



ESCUELA DE ENFERMERÍA PADRE LUIS TEZZA
AFILIADA A LA UNIVERSIDAD RICARDO PALMA



**SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA EN
VILLA EL SALVADOR, 2020**

**Tesis para optar el Título Profesional de
Licenciada en Enfermería**

Ana Maria Quispe Hinojo

LIMA - PERÚ

2020

Ana María Quispe Hinojo

**SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA EN
VILLA EL SALVADOR, 2020**

Mg. Liliana Rodríguez Saavedra

Asesora

LIMA - PERÚ

2020

DEDICATORIA:

Este trabajo de investigación está dedicado a mi madre, quien con tanto esfuerzo y cariño supo guiarme en mi vida profesional.

A mi abuelita quien permanece a mi lado, y a mi abuelito que está en el cielo quien estaría muy orgulloso de mis logros.

AGRADECIMIENTOS

- A Dios, quien me dio fuerzas para seguir adelante y culminar satisfactoriamente una de mis metas.

- A mi alma mater, la Escuela Padre Luis Tezza, por brindarme los conocimientos adquiridos y sobre todo una base humanística.

- A la Asesora Mg. Liliana Rodríguez Saavedra por la enseñanza, motivación, confianza, paciencia y pasión por la investigación.

- A la Institución Educativa Pública “Peruano Suizo” del distrito de Villa el Salvador por su accesibilidad y apoyo en la ejecución de la investigación.

ÍNDICE

	Pág.
DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTOS	iv
ÍNDICE DE CONTENIDO.....	v
ÍNDICE DE TABLAS	viii
ÍNDICE DE GRÁFICOS	ix
ÍNDICE DE ANEXOS	x
RESUMEN.....	xi
SUMMARY.....	xii
INTRODUCCIÓN	xiii
CAPÍTULO 1: PROBLEMA	01
1.1. Planteamiento del problema.....	01
1.2. Formulación del problema.....	04
1.3. Objetivos	04
1.3.1. Objetivo general.....	04
1.3.2. Objetivos específicos	05
1.4. Justificación.....	05
1.5. Limitaciones	06

CAPÍTULO 2: MARCO TEÓRICO REFERENCIAL	07
2.1. Antecedentes internacionales	07
2.2. Antecedentes nacionales	08
2.3. Base teórica	11
2.4. Definición de términos.....	19
2.5. Variables y operacionalización de variables.....	20
2.5.1. Variables.....	20
2.5.2. Operacionalización de variables	20
 CAPÍTULO 3: METODOLOGÍA	 21
3.1. Enfoque de la investigación	21
3.2. Tipo y método de la investigación	21
3.3. Diseño de la investigación.....	21
3.4. Lugar de ejecución de la investigación	22
3.5. Población, muestra, selección y unidad de análisis	23
3.6. Criterios de inclusión y exclusión	23
3.6.1. Criterios de inclusión.....	23
3.6.2. Criterios de exclusión.....	23
3.7. Instrumentos y técnicas de recolección	24
3.8. Procedimiento de recolección de datos	26
3.9. Análisis de datos	27
3.10. Aspectos éticos	27
 CAPÍTULO 4: RESULTADOS	 28
4.1. Resultados	28
4.2. Discusión.....	34

CAPÍTULO 5: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	38
5.1. Conclusiones	38
5.2. Recomendaciones	39
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	41
ANEXOS	50

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla N° 01: Datos sociodemográficos en docentes de la Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”, Villa el Salvador, octubre 2020.....	29

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
Gráfico N° 01: Nivel de síndrome de Burnout en los docentes de una Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”, Villa el Salvador, octubre 2020	30
Gráfico N° 02: Nivel de agotamiento emocional en los docentes de una Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”, Villa el Salvador, octubre 2020	31
Gráfico N° 03: Nivel de despersonalización en los docentes de una Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”, Villa el Salvador, octubre 2020	32
Gráfico N° 04: Nivel de realización personal en los docentes de una Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”, Villa el Salvador, octubre 2020	33

ÍNDICE DE ANEXOS

	Pág.
Anexo N° 1: Ficha técnica del Instrumento	51
Anexo N° 2: Operacionalización de Variables.....	52
Anexo N° 3: Cuestionario en Docentes.....	54
Anexo N° 4: Validación del Instrumento.....	57
Anexo N° 5: Confiabilidad del Instrumento.....	58
Anexo N° 6: Carta de Aprobación del Comité de Ética	60
Anexo N° 7: Carta Autorización de la Institución Educativa	61
Anexo N° 8: Consentimiento Informado	62

RESUMEN

Introducción: El síndrome de burnout o síndrome del trabajador quemado, es el desarrollo del estrés crónico laboral que se ve reflejada en la cognición, emociones y actitudes negativas hacia el trabajo y la competitividad laboral. En la actualidad es un factor de riesgo laboral por su capacidad de afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida. **Objetivo:** Determinar el nivel de síndrome de burnout en los docentes de la Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”, Villa el Salvador, octubre 2020. **Metodología:** Estudio de enfoque cuantitativo del nivel descriptivo, diseño no experimental, tipo básico, de corte transversal y prospectivo, se realizó en el mes de octubre del 2020 con una muestra de 45 profesores, seleccionados por un muestreo no probabilístico por conveniencia, los criterios de selección fueron docentes de todas las edades y de ambos géneros, tanto nombrados y contratados. El instrumento: Cuestionario de burnout de Maslach para docentes (MBI-Ed); consta de 22 ítems tipo Likert. **Resultados:** Del 100% (45) de los de los docentes encuestados, se encontró que el 73,33% (33) presentan un nivel medio y el 26,7% (12) presentan un nivel alto en síndrome de burnout, en el nivel de agotamiento emocional el 62.2% (28) presentan nivel medio, en el nivel de despersonalización el 66,7% (30) presentan un nivel medio y en realización personal el 60 % (27) presentan un nivel medio. **Conclusión:** la mayoría de los docentes presentan un nivel medio de síndrome de burnout en la Institución Educativa Pública.

Palabras claves: Burnout, docentes, institución.

SUMMARY

Introduction: The burnout syndrome or burnout worker syndrome is the development of chronic work stress that is reflected in cognition, emotions and negative attitudes towards work and job competitiveness. Currently it is an occupational risk factor due to its ability to affect quality of life, mental health and even put life at risk. **Objective:** To determine the level of burnout syndrome in the teachers of the Public 7084 "Peruvian Swiss", Villa el Salvador, October 2020. **Methodology:** Quantitative approach study of the descriptive level, non-experimental design, basic type, cross-sectional and prospective, it was carried out in October 2020 with a sample of 45 teachers, selected by a non-probabilistic sampling for convenience, the selection criteria were teachers of all ages and of both genders, both appointed and hired. The instrument: Maslach burnout questionnaire for teachers (MBI-Ed); It consists of 22 Likert-type items. **Results:** Of the 100% (45) of the teachers surveyed, it was found that 73.33% (33) present a medium level and 26.7% (12) present a high level of burnout syndrome, in the level of emotional exhaustion 62.2% (28) present a medium level, at the level of depersonalization 66.7% (30) present a medium level and in personal fulfillment 60% (27) present a medium level. **Conclusion:** most of the teachers present a medium level of burnout syndrome in the Public Educational Institution.

Keywords: Burnout, teachers, institution.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se realizó por la preocupación de la salud mental y emocional de los docentes ya que en los últimos años se observa un gran incremento de estrés crónico.

El síndrome de burnout o síndrome del trabajador quemado, es el desarrollo del estrés laboral que lleva a un estado de estrés crónico. Se presenta por cansancio físico y mental. Como consecuencia puede conducir a alteraciones físicas, mentales y sociales; inclusive puede perjudicar la salud, disminuye la producción y altera el círculo familiar y social. Esta patología es un tipo de estrés que se da en los trabajadores que brindan atención a otras personas.

Sin embargo, en el siglo XXI donde el uso masivo de la tecnología y exceso de información lejos de reducir el trabajo lo incrementa, produciendo el entorno laboral de acumulación de tareas que desencadena el estrés, ocasionando el agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

La presente investigación pertenece a la línea de investigación de la Escuela de Enfermería Padre Luis Tezza denominada: Calidad de vida en los docentes: en la salud y bienestar.

Para el desarrollo de la tesis se ha tomado en cuenta lo siguiente:

En el capítulo 1, se plantea el problema de investigación, se fórmula el problema, se trazan la justificación, limitaciones, antecedentes de estudios nacionales e internacionales y los objetivos generales y específicos.

El capítulo 2, se refiere al Marco Teórico, donde se sustentan las bases y concepciones teóricas referentes al Síndrome de Burnout y sus niveles que son el agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

En el capítulo 3, los aspectos metodológicos, se formulan las hipótesis, se identifican y clasifican las variables, tanto conceptuales como operacionales. Además, se nombra el tipo de investigación, diseño, población, muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos como el método de análisis de datos.

En el capítulo 4, se describe los resultados y discusión, a partir de los resultados obtenidos, es decir, se hace el análisis e interpreta los datos. Se presentan los resultados en tablas y gráficos estadísticos para luego ser confrontados con los resultados de los antecedentes.

Al final, se muestran las conclusiones, recomendaciones, las referencias bibliográficas y anexos. Deseo sinceramente que este trabajo de investigación contribuya a aclarar la comprensión de todos aquellos que buscan mejorar la calidad de vida, dejando de lado lo más importante: la salud mental y físico.

CAPÍTULO 1

PROBLEMA

1.1. Planteamiento de problema

En estos tiempos sea evidenciado un elevado porcentaje de estrés laboral, que sea visto evidenciado en el conocimiento, sentimientos y posturas negativas hacia la labor que realizan y la competencia profesional, originando una complejidad en la salud mental y física en los docentes.¹

Durante la apertura del seminario virtual organizado por la OMS/OPS, él Subdirector de la OPS, manifestó que “El estrés laboral no es ajeno en ninguna de las personas. En la nueva era del trabajo con los avances industriales, la globalización, el desarrollo tecnológico y las comunicaciones virtuales, exige desafío y situaciones que con frecuencia supera los límites de las habilidades y capacidades de la persona. Como consecuencia el estrés, puede conducir a alteraciones físicas, mentales y sociales; inclusive puede perjudicar la salud, disminuye la producción y altera el círculo familiar y social”.² Ante esta posición las organizaciones se han vistos perjudicadas por la ausencia del personal, la restricción en la productividad y aumento de costos por la atención de la salud.³

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), refiere que el entorno laboral negativo puede causar problemas físicos y psicológicos, que son causados por el trabajo, como el estrés y el desgaste profesional.⁴ Por otro lado el estrés laboral ha ocasionado un 75 % de infartos cardiovascular en el año que se dio a conocer en México; colocándolo en el primer puesto a nivel internacional; en segundo es China con el 73% y como tercer lugar Estados Unidos con 59 %.⁵

Por otro lado, la Organización Internacional del Trabajo, afirma que el estrés altera el estado emocional y físico, causando una inestabilidad en su conducta y su desempeño como trabajador.⁶ La OIT realizó una investigación donde el 12 y 15% refieren haber tenido estrés y presión en centro de labor.⁷

El síndrome de burnout, es la exposición al estrés laboral que conduce a un estado de estrés crónico. Presentando agotamiento psicológico y físico que se distingue por dañar o molestar a los demás. ⁸ Han evidenciado que las personas que da atención hacia otras personas, docentes, personal de salud y que trabajan en atención al cliente, ocasionando un agotamiento emocional y físico.⁹

Un estudio en España, refiere que un 65% de los docentes de primaria, secundaria y bachillerato padecen el síndrome de burnout. El 21,6% de los maestros tienen alumnos que lo distraen a menudo en el aula, 18% de docentes percibe un acoso y un 5% ha experimentado ataques físicas y verbales. El 12% de los profesores, se han deprimido abismalmente y dudan de su propia actuación laboral y personal, debido a la conducta de los estudiantes rebeldes, desinteresados, activista e atrabiliario que causa estrés a los profesores.¹⁰

La Asociación Americana de Psicología, un gran número de personas en los EEUU presentan un nivel de estrés alto, con un aumento de 59%, esta alteración puede conllevar a inicios de síndrome de burnout afectando de esta manera la realización profesional.¹¹

Por otro lado, la “Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura”, los profesores tienen que poseer habilidades, que les dejen laborar en un clima profesional, y que la tecnología de la información y comunicación les permita mejorar la técnica de educación y formación en este centenario XXI.¹²

La “Instituto Nacional de Estadística e Informática”, dio a saber que la población de profesores en el Perú asciende a 548,621 a nivel nacional. Un 63% son mujeres y 37% hombres; la edad promedio con 48,5% es de 30 a 45 años, 40,6% de 46 años a más y el 10,9% son menores de 30 años. En el departamento de Lima se concentran 156,819 docentes, el 87,663 laboran en el sector privado y 65,156 en el estatal.¹³

En el estudio del diario Perú 21 entrevistaron a 4 000 trabajadores en el Perú, donde el 78% de los docentes afirman haber presentado estrés laboral, originado por la sobre carga de trabajo, reuniones y obligaciones que desempeñan en la institución.¹⁴

Un estudio sobre estrés laboral reportó en su resultado que un 43,2% de docentes del nivel primaria presentan síndrome de burnout, 35% los profesores en el nivel secundaria y 46.3% en los docentes universitarios.¹⁵

El centenario XXI exigen la competitividad y calidad que ponen, al profesional de educación en un estado físico y mental vulnerables. Las causas están interconectados al estrés de los profesores en la actualidad se asocian al manejo del Internet, a las nuevas plataformas digitales, a las clases virtuales, a las nuevas pedagogías emergentes, entre otros.

