



**SÍNDROME DE BURNOUT EN PROFESORES DE PRIMARIA Y SECUNDARIA
DEL MUNICIPIO DE SOACHA Y SUS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO -
2018**

DIANA CAROLINA BERMUDEZ PIÑEROS

ID: 000326251

BIBIANA PAOLA NOY SALSAS

ID: 000333734

CONSUELO RIAÑO HERNANDEZ

ID: 000327292

TUTOR:

JUAN CARLOS MARTINEZ

DEDICATORIA

La presente tesis está dedicada a DIOS, ya que a él hemos podido lograr culminar la carrera con la satisfacción de lo aprendido cada semestre.

A nuestras familias, que siempre nos apoyaron y nos dieron palabras de ánimo en los momentos cuando creíamos que era imposible cumplir el sueño de ser profesionales recalcando los valores y consejos para ser mejores personas.

A nuestro profesor Gustavo Puertas, por su paciencia, dedicación y esas palabras de luz cuando pensamos que nuestro proyecto no tenía futuro ya que solo faltaba organización en las ideas importantes a implementar. También a nuestra maestra Adriana Castellanos por creer en nosotras que siempre nos decía que podíamos dar más y claramente se vio reflejado ya que este proyecto salió en una tarea de investigación para ella, recordando con alegría que por más preguntas que nos realizó sustentamos con lectura por qué este tema gracias mil gracias.

También queremos agradecerle de corazón a los profesores: Jenny Liliana Cañón quien fue la que nos convenció en realizar nuestro proyecto como opción de grado, Luis Hernando Márquez por su orientación y asesoría, Camilo Antonio Hurtado y Juan Carlos Martínez por las asesorías y la dedicación que nos brindaron para llevar a cabo nuestro proyecto.

RESUMEN

La presente propuesta de investigación tiene como objetivo analizar la prevalencia del síndrome de Burnout en los profesores de primaria y secundaria del municipio de Soacha y las estrategias de afrontamiento empleadas por ellos. El desgaste profesional o síndrome de Burnout en Colombia aún no es catalogado como enfermedad de origen laboral, el Ministerio del trabajo en su decreto 1477 de 2014 incluye otras enfermedades asociadas a los agentes psicosociales, como la depresión ansiedad, reacciones de estrés, entre otras. Este trastorno se caracteriza por tres aspectos estrechamente relacionados con agentes de riesgo psicosocial: el agotamiento emocional, despersonalización o cinismo y la pérdida de la eficacia personal.

Es fundamental identificar las causas y consecuencias emocionales, psicosociales, afectivas y laborales que inciden en el desarrollo del Síndrome de Burnout en profesores del municipio de Soacha tanto del sector público como privado. Para lograr dicho objetivo se pretende llevar a cabo un ejercicio investigativo de enfoque mixto y de tipo descriptivo - correlacional, puesto que se pretende identificar las posibles relaciones entre las variables a) síndrome de burnout b) estrategias de afrontamiento.

Se pretende aplicar tres instrumentos de recolección de la información a saber:

a) Encuesta sociodemográfica, b) Cuestionario de Maslach (Maslach Burnout Inventory) y c) Encuesta de Morbilidad sentida (Cuestionario de afrontamiento). Se parte de los postulados teóricos y metodológicos de la psicóloga Cristina Maslach, quien se ha dedicado a estudiar el Síndrome de burnout (o del quemado), en diferentes contextos sociales y laborales, sus causas, efectos e implicaciones en términos generales. Dicha patología también conocida como síndrome de desgaste profesional, (Freudenberger, 1974), también ha sido estudiada por diferentes investigadores tales como Edelwich y Brodsky (1980), Maslach y Jackson (1981), Feigley (1984) y Raedeke y Smith (2001). A lo largo de muchos años y desde sus primeras conceptualizaciones teóricas en 1974, el estudio de dicho síndrome ha evolucionado, entendiendo que a grandes rasgos, este problema se manifiesta como una respuesta prolongada de estrés en el organismo, ante factores relacionados con las cargas emocionales, interpersonales y por supuesto laborales que se acumulan cotidianamente y que van generando consecuencias tales como la fatiga crónica, bajo rendimiento en las actividades cotidianas (incluso las laborales) y una negativa para aceptar lo que sucede.

El síndrome de Burnout tiene un alto impacto en diferentes profesionales, tales como los militares, los profesionales de la salud, entre otros. No obstante, en los docentes,

población objeto de estudio, este síndrome ofrece unas particularidades, que hacen que sea susceptible de ser estudiado de manera amplia, pues sus efectos en dicha profesión afectan el desarrollo emocional, afectivo y por supuesto laboral, de los cuales se desprenden efectos como el cansancio emocional, la despersonalización de lo cotidiano, y la baja realización personal. La identificación de los síntomas de este síndrome están relacionadas con lo psicossomático, (dolor de cabeza, dolores gastrointestinales, e insomnio, entre otros), cambios en la conducta, (relaciones interpersonales negativas ausentismo laboral), cambios emocionales, que incluyen ansiedad, restricción de la afectividad y menor rendimiento laboral y por último síntomas de carácter defensivo, donde se evidencian conductas agresivas, desplazamiento de los sentimientos hacia otros ámbitos y negación de los síntomas anteriores en general.

Es necesario desarrollar esta investigación, pues el ámbito docente es primordial para una sociedad en la que se pretende hacer de la educación un pilar fundamental. En ese orden de ideas la salud física y mental de los docentes debe ser una prioridad, pues de esta manera se garantiza que los procesos educativos estén a cargo de personas que tienen un bienestar en términos de salud emocional y que de la misma manera contribuyan en la formación de futuras generaciones de manera pertinente, coherente y adecuada.

Al abordar este problema de investigación se pretende identificar no sólo la presencia de dicho síndrome en los docentes de educación básica primaria en el municipio de Soacha, sino extender los alcances y efectos del presente estudio, para que el mismo sea reconocido en la tabla de enfermedades laborales del Ministerio de trabajo, pues se considera que dicho síndrome tiene unos efectos adversos sobre la salud y la estabilidad laboral, psicosocial y emocional de los trabajadores, considerando además que la labor docente y sobre todo en la educación básica primaria genera un desgaste adicional en ese sentido.

Por lo anterior se busca que la problemática abordada en esta investigación sirva como base, primero para la profundización del estudio de la presencia del Síndrome de Burnout en la profesión docente y segundo para que dicho síndrome se incluya como ya se mencionó anteriormente en la tabla de enfermedades laborales del Ministerio de Trabajo.

ABSTRACT

The objective of this research proposal is to analyze the prevalence of Burnout syndrome among primary and secondary school teachers in the municipality of Soacha and the coping strategies employed by them. The professional burnout or Burnout syndrome in Colombia is not yet classified as a work-related disease, the Ministry of Labor in its decree 1477 of 2014 includes other diseases associated with psychosocial agents, such as depression anxiety, stress reactions, among others. This disorder is characterized by three aspects closely related to agents of psychosocial risk: emotional exhaustion, depersonalization or cynicism and the loss of personal efficacy.

It is essential to identify the emotional, psychosocial, affective and labor causes and consequences that affect the development of the Burnout Syndrome in teachers of the municipality of Soacha, both in the public and private sectors. In order to achieve this objective, we intend to carry out a mixed approach and a descriptive - correlational type of research, since the aim is to identify the possible relationships between the variables a) burnout syndrome b) coping strategies.

It is intended to apply three instruments for collecting information, namely: a) Socio-demographic survey, b) Maslach questionnaire (Maslach Burnout Inventory) and c) Morbidity survey felt (Coping questionnaire). It is based on the theoretical and methodological postulates of the psychologist Christina Maslach, who has dedicated herself to studying the burnout syndrome (or burn), in different social and labor contexts, its causes, effects and implications in general terms. This pathology, also known as occupational burnout syndrome, (Freudenberger, 1974), has also been studied by different researchers such as Edelwich and Brodsky (1980), Maslach and Jackson (1981), Feigley (1984) and Raedeke and Smith (2001). . Over many years and since its first theoretical conceptualizations in 1974, the study of this syndrome has evolved, understanding that broadly speaking, this problem manifests itself as a prolonged response of stress in the organism, before factors related to emotional burdens, interpersonal and of course work that accumulate daily and that are generating consequences such as chronic fatigue, poor performance in everyday activities (including work) and a refusal to accept what happens.

The Burnout syndrome has a high impact on different professionals, such as the military, health professionals, among others. However, in the teachers, population studied, this syndrome offers some peculiarities, which make it susceptible to be studied in a broad manner, as its effects on this profession affect emotional development, affective and of course work, which give rise to effects such as emotional exhaustion, the depersonalization

of the everyday, and the low personal fulfillment. The identification of the symptoms of this syndrome are related to the psychosomatic, (headache, gastrointestinal pain, and insomnia, among others), changes in behavior, (negative interpersonal relationships, absenteeism), emotional changes, including anxiety, restriction of affectivity and lower work performance and finally defensive symptoms, where aggressive behaviors are shown, displacement of feelings towards other areas and denial of the previous symptoms in general.

It is necessary to develop this research, because the teaching field is essential for a society in which it is intended to make education a fundamental pillar. In this order of ideas, the physical and mental health of teachers must be a priority, because this way it is guaranteed that the educational processes are in charge of people who have a well-being in terms of emotional health and who in the same way contribute in the formation of future generations in a relevant, coherent and appropriate manner.

When addressing this research problem, it is intended to identify not only the presence of this syndrome in primary school teachers in the municipality of Soacha, but to extend the scope and effects of this study, so that it is recognized in the table of diseases of the Ministry of Labor, since it is considered that this syndrome has adverse effects on the health and job, psychosocial and emotional stability of the workers, also considering that the teaching work and above all in the primary basic education generates additional wear and tear on the that sense.

