

**Prevalencia del Síndrome de Burnout en madres amas de casa, de los estudiantes del
grado transición, del Colegio Jorge Eliecer Gaitán de Villavicencio, 2019**

Autor

Jennifer Andrea Olarte Moreno

Claudia Lorena Vargas Villada

Tesis de grado para obtener el título de
psicólogo

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS

Programa de psicología

Villavicencio, Meta

2019

Prevalencia del Síndrome de Burnout en madres amas de casa, de los estudiantes del grado transición, del Colegio Jorge Eliecer Gaitán de Villavicencio

Autor

Jennifer Andrea Olarte Moreno

Claudia Lorena Vargas Villada

Asesora

Gladys Faviola Naranjo González

Tesis de grado para obtener el título de
psicólogo

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS

Programa de psicología

Villavicencio, Meta

2019

Agradecimientos

Quiero expresar mis sinceros agradecimientos a la profesora Gladys Faviola Naranjo por haber confiado en mí y por haberme animado a la elaboración de este proyecto investigativo, este trabajo no se pudo haber logrado sin su comprensión y sin su apoyo incondicional.

Agradecida con mis padres Dilma Moreno y Omar Olarte, quienes desde el principio de la carrera me han apoyado económica y anímicamente para seguir con mis proyectos, quienes han guiado mi camino con amor y dulzura.

Por último, doy gracias a mi esposo Germán Portela, por estar pendiente de mis avances académicos y por estar junto a mi camino en este proceso de formación, por sus exigencias en el campo investigativo y por animarme cuando más lo he necesitado.

Jennifer Andrea Olarte Moreno

Le agradezco a Dios por habernos acompañado a lo largo del proyecto, por ser mi fortaleza en momentos de debilidad, brindarme una experiencia nueva con el desarrollo de este trabajo llena de aprendizaje. Le doy gracias a mi madre, Sandra Villada por haberme apoyado y animado con sus palabras sabias en muchos momentos, por los valores que me ha inculcado, y por haberme dado la oportunidad de tener educación en el transcurso de mi vida, agradezco todos los esfuerzos que realizó para darme educación y sobre todo por darme el buen ejemplo, a mi hermano por ser parte importante de mi vida y representar la unidad familiar, a la profesora Faviola Naranjo por ser un ejemplo de desarrollo profesional, apoyarnos, corregirnos y tenernos paciencia al enseñarnos, le agradezco la confianza apoyo y dedicación a mi compañera Jennifer Olarte para realizar este trabajo grupal, por la paciencia al explicarme mis equivocaciones respecto a las normas APA, también un agradecimiento al esposo de mi compañera German Pórtela quien nos ha orientado a partir de su amplia experiencia en investigación a mis amigos por creer y confiar en mí, en que sí puedo lograr lo que me propongo, a mis jefes David Velásquez y Edgar Lance por haberme permitido en espacio laboral ejecutar permisos para dedicar a la investigación.

Claudia Lorena Vargas Villada

Tabla de contenido

| | |
|---|----|
| 1. Introducción | 8 |
| 1.1 Resumen ejecutivo..... | 9 |
| 2. Justificación | 11 |
| 3. Objetivos | 13 |
| 3.1 Objetivo general | 13 |
| 3.2 Objetivos específicos | 13 |
| 4. Planteamiento del problema | 14 |
| 5. Hipótesis | 16 |
| 6. Marco teórico | 17 |
| 6.1 Ama de casa | 17 |
| 6.2 Ama de casa en la cultura..... | 19 |
| 6.3 Definición de trabajo..... | 20 |
| 6.4 Relación de amas de casa y trabajo..... | 20 |
| 6.5 Amas de casa y ayuda económica por manutención de los hijos | 22 |
| 6.6 Normatividad sobre las amas de casa en Colombia..... | 23 |
| 6.7 Síndrome de Burnout | 24 |
| 6.8 Instrumentos de medición del síndrome de burnout | 27 |
| 6.9 Síntomas del Síndrome de Burnout | 28 |
| 6.9.1 Falta de realización personal..... | 28 |
| 6.9.2 Agotamiento emocional..... | 29 |
| 6.9.3 Despersonalización. | 30 |
| 6.10 Desarrollo físico y cognitivo de las personas entre los 18 a 40 años de edad | 30 |
| 7. Referencias de estudio | 32 |
| 8. Marco Metodológico | 36 |
| 8.1 Tipo de investigación..... | 36 |
| 8.2 Estrategias metodológicas | 37 |
| 8.2.1 Población objetivo..... | 37 |
| 8.2.2 Muestra..... | 37 |
| 8.3 Variables | 37 |
| 8.4 Instrumento..... | 38 |
| 8.4.1 Ficha sociodemográfica..... | 38 |
| 8.4.2 Cuestionario de Burnout para Amas de casa CUBAC..... | 39 |
| 9. Procedimiento | 42 |
| 9.1 Lugar de aplicación..... | 42 |