En la Institución Educativa Pública en Villa el Salvador ,se observa aulas con numerosos estudiantes, la inasistencia de los padres de familia a las reuniones del colegio es nula o casi nula, con sobrecarga de actividades a los docentes y la baja remuneración mínima vital, lo que conduce a una rutina monótona trayendo como resultado apatía y la perdida de motivación de los docentes, con la única finalidad de describir el síndrome de Burnout para presentar practicas preventivas promocionales para contrarrestar el agotamiento, con la intervención de un equipo multidisciplinario: psicología, tutores docentes y enfermería.

1.2. Formulación del problema

¿Cuál es el nivel de síndrome de Burnout en docentes de una Institución Educativa Pública en Villa el Salvador, 2020?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

- Determinar el nivel de síndrome de Burnout en los docentes de una Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”, Villa el Salvador, octubre 2020.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar el síndrome de Burnout en la dimensión agotamiento emocional en los profesores.
- Identificar el síndrome de Burnout en la dimensión de despersonalización en los profesores.
- Identificar el síndrome de Burnout en la dimensión de realización personal en los profesores.

1.4. Justificación

Las enfermedades laborales son afecciones fisiológicas y psicológicas que altera el ritmo natural de vida, desestabilizando su estado emocional y deteriorando la integridad de la persona, lo que ocasiona ausentismo laboral y disminución en la productividad económica.

Por esta razón es crucial atender a esta población de docentes que son capaces de presentar el síndrome de burnout sin haber obtenido la mayor información al respecto.

Esta investigación presenta una relevancia social porque a partir de los resultados y de la valoración situacional de la exposición física y psicológica de los profesores de la población de estudio frente a la sobre carga laboral, se podría establecer estrategia que coadyuven a los docentes a disminuir la incidencia de este síndrome por el uso de la tecnología de la información, por el tiempo y servicio, por el acumulo de asuntos administrativos que tienen que presentar como parte de la gestión docente, entre otros problemas que influyen en que los maestros se sientan desmotivados y agotados emocionalmente.

La información obtenida permitirá brindar al Director una visión sobre el estado emocional en que se encuentran los docentes de la institución educativa con el propósito de considerarlo en su proyecto educativo anual, como una prioridad a resolver, en bien de la salud de los maestros.

Enfermería en su función comunitaria, ofrecerá los componentes de entendimiento para planificar medidas de prevención y promoción, reforzando la salud mental, emocional y físico de los docentes.

Así mismo esta investigación permitirá estudiar indicadores de agotamiento emocional que presentan los docentes de educación escolar básica, para una valoración oportuna, un tratamiento multidisciplinario y la prevención en salud ocupacional. Por otra parte, los alumnos serán beneficiados ya que contarán con un tipo de enseñanza y una formación más dinámico, atractivo y emprendedor por parte de los profesores. Asimismo, la profesión de enfermería se beneficiará porque ampliará su área de acción en la salud ocupacional, haciéndose más notable y empoderándose en la sociedad.

1.5. Limitaciones

Durante el proceso de la ejecución de la presente investigación se encontró como la dificultad de acceso al campo de la investigación por el aislamiento social, las instituciones educativas estaban cerradas sin embargo se recolectó los datos mediante encuestas virtuales con autorización del Directo.

CAPÍTULO 2

MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

2.1. Antecedentes internacionales

Ibarra M, Erazo P, Gallego F, 2018, en su estudio cuyo título es “Síndrome de burnout en profesores de una institución de educación superior de Manizales-Colombia”. Objetivo fue determinar síndrome de burnout en docentes del sector privado. La muestra está conformada de 144 profesores. Utilizaron el instrumento MBI-Educator Survey de Maslach y Jackson, sus resultados de la variable del Síndrome de Burnout en docentes, se encontró un 66% en el nivel de agotamiento emocional bajo, 38.20% en el nivel de despersonalización medio y con 38.2% en realización personal bajo en profesores.¹⁶

Castillo D, Alzamora M, 2015, realizaron un trabajo de investigación titulado “Síndrome de Burnout en Docentes que se desempeñan en Escuelas Públicas Vulnerable de la ciudad de Santiago - Chile”, cuyo objetivo fue determinar el Síndrome Burnout. El estudio fue cuantitativo y se empleó un instrumento de Maslach Burnout Inventory (MBI) aplicada a 120 profesores. Llegando a la conclusión de que un 30,5% de los profesores manifiesta el síndrome de burnout. Encontrándose un 54,2% en un nivel bajo en agotamiento

emocional, un 72,9 % en nivel bajo en despersonalización y un 49,2% en el nivel medio de realización personal.¹⁷

Almeida M, Nazare E, Ximenes F, Evangelista R, Gomes A, Vieira B, 2015, investigaron sobre “Síndrome de burnout: un estudio con profesores”, el objetivo de estudio fue identificar los niveles del Síndrome de Burnout que presentan los docentes de los colegios municipales. Trabajaron con una población de 116 profesores del municipio de Sobral-Ceará, el instrumento que se aplicó fue el de Maslach Burnout Inventory. El resultado fue que un 46% presentan agotamiento emocional medio, un 47% bajo en despersonalización y 66% moderada en realización personal, se encuentran vulnerables los profesores. Concluyendo que la mayoría de los profesores se ha hallado niveles bajos en despersonalización, con niveles medios en agotamiento emocional y realización profesional. Los profesores están propensos a presentar el síndrome de burnout.¹⁸

Colino N, Pérez P, 2015, realizaron un estudio titulado “El síndrome de burnout en un grupo de profesores de enseñanza secundaria en Montevideo”, el objetivo de estudio fue explicar el síndrome de burnout en docentes uruguayos. La muestra estaba conformada por 279 maestros. Utilizaron un instrumento de Maslach Burnout Inventory-Educators Survey. Llegando a la siguiente conclusión donde un 4,2% de maestros presentan altos niveles del Síndrome de burnout y un 42% de maestros presentan uno o más dimensiones del síndrome de burnout, por lo que es una población vulnerable.¹⁹

2.2. Antecedentes nacionales

Carrillo J, 2020, realizaron un estudio denominado “Síndrome de burnout y satisfacción laboral en docentes con trabajo remoto de una Institución privada

de Moquegua 2020”. Objetivo de este estudio fue determinar una correlación entre el síndrome de burnout y la satisfacción laboral en maestros que están realizando trabajo remoto durante la pandemia COVID 19. Cuya muestra estaba representada por 56 maestros de los tres niveles de educación. Utilizó como instrumento un cuestionario de Maslach (MBI). El resultado fue que el 55,4% de los maestros tienen un nivel alto de síndrome de burnout.²⁰

Huacani A, 2019, realizó un estudio titulado “Síndrome de burnout en los docentes de la I.E de la Gran Unidad Escolar las Mercedes de la Ciudad de Juliaca”, el objetivo fue determinar el nivel del síndrome de burnout (agotamiento emocional, despersonalización y realización personal) que manifiestan los profesores. La muestra estaba representada por 85 maestros entre ellos estaba el director y maestros. Utilizó una encuesta de Maslach Burnout Inventory. Se obtuvo como resultado donde el 67.06% de los maestros tienen un alto nivel del Síndrome de Burnout. La autora llegó a una conclusión, en que la mayor parte de los maestros presentan el síndrome de burnout, evidenciando un nivel alto de agotamiento emocional en profesores (77.65%), un 96.46% en despersonalización y 97.65% bajo en realización personal.²¹

Ingaruca B, 2017, realizó un estudio titulado “Nivel de síndrome de burnout en docentes de una Institución Educativa Pública del Distrito de Santiago de Surco - 2017”, como objetivo de estudio fue determinar el nivel de Síndrome de burnout en profesores. La muestra estuvo conformada por 97 maestros. Utilizó un instrumento elaborado por Maslach, que consta de 22 ítems que se encuentran divididos en tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Llegando a la siguiente conclusión: el 71,1% poseen un nivel alto del síndrome de burnout, sin embargo, el 61,9% de

presenta con un nivel alto en agotamiento emocional y el 63,9% en un nivel alto de despersonalización y con un 24.7% en realización personal con un nivel bajo.²²

Rodríguez A, 2017, realizó una investigación titulado “Síndrome de burnout en profesores de la I.E. Aurelio Miro Quesada del distrito del Rímac, 2017”. Cuyo objetivo fue determinar el síndrome de burnout en los maestros. La muestra se conformó por 27 profesores. Para ello utilizó el instrumento de Maslach Burnout Inventory (MBI). Llegando a la siguiente conclusión: existe un nivel bajo de agotamiento emocional con el 75.86%, de despersonalización con un nivel bajo de 62.07% y en realización personal un 44.83% alto. Por lo tanto, se observa que en esta institución los maestros presentan con un 82,76% en nivel bajo no presentan síndrome de burnout.²³

Albarrán E, 2016, investigó sobre “Síndrome de burnout en profesores de una institución educativa particular y otra nacional-Chimbote, 2016”, con el objetivo de determinar el síndrome de burnout en profesores de una institución educativa pública y una privada. La muestra estuvo constituida por 45 maestros. Utilizando el instrumento de Maslach, que consta de 22 ítems que está dividido por tres niveles (agotamiento emocional, despersonalización y realización personal). Llegando a la conclusión: que no presentan síndrome de burnout en ambas organizaciones educativas, sin embargo, un 20% de docentes en dichas instituciones manifiestan un nivel alto en agotamiento emocional y despersonalización, mientras que solo el 22.2% presenta bajo nivel en realización personal.²⁴

2.3. Base teórica

2.3.1. Síndrome de burnout

Definición:

Freudenberger en el año 1974 (psiquiatra), realizó un estudio en la clínica de toxicómanos en Nueva York donde investigo que la mayoría de los voluntariados tenían un año laborando que padecían de desvió gradual de dinamismo, hasta manifestar un cansancio emocional, demostrando signos de inquietud y tristeza, demostrando apatía en su profesión y agrediendo a los pacientes. Explica que burnout, es errar, deteriorarse o estar agotado debido a la demanda-excesivo de energía.²⁵

Pines, Aaronson y Kafry en el año 1981, explican como un estado de agotamiento físico, emocional y mental, que atraviesa la persona durante largos periodos de tiempo.²⁶

Christina Maslach oficializo el termino burnout, enunciándolo en el Congreso Anual de la “Asociación Americana de Psicología” en el año 1976, obteniendo llamar su atención por los medios académico. Maslach y Jackson en el año 1981, establece como un resultado del estrés laboral crónico, que conlleva a sentirse emocionalmente cansado, el aumento de actividades y sentimientos negativos hacia otras personas con las que se labora (despersonalización), la manifestación del desarrollo de desvalorización del propio rol laboral. Lo explica como *“un síndrome tridimensional determinado por agotamiento emocional,*

despersonalización y baja realización personal, ocurre en personas que tienen contacto directo con clientes o pacientes". En la actualidad se le conoce con el apelativo en inglés "Burnout" por lo de "estar quemado" y "síndrome de desgaste profesional".²⁷

El ambiente pedagógico también pone en peligro el bienestar físico, pero sobre todo el estado psicológico debido a la sobre carga profesional, es decir los maestros se encuentran sujetos a circunstancias de un peligro psicosocial. Los elementos psicológicos y sociales abarcan las situaciones laborales, familiares o personales ya que en su aparición están acondicionando por la salud mental al estar sometidos a presiones internas o externas agotando el estado de salud del profesor.²⁸

El síndrome de burnout para que se presente tiene que ser imprescindible la presión laboral, una dosis de estrés en los docentes (su carácter, disposición, conocimiento y su capacidad de resistir) y de los acontecimientos familiares y profesionales con las que convive a diario. La desobediencia en el salón de clases, el desinterés de los padres de familia, el estar sometido a continuamente a una evaluación, las pésimas condiciones en que se encuentran laborando, la sobrecarga laboral, problemas entre docentes y trabajar con alumnos que no deseen a aprender son factores que llevan al estrés.²⁹

La OMS, alertaba que el Síndrome de burnout, sería un factor de riesgo profesional afectando el estilo de vida y la salud mental, colocando en peligro la vida de las personas.³⁰

En este tiempo es un problema de salud que afecta la calidad de vida en el ámbito profesional, sobre todo en las profesiones de servicio como profesores, en quienes se presenta como un estrés crónico, resultado de un esfuerzo laboral frecuente lo que repercute en un trabajo improductivo e defectuoso, sintiéndose agotado, indiferente y con problemas psicológicos y físicos.