For the above, it is sought that the problem addressed in this research serves as a basis, first for the deepening of the study of the presence of Burnout Syndrome in the teaching profession and second for that syndrome to be included as already mentioned in the table above. Occupational diseases of the Ministry of Labor.

TABLA DE CONTENIDO

1. Resumen	3
2. Abstract.....	5
3. Planteamiento del problema	9
4. Justificación	11
5. Objetivos.....	13
5.1 Objetivo General.....	13
5.2 Objetivos Específicos	13
6. Antecedentes.....	14
7. Marco Referencial	20
7.1 Marco Conceptual.....	20
7.2 Marco Teórico	23
7.3 Marco Legal.....	27
8. Metodología.....	29
8.1. Tipo de Investigación	29
8.2. Población y Muestra	30
8.3 Instrumentos	30
9. Recursos	31
10. Cronograma de Actividades	33
11. Resultados e Impactos de la Prueba	34
12. Conclusiones.....	38
13. Referencias	39
14. Anexos	40

LISTA DE TABLAS

Tabla 1.....	20
Psicología Clínica: Burnout como un estado (Tonon, 2003).....	20
Tabla 2.....	21
Psicología Social: Teoría socio-cognitiva del yo (Tonon, 2003).....	21
Tabla 3.....	21
Psicología de las organizaciones: basada en la teoría del estrés laboral (Tonon, 2003).....	21
Tabla 4.....	31
Recursos.....	31
Tabla 5.....	33
Cronograma de Actividades.....	33
Tabla 6.....	34
Agotamiento Emocional.....	34
Tabla 7.....	35
Despersonalización.....	35
Tabla 8.....	36
Realización Personal.....	36

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Las enfermedades laborales son una de las causas más frecuentes y comunes del ausentismo laboral; para el año 2014 se clasificaron en Colombia un total de 9.700 enfermedades laborales, pero se prevé que esta cifra sea mayor teniendo en cuenta que muchas de estas enfermedades se reportaban como de origen común. La nueva normatividad llama a la responsabilidad del empresario de comenzar a detectar y a reportar inmediatamente a su administradora de riesgos laborales o a la EPS a la cual el trabajador está afiliado para que se haga el diagnóstico y se defina su tratamiento y que a la vez ocasionan secuelas en la salud de los trabajadores, afectándolos tanto a nivel físico como mental (Consejo Colombiano de Seguridad, 2016).

Asimismo el desgaste profesional o síndrome de Burnout (en español: síndrome del quemado) en Colombia aún no es catalogado como enfermedad de origen laboral, el Ministerio del trabajo en su decreto 1477 de 2014 incluye otras enfermedades asociadas a los agentes psicosociales, como la depresión, ansiedad, reacciones de estrés, entre otras. Este trastorno se caracteriza por tres aspectos estrechamente relacionados con agentes de riesgo psicosocial: el agotamiento emocional, despersonalización o cinismo y la pérdida de la eficacia personal.

Aunque esta enfermedad se presenta usualmente en trabajadores asistenciales, se ha extendido a otras profesiones en especial aquellas que requieren contacto con público, que con oficios que con llevan a una alta responsabilidad ética y social ,como por ejemplo, el rol de profesor; a quien actualmente la sociedad le exige varias competencias para su desempeño, no sólo educa, orienta, estructura planes de estudio, planifica y desarrolla clases, genera informes, realiza proyectos y atiende a padres de familia, sino que también en muchas ocasiones ejercen la función de padres. Las anteriores funciones pueden arrastrar a los profesores a altos niveles de estrés ocupacional, convirtiéndose en uno de los problemas psicosociales más sobresalientes en los ambientes laborales que implica el deterioro de su salud y calidad de vida.

A medida que se van presentado los síntomas de la patología los profesores van perdiendo el compromiso e interés por realizar sus tareas en sus trabajos y en últimas esto incide en la calidad de la educación que reciben los estudiantes. De igual manera la falta de recursos puede convertirse en el factor principal que incide en la aparición del síndrome Burnout, bien sean técnicos como la infraestructura o el material didáctico o de tipo social

como la indisciplina de los alumnos, desinterés y falta de motivación y actitudes negativas de los padres hacia el aprendizaje de los hijos. (García y Llorens, 2003).

Por último se destaca que el hacinamiento, salarios bajos, el poco o a veces nulo reconocimiento social a su labor prestada, junto con las barreras de ascenso son factores que se suman a la generación del síndrome de Burnout, conllevando a frustraciones, falta de ánimo, falta de compromiso, pérdida de liderazgo, y un desinterés profesional que se acentúa de forma paulatina, desencadenando niveles de estrés, depresión y ansiedad, y por ende a desarrollar otras patologías como problemas gastrointestinales, cardiovasculares, afecciones de la piel, dolores de cabeza o cefaleas, mareos, alteraciones del apetito sexual, mayor riesgo de obesidad, alteración del sueño, baja en las defensas, aumento del riesgo de consumo de alcohol y sustancias psicoactivas, entre otras.

La presente investigación pretende dar respuesta a la siguiente interrogante:

¿Cuál es la prevalencia del síndrome de Burnout en los profesores de primaria y secundaria del municipio de Soacha y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los docentes?

JUSTIFICACIÓN

Las enfermedades laborales son una de las causas más frecuentes y comunes de ausentismo laboral, pero también ocasionan secuelas en la salud de los trabajadores, afectándolos tanto a nivel físico como mental, acabando de esta manera con su estabilidad y plenitud de condiciones de la persona.

En los docentes, las enfermedades más comunes están relacionadas con el denominado síndrome de Burnout, el cual se explicará de forma detallada más adelante, pero que a groso modo implica un deterioro en la salud física y mental de los docentes, dadas las cargas de estrés laboral y las condiciones adversas con las que deben lidiar constantemente en sus trabajos. El docente se ve enfrentado de forma cotidiana a situaciones que en conjunto ocasionan frustraciones, falta de ánimo, falta de compromiso, pérdida de liderazgo, y un desinterés profesional que se acentúa de forma paulatina, lo cual conlleva a un alto grado de estrés y por ende a desarrollar otras patologías que en conjunto son síntomas del síndrome de burnout o del trabajador quemado.

Esto implica que se da un agotamiento en la perspectiva, optimismo y entusiasmo del docente, lo cual se empieza a reflejar en la calidad de la educación que recibe el estudiante, pues se hace notoria la falta de compromiso, dedicación y esfuerzo por llevar a cabo las actividades propias de la labor. Lo anterior también se evidencia en el hecho de que los entes encargados de la educación en Colombia, por tratar de llegar a toda la población no está teniendo en cuenta la calidad si no la cantidad, en el proceso formativo de los estudiantes, obligando al maestro muchas veces a recibir cursos con población vulnerable sin las condiciones mínimas necesarias e incluso en condiciones de hacinamiento, en aras de la denominada cobertura.

Esta investigación se realiza para evaluar, los factores que alteran las condiciones físicas y psicológicas de los docentes de un grupo significativo de docentes del municipio de Soacha en el sistema educativo público.

Planeación de clases, ejecutar las mismas, desarrollar actividades curriculares y extracurriculares, reuniones con padres de familia, comités y reuniones, el estar pendiente de los estudiantes entre otras actividades, responsabilidades y obligaciones, generan una serie de condiciones que afectan y deterioran la salud del docente dado el contacto permanente de este con otras personas, y las condiciones que se dan en la interrelación de

docente con su medio laboral. Mediante esta investigación se busca identificar los factores determinantes que ocasionan o conllevan a generar el síndrome de Burnout, el cual de acuerdo con estudios previos afecta de manera notable a los docentes de primaria de diferentes instituciones educativas del sistema público en varios países.

Desde el punto de vista de la seguridad y salud en el trabajo, se debe priorizar el hecho de que un trabajador se encuentre en condiciones óptimas, lo cual se logra gracias al desarrollo de ambientes laborales favorables, que permitan el desarrollo profesional de forma adecuada. En ese sentido es pertinente evaluar cuales son las condiciones en las que se desempeñan los maestros para el desarrollo de su trabajo, pero también es necesario determinar cuáles son los factores que están incidiendo en el posible deterioro de su salud tanto física como mental, pues es claro que un docente que trabaja en condiciones estables con ambientes laborales favorables, desarrolla condiciones óptimas y a su vez presta un servicio de calidad, pero por el contrario, en ambientes hostiles, con salarios relativamente bajos y falta de motivación, los docentes no sólo desarrollan patologías a nivel físico y mental que se desprenden de las mismas situaciones que deben vivir, sino que también y dadas esas condiciones, afectan el sistema educativo, al no poder desarrollar en pleno sus capacidades y conocimientos por la falta de garantías.

Establecer la relación entre los factores que afectan el desarrollo profesional del maestro y el desarrollo del síndrome de Burnout, permitirá dar cuenta de las necesidades, dificultades y oportunidades que se tienen, para mejorar las condiciones en los ambientes laborales del sistema educativo público, no sólo del municipio de Soacha, sino a futuro del departamento y del país, pues establecer las falencias que deterioran la salud de los trabajadores a nivel de seguridad y salud en el trabajo, permitirá mejorar la calidad de vida del trabajador y por supuesto de la labor que desempeña.

OBJETIVOS

Objetivo General:

Analizar la manifestación y prevalencia del síndrome de Burnout y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los docentes de básica primaria y secundaria de colegios de Soacha.