| | |
|--|--------------------------------------|
| 9.2 Acercamiento a la población | 42 |
| 9.3 Aplicación de instrumentos | 43 |
| 10. Análisis de los datos | 44 |
| 10.1 Análisis de los resultados | 44 |
| 10.1.1 Ficha sociodemográfica..... | 44 |
| 10.1.2 Cuestionario para amas de casa CUBAC | 48 |
| 10. Discusión y conclusiones | 57 |
| 11. Recomendaciones | 59 |
| 12. Referencias..... | 60 |
| 13. Anexos | ¡Error! Marcador no definido. |
| 13.1 Anexo 1. Ficha sociodemográfica..... | ¡Error! Marcador no definido. |
| 13.2 Anexo 2. CUBAC: Cuestionario de burnout para amas de Casa..... | ¡Error! Marcador no definido. |
| 13.3 Anexo 3. Correo electrónico de solicitud permiso y autorización para aplicación del Cuestionario para amas de casa CUBAC..... | ¡Error! Marcador no definido. |
| 13.4 Anexo 4. Consentimiento informado | ¡Error! Marcador no definido. |

Lista de Tablas y figuras

| | |
|---|----|
| Tabla 1..... | 48 |
| Tabla 2..... | 48 |
| Tabla 3..... | 49 |
| Tabla 4..... | 50 |
| Tabla 5..... | 50 |
| Tabla 6..... | 51 |
| Tabla 7..... | 52 |
| Tabla 8..... | 53 |
| Tabla 9..... | 54 |
| Tabla 10..... | 55 |
| | |
| <i>Ilustración 1</i> Consistencia interna y análisis factorial exploratorio | 41 |
| <i>Ilustración 2.</i> Edades de las mujeres | 44 |
| <i>Ilustración 3.</i> Estado Civil | 45 |
| <i>Ilustración 4.</i> Número de hijos | 45 |
| <i>Ilustración 5.</i> Estrato socioeconómico | 46 |
| <i>Ilustración 6.</i> Estudios académicos | 46 |
| <i>Ilustración 7.</i> Tiempo desempeñando la labor de ama de casa | 47 |
| <i>Ilustración 8.</i> Única encargada de la labor | 47 |
| <i>Ilustración 9.</i> Distribución de mujeres con y sin el síndrome de Burnout | 48 |
| <i>Ilustración 10</i> Distribución de mujeres con riesgo a padecer el Síndrome de Burnout..... | 49 |
| <i>Ilustración 11</i> Distribución de mujeres que sufren las consecuencias del Síndrome de Burnout. | 49 |
| <i>Ilustración 12</i> Relación de presencia del Síndrome de Burnout con la edad..... | 50 |
| <i>Ilustración 13</i> Relación de presencia del Síndrome de Burnout en relación con el estado civil..... | 51 |
| <i>Ilustración 14</i> Relación del Síndrome de Burnout con el número de hijos | 52 |
| <i>Ilustración 15</i> Representación del Síndrome de Burnout con el estrato socioeconómico | 53 |
| <i>Ilustración 16</i> Representación de Síndrome de Burnout con el estado académico. | 54 |
| <i>Ilustración 17</i> Representación del síndrome con el tiempo desempeñado..... | 55 |
| <i>Ilustración 18</i> Representación del síndrome con ser o no las únicas responsables del cuidado del hogar..... | 56 |

Prevalencia del Síndrome de Burnout en madres amas de casa entre de los estudiantes del grado transición, del Colegio Jorge Eliecer Gaitán de Villavicencio

Resumen

El Síndrome de Burnout en amas de casa, está ligado con el trabajo repetitivo y tedioso al cual se enfrenta una mujer, quien no tiene un trabajo remunerado y no goza de estabilidad económica, lo que puede generar patologías y disfunción familiar evidenciada en su comportamiento como lo es la despersonalización, deshumanización, agotamiento emocional y falta de realización personal.