2.3.2. Agotamiento emocional

Definición

Freudenberger lo describió como un desorden mental que perturba el estado físico. Tras los estudios del National Institute of Mental Health en Estados Unidos (1980), la noción de la enfermedad mental presento un cambio y dejando atrás su valoración clínico e personal para dar inicio a un nuevo concepto de dos ideas paralelas: el estar bien quiere decir, el grado de intensidad y una postura positiva, la competencia de saber manejar las emociones y conductas, ser independiente y luchar con el estrés, y el malestar, que quiere decir, la impresión de encontrarse mal o enfermo, no solo abarca a una evaluación individual y a la población para el camino hacia el restablecimiento y la reincorporación laboral.³¹

Existiendo la merma de los recursos emocionales de los trabajadores para hacer frente a los desafíos de su ocupación le programe, expresando una perseverante y aumento de fatiga en el estado emocional, mental y físico que no se iguala a la cantidad de labor realizada,²⁵ evidenciando como resultado a respuestas propias (síntomas) como la ira, tristeza, depresión, ataques verbales o físicas, agotamiento, miedo, alejamiento y enfermedades somáticas, así como el desorden en la institución debido a la presencia de gestos negativos hacia los compañeros o personas con las que trabaja, también se adiciona la dificultad de adecuación al trabajo que desempeña, incumplimiento en el trabajo, tardanzas, ausentismo, accidentes en el trabajo, disconformidad laboral, etc.³²

El agotamiento emocional es el primordial síntoma del síndrome de burnout, por ello, se considera el carisma del profesor ya que la emoción funciona como, hardiness (personalidad persistente), asimilando un medio de resistencia ante eventos estresores. Los profesores con esta particularidad afrontan de manera activa y entusiasmo con lo nombrado, es por consiguiente que se diferencia del burnout activo se relaciona a la hostilidad e irritabilidad, sin embargo, el pasivo se agrupa al escape e desinterés por la persona. De todos modos, la determinación y efectividad son componentes favorecedoras del síndrome.³³

En la dimensión detectamos tres cualidades que forman parte de agotamiento emocional son:

- **Agotamiento.** Acto o efecto de desfallecer al presentar un agotamiento físico o mental.³⁴ El profesional con síndrome de burnout tienden a presentar agotamiento por la sobre carga profesional que mantienen y la tensión en el trabajo.
- **Frustrado.** Es la actitud de que conduce al ser humano a estar frustrado por la sobrecarga profesional.³⁵ Ante una posición que se espera una perspectiva, anhelo, una planificación o un anhelo que no se concreta o no se logra completar y desequilibrando el estado emocional del profesional.³⁶
- **Estrés.** “Respuesta física, mental y psicosocial que el individuo intenta adaptarse a presiones internas y externas”.³⁷ Es una presión ocasionada por posturas que agobian a la persona ocasionando respuestas psicosomáticas o alteraciones psicológicas que se pueden manifestar a veces graves.³⁸

2.3.3. Despersonalización

Definición

Las relaciones interpersonales del síndrome de burnout, que agranda la respuesta al abuso del agotamiento emocional y transformándose en amortiguador emocional de la “preocupación individual”.³⁹

Determinando una alteración de la conciencia del yo, donde la persona despersonalizado se siente a sí mismo como un extraño,

distante, con una impresión negativa y de vacío, y siente que su vida no fuera propia.⁴⁰

Es el desarrollo de los sentimientos, conductas negativas, apartados e insensible para otras personas. Estas respuestas se le agrega con el aumento de la ira y con la pérdida de incentivo por parte del trabajador. El docente trata de distanciarse no sólo de los alumnos sino también de sus compañeros, demostrándose descarado, sarcástico inclusive usando en varias ocasiones sobrenombres para referirse a los alumnos, los hace responsables de sus fracasos y su bajo rendimiento profesional. Las dos dimensiones nombradas manifiestan la presencia de problemas personales y el exceso laboral.⁴¹

En la dimensión se encontró tres cualidades que forman parte de despersonalización son:

- **Apatía.** Indiferencia y pérdida de motivación que no le traerá nada propicio para su vitalidad o para procurar de llegar a ser superior que otros o uno mismo.⁴² Confirmando un desistimiento, dejadez, carecen de voluntad o ánimo frente a una actividad que ha sido asignado el profesional.⁴³
- **Culpable.** Es la aflicción o cargo de conciencia por algo.⁴⁴ Se da por acontecimientos que fueron ocasionados por ellos mismos, atropellando a una tercera persona por nuestras acciones.

- **Insensible.** Persona que es incompetente de responder emocionalmente frente a un acontecimiento angustioso.⁴⁵

2.3.4. Realización personal

Definición

Es la captación de energía en presencia de la resistencia a los problemas del alumnado, saber resolver los obstáculos, el sostenimiento de la capacidad empática, percepción del ánimo, satisfacción personal y retribución económica.⁴⁶

Los trabajadores perciben la sobrecarga laboral excediendo su capacidad, dando oportunidad la presencia de sentimientos negativos en el trabajador, sosteniendo así la percepción de un trabajo inseguro; los perjudicados se reprochan al no haber obtenido los objetivos planteados, con una experiencia deficiente y una disminución en su autoestima laboral característico de una depresión. En la última dimensión se ha encontrado presente la percepción de superioridad oculta por una amenaza de encontrarse incompetente, el maestro brinda una impresión a los demás que su interés y entrega son superiores. La disminución en la realización personal inciertamente es considerada por ser una dimensión independiente.⁴⁷

En la dimensión se encontró dos cualidades que competen a realización personal son:

- **Empatía.** Es una virtud que se identifica o posiciona en la vida emocional de la otra persona, colocándonos en su posición, prácticamente en todas sus complicaciones.⁴⁸ Proporcionándoles una escucha activa, ser tolerantes y brindarle el soporte emocional.⁴⁹
- **Entusiasmo.** En una emoción de fervor que presenta el ser humano, excitado por un acontecimiento que lo deleite o apasiona.⁵⁰ Es un estímulo que lo cautiva a laborar con dedicación.

2.3.5. Teorías de Enfermería de Hildegard Peplau

El modelo de relaciones interpersonales por Hildegard Peplau; es usado por los profesionales de enfermería psicodinámica, permitiendo comprender la conducta humana y así apoyar a las personas a reconocer sus problemas y aplicando el inicio de las relaciones humanas frente a los inconvenientes que se aparecen en cualquier momento y refleja como experiencia que están vinculados con la salud.⁵¹

Peplau desarrolla cuatro periodos que relaciona a la enfermera/o y paciente:

1. Orientación: Durante esta fase la persona presenta una insatisfacción y necesita ayuda profesional. el personal de enfermería ayudara a reconocer y comprender el problema y a identificar qué tipo de ayuda requiere.

2. Identificación: La persona enferma se identifica con otras personas que lo puedan ayudar. La enfermera realiza una exploración en los sentimientos para ayudar al paciente enfermo que reorienta sus sentimientos para incrementar las fuerzas positivas y así poder satisfacer sus necesidades.
3. Explotación: Esta fase aparece cuando ya se ha establecido la identificación del paciente con la enfermera, el paciente aprovecha al cien por ciento todo lo que se le brindara por intermedio del personal de enfermería.
4. Resolución: En esta última fase la persona enferma se libra de su identificación con la enfermera/o. De manera gradual, los antiguos objetivos han quedado obsoletos por unos nuevos.

La teoría psicodinámica influye en el profesional de enfermería indicando que deben de dejar de enfocarse en el cuidado físico de la enfermedad y explorar las emociones y comportamiento del ser humano.⁵¹ Logrando una relación entre la enfermera y la persona enferma que demanda sostener un bienestar físico, emocional y mental, con la finalidad de infundir cambios positivos en el ser humano y restablecer su estilo de vida, favorecedoras para su salud.

2.4. Definición de términos

- **Agotamiento emocional:** Daño gradual de energía, cansancio y fatiga.⁵²

- **Despersonalización:** Es la adaptación del ser humano para protegerse de los sentimientos de incapacidad, indeterminación y fracaso.⁵³
- **Docentes de secundaria:** Es un profesional altamente calificado que se dedica arduamente a la enseñanza y educación, brindando conocimientos en distintas asignaturas.⁵⁴
- **Institución educativa pública:** Esta conformado por un grupo de profesionales y bienes, promovidas por el Estado, con la finalidad de prestar sus servicios a la educación básica, siendo gratuitamente sin tener en cuenta el origen socioeconómico de los estudiantes.⁵⁵
- **Realización personal:** El trabajo pierde el valor que tenía para el sujeto.⁵⁶
- **Síndrome de burnout:** Es el estrés laboral crónico en su máxima expresión, la cual amenaza la integridad fisiológica o psicológica del individuo originado por el trabajo, afectando la autoestima y perdiendo el interés en su trabajo.⁵⁷

2.5. Variable y operacionalización de Variables

2.5.1. Variables

Síndrome de Burnout

2.5.2. Operacionalización de variables

El cuadro de operacionalización de variables está en el Anexo N° 2.

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA

3.1. Enfoque de la investigación

La actual investigación, es de enfoque cuantitativo, según Hernández, Fernández y Baptista nos dice que el nivel descriptivo permitirá demostrar el objeto del estudio y las propiedades del mismo.⁵⁸

3.2. Tipo y método de la investigación

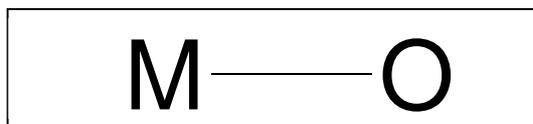
El estudio es de tipo básica, porque se orienta a la generación y explicación de un conocimiento nuevo, de tipo prospectivo porque se da en el tiempo que se diseña y se realiza en el presente, Además, es una investigación de corte transversal porque los datos serán recogidos en un solo momento.⁵⁸

Es de nivel descriptivo porque permitirá describir las características y propiedades del objeto de estudio.⁵⁸

3.3. Diseño de la investigación

El diseño del estudio es no experimental de tipo descriptivo simple porque representa un tipo de estudio que se ejecuta observando los fenómenos tal cual

se exponen, en su contexto natural, para posteriormente examinarlos. No se manipulará la variable.⁵⁸



Dónde:

M: Profesores de una institución educativa pública

O: Nivel de Síndrome de Burnout

3.4. Lugar de ejecución de la investigación

La investigación se ejecutó en la Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”, pertenece a la UGEL 01 SJM. Ubicada en la Mz S lote 1 I etapa de la Urbanización Pachacamac, Villa El Salvador en una zona urbana, Provincia y Región Lima, el cual se encuentra en una zona urbana.