Objetivos Específicos:

1. Realizar la caracterización sociodemográfica de los profesores de básica primaria y secundaria del municipio de Soacha.
2. Identificar los niveles de Burnout y las estrategias de afrontamiento presente en los profesores a través del Inventario de Burnout de Maslach (MBI) y cuestionario de forma de afrontamiento.
3. Diseñar una propuesta de intervención mediante la cual se contribuya a la prevención del síndrome de Burnout.

ANTECEDENTES

Aldrete, Moreno, Beltrán, Partida (2003), realizan un estudio observacional, transversal y descriptivo en una muestra de maestros que laboran frente a un grupo de 25 escuelas primarias seleccionadas aleatoriamente de Guadalajara. La unidad de análisis fue el Síndrome de Burnout y su relación con las actividades que realizan los docentes. Para la captación de la información se utilizó un formulario auto-aplicado que contenía las variables de interés, así como la Escala de Maslach Burnout Inventory. Se estudiaron 301 maestros. Las siguientes variables demostraron evidencia del Síndrome de quemarse en los maestros investigados: altos niveles de Agotamiento emocional (25.9 %), baja realización en su trabajo (21.6%) y altos niveles de despersonalización (5.6 %). Solo el 20.6% no presenta alteración en las áreas que evalúa la escala de Maslach, no se encontró relación con actividades como: planeación docentes, calificaciones de pruebas y tareas, elaboración de material didáctico

Por su parte Restrepo, Colorado Y Cabrera (2005), llevan a cabo un estudio realizado en Medellín Colombia donde su objetivo, fue explorar manifestaciones de desgaste emocional y físico o, síndrome de Burnout en docentes de Medellín, 2005 Método estudio cuantitativo transversal en una muestra aleatoria de 239 docentes quienes se aplicó cuestionario auto diligenciado para explorar variables demográficas, socio-laborales y las dimensiones del síndrome Burnout según el Maslach Burnout Inventory-MBI. Donde el 23.4% presentó manifestaciones del Burnout y un 23,4% adicional tuvo riesgo de manifestarlo; en ambos grupos prevaleció el agotamiento emocional y despersonalización.

Marru, C (2004) realiza en San Luis Argentina un estudio donde se presenta un informe de la investigación llevada a cabo con docentes de la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Nacional de San Luis donde se trabajó este síndrome. El trabajo concluye con recomendaciones sobre estrategias de intervención que, en el caso de ser necesarias, se podrían considerar para prevenir el surgimiento del síndrome, con el objetivo de mejorar la calidad de vida laboral de los trabajadores docentes y, consecuentemente, mejorar la calidad de la enseñanza que la Institución ofrece a sus alumnos, la muestra se realizó con 43 docentes entre los 30 y 55 años

Oramas, Viera, Almiral y Fernández (2007, p. 71-87), realizan, un estudio con 855 maestros de Venezuela, de 53 centros educativos de diferentes municipios de este estado, se realiza la aplicación de un cuestionario de estrés, donde se mira la edad, el sexo siendo mayor en los maestros, los factores laborales que más provocan estrés son: Volumen de trabajo, factores relacionados con los alumnos, salario inadecuado, déficit de recursos como

materiales y equipos. Además los niveles afectivos, cognitivo, psicosomático, son los tres componentes del síndrome de Burnout.

Se realiza un estudio entre los años (1997 y 1999), donde se verifica las jubilaciones de 480 profesores que se jubilan a temprana edad, donde la frecuencia es de 45% mayor en mujeres que hombres, en este estudio se evidencia que los profesores son los que sufren mayor trastornos psicológicos que las otras profesiones. El método que se utiliza para evaluar el síndrome de burnout, fue diseñado para otras profesiones, pero ha servido mucho para la evaluación de los docentes este tema es complicado para la salud pública ya que este ente debe buscar soluciones para prevenir dichos síntomas, estos síntomas no son novedosos en los profesores y coinciden con las literaturas realizadas.

Por otra parte en el estudio que realizan Rodríguez, Oramas, y Rodríguez, realizado (2007), en la universidad de Carabobo, Maracay Venezuela, de la ciudad Guanajuato (México) coincide que los factores que más afecta a los maestros son la mala remuneración, la falta de materiales para la realización de sus trabajos, Como lo indica Kyriacoun (1997), “solo una buena calidad de las condiciones laborales aumentan la sensación de dignidad de los profesionales”, una de las características de los docentes claves es la responsabilidad, así como “travers & Cooper (1997)” que identificaron Diez factores de estrés en los profesores Británicos donde se establece una relación Docentes/Discentes, en el caso de los profesores de Guatemala.

Según Rodríguez, Restrepo, Padilla, Avellaneda (2009) , en Colombia se implementa esta herramienta en un colegio de Bogotá realizando una muestra con los profesores de primaria, donde se obtiene cinco factores como: entorno laboral, satisfacción personal, relación entre estudiantes con dificultades y autoconocimiento, dificultades laborales. Las dificultades que presentan con sus compañeros también son un factor de estrés muy alto, el 75% de los docentes evaluados opinan que si volverían a nacer, volvería a ser docentes ya que ellos disfrutaban de hacer esta labor, mientras que otro porcentaje se les dificulta trabajar con alumnos que presentan problemas de comportamiento, se espera que con estos resultados se pueda explicar algunas de las dificultades que existen en la educación en Colombia.

Este estudio se implementa en Colombia en el año 2005 en un estudio realizado en Medellín, pero todas las investigaciones realizadas con llevan a un mismo resultado, sin importar el país, ya que todos presentan alumnos con conflictos, así como también se tiene docentes que realizan su trabajo por vocación y tiene la capacidad de orientar a estos chicos, pero a su vez otros maestros solo realizan su trabajo, en conclusión hasta el momento no se ha creado herramientas para darle solución o minimizar los factores que conllevan a los maestros a padecer el síndrome de Burnout.

Según Arís Redón (s.f) de la Facultad de Ciencias la educación, de la universidad Internacional de Cataluña Barcelona En España, realiza un estudio sobre el síndrome de burnout, donde se observa que cada día más se realizan bibliografías de este síndrome, pero falta el abordaje hacia la parte de los docentes de primaria y preescolar puesto que ellos son los que más están propensos son a sufrir este síndrome ya que tienen que lidiar con largas jornadas laborales y además las problemáticas con las que tienen que vivir día a día, no siendo esta la única problemática que tiene se le suma. Que ante la sociedad los docentes son los responsables de todo lo que les pasa a los alumnos, los medios de comunicación se han encargado de dañar tanto la imagen de los maestro, esto también se debe a que los docentes son muy jóvenes además deben ser capaces de enfrentar los nuevos retos, con creatividad frente a los retos de una sociedad que “Pretende y debe ser” mejor y más justa.

Si se realiza una comparación con todos los artículos citados aquí, se puede observar que lo que más afecta a los maestros es la falta de compromiso tanto de padres, como del gobierno ,todos los países mencionados presentan alguna problemática algunas más graves que otra, pero la pregunta es se han realizado estudios donde se evidencia este síndrome, pero que se ha hecho para solucionar y darle respaldo a profesores que brindan conocimiento, amor paciencia y sabiduría a cada uno de sus estudiantes, sin importar sus clase social, cultural, pero de aquí sale otra pregunta y los padre cómo ayudan, la falta de compromiso en el acompañamiento que necesita su hijo para llevar a cabo el mismo ideal que su maestro. En Guadalajara se llevó a cabo una investigación detallada y analítica, en unos docentes que trabajan en instituciones de educación básica primaria, se tomaron una cantidad de 300 docentes.

Todos los maestros que colaboraron con el estudio, cada uno de diferentes escuelas, donde se tuvieron en cuenta la experiencia y los cursos a los cuales les dictan clases, recalcando los siguientes factores: estado civil, sexo, clase profesional, antigüedad, jornada laboral. Otras fuentes que puede llevar al síndrome de burnout son las funciones de organización para preparar la clase o las evaluaciones, la convivencia con la familia su responsabilidad con la misma, estas labores que realizan en el hogar y el apoyo que reciben de parte de ellos influyen también para que cada persona pueda desarrollar el síndrome del trabajador quemado. Se tuvieron en cuenta los síntomas que catalogaron los psicólogos como la parte Emocionales: Desilusión, Tolerante, desesperación, conductuales: Desconsideración, Abandono laboral Sociales: Conflictos interpersonales, mal humor. Psicósomáticos: Dolor de osteomusculares, migraña, pérdida del apetito, cognitivos: Autoestima baja, hipocresía, desorientación.

La información se adquirió por medio de archivos que estaban organizados en dos segmentos, la primera donde se tienen en cuenta los casos que se han presentado y las tareas que hacen, lo anterior mencionado se obtuvo con docentes de básica primaria que no fueron elegidos para la investigación.

También se utilizó un cuestionario de Maslach burnout Inventory (MBI), este test es de selección múltiple, siempre se había utilizado para evaluar el diagnóstico en personal de la salud, pero se adaptó para docentes, donde se cambió a pacientes por estudiantes el resto del test fue implementado igual y aunque existieron algunas preguntas abiertas, tomaron las que tenían un concepto parecido o igual para así llegar a un resultado preciso y cien por ciento seguro. Como los factores eran cuantitativos se lograron identificar la condiciones para la presencia del síndrome del quemado y los síntomas que desarrollan, donde algunas de los factores son su punto laboral.

Las horas que destinan los docentes para desarrollar su profesión generan desesperación para así ir adquiriendo síntomas de burnout. Según la investigación realizada en Guatemala arroja una gran pregunta *“¿porque el contacto directo con estudiantes conlleva a que el docente manifieste estar agotado física y emocionalmente?”*

Los docentes sin pensar tienen una gran cantidad de labores que deben cumplir día a día, ellos no tienen descanso porque todo depende de una sola palabra la responsabilidad adquirida, ya que las horas trabajadas no alcanzan para desarrollar sus actividades de acuerdo a las materias asignadas para dictar, su profesión no solo los ocupa entre semana sino que también tienen que abarcan los fines de semana para terminar trabajo.