En el presente, se expone el resultado de la investigación realizada en el Colegio Jorge Eliecer Gaitán en la ciudad de Villavicencio – Colombia, en donde se toma una muestra de 30 mujeres en la condición madres y amas de casa exclusivamente; se les aplicó el Cuestionario de Burnout para amas de casa (CUBAC) junto con una ficha sociodemográfica, y se evidencia que el 37% de las mismas presentan el Síndrome de Burnout, de las cuales el 88% sufre las consecuencias del Síndrome. Así mismo se muestran las condiciones de las mujeres que lo padecen o que son propensas a padecerlo, lo cual es el resultado del fundamento teórico.

Palabras clave: Síndrome de Burnout, Amas de casa, estrés, trabajo no remunerado.

1. Introducción

Cuando se piensa en amas de casa, hay varios imaginarios que vienen a la mente: una mujer que se dedica al cuidado de sus hijos, realiza las labores cotidianas en el hogar (que incluyen lavar y planchar la ropa, preparar las comidas, y otras actividades) que durante los 7 días de la semana se desarrollan. Sin embargo, muy pocas veces se llega a pensar que dicha actividad cumple con todos los lineamientos de ser considerada una actividad laboral.

Por consiguiente, este trabajo se propuso con el fin de identificar a las mujeres, madres que en el ámbito de amas de casa, son vulnerables a sufrir el Síndrome de Burnout, la investigación es de tipo cuantitativo, tiene un diseño de corte descriptivo transversal, y expone el resultado de la investigación realizada en el Colegio Jorge Eliecer Gaitán en la ciudad de Villavicencio, Colombia, con las madres de los estudiantes del grado transición, en donde se toma una muestra de 30 mujeres en la condición de amas de casa exclusivamente; se les aplicó el Cuestionario de Burnout para amas de casa (CUBAC) junto con una ficha sociodemográfica, y se evidencia que el 37% de las mismas presentan, el Síndrome de Burnout, de las cuales el 88% sufre las consecuencias del Síndrome y de este total las amas de casa más afectadas son las que tienen pareja en un 31%, pese a que en la muestra evaluada, la mayor parte tienen pareja es decir el 80%, específicamente así: en unión libre 60% y casadas el 20%; solo el 20% de las mujeres evaluadas son solteras Así mismo se muestran las condiciones de las mujeres que son propensas a padecerlo en un 31%, es decir, el factor de riesgo es alto para el desarrollo del síndrome, lo cual es el resultado del fundamento teórico, como también hallamos que el 69%, representado por 13 mujeres no presentan ningún tipo de riesgo para padecer del mismo. Igualmente se evidencia que el 07% de las mujeres que padecen el síndrome tienen (1) un hijo, las que tienen (2) dos hijos padecen el síndrome, lo cual corresponde al 13% de la población objeto.

1.1 Resumen ejecutivo

Esta investigación identifica la prevalencia del síndrome Burnout con el instrumento de evaluación CUBAC (Cuestionario de Burnout para amas de casa) en una muestra de 30 mujeres seleccionadas de la población de madres de niños que cursan el grado transición del colegio Jorge Eliecer Gaitán en la ciudad de Villavicencio, se identificó que las madres pertenecían a estratos socio económico bajo y medio bajo ya que estas mujeres son las encargadas de las tareas del hogar y cuidado de los niños sin recibir una remuneración, pese a que socialmente esta actividad no es considerada como un trabajo, ni es considerada una posible afectación por el desarrollo de dichas actividades como lo es la exposición al estrés continuo, el cual es un factor que repercute en la sintomatología psicofisiológica del Burnout puesto a que la población ama de casa se inhibe de tener una vida social activa ya que permanece en su hogar y no tienen un momento de esparcimiento necesario para mantener su salud mental.

La presente investigación es carácter cuantitativo ya que los análisis de los resultados se generan a partir de los porcentajes obtenidos de cada subescala, adicionalmente es de tipo descriptiva-correlacional ya que se genera una especificación de las características del síndrome de acuerdo a las variables propuestas y se desarrolla en el corte transversal puesto que se tomó como objeto de estudio a un grupo de personas determinado.

En los resultados obtenidos se establece que el 37% de la población padece el Síndrome de Burnout, del cual predominan las mujeres que se encuentran en un rango de edad de 30 a 40 años con el 24%, lo cual demuestra que las mujeres que llevan más tiempo en función de esta labor de ama de casa son más propensas a desarrollar el Síndrome de Burnout. De igual forma se encuentra que el 80% de las mujeres objeto de estudio tienen pareja, y de este, el 31% presenta el Síndrome, esto debido a la sobrecarga de tareas teniendo en cuenta que aparte de la crianza de los hijos y oficios del hogar se debe tener en cuenta la estabilidad

emocional con su pareja. El 27% de las mujeres que lo padecen pertenecen al estrato dos (2), el 20% de las afectadas son bachilleres y el 14% llevan desempeñando su labor de ama de casa en un rango de tiempo de 7 a 11 años.