La Institución Educativa Pública, de categoría escolarizada tiene 2 modalidades de educación: La primera es educación básica regular se desarrolla en los turnos mañana y tarde en el nivel primaria y secundaria; la segunda es de educación básica alternativa en el turno noche donde mayormente está dedicada para los adultos. Teniendo actualmente como Director a Luis Ataurima Quispe. En el nivel primario existen las secciones “A, B, C, D y E” de cada grado y en el nivel secundario cuentan con las secciones “A, B, C, D y E”, cada aula está compuesto de 30 alumnos aproximadamente, ambas modalidades son mixtos.

Brinda a los estudiantes distintos servicios dentro ellos se observa una biblioteca, aulas, sala de computación con internet, sala de auxiliares, taller de costura, laboratorio, cafetín, loza deportiva, patio principal, biohuerto, jardines interiores, 20 baños para mujeres y varones (estudiantes), 2 baños de profesores

(mujeres y varón) y un auditorio. Su infraestructura es de material noble, tiene dos niveles, 6 oficinas administrativas que poseen teléfono. La población docente está conformada por 85 profesores, que pertenecen 40 profesores al nivel primario y 45 profesores al nivel secundaria de la institución educativa.

3.5. Población, muestra, selección y unidad de análisis

La población de estudio lo conformaron 85 maestros de la Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”.

La muestra lo conformaron 45 maestros de Educación Básica Regular del Nivel Secundaria de la Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”. Por consiguiente, la muestra será no probabilística, por conveniencia de la investigadora, a este tipo de muestra se denomina nuestra censal.

La unidad de análisis lo representa cada uno de los profesores que trabajan en la organización del nivel secundaria.

3.6. Criterios de inclusión y exclusión

3.6.1. Criterio de inclusión

- Profesores que laboran de manera regular en la institución.
- Profesores que pertenecen al nivel secundaria.
- Profesores que vienen laborando de un año a más.

3.6.2. Criterio de exclusión

- Profesores que no quieran participar en la investigación.

3.7. Instrumento y técnicas de recolección

La presente investigación se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento corresponde a la traducción para profesores (MBI-Ed) o Educator Survey (ES), elaborado por Maslach, Jackson y Schwab en el año 1986 y está conformado por 22 ítems y; dividido en tres dimensiones del síndrome de burnout, son: (Ver Anexo N° 3)

- **Agotamiento emocional (AE)**

Está constituido por 9 preguntas, por los ítems 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 y 20. La máxima puntuación es de 54 puntos, y si el puntaje es alto, están predispuestos a tener mayor despersonalización y el síndrome de burnout es reflejado en los profesionales.

- **Despersonalización (D)**

Está constituido por 5 preguntas, cuales pertenecen al ítem 5, 10, 11, 15 y 22. La máxima puntuación es de 30 puntos, si es alto, muestran mayor despersonalización.

- **Realización personal (RP)**

Consta de 8 preguntas, cuales pertenecen a los ítems 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19 y 21. El puntaje máximo de es 48 puntos, y si se logra tener mayor puntuación, la persona se siente realizada, en esta dimensión el al revés. Si el puntaje es menor, el profesional se siente realizado en su ámbito laboral.

Se brindó al profesor cinco alternativas tipo Likert, que se han determinado de acuerdo a cada síntoma:

- 1: Rara vez
- 2: Poca veces
- 3: Regularmente
- 4: Muy frecuentemente
- 5: Siempre

La evaluación del estudio se realizó según cada elemento de manera autónoma, donde se utilizó una puntuación numérica y está dividido por terciles que se estableció en los tres niveles: alto, medio y bajo.

Este instrumento ha sido validado en Perú por Fernández M⁵⁹, quien utilizó en su trabajo de investigación titulado “Desgaste psíquico (Burnout) en profesores de educación primaria de Lima Metropolitana. Lima - Perú. 2002”, Desarrollada en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Validez del instrumento: El instrumento fue validado inicialmente a través del contenido por criterio de jueces de experto; en la cual participaron 9 expertos, para lo que utilizó la fórmula de V de Aiken, alcanzando los niveles de 0.89 a 1, aprobando la validez de contenido (Ver Anexo N^o 4).

Confiabilidad del instrumento: Fernández M.⁵⁹, aplicando la prueba de alfa de Cronbach dando como resultado 0.78 en agotamiento emocional, 0.76 de despersonalización y 0.74 para realización personal y determinando de esta forma la confiabilidad del instrumento (Ver Anexo N^o 5).

3.8. Procedimiento de recolección de datos

Para la aprobación del proyecto, se sometió a revisión el proyecto de investigación por la Unidad de Investigación de la Escuela de Enfermería Padre Luis Tezza, luego la investigadora solicitó la revisión respectiva por el Comité de Ética en Investigación para su aprobación (Ver Anexo N° 6).

Se realizó las coordinaciones y tramites administrativas vía online con el Director Luis Ataurima Quispe de la Institución Educativa Publica, para aplicar el instrumento a los 45 docentes del nivel secundaria de manera virtual. Se solicitó una carta de presentación a la Directora de la Escuela Tezza (Ver Anexo N° 7).

Luego se realizó las coordinaciones y trámites administrativos previa autorización del Director de la Institución educativa para aplicar el instrumento de investigación (Ver Anexo N° 8)

Posteriormente, se procedió a solicitará los correos y sus números de celulares de los docentes por medio del Director, enviándose la hoja del consentimiento informado a través de los correos de los docentes, y posteriormente se enviará el cuestionario del síndrome de burnout por vías WhatsApp. Todos estos procesos se realizaron de manera virtual debido al aislamiento social por el COVID-19. Para la aplicación del cuestionario se tomó un promedio de 20 minutos, el día 26 de octubre en el horario de 8:00 am a 18:00 pm, las encuestas se realizó desde sus hogares de manera virtual. Se le brindo un correo y un número de contacto para cualquier duda que tengan. Luego los docentes remitirán sus encuestas resueltas al correo de la investigadora.

3.9. Análisis de datos

Una vez recolectada la información, se procedió a trasladar a una hoja de cálculo de Excel versión 2016, para posteriormente ser transportados a la matriz del programa SPSS versión 25, para realizar un análisis descriptivo, determinar frecuencias y promedios, y representarlas mediante esquemas.

3.10. Aspectos éticos

La investigación, fue sometida a revisión y aprobación por el Comité de Ética en Investigación (Ver Anexo N° 7), cumpliéndose durante todo el proceso de la investigación con los siguientes principios básicos:

- **Justicia:** En todo momento se obro respetando la verdad, igualdad y los derechos de los participantes.⁶⁰
- **Beneficencia:** Es la acción y efecto de hacer el bien sin dañar al participante.⁶¹
- **No Maleficencia:** Expresa la obligación de no dañar la imagen ni la reputación de la Institución Educativa, así tampoco a los docentes, respetando la dignidad y confidencialidad.⁶²
- **Autonomía:** Todos los profesores que participaron en el estudio y en el desarrollo del cuestionario, lo hicieron de forma voluntaria, bajo previo consentimiento informado (Ver Anexo N° 9).⁶³

CAPÍTULO 4

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados

Después de la aplicación de la encuesta a los profesores de la Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”, luego del procesamiento de los datos del cuestionario y la lista de cotejo, se organizaron los resultados en tablas y gráficos para facilitar su análisis e interpretación.

Tabla N° 01

Datos sociodemográficos en docentes de la Institución Educativa Pública 7084

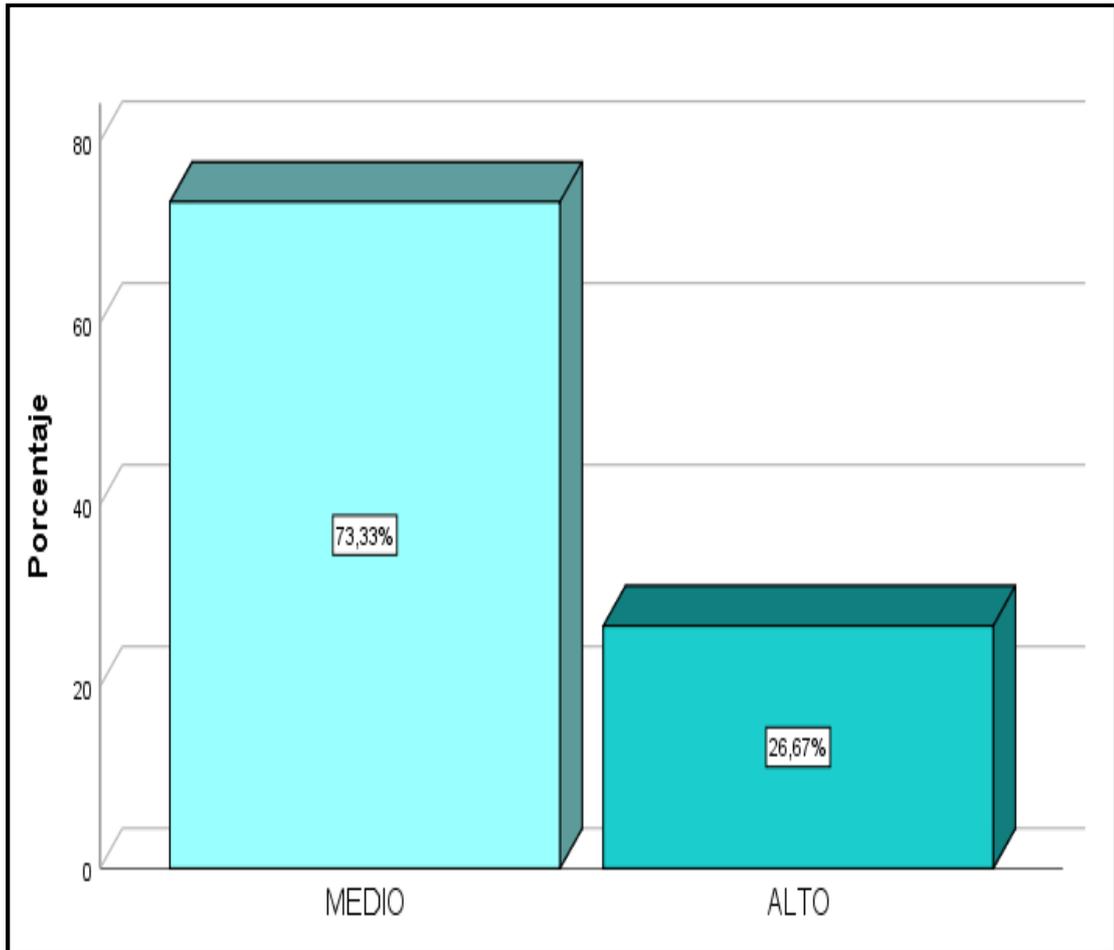
“Peruano Suizo”, Villa el Salvador, octubre 2020.

DATOS	CATEGORÍA	FRECUENCIA	%
SEXO	Femenino	26	57,78
	Masculino	19	42,22
	Total	45	100
Docente en otras instit.	Si	13	28,9
	No	32	71,1
	Total	45	100
Años Trabajando	1 a 5	7	15,6
	6 a 10	1	2,2
	11 a 15	13	28,9
	16 a 20	7	15,6
	21 a 25	6	13,3
	26 a 30	6	13,3
	Más de 30	5	11,1
	Total	45	100
Estado Civil	Soltero	6	13,3
	Conviviente	5	11,1
	Casado	22	48,9
	Divorciado	5	11,1
	Separado	5	11,1
	Viudo	2	4,4
Total	45	100	
Número de hijos	0	6	13,3
	1	14	31,1
	2	16	35,6
	3	5	11,1
	4	4	8,9
	Total	45	100

Del 100% (45) docentes predominan en su mayoría el sexo femenino 57,78% (26), en cuanto a la jornada de trabajo se encontró que no realizan actividades docentes en otra institución 71,10% (32), que tienen trabajando de 11 a 15 años 28,90% (13), estado civil casado 48,90% (22) y en su mayoría tienen dos hijos 35,60% (16).