Uno de los factores que se encontró en la investigación es el simple hecho de pertenecer a una federación, ya que genera un mandato para hacer su trabajo, o si se observa en Colombia el distrito es el ente regulador y después el ministerio de educación que son los encargados de garantizar que los estudiantes e instituciones educativas logren sus aprendizajes de calidad.

Ya que la presión que ejercen sobre ellos, podría ser una variable a estudiar próximamente, por los niveles de ausentismo que están incrementando con el pasar del tiempo, el incremento de cursos genera la presencia del síndrome de burnout por el trabajo, según la teoría de Schaufeli que consiste en que el docente al estar más preparado académicamente percibe por este hecho que tendría más posibilidades de promoción profesional y al no lograrlo puede afectar su autoestima y sus relaciones laborales influyendo en el síndrome. Teniendo en cuenta que en pleno siglo XXI ha crecido la colaboración de la mujer en el trabajo, donde todos los integrantes de la familia han tenido que participar en las actividades domésticas, ya sea hombre o mujer los dos tienen las mismas responsabilidades tanto en el trabajo como en el hogar. Con esta investigación lograron identificar la relación que tiene el síndrome con el trabajo en los docentes en las instituciones de básica primaria.

En Colombia se han realizado algunas investigaciones con respecto a la presencia del síndrome de burnout en docentes. Entre dichos antecedentes se pueden destacar el estudio llevado a cabo por Olaya, (2015), donde se aborda esta patología en docentes de Bogotá en la localidad de Usme, en una investigación titulada: “El síndrome de burnout o síndrome de agotamiento profesional (SAP), en el trabajo de los docentes Distritales de la localidad de Usme”.

El objetivo principal del estudio anteriormente mencionado era: “Identificar las variables intervinientes para la presentación del síndrome de Burnout o Síndrome de agotamiento profesional en los docentes distritales de la localidad de Usme”.

De acuerdo con los planteamientos de Olaya, (2015), múltiples factores influyen en el desarrollo del síndrome de burnout, tales como el contexto social y afectivo en el que se desenvuelven cotidianamente los docentes. Adicional a lo anterior el docente se enfrenta frecuentemente a una carga emocional adicional a la suya propia, pues este se encuentra en constante interacción con otras personas, lo que significa una mayor presión en las relaciones interpersonales que establece el docente. De la misma forma factores como el salarial, la cultura institucional, las leyes, la falta de incentivos, entre otros, son factores adicionales que generan una mayor presión y estrés cotidiano que desemboca en el denominado Síndrome de Burnout.

Desde el punto de vista metodológico se diseñó una investigación de tipo exploratorio con enfoque cuantitativo, con una población de 200 profesores de colegios públicos de la localidad de Usme en la ciudad de Bogotá. Los instrumentos de recolección de información estuvieron conformados por una encuesta sociodemográfica, y el Maslach Burnout Inventory (test de Maslach-Burnout).

Dentro de las conclusiones Olaya (2015), estableció que el síndrome de Burnout es una enfermedad poco estudiada en el contexto educativo y menos aún en los docentes de educación primaria y media. De la misma forma la autora concluyó que este síndrome es poco reconocido como una enfermedad laboral, pero que deja serias consecuencias desde el punto de vista socio-afectivo, mental, emocional en los docentes. De la misma forma se concluye que esta patología es más común en los docentes de los colegios oficiales, dadas las características mismas de la labor y las particularidades de las políticas, dinámicas y realidades a las que se ve enfrentado continuamente un docente, (relaciones interpersonales, disgustos, carga y sobrecarga laboral, problemas propios) lo cual lo lleva a un desgaste adicional al lógico propio de una profesión, que desemboca en la presencia de un estrés crónico denominado síndrome de Burnout.

En otra investigación realizada por Hermida y Murcia (2012) denominada “Prevalencia de Burnout en Docentes del colegio Bilingüe de Bogotá, se planteó como

objetivo determinar la prevalencia de dicho síndrome en una institución educativa de la ciudad de Bogotá.

Desde lo metodológico, la investigación utilizó la escala de Maslach (Maslach Burnout Inventory, así como un cuestionario socio-demográfico, con el fin de reconocer los rasgos fundamentales de la presencia del Síndrome de Burnout en una población de 80 docentes de dicha institución educativa.

Aunque se hicieron algunos hallazgos sintomatológicos del síndrome de Burnout, en esta investigación no se pudo concluir con vehemencia la presencia de dicha patología, debido según los autores, entre otras cosas a las limitaciones asociadas a la aplicación del cuestionario, e incluso el hecho de ser una sola institución educativa, dificultando mayores alcances, ante una baja y única tasa poblacional en la muestra.

En otro estudio titulado “Factores asociados al síndrome de Burnout en docentes de colegios de la ciudad de Cali, Colombia”, (Bambula, López, Varela, 2010), se planteó como objetivo de investigación, “establecer los factores asociados al síndrome de Burnout, en docentes de dos instituciones educativas formales de carácter público y privado en la ciudad de Cali”. En dicha investigación se describieron las dimensiones del síndrome, (agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal), y su relación con los factores organizacionales, tales como el estrés del rol y las características sociodemográficas de los docentes.

Desde el punto de vista metodológico se aplicó un instrumento denominado Cuestionario de Burnout en profesores – Modificado (CBP-M) a un total de 82 docentes de básica primaria, de las dos instituciones, seleccionados de manera intencional. Fue un estudio de tipo no experimental, con diseño transversal – correlacional.

Dentro de los resultados se pudo evidenciar con respecto al síndrome de Burnout, que con relación al síndrome de burnout se encontró que, en el colegio privado, el 15 % de los docentes presentaba un nivel moderado y el resto se encontraba en nivel normal. Por su parte, en el colegio público, el 22 % de los docentes estaba en nivel moderado y los demás en nivel normal. En términos generales no se encontraron indicadores severos de presencia del síndrome de Burnout, pero si moderados en ambas instituciones.

De la misma forma, se encontró una relación significativa entre el burnout y la variable estrés de rol, independientemente del tipo de colegio (público y privado). De acuerdo con los autores esto podría estar relacionado con que, en general, en cualquier tipo de institución, la docencia es una profesión con alta vulnerabilidad frente al estrés laboral, dadas las múltiples funciones de las profesiones de ayuda. Dichas profesiones giran en torno a garantizar el bienestar de otros, y en el caso de la docencia, en los estudiantes, asegurándose de que reciban una educación de calidad, más la carga emocional propia de las problemáticas personales, laborales y sociales.

MARCO REFERENCIAL

Marco Conceptual

En el año 1974, Freudenberger, definió al desgaste laboral como un estado caracterizado por el agotamiento, la decepción, y la pérdida de interés, como consecuencia del trabajo cotidiano, que se desarrolla principalmente en profesionales que se dedican al servicio y ayuda y que no logran alcanzar las expectativas en sus trabajos. Cuando se hace referencia al síndrome de Burnout o literalmente en español, síndrome del quemado, se hace necesario remitirse a Cristina Maslach, quién a mediados de la década de los 70, inicio con los primeros estudios de dicho síndrome, en profesionales de la salud y de la educación, caracterizando el mismo y dándole a conocer el nombre de Burnout en un congreso realizado en el año 1977, por la American Psychological Association.

De acuerdo con Tonon (2003), el síndrome de Burnout se puede definir como “una respuesta a la estresante situación laboral de las profesiones que se centran en la prestación de servicios”. Por su parte Schaufeli y Enzmann (1998), conceptualizan el síndrome de Burnout como “un estado mental persistente negativo, y relacionado con el trabajo en individuos “normales”, caracterizado principalmente por el agotamiento, sensación de competencia reducida, disminución de la motivación, y desarrollo de actitudes disfuncionales en el trabajo”. A lo anterior, Maslach (1997) habla de un proceso “interaccionista entre las características de entorno laboral y de orden personal que cursa en forma crónica”, lo cual conlleva según la misma Maslach (2001) a un respuesta prolongada a estresores crónicos a nivel personal y relacional en el trabajo, determinado a partir de las dimensiones conocidas como “agotamiento, cinismo e ineficacia profesional.

De acuerdo con Grau y otros (1998), este síndrome es un “mecanismo particular de *afrontamiento* del estrés laboral que se manifiesta en la medida en que se hace crónico y fallan las estrategias funcionales de dicho afrontamiento habitualmente usadas por el sujeto, haciéndose más visible en sus fases más avanzadas y afectando de forma sustancial su desempeño laboral.

Al síndrome de Burnout se pueden asociar conceptos claves tales como:

Agotamiento emocional: entendido a partir de síntomas como la pérdida de energía, agotamiento físico y psíquico, fatiga, desgaste y sentimientos de estar al límite (De la Gándara, J, 1998).

Cinismo y despersonalización: el cinismo hace alusión a una serie de actitudes pesimistas, de resignación y negativismo, que se da para protegerse del agotamiento emocional. Se pueden encontrar síntomas como distanciamiento de los compañeros de trabajo, deshumanización de las relaciones personales, desprecio cínico del entorno y tendencia a

culpar a los demás de las propias frustraciones laborales (De la Gándara, J, 1998). En ese sentido Maslach, (2003), afirma que el cinismo y agotamiento emocional surgen de la presencia de sobrecarga laboral y conflictos personales.

