superior a lo descrito por Aguado y Vinuesa, otros autores como Salcedo y Manzano, coinciden con que la menor

parte de docentes (menos del 5%) se encuentran en un nivel leve. Dentro de los estudios mencionados, todos con excepción de Salcedo fueron aplicados exclusivamente a docentes durante la época de pandemia, lo que puede explicar que sus resultados sean similares a los obtenidos en el presente estudio. Además, tanto Vinueza como Manzano, consideran que el nivel moderado de Burnout ubica a los docentes en riesgo de padecer el síndrome en mención.^(7,8,16,18)

Acercas del nivel en que se ven afectadas las dimensiones del Burnout, se encontró que el 32.53% presenta agotamiento emocional severo, valor muy cercano a lo descrito por Aguado y Salcedo. En esta misma dimensión se encontró un 43.37% de docentes con agotamiento emocional leve, lo que contrasta con lo expuesto por Alabarracin, que encontró solo un 11% con desgaste leve y que podría ser explicado porque su población de estudio incluyó solo a docentes del nivel inicial, quienes fueron excluidos de nuestro estudio y podría significar que esta población en específico podría tener mayor riesgo de presentar Agotamiento emocional y por lo tanto el Síndrome de Burnout al ser la dimensión más afectada. La dimensión de Despersonalización es la menos afectada con solo 10.84% de docentes en nivel severo, este valor es muy inferior al descrito por Pineda en su estudio que a diferencia de este incluyó solo a docentes del nivel primaria y contrario a lo mencionado por Poma, quien describe que tanto despersonalización como agotamiento emocional son las dimensiones más afectadas. Finalmente, cuando analizamos los niveles en que se encuentra afectada la dimensión de Realización personal, solo se observa similitud con el trabajo de Salcedo que incluyó docentes de secundaria de la Lima. Los trabajos

realizados con docentes de Puno y Ucayali, por Albarracin y Pineda, muestran que los docentes de provincia se sienten menos realizados profesionalmente.

(1,11,16,18,19)

El análisis bivariado mostró la asociación de factores personales como edad, tener más de un empleo y la cantidad de horas de dictado con la presencia del Síndrome de Burnout. De ellos tener una edad mayor a los 45 años resulta como factor protector en un 3%, siendo estadísticamente significativo ($p=0.029$). Como mencionan Rodriguez y Sanchez en su estudio de variables sociodemográficas en docentes universitarios, esto podría explicarse porque una mayor edad concuerda con un mayor tiempo de servicio y es probable que los profesionales se sientan más realizados y con mayor estabilidad tanto familiar como emocional. Aunque Bedoya no lo describe del mismo modo, refiere en su estudio que los docentes con menor antigüedad reportan mayores puntajes de agotamiento emocional y con ello refuerza los resultados obtenidos. ^(4,5)

Aunque en nuestro estudio otros factores personales como el sexo, estado civil y ser jefe de familia no mostraron tener relación con el síndrome, autores como Fernández Arata y Rodriguez Flores muestran en sus trabajos que existe una asociación. Las diferencias pueden deberse a que sus muestras fueron mayores (717 y 260 respectivamente) y uno de ellos realizó su estudio antes de la pandemia con docentes universitarios de Humanidades. Por su parte Bedoya en su estudio de 150 docentes universitarios de Colombia, refuerza la asociación que existe entre el sexo femenino y la presencia de Burnout, esto resulta contrario a los resultados que obtuvimos ya que, aunque no fue significativo el sexo

masculino resultó tener mayor riesgo que el femenino (18%). Además, podemos mencionar estudios como el de Arias Gallegos y Poma, quienes refieren que los profesores casados son los que se sienten más realizados profesionalmente y que aquellos con hijos (jefes de familia) tienen mayor riesgo de Burnout. ^(1,2,4,5,39)

En este estudio, trabajar en más de un colegio representa 88% mayor riesgo de desarrollar el síndrome y tener horarios de trabajo mayores a 6 horas diarias del mismo modo con un riesgo 13% mayor, ambos factores resultan significativos con valores p de 0.008 y 0.002 respectivamente. El primero de estos factores no ha sido descrito en otros trabajos, probablemente porque la modalidad de clases virtuales dio mayor facilidad a los docentes de trabajar en más de un lugar por la reducción de horas en el transporte y diversas opciones para el dictado de clases. En cuanto a la cantidad de horas que trabajan los docentes por día, los resultados coinciden con los hallados por Poma en su estudio que incluye 300 docentes de secundaria en el Callao donde menciona que una mayor cantidad de horas semanales de trabajo genera mayor tensión en el trabajo y con ello Síndrome Burnout.⁽¹⁾