Gráfico N° 01

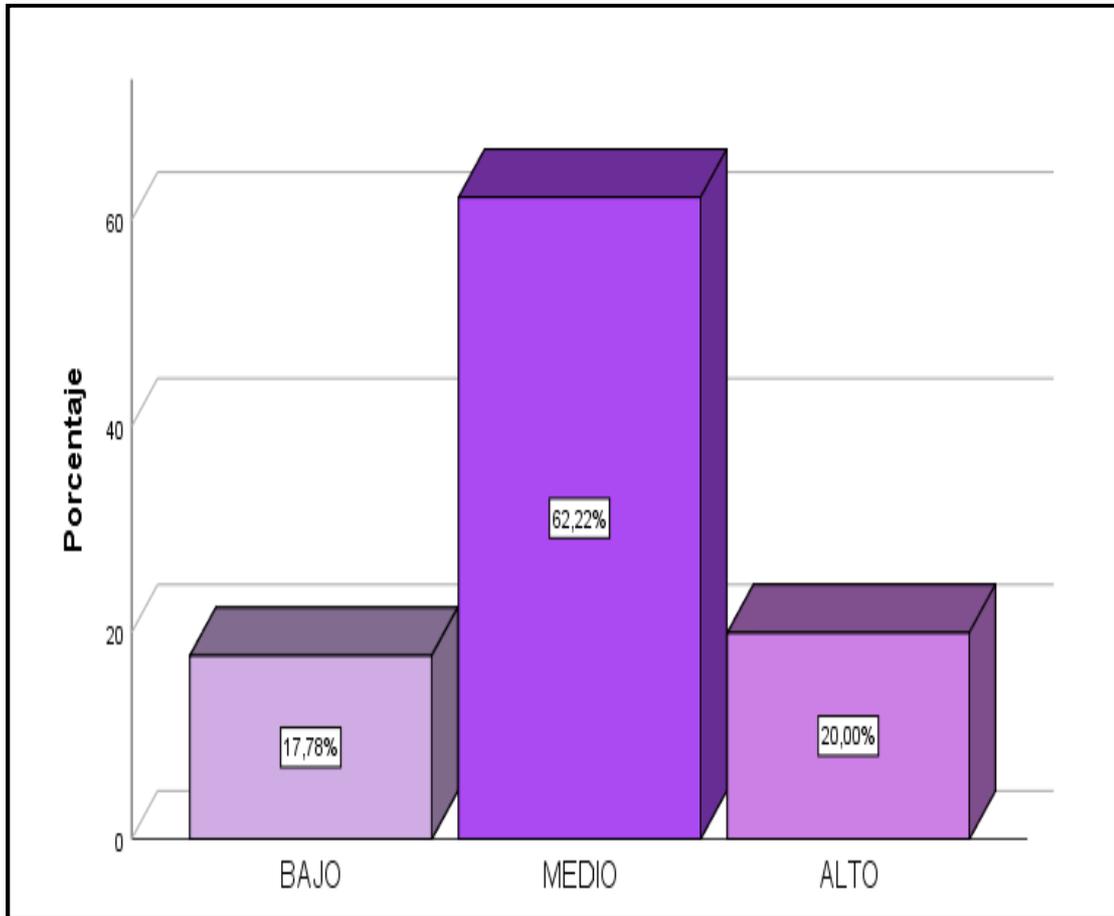
Nivel de síndrome de Burnout en los docentes de la Institución Educativa
Pública 7084 "Peruano Suizo", Villa el Salvador, octubre 2020



Del 100% (45) de los encuestados, el 73,33% (33) presenta un nivel de síndrome de burnout medio y el 26,7% (12) presenta un síndrome de burnout alto.

Gráfico N° 02

Nivel de agotamiento emocional en los docentes de la Institución Educativa Pública 7084 "Peruano Suizo", Villa el Salvador, octubre 2020.

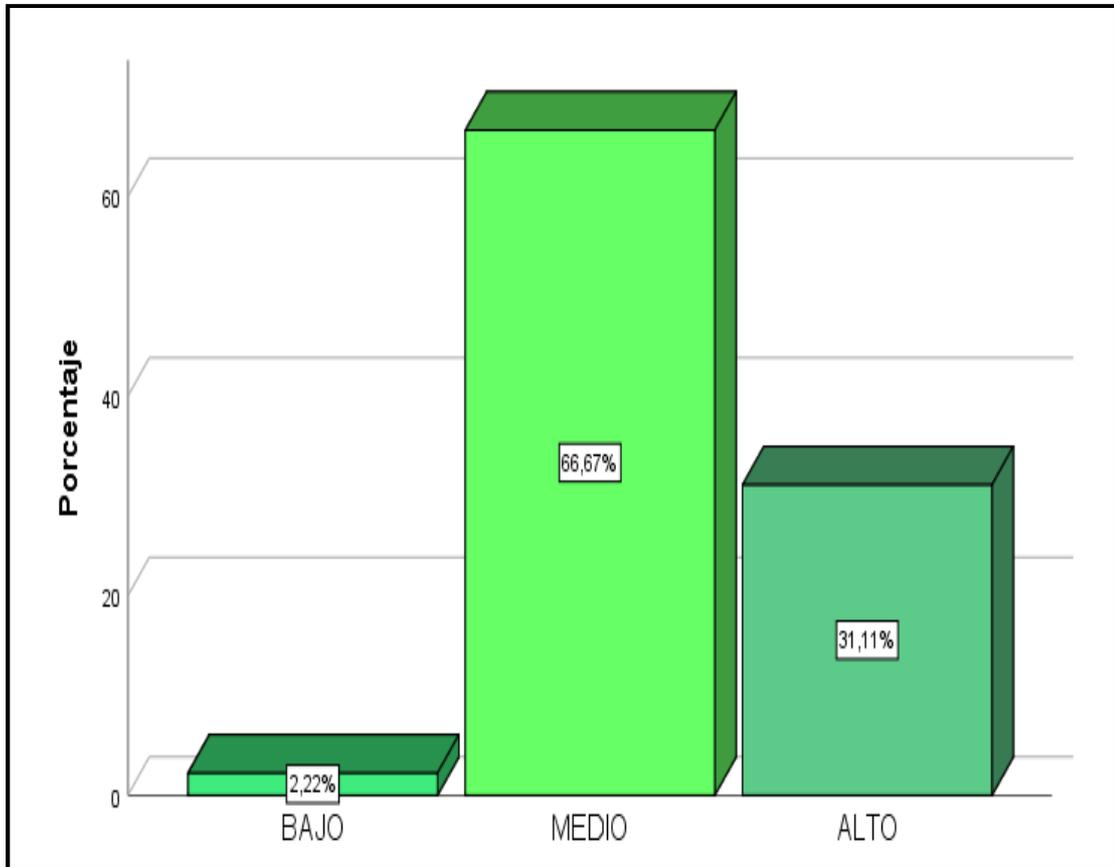


Del 100% (45) de los encuestados, el 17,8% (8) presentan un nivel de agotamiento emocional bajo, el 62,2 % (28) presenta un nivel de agotamiento emocional medio y el 20% (9) presentan un nivel de agotamiento emocional alto.

Gráfico N° 03

Nivel de despersonalización en los docentes de la Institución Educativa Pública

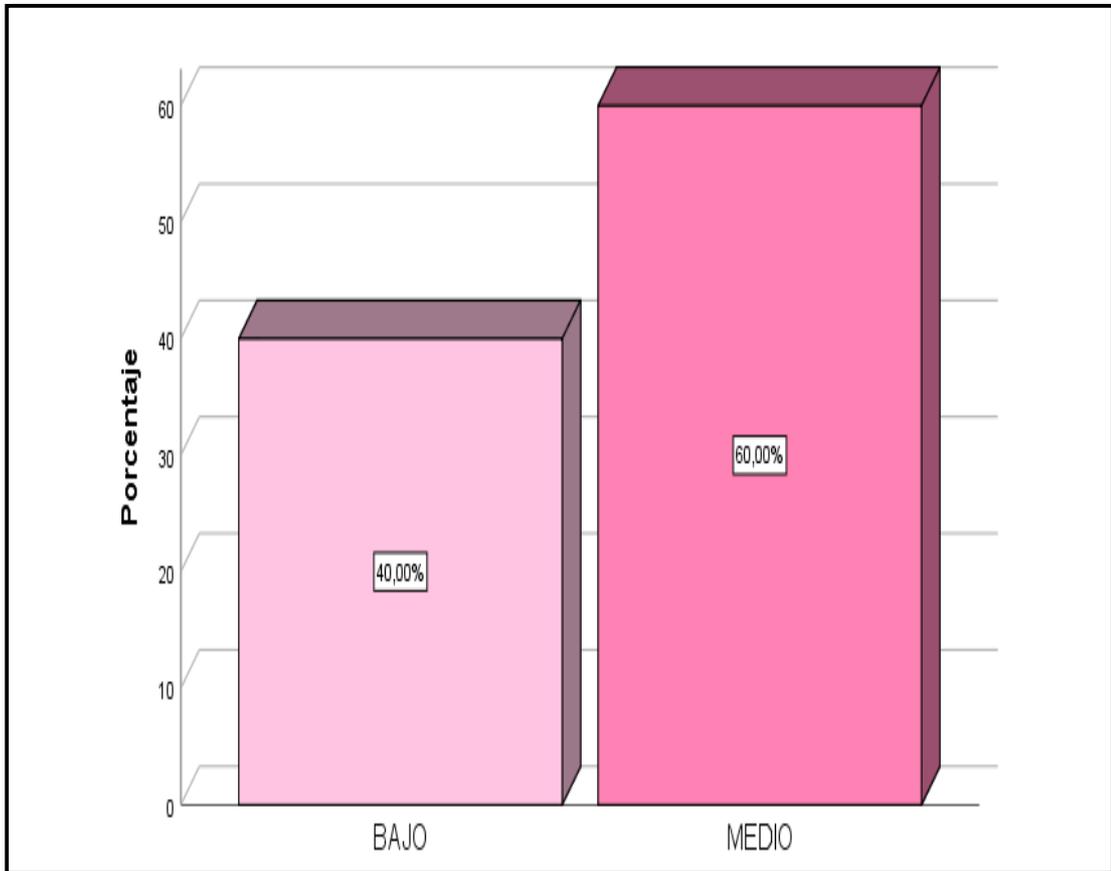
7084 "Peruano Suizo", Villa El Salvador, octubre 2020.



Del 100% (45) de los encuestados, el 2,2% (1) presenta un nivel de despersonalización bajo, el 66,7% (30) presentan un nivel de despersonalización medio y el 31,1% (14) presenta un nivel de despersonalización alto.

Gráfico N° 04

Nivel de realización personal en los docentes de la Institución Educativa Pública
7084 "Peruano Suizo", Villa el Salvador, octubre 2020.



Del 100 % (45) de los encuestado, el 40 % (18) presentan un nivel de realización personal bajo y el 60 % (27) presentan un nivel de realización personal medio.

4.2. Discusión

El síndrome de burnout también se le conoce como síndrome de quemado, es una respuesta al estrés laboral; que repercute en las cogniciones, emociones y actitudes negativas dentro del trabajo. Se interpreta como una forma inadecuada de afrontar el estrés crónico, esta enfermedad se ha detectado como un riesgo para las profesiones que trabajan con individuos, como lo es la educación, salud y recursos humanos. cuyos rasgos principales son el agotamiento emocional, la despersonalización y la realización personal. Es por esta razón que la presente investigación se trazó como objetivo de Determinar el nivel de síndrome de Burnout en los docentes de una Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”, Villa el Salvador, octubre 2020.

Durante el desarrollo de la investigación se presentaron algunas limitaciones como la dificultad de acceso al campo de la investigación por el aislamiento social, las instituciones educativas estaban cerradas sin embargo se recolecto los datos mediante encuestas virtuales con autorización del Directo. Así mismo al utilizar un muestreo no probabilístico no se podrá generalizar los resultados.

En los resultados de la presente investigación se evidencia un nivel medio de síndrome de burnout en los docentes de la Institución Educativa Pública 7084 Peruano Suizo, Villa el Salvador, octubre 2020, y un nivel medio en todas sus dimensiones del síndrome de burnout como son el agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

En los docentes predominan en su mayoría el sexo femenino 57,78%, en cuanto a la jornada de trabajo se encontró que no realizan actividades docentes

en otra institución 71,10%, que tienen trabajando de 11 a 15 años 28,90%, estado civil casado 48,90% y en su mayoría tienen dos hijos el 35,60%. Se ha encontrado concordancia con Castillo D, Alzamora M¹⁷ que en su investigación en los datos sociodemográficos se encontró el sexo femenino 78% por la que estarían más susceptibles a desarrollar el síndrome de burnout debido a la doble jornada de trabajo que ejerce en casa y en el ámbito profesional y en la investigación de Ibarra M, Erazo P, Gallego F¹⁶ sus resultado que aquellos que trabajan en más de una institución educativa y la cantidad de tiempo de servicio profesional influye significativamente en la salud mental de los docentes.