Realización personal: De acuerdo con Quevedo A y Paz M (1997), esta se refiere a un sentimiento complejo de inadecuación personal y profesional en el puesto de trabajo, el cual surge de forma constante en la comprobación entre las demandas excesivas que se le hacen al trabajador y su capacidad para atenderlas satisfactoriamente. En algunos casos puede surgir un sentimiento contrario, es decir no de incompetencia, sino de omnipotencia, incremento de capacidades, esfuerzos, interés y dedicación al trabajo, (Sebastián, 2002).

La siguiente tabla ilustra de manera resumida la conceptualización asociada al síndrome de Burnout:

Autor	Año	Conceptualización
Freudenberger	1974	Estado de agotamiento, decepción y pérdida de interés como consecuencia del trabajo cotidiano en la prestación de servicios y ante expectativas inalcanzables
Fischer	1983	Estado resultante del trauma narcisista que lleva a la disminución en la autoestima

Tabla 1 Psicología Clínica: Burnout como un estado (Tonon, 2003)

Autor	Año	Conceptualización
Harrison	1983	Las personas que trabajan en profesiones de servicios están motivadas para ayudar a las demás. Si en su contexto laboral existen factores que obstaculizan su tarea y no la dejan conseguir sus objetivos, esto afecta su esperanza de conseguirlos y con el tiempo se genera el <i>Burnout</i> , que, asimismo, retroalimenta negativamente su motivación para ayudar.
Pines y Aronson	1988	Proceso de desilusión en una persona altamente motivada por su trabajo, que se caracteriza por fatiga emocional, física y mental; sentimientos de inutilidad, impotencia, sentirse atrapado y baja autoestima.

Tabla 2: Psicología Social: Teoría socio-cognitiva del yo (Tonon, 2003)

Autor	Año	Conceptualización
Golembiensi	1983	El estrés laboral está generado por la sobrecarga laboral o por la denominada "pobreza de rol", que es su antítesis. Ambas situaciones producen en la persona: pérdida de autonomía, disminución de su autoestima, irritabilidad y fatiga.

Tabla 3: Psicología de las organizaciones: basada en la teoría del estrés laboral (Tonon, 2003)

MARCO TEÓRICO

En la actualidad se hace necesario reflexionar en torno a los diferentes factores que inciden en el desarrollo de una práctica profesional, en este caso la docencia, en la cual múltiples elementos contribuyen a transgredir la salud de los maestros, debido a elementos físicos, psicológicos, culturales y sociales, que van ocasionando trastornos en los mismos y erosionando su salud en términos generales. El síndrome de Burnout es en la actualidad una enfermedad que se da a partir de ciertos factores laborales afectando a un gran porcentaje de los trabajadores, sobre todo del sector bancario, medicina, servicios, atención al cliente, pero se evidencia de forma aguda la presencia de tal síndrome en los maestros, dadas entre otras condiciones que favorecen la aparición de dicho síndrome, las jornadas de trabajo, el estrés, la presión por obtención de metas y resultados, en contextos y condiciones bastante hostiles y las condiciones salariales y laborales, entre otros de los factores que se convierten en un caldo de cultivo para el desarrollo de los síntomas y del síndrome de Burnout o del trabajador quemado, como se le conoce coloquialmente. Teóricamente, diversos autores han desarrollado diferentes estudios e investigaciones relacionados con el síndrome de Burnout, los cuales dan algunas luces sobre sus causas y consecuencias. A continuación, se presentarán algunos de esos postulados e ideas relacionados con esta enfermedad que se cataloga como una enfermedad laboral.

Para empezar el nombre de esta patología fue dado por Freudenberger (1974) al referirse con la palabra Burnout al hecho de estar quemado, consumido o apagado. Inicialmente esta palabra se asoció con los deportistas que daban fundidos y no alcanzaban los resultados propuestos en las competencias. Posteriormente el Burnout empezó a asociarse con profesiones ligadas al trabajo con otras personas, donde se veía involucrada una alta carga emocional. El síndrome de Burnout se puede comprender desde dos perspectivas, desde la clínica y desde la psico-social. Desde el punto de vista clínico, se puede entender como un estado que se da en el trabajador como consecuencia el estrés laboral, (Freudenberger, 1974). Desde el punto de vista psicosocial, el síndrome de burnout, se asocia con un proceso desarrollado en la interacción en entornos laborales difíciles sumados a las condiciones personales del sujeto, que iban desarrollando unas características con un mayor nivel de complejidad a medida que avanzaba la presencia del síndrome en el sujeto.

Cabe destacar que este síndrome no fue inicialmente aceptado por la comunidad científica, dados los escasos estudios y la poca valoración que este tenía. No obstante, con los posteriores desarrollos en esta materia, se pudo dar consistencia y validez a esta materia. Es necesario tener en cuenta que el síndrome de burnout, se puede entender como un estado, de cansancio o etiquetamiento de una actividad o momento particular o como un proceso, el cual se desarrolla en diferentes fases, el cual es objeto de estudio del presente

trabajo. Así pues, el burnout se puede entender como una respuesta al estrés laboral, cuando hay una falla en las estrategias habituales que el sujeto usa para afrontar los conflictos y la cotidianidad rutinaria y problemática.

Freudenberger (1974) define el síndrome de burnout como, la sensación de fracaso y una existencia agotada que tenía como resultado una sobrecarga en la exigencia de energía, recursos personales o fuerza vital del trabajador. Maslach (1976) por su parte lo define como un proceso gradual de pérdida de la responsabilidad personal, y un desinterés cínico entre sus compañeros de trabajo. En ese mismo sentido Spaniol y Caputo (1979) definen este síndrome, como el resultado de una falta de capacidad para afrontar las responsabilidades laborales y personales.

El síndrome de Burnout o del quemado, consiste de acuerdo con Edelwich y Brodsky (1980), en la falta de interés, fuerza y voluntad de cada trabajador, dándole un direccionamiento hacia el ámbito psicológico por el esfuerzo físico y mental realizado en cada jornada laboral. Pines y Aronson (1981), lo enmarcan en una situación de agotamiento emocional, despersonalización y pérdida de actividad laboral, la cual se da en labores que implican un contacto espontáneo y requirente con personas. (Maslach, 1981).

Maslach y Jackson (1981), se refieren al síndrome como una condición que compromete a las personas que tienen un desgaste ya sea por la intensidad horaria, el compromiso y la responsabilidad sobre otras personas. El estrés laboral es fundamental para desarrollar el síndrome de burnout por la combinación de un trabajador estresado y el trabajo estresante. Cherniss (1980), citado en Carlín y Garcés (2010, p.170), refiere tres fases del síndrome de Burnout: “a) desequilibrio entre demandas en el trabajo y recursos individuales (estrés), b) respuesta emocional a corto plazo, ante el anterior desequilibrio, caracterizada por ansiedad, tensión, fatiga y agotamiento, y c) cambios en actitudes y conductas (afrontamiento defensivo)”.

Leiter y Maslach (1988), destacan una serie de factores tales como la sensación de agotamiento emocional que pueden desarrollar los trabajadores, donde se evidencia poco interés por las personas que los rodean y por ende en las actividades que realizan. Por otra parte Winnubst (1993), afirma que el incremento de métodos de trabajo y el acoplamiento de normas rígidas generan un ambiente tenso y más propicio para adquirir el síndrome del quemado, o de la misma forma al generarse una rutina laboral también lo presentará por su actividad frecuente. Freudenberger (1980), hace referencia al síndrome del quemado a todo estado de cansancio y desilusión que puede presentar cada persona de acuerdo a su profesión. Según Smith y Nelson (1983) concluyen que es imposible lograr un concepto preciso de esta enfermedad, donde resaltan el grado de gravedad para todo el que desarrolle este síndrome.

Por su parte Brill (1984), lo define como una condición de inquietud que se expresa en cada ámbito laboral, solo se da como alteración psicológica sin mayor importancia, teniendo en cuenta que su puesto antes lo desempeñaba bien lo cual lleva al empleado a perder su ubicación laboral y por ende causa una reubicación dentro de la empresa. Por otra parte Smith, Watstein y Wuehler (1986), manifiestan que el síndrome de burnout puede estar mediado solo por actitudes y formas de ser, actitudes propias de cada ser humano, por lo cual descarta inmediatamente la presencia del síndrome del quemado.

Garden (1987), no da a conocer una definición específica, pero se refiere a soportes antiguos basados en investigaciones realizadas, las cuales no arrojan una definición clara y concreta, pues no todos los científicos compartían opiniones basadas en el síndrome de burnout. Shirom (1989), afirma que este síndrome también surge dependiendo el estilo de vida de cada persona.

Otros psicólogos como Gil-Monte y Peiró (1997), argumentan que el estrés laboral conlleva una gran cantidad de sentimientos acumulados, los cuales al paso del tiempo se logran evidenciar con los cambios de actitudes, donde los afectados son los empresarios por el bajo rendimiento de los trabajadores y estos últimos por supuesto al sufrir de este mal.

Edelwich y Brodsky (1980) destacan cuatro fases por las que pasa un individuo que padece el síndrome de Burnout, las cuales se señalan a continuación:

1. Entusiasmo, caracterizado por elevadas aspiraciones, energía desbordante y carencia de la noción de peligro;
2. Estancamiento, que surge tras no cumplirse las expectativas originales, empezando a aparecer la frustración;
3. Frustración, en la que comienzan a surgir problemas emocionales, físicos y conductuales, con lo que esta fase sería el núcleo central del síndrome; y
4. Apatía, que sufre el individuo y que constituye el mecanismo de defensa ante la frustración.