2. Justificación

Es preciso expresar que el interés del presente trabajo, se basa y parte del poco reconocimiento que se le da a la labor doméstica realizada por las mujeres - madres (amas de casa), ya que al ser una actividad ejecutada en un entorno no diferente al del hogar y al no ser remunerada, no se le reconoce como profesión o como oficio en la Clasificación Internacional Uniforme de Ocupaciones (DANE, 2018). Por tanto, es necesario observar, reconocer y analizar, las diferentes escalas presentes en el Cuestionario CUBAC (Cuestionario de Burnout para amas de casa), con el fin de obtener información que indique sobre cuál es la prevalencia del Síndrome de Burnout en las madres amas de casa de los estudiantes del grado transición del colegio Jorge Eliecer Gaitán de Villavicencio, para así mismo, promover la prevención de los síntomas y las consecuencias del padecimiento de esta enfermedad y de esta manera, ayudar en la salud emocional a las amas de casa.

El imaginario social, acerca de la supuesta tranquilidad de las amas de casa, del bajo nivel de estrés que se maneja en el hogar y la poca responsabilidad que se le atañe a este oficio, se sustenta y contradice con los argumentos expuestos en la investigación de Matthews, Hertzman, Ostry y Power (citados por Matud y Bethencourt, 2000), quienes indican que a partir de un estudio con 5.438 mujeres, se identificó que las amas de casa tenían mayor control sobre el ritmo de trabajo y el descanso, distinto de las mujeres con empleo remunerado. Por otro lado, se encontró que el trabajo de las amas de casa era más monótono y con menos oportunidades de aprender nuevas destrezas. Si bien es cierto que, estos dos factores como el descanso y ritmo de trabajo se pueden identificar, vale la pena establecer la carga emocional que se vive en la actualidad, en cuanto a los retos de la sociedad como el estatus, la administración de los recursos económicos y la presión por desempeñar un rol de madre, con hijos casi perfectos.

De acuerdo a lo anterior, cabe resaltar que, no existe una política en Colombia que reglamente el trabajo de ama de casa ni le sitúe en el ranking de oficios. Aunque sí se encuentra, según la Clasificación Internacional Uniforme de Ocupaciones Adaptada para Colombia – DANE (2018) en el código 5311 a los Cuidadores de niños y en el código 9111 al Personal doméstico, lo cual sólo aplica para las labores que son remuneradas; por tanto, es necesario indicar que la labor de ama de casa es una actividad que exige una carga laboral de tiempo completo e igualmente se evidencia que las actividades realizadas son múltiples.

Es por lo anterior que, se hace importante determinar cada uno de los síntomas relacionados con el Burnout, entre los cuales se encuentran: el cansancio emocional, la despersonalización, la deshumanización y la falta de realización personal en el trabajo.

De acuerdo a la investigación de Garay y Farfán (2007); se evidencia el contraste relacionado con este tipo de mujeres; encontrando, en efecto, que las amas de casa, quienes no reciben una remuneración económica por sus quehaceres, tienden a sufrir más de depresión, estrés crónico y, además tienen una autoestima más baja. Lo anterior se relaciona estrechamente con la diferencia del nivel social, cultural y educativo, donde las personas con un trabajo remunerado, están altamente relacionadas con el mundo exterior, así mismo, sus relaciones interpersonales son más exitosas.

3. Objetivos

3.1 Objetivo general

Identificar la prevalencia del Síndrome Burnout, a través de la aplicación del Cuestionario de Burnout para amas de casa (CUBAC) en un grupo de mujeres entre 18 y 40 años de edad, amas de casa y madres de los estudiantes del grado transición del colegio Jorge Eliecer Gaitán de la ciudad de Villavicencio, para promover la prevención y manejo de síntomas de dicho síndrome.