Estos resultados guardan relación con lo que sostiene Castillo D, Alzamora M¹⁷ en su investigación desarrollada en docentes, señalando como resultado que un tercio de los docentes desempeñan y enfrentan el proceso de enseñanza y aprendizaje a sus estudiantes, en condiciones que presentaban malestar física y mental que lo llevo con un 66,1% a un nivel medio del síndrome burnout. Ello es acorde con el resultado de la investigación.

Por lo contrario, a los resultados de Ibarra M, Erazo P, Gallego F¹⁶, Rodríguez A²³ y Albarrán E²⁴, quienes concluyeron que el síndrome de burnout es bajo, siendo un nivel bajo con 75,86% de agotamiento emocional, con un nivel bajo de 62.07% en despersonalización y un nivel bajo de 44,83% en realización personal, como fundamenta Ibarra M, Erazo P, Gallego F¹⁶: los docentes que tienen poco tiempo de ejercer la profesión y a la vez se encuentran trabajando en dos instituciones, tienden a presentar índices tempranos de burnout. Almeida M, Nazare E, Ximenes F, Evangelista R, Gomes A, Vieira B¹⁸ afirma que los jóvenes son los que más padecen de Síndrome de Burnout por su poca antigüedad en la profesión y por lo que trabajan en dos instituciones.

En lo que respecta a las dimensiones del síndrome de burnout, no guardan relación con los resultados de Carrillo J²⁰, Huacani A²¹ y Ingaruca B²⁴, cuyos resultados mencionan que los docentes se encuentran en un nivel alto de 55,4%, 67,06% y 71,1% y con lo que respecta a la dimensión de agotamiento también se encontró un nivel alto, en la dimensión de despersonalización un nivel alto y en la realización personal bajo. Esto se puede atribuir por las respuestas ante estresores emocionales e interpersonales crónicas en el trabajo y con ello a la situación actual y al trabajo remoto producto por la pandemia donde se ve reflejado un incremento significativo para esta enfermedad.

En el análisis de los resultados de la primera dimensión agotamiento emocional, son similares a los estudios de Almeida M, Nazare E, Ximenes F, Evangelista R, Gomes A, Vieira B¹⁸ y Colino N, Pérez P¹⁹, que dieron como resultado un nivel medio de 46% y 36,2%. por que la mayoría de los docentes se encuentran cansado físicamente pero no agotados emocionalmente, que se ve relacionado con la intensidad que se siente comprometidos con su labor, por el aumento de horas en el trabajo mayor de 40 horas semanales y el desconocimiento del síndrome de burnout donde indicaron que se creó una enfermedad para los profesores.

En el análisis de los resultados de la segunda dimensión: despersonalización en docentes, coinciden con Ibarra M, Erazo P, Gallego F¹⁶, por el aumento de desinterés por el trabajo y la desvalorización hacia los docentes por medio de la institución.

En el análisis de los resultados de la tercera dimensión: realización personal en docentes, Castillo D, Alzamora M¹⁷ y Almeida M, Nazare E, Ximenes

F, Evangelista R, Gomes A, Vieira B¹⁸, en profesores quienes obtuvieron como resultado un nivel medio de 49,2% y 66% no se encuentran realizados personalmente con su actividad profesional y laboral, donde se afirma que los docentes se encuentran en una condición de desgaste profesional lo que repercute directamente en el desempeño laboral.

Estos resultados corroboran la teoría de relaciones interpersonales por Hildegard Peplau⁵² ya que al realizar el estudio se ha evidenciado un desequilibrio significativo en el factor psicológico en los docentes, presentando agotamiento físico, emocional y un desinterés en el área laboral. Es por ello que se le debe de integrar en todas las instituciones la promoción en la salud laboral con el único fin de mejorar las condiciones de trabajo para los docentes.

Existen muchos temas por continuar investigando después de los resultados obtenidos por la investigación. Próximas investigaciones debería enfocarse en estudiar factores como estrés, ansiedad, angustia que guardan relación con en el ambiente laboral de los docentes y por ello el aumento del síndrome de burnout y factores protectores que ayude a mejorar las condiciones de trabajo de los docentes.

CAPÍTULO 5

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

1. Los docentes de la Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”, Villa el Salvador - 2020, presentan un nivel medio del síndrome de burnout, que se encuentran haciendo trabajo remoto que se viene ejecutando desde que empezó la pandemia.
2. Los docentes de la Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”, Villa el Salvador - 2020, presentan un nivel medio en la dimensión agotamiento emocional del síndrome de burnout.
3. Los docentes de la Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”, Villa el Salvador - 2020, presentan con un nivel medio en la dimensión despersonalización del síndrome de burnout.
4. Los docentes de la Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo”, Villa el Salvador - 2020, presentan un nivel medio en la dimensión realización personal del síndrome de burnout.

5.2. Recomendaciones

A la Institución Educativa:

- La Institución Educativa Pública 7084 Peruano Suizo debe tomar en cuenta los resultados de la presente investigación, para elaborar programas que permitan eliminar o mitigar la fuente de estrés en los docentes, mediante la realización de talleres psicológicos de control de agotamiento emocional, irritabilidad, frustración, cinismos, ansiedad y motivación personal.
- Las autoridades de la institución educativa deberán establecer lineamientos en su gestión educativa sobre recursos motivadores a través de reconocimiento por las actividades y metas logradas por los maestros, haciendo uso de motivadores externos como diplomas o bonificaciones, que estimulen y eleven los niveles de satisfacción laboral.
- Se recomienda a los docentes que deben realizarse un examen médico-psicológico preventivo anual para optar un mejor estilo de vida, realizando cambios en su alimentación, ejercicios físicos, optando por actitudes positivas, relajación y el incremento de resiliencia.

Al Profesional de Enfermería:

- Fomentar actividades preventivas promocionales en las instituciones educativas haciendo uso de la educación para la salud, mediante sesiones y talleres, dirigidas al cuidado de la salud emocional de los docentes.

A la Investigación:

- Se recomienda realizar estudios en la misma línea de investigación en otras Instituciones Educativas lo cual permitirá comprender la salud emocional del profesional docente, lo que llevaría a la aplicación de estrategias preventivas para evitar el síndrome de burnout.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Martínez A. El síndrome de Burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión [Internet]. Madrid: Reino de España; 2010. [citado: 15 agosto 2020]. Capítulo 1. Concepto del síndrome de burnout Disponible en: <http://www.vivatacademia.net/index.php/vivat/article/view/192>
2. Organización Panamericana de la Salud [Internet]. Estrés laboral es una carga para los individuos, los trabajadores y las sociedades, 2016 [citado: 22 marzo 2020]. Disponible en: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=1973&Itemid=0&lang=es
3. Álvarez E, Fernández L. El Síndrome de Burnout o el desgaste profesional [Internet]. 1991. [citado: 15 agosto 2020];11(39):257-265. Disponible en: <http://revistaaen.es/index.php/aen/article/view/15231>
4. Saborío L, Hidalgo L. Síndrome de Burnout. [Internet]. Costa Rica; 2015 [citado 22 agosto 2020]; 32(1): 119-124. Disponible en: http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1409-00152015000100014&lng=en&nrm=iso&tlng=es

5. Organización Mundial de la Salud [Internet]. Salud mental en el lugar de trabajo, 2019 [citado: 22 marzo 2020]. Disponible en: http://www.who.int/mental_health/in_the_workplace/es/
6. Organización Mundial de la Salud [Internet]. El universal. México, primer lugar en estrés laboral: OMS. 2015 [citado: 22 marzo 2020]. Disponible en: <http://archivo.eluniversal.com.mx/nacion-mexico/2015/mexico-primer-lugar-estres-laboral-oms-1100646.html>
7. Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud [Internet]. Día Mundial de la Salud Mental 2017: Salud mental en el trabajo. 2017 [citado: 22 marzo 2020]. Disponible en: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13739%3Aworld-mental-health-day-2017&catid=9485%3Amental-health-day&Itemid=42130&lang=es
8. Organización Internacional del Trabajo [Internet]. Ginebra: Organización Internacional del Trabajo. 2016 [citado: 23 marzo 2020]. Disponible en: <http://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/2016/490658.pdf>
9. Organización Internacional del Trabajo [Internet]. El estrés laboral: un enfoque latinoamericano. 2016 [citado: 23 marzo 2020]. Disponible en: http://www.ilo.org/sanjose/sala-de-prensa/WCMS_477047/lang-es/index.htm
10. Ayuso J. Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de Estrés Laboral y Burnout. [Internet]. Revista Iberoamericana de Educación. 2006 [citado: 24 marzo 2020]; 39(3): 1-15. Disponible en: <http://rieoei.org/RIE/article/view/2575>
11. Asociación Americana de Psicología [Internet]. El estrés es un problema de salud serio en los estados unidos. 2018 [citado: 24 marzo 2020]. Disponible en: <http://www.apa.org/centrodeapoyo/estres-problema.aspx>

12. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [Internet]. Competencias y estándares Tic desde la dimensión pedagógica. 2016. [citado: 24 marzo 2020]. Disponibles en: <http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Santiago/pdf/Competencias-estandares-TIC.pdf>
13. Instituto Nacional de Estadística e Informática [Internet]. Datos epidemiológicos. Estadísticas. 2016 [citado: 25 marzo 2020]. Disponibles en: <http://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-n143-2017-inei.pdf>
14. Diario Perú 21. El 78% de trabajadores peruanos sufrió de estrés laboral en algún momento. [Internet] Lima, Perú: Diario Perú 21; 2009 diciembre 16 [Citado: 2020 marzo 25]. Disponible en: <http://peru21.pe/noticia/382356/estres-laboral-78-trabajadoresperuanos-lo-sufrio>
15. Fernández M. Estrés laboral en los peruanos: hallazgos recientes. 2010. Tesis postgrado. Lima-Perú. Universidad San Martín de Porras. 37-59pp.
16. Ibarra M, Erazo P, Gallego F. Síndrome de Burnout en profesores de una Institución de Educación Superior De Manizales-Colombia. Rev. Investigación UCM. 2018;18(32): 71-81pp. Disponible en: https://www.researchgate.net/profile/Pablo_Erazo3/publication/332695714_SINDROME_DE_BURNOUT_EN_PROFESORES_DE_UNA_INSTITUCION_DE_EDUCACION_SUPERIOR_DE_MANIZALES-COLOMBIA/links/5ccfade9a6fdccc9dd9016b3/SINDROME-DE-BURNOUT-EN-PROFESORES-DE-UNA-INSTITUCION-DE-EDUCACION-SUPERIOR-DE-MANIZALES-COLOMBIA.pdf
17. Castillo D, Alzamora M. Síndrome de Burnout en docentes que se desempeñan en escuelas públicas vulnerables de la ciudad de Santiago. 2015. Santiago-Chile. Centro de Investigación en Educación. 51-58pp.

18. Almeida M, Nazare E, Ximenes F, Evangelista R, Gomes A, Vieira B. Síndrome de Burnout: un estudio con profesores. 2015. Maracay-Venezuela. [Citado: 2020 marzo 28]; 23(1): 19-27pp. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3758/375841582003.pdf>
19. Colino N, Pérez de León P. El Síndrome de Burnout en un grupo de Profesores de Enseñanza Secundaria en Montevideo. Ciencias Psicológicas. 2015 [Citado: 30 marzo 2020]; 9(1):27-41pp. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/4595/459545409004.pdf>
20. Carrillo J. Síndrome de Burnout y Satisfacción Laboral en Docentes con Trabajo Remoto de una Institución Educativa Privada de Moquegua 2020. Tesis pregrado. Moquegua-Perú. Universidad Señor de Sipán.1pp.
21. Huacani A. Síndrome de burnout en los docentes de la Institución Educativa de la Gran Unidad Escolar las Mercedes de la Ciudad de Juliaca. 2019. Tesis pregrado. Juliaca-Perú. Universidad Nacional del Altiplano.1pp.
22. Ingaruca B. Nivel de síndrome de burnout en docentes de una Institución Educativa Pública del Distrito de Santiago de Surco - 2017. Tesis pregrado. Lima-Perú. Universidad Inca Garcilaso de la Vega.1pp.
23. Rodríguez A. Síndrome de burnout en profesores de la I.E. Aurelio Miro Quesada del distrito del Rímac, 2017. Tesis pregrado. Lima-Perú. Universidad Inca Garcilaso de la Vega.1pp.
24. Albarrán E. Síndrome de burnout en profesores de una Institución Educativa Particular y otra Nacional - Chimbote, 2016. Tesis Pregrado. Chimbote-Perú. Universidad San pedro. 1pp.
25. Gutiérrez G, Celis M, Moreno S, Farías F, Suárez J. síndrome de burnout. Arch Neurocién. 2006. Tesis posgrado. D.F- México. Instituto Nacional de Neurología y Neurocirugía; 11(4): 305-309pp.