Entre las variables que no pudieron analizarse en este estudio, pero resultaron significativas en trabajos similares, se describen: la especialidad, nivel de estudios alcanzados por el docente, satisfacción con su sueldo, años de experiencia o antigüedad laboral y tipo de contrato. Estas están descritas en los trabajos de Poma, Rodriguez y Manzano, aunque ambos trabajos fueron aplicados en poblaciones diferentes a la nuestra. ^(1,5,8)

La principal limitación del presente estudio fue el tamaño de la muestra, esta fue de 83 docentes pertenecientes a ambas instituciones educativas y condicionó que los valores p y χ^2 no resultaran estadísticamente significativos, con excepción de la variable edad. Además, por ser una población pequeña se realizó un muestreo no probabilístico, por lo que los resultados obtenidos no son aplicables a una población mayor.

Otra limitación, fue que no se incluyeron en la ficha de recolección de datos variables consideradas en estudios similares, por solicitud de los directivos (entre estas se encontraban el tipo de contrato e ingresos percibidos por los docentes). Finalmente, ya que la encuesta se aplicó de forma virtual, no se puede asegurar la no existencia de factores externos que influyan en el llenado de la misma.

Capítulo VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones

Los docentes que trabajan en instituciones privadas presentan 13.84% más Burnout que aquellos que trabajan en colegios públicos.

La dimensión de Agotamiento emocional en colegios privados es 9.71% mayor en los docentes de colegios públicos.

El nivel de Despersonalización es 12.85% más en los docentes de colegios públicos.

Los docentes de instituciones públicas se sienten 7.1% más realizados que aquellos que trabajan en instituciones privadas.

La edad es el único factor personal que mostró una asociación significativa en el presente estudio, con un valor $p=0.05$ en el modelo ajustado. Los docentes >45 años tienen 3% menos riesgo de desarrollar el síndrome.

No se encontraron factores organizacionales con asociación significativa al Síndrome de Burnout.

6.2 Recomendaciones

Las instituciones privadas deben crear conciencia e informar a sus docentes mediante talleres educativos sobre el Síndrome de Burnout.

Es necesario tomar acciones que mejoren el ambiente laboral para lograr que los docentes den su máximo potencial y compromiso con la institución.

Identificar de modo oportuno al personal con actitudes negativas hacia sus colegas y brindarles alternativas útiles para la solución de conflictos.

Implementar talleres donde se trabaje el autoestima o sistemas de reconocimiento de logros obtenidos por los docentes dentro de la institución, para incrementar el entusiasmo en ellos.

Debido a que a mayor edad la incidencia de Burnout es menor, una estrategia útil sería brindar estabilidad laboral a los docentes.

Finalmente se recomienda una muestra de mayor tamaño y con participación de docentes pertenecientes a diferentes centros educativos, permitiría realizar un muestro de tipo aleatorizado y con ello se estaría más cerca de resultados que se puedan extrapolar a la población general.