De acuerdo con autores tales como Maslach (1978), Reader, Schwab, Jackson y Schuler (1986), Parkes (2001), Shirom (1989), Moreno y Peñacoba (1999), y Gil-Monte (2003), algunos de los síntomas más frecuentes son:

1. Emocionales: Desilusión, Tolerante, desesperación.
2. Conductuales: Desconsideración, Abandono laboral

3. Sociales: Conflictos interpersonales, mal humor.
4. Psicosomáticos: Dolor de osteomusculares, migraña, pérdida del apetito.
5. Cognitivos: Autoestima baja, hipocresía, desorientación.

MARCO LEGAL

Al realizar una validación de la normatividad vigente y aplicable de específicamente del cansancio del personal docente, se observa que falta una legislación específica orientada al tema de interés, fundamentados en el derecho a gozar de una salud óptima.

Se realiza una recopilación de las normas que orienta o se reconoce el riesgo psicosocial. No obstante, se ve la necesidad de incluir el Síndrome de Burnout como una patología reconocida.

Se reconoce como enfermedad laboral en Colombia en 1950 en los artículos 200 y 201 en el código sustantivo del trabajo, establece 18 enfermedades de origen profesional, seguido a eso bajo el decreto 614 de 1984 en el artículo 2 determina que uno de los objetivos de la salud ocupacional es proteger a la persona contra los riesgos relacionados de la organización laboral que pueda afectar la salud individual o colectiva en los lugares de trabajo.

Decreto 778 de 1987 y 1988 modificó la tabla de enfermedades a 40 enfermedades Resolución 1016 de 1989 en el artículo 10 establece los subprogramas de medicina preventiva y del trabajo; en el numeral 12 que habla de diseñar y ejecutar programas para la prevención de enfermedades generadas por riesgo psicosocial.

Ley 100 de 1993 en su artículo 208 (11), de la atención de los accidentes de trabajo y la enfermedad profesional. La prestación de los servicios de salud derivados de enfermedad profesional y accidente de trabajo deberá ser organizada por la Entidad Promotora de Salud. Estos servicios se financiarán con cargo a la cotización del régimen de accidentes de trabajo y enfermedad profesional, que se define en el Libro Tercero de la presente Ley.

Decreto 1832 1994 amplió sus enfermedades a 42, así las cosas, las patologías de estrés laboral están enunciadas desde 1994 y cubiertas por nuestro sistema de seguridad social. La legislación de Colombia, si bien ha contemplado esta patología como enfermedad profesional, las normas específicas sobre el tema son cortas y más aún, su aplicación. En las líneas siguientes se exponen algunas que hacen relación directa o con las patologías asociadas.

Decreto 1295 de 1994(12), se adoptó la tabla de enfermedades profesionales y en donde las patologías asociadas, como ansiedad y depresión, infarto del miocardio y otras urgencias cardiovasculares, hipertensión arterial, enfermedad acido péptica severa o colon irritable, podrían ser catalogadas como profesionales siempre y cuando se establezca la relación de causalidad

La Ley 776 del 17 de diciembre de 2002 (14), en su artículo 1 y párrafo 2, establece que las prestaciones asistenciales y económicas derivadas de un accidente de trabajo o de una enfermedad profesional, serán reconocidas y pagadas por la administradora en la cual se encuentre afiliado el trabajador en el momento de ocurrir el accidente, o en el caso de la enfermedad profesional, al momento de requerir la prestación.

Para enfermedad profesional en el caso de que el trabajador se encuentre desvinculado del Sistema de Riesgos Profesionales, y la enfermedad sea calificada como profesional, deberá asumir las prestaciones, la última administradora de riesgos a la cual estuvo vinculado, siempre y cuando el origen de la enfermedad pueda imputarse al período en el que estuvo cubierto por ese sistema

La Decisión 584 de la Comunidad Andina en 2004, que sustituye la Decisión 547, Instrumento Andino de Seguridad y Salud en el Trabajo, reunida en Ecuador estableció en su Artículo 1, que, al hablar de condiciones y medio ambiente de trabajo, están incluidas la organización y ordenamiento de las labores, incluidos los factores ergonómicos y psicosociales.

La Resolución 2646 de 2008, por la cual se establecieron disposiciones y se definieron responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional. Esta norma establece que las empresas deben identificar como mínimo, la gestión organizacional, las características de la organización del trabajo, del grupo social de trabajo, las condiciones de la tarea, la carga física, las características del medio ambiente del trabajo, la interface persona-tarea, la jornada de trabajo, el número de trabajadores por tipo de contrato, el tipo de beneficios recibidos a través del programa de bienestar de la empresa, así como, los programas de capacitación y formación permanente de los trabajadores.

El Decreto 2566 de 2009 del 07 julio de 2009, es el decreto actual y vigente en donde se establece la tabla vigente de enfermedades profesionales y establece nuevamente las causadas por el estrés. Adicionalmente, el Ministerio de la Protección Social publicó en el año 2004 el Protocolo para la determinación del origen de las patologías derivadas del estrés y en la actualidad son la guía para el diagnóstico y determinación de la patología

METODOLOGÍA

La presente investigación es de enfoque mixto de tipo descriptivo correlacional, puesto que se pretende identificar las posibles relaciones entre las variables a) síndrome de burnout b) estrategias de afrontamiento.

Los enfoques mixtos según (Sampieri, P. 534.) se caracterizan por combinar los métodos cuantitativos y cualitativos en un mismo estudio. Esto implica un conjunto de procesos de recolección, análisis y vinculación de datos cuantitativos y cualitativos. En este caso recolectamos los datos cuantitativos a través de los cuestionarios y los datos cualitativos a través de una ficha de datos sociodemográficos. Mirón, Alonso e Iglesias, (2010) definen los estudios descriptivos en salud laboral, afirmando que estos tienen como objetivo detallar las características generales de la distribución del problema de salud laboral en relación con las variables. Por su parte (Sampieri, P. 92) indica que los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades procesos, objetivos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis.

La propuesta se pretende realizar en tres fases. La primera consiste en conocer las características sociodemográficas profesores del municipio, obteniendo un perfil del grupo poblacional incluido en la investigación, luego es necesario implementar el inventario de Burnout de Maslach (MBI) y estrategias de afrontamiento, después se realiza el análisis de la información obtenida para lograr conocer el nivel de la patología que presentan los docentes y de esta manera tener los insumos necesarios para diseñar la propuesta de intervención.

Todo lo anterior se llevará a cabo a través de instrumentos diseñados y adaptados de la literatura previamente seleccionada, que son evaluados antes de ser aplicados y así darle a la investigación la validez y confiabilidad necesaria para la construcción de nuevo conocimiento.

Tipo de investigación:

La propuesta se pretende realizar en tres fases. La primera consiste en conocer las características sociodemográficas profesores del municipio, obteniendo un perfil del grupo poblacional incluido en la investigación, luego es necesario implementar el inventario de Burnout de Maslach (MBI) y estrategias de afrontamiento, después se realiza el análisis de la información obtenida para lograr conocer el nivel de la patología que presentan los docentes y de esta manera tener los insumos necesarios para diseñar la propuesta de intervención.

Población y muestra:

Docentes de Primaria y secundaria del municipio de Soacha y de Bogotá, para esta muestra se contó con la participación de 30 docentes.

Instrumentos:

- **Consentimiento Informado** (Anexo A), Es la manifestación libre y consciente emitida por una persona capaz de entender y solucionar los cuestionarios
- **Cuestionario De Afrontamiento** (Anexo B), Este cuestionario sirve para evaluar cómo se siente, qué hace y qué piensa cuando se enfrenta a situaciones problemáticas que le producen estrés.
- **Encuesta Sociodemográfica** (anexo C). Es utilizada como insumo en el diagnóstico de las condiciones personales y los programas de riesgo psicosocial, instrumento básico dentro del modelo de la seguridad y salud en el trabajo.
- **Cuestionario De Maslach**, (Anexo D). Es el documento más utilizado del mundo, esta escala tiene una alta consistencia interna y una fiabilidad cercana al 90%, está constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo se tendrá en cuenta las siguientes subescalas.
 - Subescala de agotamiento emocional. Consta de 9 preguntas. Valora la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo. Puntuación máxima 54
 - Subescala de despersonalización. Está formada por 5 ítems. Valora el grado en que cada uno reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento. Puntuación máxima 30
 - Subescala de realización personal. Se compone de 8 ítems. Evalúa los sentimientos de autoeficacia y realización personal en el trabajo. Puntuación máxima 48.

RECURSOS

Tabla 4.

RUBROS	Aportes de la convocatoria (Cofinanciación)	Aportes de contrapartida		TOTAL
	Presupuesto en Pesos	Efectivo presupuesto en Pesos	Especie	
1. Personal			16.000.000	16.000.000
2. Equipos			1.000.000	1.000.000
3. Software	100.000			100.000
4. Materiales e insumos	5.000.000			5.000.000
5. Viajes Nacionales	1.500.000			1.500.000
6. Viajes Internacionales*				
7. Salidas de campo	1.000.000			1.000.000
8. Servicios Técnicos				
9. Capacitación				
10. Bibliografía: libros, suscripción a revistas y vinculación a redes de información.				
11. Producción intelectual: corrección de estilo, pares evaluadores, traducción, diseño y diagramación, ISBN, impresión u otro formato	1.000.000			1.000.000

12. Difusión de resultados: correspondencia para activación de redes, eventos	500.000			500.000
13. Propiedad intelectual y patentes				
14. Otros:				
(Especificar)	26.100.000			

<i>* Los viajes internacionales deben ser aprobados por la VGAC.</i>
<i>**La definición de los rubros se encuentra en el documento adjunto</i>

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Tabla 5.