3.2 Objetivos específicos

- Aplicar el cuestionario de Burnout para amas de casa CUBAC a las madres amas de casa de los estudiantes del grado transición del colegio Jorge Eliecer Gaitán de Villavicencio, para identificar la cantidad de mujeres ubicadas en cada subescala.
- Analizar las subescalas obtenidas del cuestionario CUBAC, para amas de casa según los parámetros de los autores y de esta manera identificar la prevalencia del Síndrome Burnout en el grupo analizado.
- Analizar las variables independientes, para comparar las características donde se manifiesta con mayor prevalencia el síndrome.

4. Planteamiento del problema

En la actualidad, en todos los estratos sociales y especialmente en los estratos bajo y medio bajo, se observan mujeres que se encargan de los oficios del hogar y, además, son las únicas responsables del cuidado y crianza de sus hijos, es decir, son quienes velan por la estabilidad emocional e intelectual de los mismos. Al dar una mirada de carácter social, se puede observar que las labores domésticas no son tenidas en cuenta como un trabajo, partiendo de que no hay remuneración económica y en bastantes casos, no se valora, por parte de los otros miembros del hogar, la labor realizada por dichas mujeres.

A partir de lo anterior, se puede decir que, las amas de casa son mujeres que pueden estar expuestas a estrés continuo, el cual es la principal causa del síndrome de Burnout o síndrome de agotamiento, según Maslach y Jackson (citados por Quiceno y Vinaccia, 2007). De la misma manera y basados en el anterior postulado, Quiceno y Vinaccia (2007), definieron dicho síndrome como “respuesta al estrés laboral crónico, acompañado de una experiencia subjetiva de sentimientos, cogniciones y actitudes, las cuales provocan alteraciones psicofisiológicas en la persona y consecuencias negativas para las instituciones laborales”. (p.119).

De acuerdo a lo indicado, es necesario resaltar que, el Síndrome de Burnout ha sido poco investigado en la sociedad colombiana, para medir las afectaciones de la salud mental en las madres amas de casa. Según Monte y Peiró (1999), se ha dejado de lado su labor constante, donde no se le permite descanso alguno y donde se limitan las relaciones interpersonales, ya que estas mujeres no disfrutan de una vida social activa, al tener que realizar diversas labores, única y exclusivamente en sus casas. A diferencia de otras personas que ejercen profesiones y ocupaciones distintas; con un trabajo remunerado y donde, además se da la oportunidad de relacionarse con más individuos y hallar posiblemente, alguna forma que permita la dispersión necesaria para mantener su salud mental.

Por último, al echar un vistazo en el entorno de la ciudad de Villavicencio, la cual está constituida por diversos estratos y donde, en algunos de ellos, se pueden observar necesidades económicas, sociales, educativas y culturales, se evidencia que la calidad de vida que en este caso tiene este grupo de mujeres, es bastante precario, hablando desde la necesidad de interacción del ser humano. Por tal motivo, se hace necesario indagar sobre las posibles formas que permitan y promuevan la estabilidad emocional y física de las mismas, pues en manos de ellas se encuentra el bienestar de la familia en casi todos sus ámbitos (emocional, salud y nutrición, formación de hábitos y recreación). Por lo anterior, surge el interrogante ¿Cuál es la prevalencia del Síndrome de Burnout en madres amas de casa, de los estudiantes del grado transición, del Colegio Jorge Eliecer Gaitán de Villavicencio?

5. Hipótesis

Las mujeres madres y amas de casa se encuentran afectadas por el Síndrome de Burnout, especialmente las mujeres solteras ya que no cuentan con un apoyo emocional ni físico, y de esta manera, impacta sobre su bienestar psicológico y el de sus hijos.

6. Marco teórico

Dado que este trabajo se centra en dar a conocer la importancia de la labor realizada por las mujeres, madres, amas de casa, quienes son una población invisibilizada y carecen de retribución tanto económica como de reconocimiento por parte los miembros de la familia y la sociedad, resulta fundamental tener en cuenta las definiciones básicas para la comprensión y valor otorgado a cada una de ellas:

6.1 Ama de casa

De manera universal, se conoce como “ama de casa” a la “mujer que se ocupa de las tareas de su casa”, definición otorgada por la RAE (2001). Así mismo, Pite (2013), indica que a comienzos del siglo XX, en Argentina, modernizarse equivalía a que el hombre saliera del hogar a trabajar y generar un tipo de ingresos, mientras las mujeres modernas, debían estar en la casa realizando labores domésticas, pues se consideraba que, si una mujer trabajaba fuera del hogar, se debía a la gran necesidad de sustento económico y que esto era necesario para suplir las necesidades básicas del hogar.