BIBLIOGRAFÍA

1. Poma Morales EK. Factores sociodemográficos y laborales asociados al Síndrome de Burnout en docentes de secundaria de instituciones educativas del Callao, 2020. 2020. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/49478>
2. Fernández Arata MJ, Calderón De la Cruz GA, Merino Soto CA, Juárez García A. Efectos sociodemográficos multivariados sobre la experiencia del burnout en docentes de colegios peruanos. *Rev Argent Cienc Comport.* 2020;12(1):40–9. doi:10.32348/1852.4206.v12.n1.24956
3. Solera Hernández E, Gutiérrez Gómez-Calcerrada S, Palacios-Ceña D. Evaluación psicológica del síndrome de burnout en profesores de educación primaria en la Comunidad de Madrid: comparación entre centros públicos y concertado. *Univ Psychol.* 2017;16(3):246–54. doi:10.11144/javeriana.upsy16-3.epsb
4. Bedoya EA, Vega NE, Severiche CA, Meza MJ. Síndrome de Quemado (Burnout) en Docentes Universitarios: El Caso de un Centro de Estudios del Caribe Colombiano. *Form Univ.* 2017;10(6):51–8. doi:10.4067/S0718-50062017000600006
5. Rodríguez Flores EA, Sánchez Trujillo M de los Á. Síndrome de Burnout y variables sociodemográficas en docentes de una universidad privada de Lima. *Rev Investig Educ.* 2018;36(2):401–19. doi:10.6018/rie.36.2.282661
6. Torres Oliver DLS. Niveles de burnout en docentes de instituciones de educación pública de la región del Bío Bío durante el período de pandemia por COVID-19. 2021 [citado el 15 de octubre de 2021]; Disponible en: <http://repositorio.udec.cl/jspui/handle/11594/5582>
7. Vinuesa CN, Avila EB, Cadena CF. Burnout en docentes de un instituto tecnológico agronómico. *CienciaAmérica Rev Divulg Científica Univ Tecnológica Indoamérica.* 2020;9(Extra 4):91–8. Disponible en: <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/367/3671857011/html/>
8. Manzano Rivera IA. Estudio de prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes, directivos-docentes y psicólogos de las unidades educativas municipales, colegios municipales de bachillerato regular y de ciclo básico acelerado de la ciudad de Quito (2015-2016) [Maestría]. Quito, Ecuador: Universidad San Francisco de Quito; 2015 [citado el 8 de octubre de 2021]. Disponible en: <http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/5586>
9. De la Fuente Mundaca R. Niveles de burnout y existencia de relaciones entre estos y sus dimensiones, con las variables de identificación de los docentes de cuatro colegios de la Región Metropolitana [Posgrado]. Santiago de Chile, Chile: Universidad Metropolitana De Ciencias de la Educación; 2017. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5216/521653267015/html/10>. Rodríguez-Mantilla JM. El síndrome de Burnout en el profesorado de secundaria y su relación con el clima social de los centros educativos. *Int J Dev Educ Psychol INFAD Rev Psicol.* 2011;2(1):167–78.

11. Albarracin Quisca YT. Síndrome de burnout en docentes del nivel inicial de las Instituciones Educativas Estatales del Distrito de Puno – 2019. Puno, Perú: Universidad Nacional del Altiplano; 2020 [citado el 8 de octubre de 2021]. Disponible en: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/13653>
12. Prioridades de Investigación en Salud [Internet]. Instituto Nacional de Salud . [citado el 21 de marzo de 2022]. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/es/investigacion-en-salud/prioridades-de-investigacion>
13. Líneas de investigación de la Universidad Ricardo Palma 2021 - 2025 [Internet]. UNIVERSIDAD RICARDO PALMA. [citado el 21 de marzo de 2022]. Disponible en: <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/30004/n/0510-lineas-de-investigacion-periodo-2021-2025.pdf>
14. Organización Mundial de la Salud. Brote de Enfermedad por Coronavirus. Nuevo coronavirus 2019 [Internet]. [citado el 14 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019>
15. Mejía Serrano JC, Silva Giraldo CA, Rueda Mahecha YM. Ruta de atención psicosocial para docentes con Síndrome de Burnout a causa de la cuarentena generada por el Covid-19. Rev Investig En Gest Ind Ambient Segur Salud En El Trab - GISST. 2020;2(2):133–42. doi:10.34893/gisst.v2i2.86
16. Salcedo Guerrero HLS, Cardenas Vasquez YYC, Carita Chambi LMC, Ledesma Cuadros MJL. Síndrome de Burnout en docentes en un contexto de emergencia sanitaria, Lima. Alpha Centauri. 2020;1(3):44–56. doi:10.47422/ac.v1i3.18
17. Benavides Abanto, C.M. Disponen el inicio del año escolar a través de la implementación de la estrategia denominada “Aprendo en casa”, a partir del 6 de abril de 2020 y aprueban otras disposiciones-RESOLUCION MINISTERIAL-N° 160-2020-MINEDU. 2020 [citado el 14 de octubre de 2021]; Disponible en: <http://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/disponen-el-inicio-del-ano-escolar-a-traves-de-la-implementa-resolucion-ministerial-n-160-2020-minedu-1865282-1/>
18. Aguado Espinoza JJ, Loayza Ramos PJ, Flores DEH. “SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ‘JOSÉ MARÍA ARGUEDAS’ PARCONA, ICA – 2020” [Pregrado]. Ica, Perú: Universidad Autónoma DEICA; Disponible en: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/873>
19. Pineda Aguilar WFP, Dávila Talepcio JD, Alva Rodríguez CLA. Estrés laboral del docente de primaria, en el trabajo remoto. Rev Cienc Tecnol. 2021;17(3):25–33. Disponible en: <https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PGM/article/view/3827>
20. Villanueva Alaya AM, Contreras Córdova KB. “Niveles de Burnout en docentes de nivel primaria y secundaria con hijos de dos colegios privados de la ciudad de Cajamarca” [Pregrado]. Cajamarca, Perú: Universidad Privada del Norte; 2020. Disponible en: <https://hdl.handle.net/11537/23999>