No.	Actividad	Tiempo (meses)		Producto*
		Desde	Hasta	
1	caracterización Sociodemográfica de profesores	01/feb/2018	30/mar/2018	Informe de análisis de las características socio – demográficas
2	Inventario de Burnout de Maslach (MBI)	01/abr/2018	30/Junio/2018	Documento sobre factores hallados que son generadores del síndrome de Burnout
3	Identificación de estrategias de afrontamiento empleadas por profesores	01/jul/2018	30/jul/2018	Informe de las de estrategias de afrontamiento
4	Procesamiento y análisis de la información	01/Jul/2018	30/Sep/2018	Informe de los hallazgos encontrados
5	Diseño de propuesta Programa de intervención	01/Oct/2018	30/Nov/2018	Propuesta programa de intervención
6	Prueba piloto de la propuesta Programa de intervención	01/feb/2019	30/Abril/2019	Análisis de resultados de la prueba piloto
7	Artículo para revisión Nacional	01/May 2018	31/Jul 2019	Documento para revisión de estilo
8	Diseño de Ponencia	01/Ago/2019	30/Sep/2019	Documento de la ponencia
8	Artículo para revisión Internacional	01/Oct/2019	30/Nov/2019	Documento para revisión de estilo
7	Gestión para la publicación de los artículos	01/Nov/2019	31/Nov/2019	Artículos para revistas

RESULTADOS E IMPACTOS DE LA PRUEBA

Prueba Diagnóstico

Se realiza prueba diagnóstica con una población objeto de 30 profesores, de un colegio del municipio de Soacha (Benedicto XVI) y uno de Bogotá (Los Alpes), donde cada uno tuvo una participación de 15 Maestros.

Teniendo en cuenta que los resultados dados por el test de Maslach no son en porcentajes sino por factores a estudiar, dependiendo la población utilizada y a continuación se darán a conocer los resultados obtenidos.

Gráfica 1: AGOTAMIENTO EMOCIONAL.



Agotamiento Emocional	37	38	18	8	39	24	22	40	36	28	11	37	42	40	37
Sujeto	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Agotamiento Emocional	12	8	39	21	28	27	44	7	15	42	41	32	32	31	38
Sujeto	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

Tabla de gráfica 6.

La subescala de agotamiento emocional, describe sentimientos de estar abrumado y agotado emocionalmente por el trabajo.

La puntuación máxima es de 54 puntos y en cuanto mayor es la puntuación, mayor es el agotamiento emocional y el nivel de Burnout experimentado.

Gráfica 2: **DESPERSONALIZACIÓN**

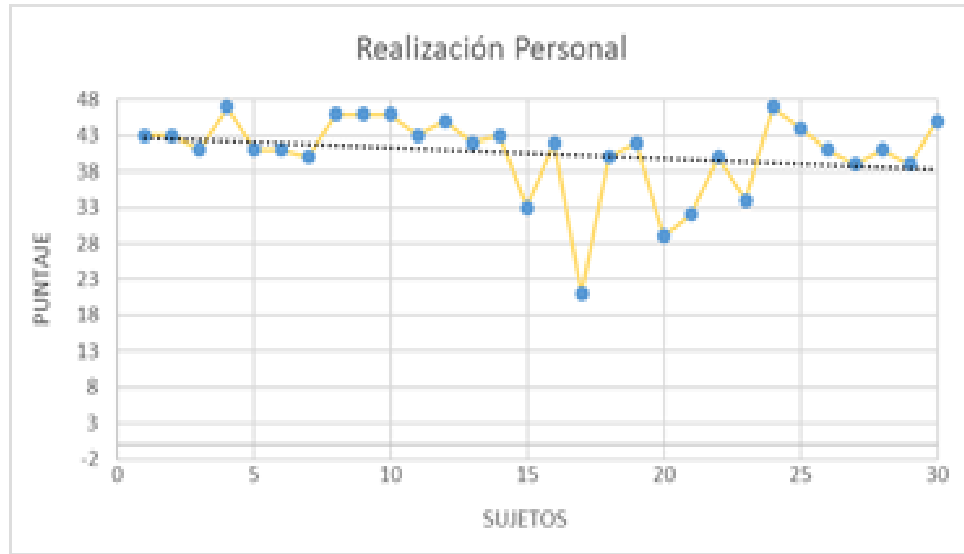


Despersonalización	11	14	7	0	10	9	6	14	9	6	0	5	11	8	5
Sujeto	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Despersonalización	1	3	4	5	4	8	20	5	6	19	21	14	18	24	11
Sujeto	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

Tabla de la gráfica 7.

La subescala de despersonalización describe una respuesta impersonal y falta de respuesta impersonal y falta de sentimientos hacia los sujetos objetos de atención.

La puntuación máxima es de 30 puntos y en cuanto mayor es la puntuación, mayor es la despersonalización y por tanto mayor es el nivel de Burnout experimentado.

Gráfica 3: **REALIZACIÓN PERSONAL**

Realización Personal	43	43	41	47	41	41	40	46	46	46	43	45	42	43	33
Sujeto	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Realización Personal	42	21	40	42	29	32	40	34	47	44	41	39	41	39	45
Sujeto	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

Tabla de la gráfica 8

Análisis de las gráficas

La subescala de realización personal, es la que describe sentimientos de competencia y realización exitosa en el trabajo hacia los demás.

La puntuación máxima es de 48 puntos, la puntuación de esta es inversamente proporcional a las otras dos, lo que quiere decir que a mayor puntaje, mayor realización personal, mientras que a menor puntaje, la persona se siente menos realizada, por ende el logro personal es más afectado y en este caso mayor asociación a Burnout.

Impactos

a. Agregar valor a los productos de investigación del centro regional Soacha y en especial al programa Administración en Salud Ocupacional a través de su reconocimiento y pertinencia en el área.

b. Fortalecer los procesos de formación - investigación del programa Administración en Salud Ocupacional.

c. Fortalecimiento del acervo científico y desarrollo de procesos investigativos con participación de la comunidad Educativa Uniminuto, mediante el trabajo concertado, riguroso del semillero de investigación, con el fin de aprovechar las potencialidades y capacidades de los estudiantes, en dichos procesos investigativos para lograr beneficios para la comunidad del municipio de Soacha, como parte de la labor social y de servicio de la Uniminuto.

d. Generar un impacto positivo sobre la población estudiada, de tal forma que se contribuya en el mejoramiento de la calidad de vida de los docentes a partir de la formulación de estrategias de salud pública, tales como campañas de prevención, manejo y cuidado frente al síndrome de Burnout, a partir de los resultados de los estudios llevados a cabo por los estudiantes de la Uniminuto y que guardan relación estrecha con las problemáticas que aquejan a la comunidad, en este caso, los integrantes del gremio docente.

e. Dentro de la premisa de servicio a la comunidad, desde la Uniminuto se espera generar un impacto positivo en la población docente, de tal manera que el presente estudio sirva como base para afianzar el desarrollo de estrategias psicosociales y laborales que permitan una mejor calidad de vida desde esta perspectiva para los maestros.

f. Como impacto a largo plazo se pretende elaborar un protocolo de intervención específico para el manejo del síndrome de Burnout, orientado a los trabajadores del sector educativo a partir de la caracterización hecha en el presente estudio de docentes que evidencian síntomas asociados al Síndrome de Burnout.

g. Desde la perspectiva de la salud pública se busca contribuir al mejoramiento de las condiciones de salud mental de la población del municipio de Soacha, teniendo en cuenta los resultados de la última encuesta de salud mental a nivel nacional. Lo anterior requiere de estrategias encaminadas a la prevención del síndrome de Burnout en docentes, ya que se ha detectado a partir de la revisión de la literatura, que es precisamente el gremio de los maestros uno de los más vulnerables en lo referente al padecimiento del Síndrome de Burnout.

h. Partiendo del resultado adquiridos de la prueba piloto, se fortalecerá el ámbito laboral de cada uno de los docente, realizando seguimiento y evaluación en el entorno psicosocial y emocional de cada uno de los profesores y sus familias.

CONCLUSIONES

Mediante este estudio se pudo observar que el factor que más afecta a los profesores es el del agotamiento emocional, seguido de la despersonalización y por último la realización personal.

En lo relacionado con el agotamiento emocional, se observa que los docentes se encierran en sus propios sentimientos, alejándose de sus familias y amigos.

Como consecuencia de esta prueba diagnóstica se pudo evidenciar que los profesores encuestados se limitan a realizar su trabajo, pierden el interés de seguir adquiriendo nuevas experiencias para transmitir a sus alumnos, por ende se observa que la calidad de vida de los docentes se va desmejorando, lo cual se ve reflejado en el deterioro de las prácticas educativas.

Se observa que los docentes presentan una despersonalización, frente a sus estudiantes, a su entorno, sus compañeros de trabajo, su ámbito laboral, todo esto se debe a una baja autoestima a sentirse que lo que hace no tiene relevancia para algunos, la presión de las directivas, entre otros factores están llevando a que los maestros sufran de este síndrome. Cabe recordar que los síntomas de este síndrome son silenciosos y son asociados a enfermedades comunes.