De la misma manera, Palacios (2014) propone que la labor doméstica, culturalmente es desempeñada por las mujeres, de acuerdo a la división sexual del trabajo, donde las funciones son asignadas de acuerdo al sexo del sujeto, generando así un valor social y económico; esto conlleva a que la labor doméstica sea desvalorizada socialmente, ya que no atribuye una recompensa económica y se sale de las actividades del ámbito productivo; así mismo, ésta tarea, está configurada, haciendo hincapié a las mujeres: madres, esposas e hijas que se encargan del cuidado de la familia y no reciben ningún tipo de remuneración económica, con el prejuicio de la falta de habilidades, competencias y destrezas especiales para desempeñar una labor importante con responsabilidades económicas. El supuesto, es que las mujeres amas de casa desempeñan sus labores en lugares seguros, conformistas y que no se requiere

de mucho esfuerzo cognitivo ni físico; es lo que hace que el trabajo doméstico haya quedado en invisibilidad por la sociedad.

El concepto de ama de casa no ha tenido cambios a través del tiempo según Vega (2007), cualquier contexto cultural reconoce a la mujer como débil, quien se encarga de la limpieza y el orden; funciones que se atribuyeron exclusivamente a las mujeres, lo cual se establece de manera natural como lo es la ocupación en el espacio doméstico, además de ser la progenitora con obligaciones a las que no puede renunciar como lo es dar vida, cuidar, alimentar y ser la figura principal de sacrificio propio para satisfacer las necesidades de los demás miembros del hogar.

Por otro lado, para Mar Candela, periodista del periódico El Espectador (2018), a la mujer ama de casa de hoy se le cataloga como “administradora del hogar con derechos” y es aquella mujer que se ocupa realizando el trabajo doméstico, aportando de cierta manera a la economía de la sociedad conyugal pese a que no se contrata una persona para estas tareas específicas, como lo son: asear, lavar, cocinar, cuidar los niños, ahorrando de una u otra forma un sueldo; entonces es la mujer que no se desempeña en un “empleo formal”, sino que se ocupa completamente de su casa. Así mismo Candela (2018) indica:

En los tiempos de antes, por norma social, toda ama de casa se mantenía sumisa y abnegada ante el hombre y la sociedad. Esto se debía al rol de género, donde las labores del hogar se entendían como exclusivas de la mujer; el hombre se dedicaba a proveer, él era el responsable de llevar el sustento familiar y mantener el bienestar económico. Es por eso que los trabajos eran de tipo masculino, incluyendo el administrativo. Candela, M. (2018).

De acuerdo a lo anterior, se evidencia que, en los años 70 en Colombia, el trabajo asalariado, había excluido la economía del cuidado, y fueron las campesinas,

afrodescendientes, indígenas quienes reclamaron la inserción de la mujer en el trabajo productivo, donde se pretende generar la equidad de género y que, de la misma manera, sea el hombre quien también asuma los deberes domésticos. (Robledo, 2011).

6.2 Ama de casa en la cultura

De acuerdo a lo anterior, se puede decir que la tradición del ama de casa es inherente a la cultura, y que el dominio del trabajo, ha estado siendo desarrollado por el sexo masculino, dejando los cuidados del hogar y de la familia a la mujer (como lo indica Buitrago, 2015) “quienes siempre han estado en segundo plano, sometidas a la autoridad y el poder del hombre, excluyéndolas de todo tipo de posibilidades sociales”. (p.25), especialmente evidenciada en la cultura indígena, donde la mujer es excluida de decisiones políticas.

Actualmente ha sido un poco difícil para la sociedad, adaptarse al cambio donde la mujer también se realiza profesionalmente y para el hombre le es complicado ayudar en las tareas del hogar, aunque claro está, que, en muchos hogares colombianos, la economía y el trabajo de la casa son suplidos por ambas partes.

En la actualidad las cuidadoras de niños tienen la difícil tarea como lo menciona Barudy, & Dantagnan (2010): “el desafío de la función maternal, implica poder satisfacer las múltiples necesidades de sus hijos (alimentación, cuidados corporales, protección, necesidades cognitivas, emocionales, sociales, etc.).” (p.33) lo que delega una gran responsabilidad en cuanto al bienestar sobre los hijos y los convierte en los directos responsables sobre cualquier suceso que pueda llegar a ocurrir bajo su cuidado.