21. Zavala DEG, Estrada DWC, Flores DEH. Dra. Evelyn Alina Anicama Navarrete. "Síndrome de Burnout en docentes de la institución educativa "José María Arguedas" Parcona, Ica- 2020". Ica - Perú: Universidad Autónoma de ICA; 2020. Disponible en: <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/873>
22. Ortega Torres M. Prevalencia de síndrome de burnout en internos de medicina del Hospital Nacional Arzobispo Loayza. Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2015 [citado el 14 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/4031>
23. Navarro Feria AJ, Navarro Feria NE. Efectos psicolaborales del síndrome burnout en docentes de una institución pública en [Posgrado]. Bogotá, Colombia: Universidad ECCI; 2019. Disponible en: <https://repositorio.ecci.edu.co/handle/001/625>
24. Juárez Colque MVJ. Síndrome de Burnout en docentes de nivel primaria en tiempos de covid-19 de la institución educativa Guillermo Auza Arce del distrito del Alto de la Alianza - 2020 [De grado]. Arequipa, Perú: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; 2020. Disponible en; <http://hdl.handle.net/20.500.12773/12178>
25. ASALE R-, RAE. agotamiento | Diccionario de la lengua española [Internet]. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. [citado el 15 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://dle.rae.es/agotamiento>
26. ASALE R-, RAE. frustración | Diccionario de la lengua española [Internet]. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. [citado el 15 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://dle.rae.es/frustración>
27. ASALE R-, RAE. estrés | Diccionario de la lengua española [Internet]. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. [citado el 15 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://dle.rae.es/estrés>
28. Quispe Hinojo AM. Síndrome de burnout en docentes de una institución educativa pública en Villa el Salvador, 2020 [De grado]. Lima, Perú: Escuela de enfermería Padre Luis Tezza; 2020 [citado el 3 de octubre de 2021]. Disponible en: <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/3582>
29. ASALE R-, RAE. apatía | Diccionario de la lengua española [Internet]. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. [citado el 15 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://dle.rae.es/apatía>
30. ASALE R-, RAE. culpabilidad | Diccionario de la lengua española [Internet]. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. [citado el 15 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://dle.rae.es/culpabilidad>
31. ASALE R-, RAE. insensibilidad | Diccionario de la lengua española [Internet]. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. [citado el 15 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://dle.rae.es/insensibilidad>

32. ASALE R-, RAE. empatía | Diccionario de la lengua española [Internet]. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. [citado el 15 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://dle.rae.es/empatía>
33. ASALE R-, RAE. entusiasmo | Diccionario de la lengua española [Internet]. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. [citado el 15 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://dle.rae.es/entusiasmo>
34. Marengo Escuderos A, Ávila Toscano JH. Burnout y problemas de salud mental en docentes: Diferencias según características demográficas y sociolaborales. *PSYCHOLOGIA*. 2016;10:91–100. doi:10.21500/19002386.2469
35. Olivares Faúndez V. Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout. *Cienc Amp Trab*. 2017;19(58):59–63. doi:10.4067/S0718-24492017000100059
36. Marrau MC. El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente. *Fundam En Humanidades*. 2004;(10):53–68. Disponible en ; <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2004369>
37. Bayona Ulloa C. Prevalencia y factores asociados a Síndrome de Burnout en docentes vs personal administrativo pertenecientes a una universidad privada en Bogotá en el 2016 [Posgrado]. Bogotá, Colombia: Universidad del Rosario; 2016. Disponible en: <https://repository.urosario.edu.co/server/api/core/bitstreams/0b07b93e-a4de-4db4-b9d4-cccb24561364/content>
38. Principios y guías éticos para la protección de los sujetos humanos de investigación Comisión Nacional para la protección de los sujetos humanos de investigación biomédica y del comportamiento.[Internet]. *Bioética y derecho*. [citado el 21 de marzo de 2022]. Disponible en: <http://www.bioeticayderecho.ub.edu/archivos/norm/InformeBelmont.pdf>
39. Arias Gallegos WL, Huamani Cahua JC, Ceballos Canaza KD. Síndrome de Burnout en profesores de escuela y universidad: un análisis psicométrico y comparativo en la ciudad de Arequipa. *Propósitos Represent*. 2019;7(3):72–91. doi:10.20511/pyr2019.v7n3.390