REFERENCIAS

- Carlín, M. y Garcés E. (2010). El síndrome de Burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. Servicio de publicaciones de la universidad de Murcia. España. *Anales de Psicología*.
- Cherniss, C. (1980). *Staff Burnout*. London: Sage Publications.
- Edelwich, J. y Brodsky, A. (1980). *Burnout: Stages of disillusionment in the helping professions*. Nueva York: Human Sciences Press.
- Flórez Lozano J.A: *Síndrome de estar quemado*. Barcelona: Edikete med: 1994.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.
- Gómez, C. Rodríguez V. Padilla A. (2009). El docente, su entorno y el síndrome de agotamiento profesional (SAP), en colegios públicos en Bogotá Colombia.
- Martínez A. (2010). El síndrome de Burnout. Evolución conceptual, y estado actual de la cuestión. *Revista: Vivat Academia No 112*. Universidad de la Rioja. España.
- Maslach, C. y Jackson, S. E. (1981). *Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto, California: Consulting Psychological Press.
- Oramas, A. Almiral, P. Fernández, I. (2007). Estrés laboral y el síndrome de Burnout en docentes Venezolanos. *Redalyc*. Venezuela.
- Pines, A., Aaronson, E. y Kafry, D. (1981). Burnout: From tedium to personal growth. En C. Cherniss (Ed.), *Staff burnout: Job stress in the human services*. Nueva York: Free Press.
- Rodriguez, L. Oramas, A y Rodríguez E. (2007). Estrés en docentes de educación básica.
- Muchos docentes en Colombia padecen el síndrome de Burnout. Tomado de: <http://noticias.universia.net.co/actualidad/noticia/2014/06/30/1099745/docentes-Colombia-padecen-sindrome-burnout.pdf>

ANEXO

A (Consentimiento Informado)

Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

Estimado Docente,

El propósito del presente consentimiento es proveer a los participantes de esta investigación una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

INVESTIGADOR(ES): Consuelo Riaño, Bibiana Noy, Diana Bermúdez

UNIVERSIDAD: Corporación Universitaria Minuto de Dios

OBJETIVO DE INVESTIGACIÓN: Identificar las características causas y consecuencias socio-afectivas, psicosociales y laborales que inciden en el desarrollo del Síndrome de Burnout en docentes de colegios públicos del municipio de Soacha.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas de 3 cuestionarios. Esto tomará aproximadamente 20 minutos de su tiempo.

- La participación en este estudio es estrictamente voluntaria.
 - La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación.
 - Sus respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.
 - Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él.
 - Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma.

Desde ya le agradecemos su participación.

Yo _____ identificado con C.C _____

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, en la que:

- Me han indicado también que responderé 3 cuestionarios lo cual tomará aproximadamente 20 minutos.
- Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento.
- He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona.

Nombre del Participante

Firma del Participante

Fecha

B (Cuestionario de afrontamiento)

CUESTIONARIO DE FORMAS DE AFRONTAMIENTO

Vitalino, Maiuro Russo y Becker (1987) – Adaptado para Colombia por Rueda y Vélez (2010)

FECHA

DD MM AAA

DATOS GENERALES**NOMBRE****CARGO****EDAD****SEXO****M****F****NIVEL EDUCATIVO**

Este cuestionario sirve para evaluar cómo se siente, qué hace y qué piensa cuando se enfrenta a situaciones problemáticas que le producen estrés. No existen respuestas buenas o malas simplemente piense en qué medida actúa usted en esas situaciones de la manera como se afirma en cada ítem.

Marque con una equis (X) la casilla en la que considere que más se identifica.

AFRONTAMIENTO A SITUACIONES ESTRESANTES	Para nada	En alguna medida	Bastante	En gran medida
Me concentré exclusivamente en pensar qué sería más apropiado y qué debía hacer a continuación.				
Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme de todo lo demás.				

Me propuse a encontrar algo positivo que mediara la situación.				
Hablé con alguien para averiguar más sobre la situación.				
Me critique o sermoneé a mí mismo.				
No intente quemar de inmediato todos mis trucos, sino que dejé alguna posibilidad abierta.				
Confié en que ocurriera un milagro.				
Seguí adelante como si nada hubiera pasado.				
Intente guardar para mí mis sentimientos.				
. Busqué algún resquicio de esperanza (intenté mirar las cosas por el lado bueno).				
. Dormí más de lo habitual.				
. manifesté mi enojo a la (s) persona (s) responsable (s) del problema.				
. Acepté la simpatía y comprensión de alguna persona.				
. Busqué ayuda de un profesional.				
. Cambié, maduré como persona.				
. Me eché la culpa de lo ocurrido.				

. Elaboré un plan de acción y lo seguí.				
. Acepté la segunda posibilidad mejor de solución, inferior a la ideal para mí.				
. Me di cuenta que fui la causa del problema.				
. Salí de esa experiencia mejor de lo que entré.				
. Hablé con alguien que podía hacer algo concreto por mi problema.				
. Intenté sentirme mejor, comiendo, bebiendo, fumando, tomando drogas o medicamentos.				
. Intenté no actuar demasiado pronto, ni dejarme llevar por mi primer impulso.				
. Cambié algo para que las cosas salieran bien.				
. Evité estar con la gente en general.				
. Me rehusé a pensar en el problema por mucho tiempo.				
. Consulté a algún pariente o amigo y respeté su consejo.				
. Oculté a los demás lo mal que estaban las cosas para mí.				
. Le conté a alguien como me sentía.				
. Me mantuve firme y peleé por lo que quería.				

. Sabía lo que había que hacer, así que redoblé mis esfuerzos para conseguir que las cosas marcharan bien.				
. Me negué a creer lo que había ocurrido.				
. Propuse un par de soluciones diferentes para el problema.				
. Intenté que mis sentimientos no interfirieran conmigo en la toma de decisiones.				
. Deseé que ojalá hubiera sido posible cambiar la forma en que me estaba ocurriendo.				
. Deseé que ojalá hubiera sido posible cambiar la forma en que me estaba sintiendo.				
. Cambié algo de mí, de tal forma que pudiera enfrentarme mejor a la situación.				
. Soñé e imaginé otro tiempo y otro lugar que no fuera el presente.				
. Deseé que la situación se desvaneciera o desapareciera de algún modo.				
. Fantaseé o imaginé el modo en que podría cambiar las cosas.				
. Deseé ser una persona más fuerte y optimista de lo que soy.				
. Pensé cosas irreales o fantásticas (como ganar en la lotería) que me hicieran sentir mejor.				

C (Encuesta sociodemográfica)



ENCUESTA SOCIODEMOGRÁFICA PARA DOCENTES

Respetado docente responda marcando con una (x), se le recuerda que solo debe marcar una vez, no tachones, no enmendaduras.

1. EDAD

- a. 18 a 27 años
- b. 28 a 37 años
- c. 38 a 47 años
- d. 48 años o más

2. GÉNERO

- a. Femenino
- b. Masculino

3. ESTADO CIVIL

- a. Soltero (a)
- b. Casado (a)
- c. Unión libre
- d. Viudo (a)

4. NÚMERO DE PERSONAS A CARGO

- a. 1 a 3 personas
- b. 4 a 6 personas
- c. más de 6 personas
- d. ninguna

5. NIVEL DE ESCOLARIDAD

- a. Universitario
- b. Especialista
- c. Magister
- d. Doctorado

6. TENENCIA DE VIVIENDA

- a. Propia
- b. Arrendada
- c. Familiar

7. USO DEL TIEMPO LIBRE

- a. Otro trabajo
- b. Labores domésticas
- c. Recreación y deporte
- d. Estudio

8. USTED ES DOCENTE DE

- a. Primaria
- b. Secundaria

9. PROMEDIO DE INGRESOS

- a. Entre 1 a 3 S.M.L
- b. Entre 4 a 6 S.M.L
- c. Entre 7 a 9 S.M.L
- d. Más de 9 S.M.L

10. ANTIGÜEDAD EN LA EMPRESA

- a. 1 mes a 3 años
- b. 3 a 5 años
- c. Más de 5 años

11. ANTIGÜEDAD EN LA PROFESIÓN 12. USTED IMPARTE CLASE COLEGIOS

- a. 0 a 3 años
- b. 4 a 6 años
- c. 6 a 8 años
- d. Más de 9 años

- a. Públicos
- b. Privados
- c. Universitario
- d. Todos

13. USTED FUMA

- a. Diariamente
- b. Ocasionalmente
- c. Con frecuencia
- d. No

14. CONSUME BEBIDAS ALCOHÓLICAS

- a. Semanal
- b. Mensual
- c. Ocasional
- d. Nunca

D (Cuestionario de Maslach)

Cuestionario de Burnout de Maslach para Docentes

(Maslach, C. y Jackson, S.E.1981)

			Nunca	Algun a vez al año o menos	Una vez al mes o menos	Algunas veces al mes	Una vez a la semana	Varias veces a la semana	A diario
			0	1	2	3	4	5	6
1	EE	Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado.							
2	EE	Al fin de la jornada me siento agotado.							
3	EE	Me encuentro cansado cuando me levanto por las mañanas y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo.							
4	PA	Puedo entender con facilidad lo que piensan mis alumnos.							
5	D	Creo que trato a algunos alumnos como si fueran							

		objetos.							
6	EE	Trabajar con alumnos todos los días es una tensión para mí.							
7	PA	Me enfrento muy bien con los problemas que me presentan mis alumnos.							
8	EE	Me siento “quemado” por el trabajo.							
9	PA	Siento que mediante mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de otros.							
10	D	Creo que tengo un comportamiento más insensible con la gente desde que hago este trabajo.							

11	D	Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente.							
12	PA	Me encuentro con mucha vitalidad.							
13	EE	Me siento frustrado por mi trabajo.							
14	EE	Siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro.							
15	D	Realmente no me importa lo que les ocurrirá a algunos de mis alumnos.							
16	EE	Trabajar en contacto directo con los alumnos me produce bastante estrés.							
17	PA	Tengo facilidad para crear una atmósfera relajada en mis clases.							

18	PA	Me encuentro animado después de trabajar junto con los alumnos.							
19	PA	He realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo.							
20	EE	En el trabajo siento que estoy al límite de mis posibilidades.							
21	PA	Siento que se tratar de forma adecuada los problemas emocionales en el trabajo.							
22	D	Siento que los alumnos me culpan de algunos de sus problemas.							