Pareciera fácil definir la responsabilidad de la madre dentro del proceso de crianza, pero si se ve en la minucia se refleja que cada necesidad desencadena tareas que, sumadas se convierten en un compendio de tareas sin fin, todo esto con el fin según Barudy, & Dantagnan. (2010) “un buen despliegue de las competencias parentales permite la

estructuración de contextos sanos, donde son los niños sujetos activos, creativos y experimentadores.” (p.49).

6.3 Definición de trabajo

Es importante determinar el concepto anterior junto con la definición del término trabajo, lo cual se reconoce como “las actividades (tanto remuneradas como no remuneradas) que proporcionan a otros, servicios o comodidades (...)” (Kielhofner, 2004, p. 9). Se observa una inclusión a la no remuneración dentro del término de trabajo, en contraste con el concepto colombiano de trabajo establecido por el Código Sustantivo del Trabajo en el Art. 5 “es toda actividad humana libre, ya sea material o intelectual, permanente o transitoria, que una persona natural ejecuta conscientemente al servicio de otra, y cualquiera que sea su finalidad, siempre que se efectúe en ejecución de un contrato de trabajo” (p. 29); este se debe efectuar con un documento previo y una remuneración económica, según se establece para los términos de contratación laboral.

De igual manera lo indica la OIT (Organización Internacional del Trabajo), (2004) lo define como “el conjunto de las actividades humanas, remuneradas o no, que producen bienes o servicios en una economía, o que satisfacen las necesidades de una comunidad o proveen los medios de sustento necesarios para los individuos.”

6.4 Relación de amas de casa y trabajo

Ahora bien, si se remite a los conceptos de ama de casa como labor u ocupación, se encuentra que no hay una definición clara sobre el término, por la complejidad en la descripción de las actividades que en conjunto se enmarcan bajo el significado, como define el CIOU – 88 A.C. (Clasificación Internacional Uniforme de Ocupaciones Adaptada para Colombia) se entiende como ocupación “conjunto de empleos cuyas principales tareas y

cometidos se caracterizan por un alto grado de similitud”, por lo tanto, se puede estimar la labor de ama de casa como una ocupación.

Por otro lado, según el DANE las ama de casa se encuentran en el grupo poblacional denominado “población inactiva” y refiere a personas que en el último año no han trabajado ni han intentado acceder a un trabajo, según el boletín técnico publicado en julio de 2018 en la GEIH (Gran Encuesta Integrada de Hogares), en el trimestre de mayo a julio “la población inactiva en el total nacional que se dedicó principalmente a realizar oficios del hogar fue del 41,8%” (DANE, 2018).

Así mismo la organización internacional del trabajo OIT, define como trabajo doméstico a aquellas actividades que se ejecutan dentro del hogar y son realizadas por lo general por personas vulnerables que trabajan de manera informal, en este sentido se reconoce que la labor domestica sí es un trabajo, pero de acuerdo a la situación sociopolítica colombiana, no son reconocidos los servicios realizados por el ama de casa en función de la familia como trabajo. (Fernández, Moyano y Ramírez, 2014).

Es importante resaltar el significado de ama de casa y trabajo France (2006) afirma que: “la oposición casa/calle” determinado como “la oposición casa/trabajo”. (p.128). en la mujer era visto con naturalidad que solo se encargara de los quehaceres de la casa, desempeñando el papel de ama de casa, al incluir su desempeño también en la parte laboral se generó un aire de inconformidad, pese a que este fue un paso agigantado para la mujer donde también podía trabajar fuera de su hogar, tener ingresos económicos para la sostenibilidad en la calle, es decir tener un trabajo donde le atribuyera un sueldo.

Para France, el trabajo en la calle, es pasar de lo privado a lo público, es decir de la casa a la calle, donde las mujeres recibían un salario, esto fue sin duda, una nueva experiencia tanto para el mercado de trabajo como para las mujeres. Lo que indica que el hecho de que una mujer se desarrollara en tareas diferentes a las del hogar, como lo es la labor empresarial

remunerada, no era una conducta común, sino que es algo que se viene evidenciado en la actualidad, donde se afirma que ser ama de casa y ejecutar las tareas domésticas fue establecido culturalmente; cultura la cual otorgaba este rol a partir del reconocimiento de género, es decir desde que las personas nacían ya se estimaba su ocupación: las mujeres se desempeñaban en la casa y los hombres afuera de ella como lo dice France (2006).

6.5 Amas de casa y ayuda económica por manutención de los hijos

Al realizar una revisión a nivel global, Beswick (2018), informa que, en distintos países, la mayoría de índole europeo, existen prestaciones familiares, emitidas a cada núcleo familiar dependiendo el número de hijos, sin embargo, es necesario tener en cuenta que esta ayuda económica se da, para la educación y alimentación de los niños, mas no para la retribución económica por quehaceres en el hogar.