ANEXOS

Anexo 01: Acta de aprobación de proyecto de tesis



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
FACULTAD DE MEDICINA HUMANA
Manuel Huamán Guerrero
Unidad de Grados y Títulos

ACTA DE APROBACIÓN DE PROYECTO DE TESIS

Los miembros que firman la presente acta en relación al Proyecto de Tesis “**Síndrome de Burnout en docentes de colegios público y privado durante la pandemia COVID-19, Lima – Noviembre del 2021**” que presenta la SRTA. PIERINA BELEN MARSANO RAMIREZ para optar el Título Profesional de Médico Cirujano, declaran que el referido proyecto cumple con los requisitos correspondientes, tanto en forma como en fondo; indicando que se proceda con la ejecución del mismo.

En fe de lo cual firman los siguientes docentes:

MC. Pedro M. Arango Ochante
ASESOR DE TESIS

Dr. Jhony A. De La Cruz Vargas
DIRECTOR DEL CURSO-TALLER

Anexo 02: Carta de compromiso de asesor de tesis



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
FACULTAD DE MEDICINA HUMANA
Manuel Huamán Guerrero

Instituto de Investigaciones de Ciencias Biomédicas
Oficina de Grados y Títulos
Formamos seres para una cultura de paz

Carta de Compromiso del Asesor de Tesis

Por la presente acepto el compromiso para desempeñarme como asesor de Tesis del estudiante de Medicina Humana, Srta. Pierina Belen Marsano Ramirez, de acuerdo a los siguientes principios:

1. Seguir los lineamientos y objetivos establecidos en el Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad de Medicina Humana, sobre el proyecto de tesis.
2. Respetar los lineamientos y políticas establecidos por la Facultad de Medicina Humana y el INICIB, así como al Jurado de Tesis, designado por ellos.
3. Propiciar el respeto entre el estudiante, Director de Tesis Asesores y Jurado de Tesis.
4. Considerar seis meses como tiempo máximo para concluir en su totalidad la tesis, motivando al estudiante a finalizar y sustentar oportunamente.
5. Cumplir los principios éticos que corresponden a un proyecto de investigación científica y con la tesis.
6. Guiar, supervisar y ayudar en el desarrollo del proyecto de tesis, brindando asesoramiento para superar los puntos críticos o no claros.
7. Revisar el trabajo escrito final del estudiante y que cumplan con la metodología establecida.
8. Asesorar al estudiante para la presentación de la defensa de la tesis (sustentación) ante el Jurado Examinador.
9. Atender de manera cordial y respetuosa a los alumnos.

Atentamente,

MC. Pedro M. Arango Ochante

Anexo 03: Carta de aprobación del proyecto de tesis, firmado por la secretaria académica



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
Facultad de Medicina Humana
Manuel Huamán Guerrero



Oficio Electrónico N° 2179-2021-FMH-D

Lima, 28 de octubre de 2021

Señorita
PIERINA BELEN MARSANO RAMIREZ
Presente. -

ASUNTO: Aprobación del Proyecto de Tesis

De mi consideración:

Me dirijo a usted para hacer de su conocimiento que el Proyecto de Tesis "SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE COLEGIOS PÚBLICO Y PRIVADO DURANTE LA PANDEMIA COVID-19, LIMA - NOVIEMBRE DEL 2021", desarrollado en el contexto del VIII Curso Taller de Titulación por Tesis, presentando ante la Facultad de Medicina Humana para optar el Título Profesional de Médico Cirujano, ha sido aprobado por el Consejo de Facultad en sesión de fecha jueves 21 de octubre de 2021.

Por lo tanto, queda usted expedita con la finalidad de que prosiga con la ejecución del mismo, teniendo en cuenta el Reglamento de Grados y Títulos.

Sin otro particular,

Atentamente,



Mg. Hilda Jurupe Chico
Secretaria Académica

c.c.: Oficina de Grados y Títulos.