26. Rodríguez J, Guevara A, Viramontes E. Síndrome de burnout en docente. 2017. Tesis pregrado. Chihuahua-México. Universidad Pedagógica Nacional del Estado de Chihuahua Campus Delicias. 1pp.
27. Bosqued M. Quemados: El síndrome de burnout: Que es y cómo superarlo. Barcelona: Paidós Ibérica; 2008.
28. Arias W, Huamani J, Ceballos K. Síndrome de Burnout en profesores de escuela y universidad: un análisis psicométrico y comparativo en la ciudad de Arequipa. 2019. Tesis posgrado. Arequipa-Perú. Universidad Católica San Pablo. 1pp.
29. Justo C. Intervención sobre los niveles de burnout y resiliencia en docentes de educación secundaria a través de un programa de conciencia plena (mindfulness). 2010. Tesis pregrado. Pisa-Francia. Universidad Complutense de Madrid. 1pp.
30. Organización Mundial de Salud [Internet]. Entorno laboral saludables: fundamento y modelos de la OMS. 2010 [citado: 2020 marzo 31]. Disponible en: https://www.who.int/occupational_health/evelyn_hwp_spanish.pdf
31. Segura O. Agotamiento profesional: concepciones e implicaciones en la salud pública. 2014. Doctorado. Universidad Nacional de Colombia, Bogota. 1pp
32. Preciado M, Pando M, Vázquez J. Agotamiento emocional: escala Burnout adaptada para mujeres trabajadoras en la costura industrial. 2004. Tesis post grado. Guadalajara-México. Universidad Ciencias de la Salud. 1pp.
33. Arias W, Jiménez N. Síndrome de burnout en docentes de Educación Básica Regular de Arequipa. Educación. [internet]. 2010 [citado: 31 marzo 2020]; 22 (42):53-76. Disponible en: <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/educacion/article/view/5291>

34. ASALE R-, Agotamiento. RAE. REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*. 23ª ed. Madrid: Felipe IV [Internet]. Disponible en: <https://dle.rae.es/agotamiento>
35. ASALE R-, Frustración RAE. REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*. 23ª ed. Madrid: Felipe IV [Internet]. Disponible en: <https://dle.rae.es/frustración>.
36. Aguilar L. El miedo, la frustración y la indiferencia electoral y política en la ciudad de Tepic, Nayarit, 2011. Tesis postgrado. Jalisco- México. Universidad de Guadalajara. 35pp.
37. REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*. 23ª ed. Madrid: Felipe IV [Internet]. Disponible en: <https://dle.rae.es/estr%C3%A9s>
38. Hoyo M. *Estrés laboral*. Madrid: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, 2004. [citado: 8 abril 2020]. Disponible en: <https://www.sesst.org/wp-content/uploads/2018/08/estres-laboral-guia.pdf>.
39. Díaz F, Gómez I, «Research on burnout from 2000 to 2010 in Latin America». *Psicología desde el Caribe*. 2016 [citado: 8 abril 2020]; 33(1): 113-131. Disponible en: <https://doi.org/10.14482/psdc.33.1.8065>.
40. Cruzado L, Núñez P, Rojas G. Despersonalización: más que síntoma, un síndrome. *Rev de Neuro-Psiquiatria* [Internet] 2013 [citado: 9 abril 2020]; 76(2):120-120. Disponible en: <https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RNP/article/view/1194>
41. León E, El síndrome de burnout en las empresas. [internet]. México; 2007 [citado: 9 abril 2020]. Disponible en: <https://www.ucm.es/data/cont/media/www/pag30022/sindrome%20burnout.pdf>
42. Oca Y, Medina J, Fuentes N, Aragón S, Díaz C, Bernal A, et al. Apatía, Desmotivación, Desinterés, Desgano y Falta de Participación en

- Adolescentes Mexicanos [Internet]. 2015 [citado: 9 abril 2020]; 20(3): 326-336. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29242800010>
43. REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*. 23^a ed. Madrid: Felipe IV [Internet]. Disponible en: <https://dle.rae.es/apat%C3%ADa>
44. ASALE R-, culpable REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*. 23^a ed. Madrid: Felipe IV [Internet]. Disponible en: <https://dle.rae.es/culpable>
45. REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*. 23^a ed. Madrid: Felipe IV [Internet]. Disponible en: <https://dle.rae.es/insensible>
46. Hernández C. From burnout to engagement at work: Multi-sample empirical results in healthcare professionals. 2017. Tesis doctorado. Castello- España. Universidad Jaime I. 129pp.
47. Fernández M. Desgaste psíquico (burnout) en profesores de educación primaria de Lima metropolitana. [Internet]. 2002 [citado: 12 abril 2020]. Disponible en: <https://revistas.ulima.edu.pe/index.php/Persona/article/viewFile/842/814>
48. REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*. 23^a ed. Madrid: Felipe IV [Internet]. Disponible en: <https://dle.rae.es/empat%C3%ADa>
49. Empatía, mucho más que ponerse en el lugar del otro [Internet]. 2017 [citado: 2020 abril 12]. Disponible en: <https://psicologiaymente.com/psicologia/empatia>
50. ASALE R-, entusiasmo REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*. 23^a ed. Madrid: Felipe IV [Internet]. Disponible en: <https://dle.rae.es/entusiasmo>
51. Galvis M. Teorías y modelos de enfermería usados en la enfermería psiquiátrica. Rev Cuid [Internet]. 2015 [citado: 10 noviembre 2020]; 6(2): 08-

20. Disponible en:
<https://revistacuidarte.udes.edu.co/index.php/cuidarte/article/view/172>
52. Saborío L, Hidalgo F. Síndrome de Burnout. Medicina. pierna. Costa Rica [Internet]. 2015 [citado: 18 abril 2020]; 32 (1): 119-124. Disponible en:
http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152015000100014&lng=en
53. Thomaé M, Ayala E, Sphan M. Etiología y prevención del síndrome de burnout en los trabajadores de la salud. Rev. de postgrado de la vía Cátedra de Medicina [Internet]. 2006 [citado: 18 abril 2020]. Disponible en:
https://med.unne.edu.ar/revistas/revista153/5_153.htm
54. Imbernon F. La profesión docente ante los desafíos del presente del futuro. [Internet]. Barcelona- España. Universidad de Barcelona. [citado: 18 abril 2020]. Disponible en:
http://www.ub.edu/obipd/docs/la_profesion_docente_ante_los_desafios_del_presente_y_del_futuro_imbernon_f.pdf
55. Asociación Universitaria de Formación del Profesorado (AUFOP). La escuela pública: su importancia y su sentido. Rev. Interuniversitaria de formación del profesorado. [internet]. 2016 [citado: 18 abril 2020].
56. Castillo S. El Síndrome de «Burn Out» o síndrome de agotamiento profesional. [Internet]. 2001.Costa Rica. Medicina Legal [citado 24 de noviembre de 2020]; 17(2): 11-4. Disponible en:
http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1409-00152001000100004&lng=en&nrm=iso&tlng=es
57. Psicología y mente. Burnout (síndrome del quemado): Cómo detectarlo y tomar medidas. Organizaciones, recursos humanos y marketing [internet]. 2014 [citado: 18 abril 2020]. Disponible en:

<https://psicologiaymente.com/organizaciones/burnout-sindrome-del-quemado>

58. Hernández S, Fernández C, Baptista M. Metodología de la Investigación. 6th ed. México: Mc Graw-Hill; 2014. p.4.
59. Fernández M. Desgaste psíquico (Burnout) en profesores de educación primaria de Lima Metropolitana. Persona [Internet]. 2002 [citado: 18 abril 2020]; (5): 27-66. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118132002>
60. Ministerio de Justicia y Derechos Humanos Justicia y derechos humanos. Rev. Justicia y derechos Humanos I [internet]. 2018 [citado: 20 abril 2020]. Disponible en: https://www.minjus.gob.pe/wp-content/uploads/2018/12/REVISTA_002.pdf
61. REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*. 23^a ed. Madrid: Felipe IV [Internet]. Disponible en: <https://dle.rae.es/?id=5LWZAVg>
62. REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*. 23^a ed. Madrid: Felipe IV [Internet]. Disponible en: <https://dle.rae.es/?id=O11kDz6>
63. Ruiz O. Prevalencia del síndrome de burnout en médicos residentes de los distintos departamentos del hospital regional docente de Trujillo. 2016. Tesis pregrado. Trujillo- Perú. Universidad Nacional de Trujillo. 1pp.

ANEXOS



Anexo N° 1

FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO

Nombre	Maslach Burnout Inventory																									
Autor Original	Maslach Y Jackson-1986																									
Autor de Adaptación	Fernández (2002) Universidad de Lima																									
Propósito	Medir el riesgo psicosocial del Síndrome de Burnout																									
Lugar de Aplicación	Institución Educativa Pública																									
Forma de Aplicación	Colectiva																									
Duración de Aplicación	Aproximadamente 20 min.																									
Significación	Evaluar el nivel de síndrome de Burnout en docentes																									
Dimensiones que evalúa	La escala evalúa tres dimensiones básicas del Burnout: -Escala de Agotamiento Emocional -Escala de Despersonalización -Escala de Realización Personal																									
Escala y Valores	<ol style="list-style-type: none"> 1. Rara vez 2. Poca veces 3. Regularmente 4. Muy frecuentemente 5. Siempre 																									
Niveles	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 30%;">Dimensiones</th> <th style="width: 20%;">Niveles</th> <th style="width: 50%;">Puntaje</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">Agotamiento emocional</td> <td>Alto</td> <td>>27</td> </tr> <tr> <td>Medio</td> <td>19-26</td> </tr> <tr> <td>Bajo</td> <td>0-18</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">Despersonalización</td> <td>Alto</td> <td>>10</td> </tr> <tr> <td>Medio</td> <td>6-9</td> </tr> <tr> <td>Bajo</td> <td>0-5</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">Realización personal</td> <td>Bajo</td> <td>0-33</td> </tr> <tr> <td>Medio</td> <td>34-39</td> </tr> <tr> <td>Alto</td> <td>>40</td> </tr> </tbody> </table>		Dimensiones	Niveles	Puntaje	Agotamiento emocional	Alto	>27	Medio	19-26	Bajo	0-18	Despersonalización	Alto	>10	Medio	6-9	Bajo	0-5	Realización personal	Bajo	0-33	Medio	34-39	Alto	>40
Dimensiones	Niveles	Puntaje																								
Agotamiento emocional	Alto	>27																								
	Medio	19-26																								
	Bajo	0-18																								
Despersonalización	Alto	>10																								
	Medio	6-9																								
	Bajo	0-5																								
Realización personal	Bajo	0-33																								
	Medio	34-39																								
	Alto	>40																								



ESCUELA DE ENFERMERÍA PADRE LUIS TEZZA

AFILIADA A LA UNIVERSIDAD RICARDO PALMA



Anexo N° 2

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE RESPUESTAS	ITEMS	NIVELES
Síndrome de Burnout	Resultado del estrés laboral crónico. Se expresa como el agotamiento de los recursos emocionales para afrontar las demandas	Resultado negativo de la actividad laboral del docente, debido a un estrés laboral crónico. El cual será medido a través de un cuestionario que está constituido por 22 ítems en forma de afirmación y expresado por 3 niveles que son	Agotamiento emocional	Agotamiento Frustrado Estrés	1. Rara vez 2. Poca veces 3. Regularmente 4. Muy frecuentemente 5. Siempre	9 Ítems	<input type="checkbox"/> Alta >45 y <63 <input type="checkbox"/> Medio >26 y <45 <input type="checkbox"/> Bajo >9 y <26
			Despersonalización	Apatía Culpable Insensible	1. Rara vez 2. Poca veces 3. Regularmente 4. Muy frecuentemente 5. Siempre	5 Ítems	<input type="checkbox"/> Alta >24 y <35 <input type="checkbox"/> Medio >14 y <24 <input type="checkbox"/> Bajo >5 y <14

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE RESPUESTAS	ITEMS	NIVELES
	propias de la actividad laboral.	denominados agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Estos factores se encuentran en las tres subescalas del MBI. Evidenciado en una encuesta, calificado como alto, medio y bajo.	Realización personal	Empatía Entusiasmo	1. Rara vez 2. Poca veces 3. Regularmente 4. Muy frecuentemente 5. Siempre	8 Ítems	<input type="checkbox"/> Alta >40 y <56 <input type="checkbox"/> Medio >24 y <40 <input type="checkbox"/> Bajo >8 y <24



Anexo N° 3

CUESTIONARIO EN DOCENTES

Buenos días soy la Srta. Ana María Quispe Hinojo, estudiante de la Escuela de Enfermería Padre Luis Tezza. Este trabajo trata de indagar acerca de las características personales y sociales que presentan en la actualidad los profesores de nivel secundaria en una institución pública.

INSTRUCCIONES

El presente cuestionario es estrictamente anónimo por lo que no necesitas escribir tus nombres ni apellidos; te agradeceré que leas cuidadosamente cada una de las preguntas y respondas lo que para ti es la respuesta más adecuada; deberás responder marcando con un aspa (X) o completar los espacios en blanco. Llevará un tiempo aproximado de 20 minutos.

Muchas gracias.

Datos personales

1. Edad _____
2. Sexo: Masculino () Femenino ()
3. ¿Realiza actividad docente en otra institución?
() Sí () No
4. Años trabajando en docencia:
1-5 años () 6-10 años () 11-15 años ()
16-20 años () 21-25 años () 26-30 años ()
30 años a más ()
5. Estado civil:
Soltero (a) () Conviviente () Casado (a) ()
Divorciado(a) () Separado(a) () Viudo (a) ()
6. Número de hijos:



CUESTIONARIO DE BURNOUT DE MASLACH PARA DOCENTES (MBI-ED)

A continuación, se presenta un conjunto de enunciados sobre diferentes ideas, pensamientos y situaciones relacionadas con su trabajo, usted debe indicar la frecuencia con que se presentan. Debe responder marcando con un aspa (X) sobre el número que le corresponda, según la siguiente escala:

1. RARA VEZ
2. POCA VECES
3. REGULARMENTE
4. MUY FRECUENTEMENTE
5. SIEMPRE

Frases	1	2	3	4	5
1. Me siento emocionalmente agotado (a) por mi trabajo.					
2. Me siento agotado(a) al final de la jornada de trabajo.					
3. Me siento fastidiado(a) cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de trabajo.					
4. Puedo entender fácilmente cómo se sienten los alumnos.					
5. Creo que trato a algunos alumnos con indiferencia.					
6. Trabajar con alumnos todos los días es una tensión para mí.					
7. Me enfrento muy bien con los problemas que me presentan mis alumnos.					
8. Me siento agotado por el trabajo.					

9. Siento que mediante mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de otros.					
10. Creo que me comporto de manera más insensible con la gente desde que hago este trabajo.					
11. Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente.					
12. Me encuentro con mucha vitalidad.					
13. Me siento frustrado por mi trabajo.					
14. Siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro.					
15. Realmente no me importa lo que les ocurrirá a algunos de mis alumnos.					
16. Trabajar en contacto directo con los alumnos me produce bastante estrés.					
17. Tengo facilidad para crear una atmósfera relajada en mis clases.					
18. Me encuentro animado después de trabajar junto con mis alumnos.					
19. He realizado muchas cosas que valen la pena en este trabajo.					
20. En el trabajo siento que he llegado al límite de mis posibilidades.					
21. Siento que sé tratar de forma adecuada los problemas emocionales en el trabajo.					
22. Siento que los alumnos me culpan de algunos de sus problemas.					



Anexo N° 4

VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INVENTARIO BURNOUT DE MASLACH

Ítem	V Aiken
1	1,00 *
2	1,00 *
3	1,00 *
4	0,89 *
5	0,89 *
6	0,89 *
7	0,89 *
8	0,89 *
9	0,89 *
10	0,89 *
11	0,89 *
12	0,89 *
13	0,89 *
14	0,89 *
15	0,89 *
16	1,00 *
17	0,89 *
18	0,89 *
19	0,89 *
20	0,89 *
21	0,89 *
22	1,00 *

* p < ,05 Jueces =9

La validez del instrumento fue estudiada inicialmente a través del contenido por criterio de jueces. Para cuantificar los hallazgos se aplicó el coeficiente V de Aiken, este coeficiente alcanzo niveles de 0,89 a 1, adecuados de significación estadística. Fernández M.⁶⁰



Anexo N° 5

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Análisis de ítems y confiabilidad del nivel de Agotamiento emocional del
Inventario de Maslach

Item	M	D.E.	ritc
1	2,31	1,76	0,57 *
2	3,13	1,87	0,52 *
3	1,87	1,83	0,57 *
6	1,13	1,67	0,49 *
8	2,27	1,88	0,59 *
13	0,73	1,32	0,43 *
14	1,27	1,72	0,38 *
16	1,30	1,77	0,44 *
20	1,46	1,03	0,27 *

Alfa de Cronbach = 0,78 *

* p < .05 N = 334

Análisis de ítems y confiabilidad del nivel de Despersonalización del Inventario
de Maslach

Item	M	D.E.	r _{itc}
5	1,16	1,59	0,22 *
10	1,13	1,04	0,23 *
11	0,77	1,46	0,27 *
15	0,69	1,65	0,33 *
22	0,60	1,15	0,34 *

Alfa de Cronbach = 0.76 *

* p < .05 N = 334

Análisis de ítems y confiabilidad del nivel de Realización personal del Inventario
de Maslach

Ítem	M	D.E.	r_{itc}
4	0,92	1,63	0,42 *
7	1,38	1,94	0,43 *
9	1,09	1,93	0,43 *
12	1,02	1,74	0,27 *
17	1,25	1,89	0,39 *
18	0,90	1,64	0,42 *
19	0,96	1,69	0,46 *
21	1,56	1,92	0,39 *

Alfa de Cronbach = 0,74 *

* $p < .05$ N = 334

Para determinar el grado de confiabilidad, se encontró un coeficiente de consistencia interna de alfa de Cronbach de 0.78 para agotamiento emocional, 0.76 para despersonalización y 0.74 para realización personal. Fernández M.⁶⁰

CARTA DE APROBACIÓN DEL COMITÉ DE ÉTICA



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
ESCUELA DE ENFERMERÍA PADRE LUIS TEZZA



Surco, 9 de octubre de 2020

Carta N° 015-2020/D-EEPLT

Señorita Bachiller
ANA MARIA QUISPE HINOJO.
Escuela de Enfermería Padre Luis Tezza
Presente.-

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarla cordialmente y a la vez por medio de la presente, hacerle llegar el Resultado de Evaluación del Comité de Ética en Investigación de su Proyecto titulado: "SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA EN VILLA EL SALVADOR 2020"

Luego de la Revisión del Proyecto, de acuerdo a lo establecido en el Reglamento del Comité de Ética en Investigación, le hacemos llegar el resultado como **APROBADO**.

Sin otro particular, me despido haciéndole llegar mis deferencias y estima personal.

Atentamente,


DIRECCIÓN
Mj. SOR HAIDA ECHEVARRIA SCHMIDT
DIRECTORA
C. E. P. 00577

SIIES/hb.

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

“AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD”

“DECENIO DE LA IGUALDAD DE OPORTUNIDADES PARA MUJERES Y HOMBRES”



UGEL 01

AUTORIZACION

EL DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N° 7084 “PERUANO SUIZO” DE LA URBANIZACION PACHACAMAC DEL DISTRITO DE VILLA EL SALVADOR, CORRESPONDIENTE A LA UGEL 01 S.J.M.

AUTORIZA:

Que, la señorita **QUISPE HINOJO, ANA MARIA**, con D.N.I. N° 46268827, egresada de la Escuela de Enfermería Padre Luis Tezza, aplique el instructivo de su proyecto de Tesis titulado “**SINDROME DE BURNOUT EN DOCENTES**” en el presente mes del año en curso.

Villa el Salvador, 22 de octubre del 2020



ESCUELA DE ENFERMERÍA PADRE LUIS TEZZA
AFILIADA A LA UNIVERSIDAD RICARDO PALMA



Anexo N° 8

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título del Proyecto: Síndrome de burnout en docentes de una Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo” en Villa El Salvador.

Institución : Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo” -
V.E.S

Investigador (a) : Ana María Quispe Hinojo

Objetivo y descripción de la investigación:

El presente estudio tiene como objetivo: determinar el nivel de síndrome de Burnout en los docentes de una Institución Educativa Pública 7084 “Peruano Suizo” en Villa El Salvador, 2020. Siendo la recolección de datos el día 26 de octubre del 2020 de forma virtual en el horario de 7am a 6 pm. Los criterios de inclusión son: docentes que trabajan de manera regular en la institución, en el nivel secundaria, que viene trabajando más de 5 años; los criterios de exclusión son: docentes que no deseen participar en el estudio. Este proyecto de investigación ha sido revisado por el comité de ética de la Escuela de Enfermería Padre Luis Tezza-Universidad Ricardo Palma. Este consentimiento debidamente firmado, será en una copia: para el participante, el CEI de la EEPLT, el investigador y la institución educativa.

Procedimientos:

Si usted acepta participar de este estudio de investigación, se le brindará un cuestionario con 22 enunciados, relacionados con el tema de síndrome de burnout en docentes para que lo desarrolle de manera virtual por el medio de su

correo. Resolver el cuestionario le tomará 20 minutos aproximadamente, teniendo como plazo 3 días para remitir la encuesta a la investigadora.

Participación voluntaria:

La participación en este estudio es voluntaria. Usted podrá retirarse de la investigación en cualquier momento. También podrá decidir que no desea participar ahora o podrá decidir que desea participar y cambiar de opinión más adelante, teniendo en todo momento plena libertad de decisión. De participar se agradece contestar todas las preguntas.

Beneficios:

Su participación colaborará a que se desarrolle el presente estudio y que los resultados contribuirán a ampliar la visión de la salud mental de los maestros para proponer acciones de prevención.

Riesgos y molestias:

El presente estudio no tendrá ningún riesgo físico, psicológico o emocional, pues solo desarrollará un cuestionario y una escala de actitud. Ante cualquier duda deberá ponerse en contacto con la investigadora.

Privacidad y Confidencialidad:

A fin de proteger la privacidad, la información y los datos obtenidos, estos serán codificados y no llevarán nombre, ni sus iniciales; así se conservará la información y su consentimiento en un archivo seguro que no forma parte de los registros médicos. Su nombre no figurará en ninguna publicación o informe sobre esta investigación, trabajándose los datos apenas para los fines establecidos en este consentimiento. Los resultados obtenidos serán presentados en un informe al establecimiento donde se aplicará la investigación e incluso podrá ser difundido en un artículo científico, respetando la veracidad de la información obtenida. Así mismo informo que antes de aplicar el cuestionario, el proyecto fue evaluado por

el Comité de Ética en Investigación de la EEPL Tezza, a quién usted puede llamar, en caso lo crea necesario, al teléfono 434 2770, de 9:30 a 3:30 pm.

Remuneración:

Usted no recibirá ningún pago o remuneración económica por participar en este estudio.

¿A quién acudo si tengo alguna pregunta o inquietud?

De tener alguna duda o inquietud con respecto a la investigación puede comunicarse con la autora de la investigación, Ana María Quispe Hinojo, al teléfono 987304060; y también pueden comunicarse con el Comité de Ética en investigación de la Escuela Padre Luis Tezza, horario de atención de 9:30 a.m. a 3:30p.m., de lunes a viernes, al teléfono 434 2770 o al correo escuelatezza@eeplt.edu.pe