"Formamos seres humanos para una cultura de Paz"

Av. Benavides 5440 - Urb. Las Gardenias - Surco
6010

Central 708-0000 / Anexo:

Lima 31 - Perú / www.urp.edu.pe/medicina

Anexo 04: Carta de aceptación de ejecución de la tesis por la Institución educativa Clemente Althaus Sachool



CARTA DE AUTORIZACIÓN

Lima, 28 de Octubre del 2021

Por medio del presente documento autorizo al investigador/a Pierina Belen Marsano Ramirez responsable del proyecto titulado Síndrome de Burnout en docentes de colegios público y privado durante la pandemia Covid-19, Lima- Noviembre del 2021, correspondiente a un estudio de tesis.

Entiendo que el objetivo principal de la investigación es comparar los niveles de Síndrome de Burnout en docentes de un colegio público en relación a un colegio privada, además comprendo que las personas invitadas, lo hacen de manera voluntaria previo consentimiento informado, independiente de mi autorización.

También comprendo que implica un manejo confidencial, por lo que los participantes no serán identificados, tampoco las organizaciones en los documentos o publicaciones derivadas del estudio. La información obtenida será utilizada sólo con fines de esta investigación.

Permito la recopilación de información a través de formularios de Google.

Ante cualquier duda o consultas respecto a la investigación puede contactar al investigador responsable Pierina Belen Marsano Ramirez (997972130).



Lic. Rocío Arce Soto
Directora General
Firma y sello digital

Anexo 05: Carta de aceptación de ejecución de la tesis por la Institución educativa Alcides Spelucín Vega



I.E N° 5074 ALCIDES SPELUCÍN VEGA
CARTA DE AUTORIZACIÓN DEL DIRECTOR(A)

Lima, 28 de Octubre del 2021

Sr.(a)

Lic. Sergio Mejía Gonzales.

PRESENTE.-

Por medio del presente documento autorizo al investigador/a Pierina Belen Marsano Ramirez responsable del proyecto titulado Síndrome de Burnout en docentes de colegios público y privado durante la pandemia Covid-19, Lima-Noviembre del 2021, correspondiente a un estudio de tesis.

Entiendo que el objetivo principal de la investigación es comparar los niveles de Síndrome de Burnout en docentes de un colegio público en relación a un colegio privada, además comprendo que las personas invitadas, lo hacen de manera voluntaria previo consentimiento informado, independiente de mi autorización.

También comprendo que implica un manejo confidencial, por lo que los participantes no serán identificados, tampoco las organizaciones en los documentos o publicaciones derivadas del estudio. La información obtenida será utilizada sólo con fines de esta investigación.

Permito la recopilación de información a través de formularios de Google.

Ante cualquier duda o consultas respecto a la investigación puede contactar al investigador responsable Pierina Belen Marsano Ramirez (997972130).



Lic. Sergio Mejía Gonzales
DIRECTOR
I.E. ALCIDES SPELUCÍN VEGA

Lic. Sergio Mejía Gonzales.

Director

Anexo 06: Acta de aprobación del borrador de tesis



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
FACULTAD DE MEDICINA HUMNA
Instituto de Investigación en Ciencias Biomédicas
Unidad de Grados y Títulos


FORMAMOS SERES HUMANOS PARA UNA CULTURA DE PAZ

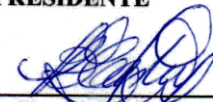
ACTA DE APROBACIÓN DEL BORRADOR DE TESIS

Los abajo firmantes, director, asesor y miembros del Jurado de la Tesis titulada “SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE COLEGIOS PÚBLICO Y PRIVADO DURANTE LA PANDEMIA COVID-19, LIMA-NOVIEMBRE DEL 2021”, que presenta el Señorita PIERINA BELEN MARSANO para optar el Título Profesional de Médico Cirujano, dejan constancia de haber revisado el borrador de tesis correspondiente, declarando que este se halla conforme, reuniendo los requisitos en lo que respecta a la forma y al fondo.


Por lo tanto, consideramos que el borrador de tesis se halla expedito para la impresión, de acuerdo a lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos, y ha sido revisado con el software Turnitin, quedando atentos a la citación que fija día, hora y lugar, para la sustentación correspondiente.

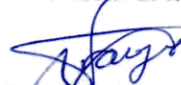
En fe de lo cual firman los miembros del jurado de tesis:


Mg. Lucy Elena Correa López
PRESIDENTE


MC. Bertha Teresa Castro Salazar
MIEMBRO


Mg. Dante Manuel Quiñones Laveriano
MIEMBRO


Dr. Jhony De La Cruz Vargas
Director de tesis

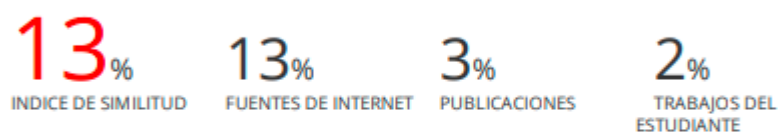

MC. Pedro Mariano Arango Ochante
Asesor de tesis

Lima, 03 de abril de 2023

Anexo 07: Reporte de originalidad del Turnitin

SINDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE COLEGIOS PÚBLICO Y PRIVADO DURANTE LA PANDEMIA COVID-19, LIMA-NOVIEMBRE DEL 2021

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	5%
2	repositorio.autonomaica.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	repositorio.uap.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.umch.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	1%
8	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
9	upc.aws.openrepository.com Fuente de Internet	1%
10	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 1%

Excluir bibliografía

Activo

Anexo 08: Certificado de asistencia al curso taller



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

MANUEL HUAMÁN GUERRERO

VIII CURSO TALLER PARA LA TITULACION POR TESIS MODALIDAD VIRTUAL

CERTIFICADO

Por el presente se deja constancia que la Srta .

PIERINA BELEN MARSANO RAMIREZ

Ha cumplido con los requisitos del CURSO-TALLER para la Titulación por Tesis Modalidad Virtual durante los meses de setiembre, octubre, noviembre, diciembre 2021 y enero 2022, con la finalidad de desarrollar el proyecto de Tesis, así como la culminación del mismo, siendo el título de la tesis:

SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE COLEGIOS PÚBLICO Y PRIVADO DURANTE LA PANDEMIA COVID-19, LIMA – NOVIEMBRE DEL 2021.

Por lo tanto, se extiende el presente certificado con valor curricular y valido por 06 conferencias académicas para la sustentación de tesis respectiva de acuerdo a artículo 14° de Reglamento vigente de Grados y Títulos de Facultad de Medicina Humana aprobado mediante Acuerdo de Consejo Universitario N°2583-2018.

Lima, 13 de enero de 2022

DR. JHONY DE LA CRUZ VARGAS
Director del Curso Taller de Tesis



Dr. Oscar Emilio Martínez Lozano
Decano (e)

Anexo 09: Matriz de Consistencia

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES
<p>¿Cuál es el nivel del Síndrome de Burnout en docentes de colegios públicos en relación a los colegios privados de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021?</p>	<p>Objetivos General: Identificar los niveles del Síndrome de burnout en docentes de colegios públicos en relación a los colegios privados de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021. Específicos: •Determinar el nivel de agotamiento que presentan los docentes de colegios públicos y privados de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021. •Determinar el nivel de despersonalización que presentan los docentes de colegios públicos y privados de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021. •Determinar el nivel de realización personal que presentan los docentes de colegios públicos y privados de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021. •Identificar los factores personales asociados al Síndrome de Burnout en docentes de colegios públicos y privados de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021. •Identificar los factores organizacionales asociados al Síndrome de Burnout en docentes de colegios públicos y privados de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.</p>	<p>Ha: El tipo de colegio donde se labora tiene asociación en la presentación de Síndrome de Burnout en docentes de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021. H0: El tipo de colegio donde se labora no tiene asociación en la presentación de Síndrome de Burnout en docentes de Lima durante la pandemia COVID-19 en noviembre del 2021.</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Factores individuales: sexo, edad, estado civil, carga familiar. •Factores organizacionales: tipo de institución, tipo de contrato, horas laboradas •Síndrome de burnout.
DISEÑO METODOLOGICO	POBLACION Y MUESTRA	TECNICAS E INSTRUMENTO	PLAN DE ANALISIS DE DATOS
<p>Tipo de investigación: Estudio Observacional, Analítico, Transversal.</p>	<p>Docentes del nivel primaria y secundaria de los colegios Clemente Althaus School y Alcides Spelucin Vega que se encuentran laborando durante el periodo de noviembre 2021.</p>	<p>Para la recolección de datos se aplicará el Consentimiento Informado y un cuestionario incluía variables individuales y variables organizacionales; así como el cuestionario de Burnout de Maslach para docentes (MBI – Ed).</p>	<p>Se elaborará una base de datos en Microsoft Excel, y luego se realizará un análisis exploratorio de los datos. Se determinará frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas.</p>

Anexo 10: Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	TIPO	NATURALEZA	ESCALA	INDICADOR	MEDICION	INSTRUMENTO
Sexo	Es la condición biológica y física de los sujetos a estudio	Independiente	Cualitativa	Nominal	Órganos sexuales	0.femenino 1.Masculino	ficha de recolección de datos
Edad	Es el tiempo que ha vivido una persona	Independiente	Cuantitativa	Discreta	Años cumplidos	De 0 a 65	ficha de recolección de datos
Estado Civil	El estado civil con el que figura en su DNI	Independiente	Cualitativa	Nominal	Situación Marital	0.Soltero 1.Casado 2.Conviviente 3.Divorciado 4.Viudo	ficha de recolección de datos
Carga Familiar	Responsable y proveedor de los cuidados de su familia.	Independiente	Cualitativa	Nominal	Situación Familiar	0.No 1.Sí	Ficha de recolección de datos
Tipo de institución educativa	La institución puede ser pública o privada	Independiente	Cualitativa	Nominal	Lugar laboral	0.pública 1. Privada	ficha de recolección de datos
Nivel educativo	El nivel puede ser primaria o secundaria	Independiente	Cualitativa	Nominal	Nivel en que se desempeña como docente	0.primaria 1.secundaria	Ficha de recolección de datos
Múltiples empleos	Cantidad de lugares donde se desempeña como docente	Independiente	Cualitativa	Nominal	Cantidad de empleos	0. No 1. Sí	ficha de recolección de datos
Horas laboradas	Cantidad de horas dictadas.	Independiente	Cuantitativa	Discreta	Horas laboradas	De 0 a 24	ficha de recolección de datos
Síndrome de Bournout	Es un estado mental persistente de agotamiento que se relaciona con el trabajo y todo el entorno laboral. Sucede cuando tenemos la sensación de sobrecarga, desmotivación, incompetencia o un comportamiento disfuncional en el trabajo.	Dependiente	Cualitativa	Nominal	Cansancio emocional > 26 + Despersonalización >9 + Realización personal <34	Cansancio emocional: 0.bajo (0-18) 1.Medio (19-26) 2.alto (27-54) Despersonalización: 0.bajo (0-5) 1.Medio (6-9) 2.alto (10-30) Realización Personal: 0.bajo (0-33) 1.Medio (34-40) 2.alto (41-48)	Cuestionario de Burnout de Maslach para docentes (MBI – Ed).

Anexo 11: Consentimiento informado

Estimado(a) docente:

Usted ha sido seleccionado para participar de la encuesta virtual en la que será evaluado(a) respecto al estudio de “SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE COLEGIOS PÚBLICO Y PRIVADO DURANTE LA PANDEMIA COVID-19, LIMA – NOVIEMBRE DEL 2021”. A cargo de la estudiante de medicina Pierina Marsano Ramirez., para lo cual deberá responder una breve encuesta lo más sinceramente posible.

La información obtenida a través de este estudio será mantenida bajo estricta confidencialidad ya que será anónima. No habrá retribución por la participación en esta encuesta.

La información recolectada en esta encuesta podrá beneficiarlo de manera indirecta y por lo tanto tiene un beneficio para la sociedad.

Tomándose en consideración, ¿acepta dar su consentimiento a que esta encuesta tenga lugar y sea justificada la información para cubrir los objetivos especificados en el proyecto?

Si

No

Anexo 12: Instrumento de recolección de datos

1. ¿Cuál es su sexo?

Masculino ____ Femenino ____

2. ¿Cuántos años tiene? _____

3. ¿Cuál es su estado civil?

Soltero____ Casado____ Conviviente____

Divorciado____ Viudo____

4. ¿Es usted responsable y proveedor de los cuidados de su familia?

Sí____ No____

5. ¿En qué tipo de institución educativa laboral?

Pública ____ Privada ____

6. ¿En qué nivel se desempeña como docente?

Primaria ____ Secundaria ____

7. ¿Se desempeña como docente en más de una institución educativa?

Sí____ No____

8. ¿Cuántas horas labora al día? _____

A continuación, tendrá que responder marcando con una “x” en los casilleros del 1 al 7, qué tan seguido se siente en las siguientes situaciones:

	0	1	2	3	4	5	6
	Nunca/Ninguna vez	Casi nunca/Pocas veces al año o menos	Algunas veces/Una vez al mes o menos	Regularmente/Pocas veces al mes	Bastantes veces/Una vez por semana	Casi siempre/Pocas veces por semana	Siempre/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	27-54
Despersonalización	0-5	6-9	10-30
Realización Personal	0-33	34-40	41-48