- *Alemania:* El Estado Alemán, concede 194 euros al mes por el primer y segundo hijo y retribuye un valor de 225 Euros por el cuarto.
- *Reino Unido:* Realiza pagos semanales por hijo de 2.70 libras esterlinas (23.16 euros)
- *Irlanda:* Genera pagos mensuales de 140 Euros por cada hijo.
- *Dinamarca:* Los pagos oscilan entre 2.808 coronas a 4.506 (377 y 605 euros), depende de los ingresos de los progenitores.
- *España:* Realiza el pago de acuerdo al número de niños; para dos niños, el pago es de cuatro veces el salario mínimo, para tres niños el pago es de ocho veces el salario mínimo y para cuatro o más es de 12 veces el valor del salario mínimo.

Por otro lado, a nivel nacional, el estado aporta con el proyecto familias en acción, la estrategia de generar apoyo a las familias “pobres y pobres extremos”, un incentivo económico con los requisitos de tener los hijos estudiando o en control de crecimiento y desarrollo de acuerdo a la edad del niño. Cabe aclarar, que estos subsidios a diferencia de los

países anteriormente mencionados, solo se dan a las familias de estratos bajos y bajos extremos en determinadas regiones (Prosperidad social, 2016).

6.6 Normatividad sobre las amas de casa en Colombia

El trabajo doméstico en el hogar no ha sido reconocido como tal, como aporte económico de la mujer, es decir, en la actualidad se contrata personas por fuera del hogar a quienes se les atribuye un pago por servicios domésticos, sin embargo cuando estos servicios los realiza la mujer del hogar se entiende que hay un ahorro económico, de manera que este sería el aporte a la economía del hogar, Carreño y Rabazas (2009), resaltan la diferencia entre trabajo productivo y reproductivo, clasificados por la sociedad, ya que el trabajo reproductivo es el que se desarrolla en entorno familiar (tareas del hogar sin remuneración) y el productivo en entorno empresarial (trabajo con remuneración); es entonces donde se recalca que desde la antigüedad se le atañe a la mujer el trabajo reproductivo a partir de la cultura, debido a que se le ha considerado inadecuada para el trabajo productivo por los supuestos “rasgos propios relacionados con la afectividad, la inestabilidad, la sumisión y la dependencia. Se les concibió encerradas en la función de esposa y madre y por esto, irremediablemente adscritas al ámbito de lo privado”. (p.57).

De esta manera, el 11 de noviembre de 2010 en el gobierno del expresidente Juan Manuel Santos, implementó la ley 1413, que tiene como objeto incluir “la economía del cuidado” en el Sistema de Cuentas Nacionales, con el fin de establecer la contribución que corresponde al trabajo en el hogar no remunerado, ya que atribuye al desarrollo económico y social del país. Sin embargo, hasta el momento solo se ha hablado de la inclusión de ésta economía, al trabajo desarrollado por las madres comunitarias, por ejemplo; quienes recibirán un pequeño subsidio en compensación de la labor desarrollada como cuidadoras de niños, pero, es evidente la invisibilidad que se le da al reconocimiento monetario para el ama de casa. De esta manera, a la fecha, se generan propuestas para el cumplimiento de la ley 1413 y entre

ellas se encuentra, generar punto de partida a las actividades que realizan las mujeres con el cuidado de su familia y hogar y a partir de ello, considerar que éstas actividades puedan ser suplidas por terceros (López, 2017).

6.7 Síndrome de Burnout

Freudenberger, (citado por Martínez 2010), fue quien empleó el término de agotamiento profesional (término que fue siendo modificado para hacer énfasis en el estrés que se maneja frente al síndrome del quemado) en 1974, para referirse al estado físico y mental de los jóvenes que pertenecían al voluntariado en la Free Clinic de Nueva York para toxicómanos, donde observó que después de un largo período de servicio, es decir entre 2 y 3 años, aproximadamente, se presentaba en la mayoría de jóvenes; estados de pérdida de energía, falta de interés, lo que se demostraba con falta de sensibilización, actitudes poco comprensivas y agresivas, de esta manera aparecían síntomas de ansiedad y depresión, lo cual, de acuerdo con El-Sahali (2015), no genera una recompensa favorable para el individuo lo que conlleva a reducir la participación y la satisfacción en el trabajo.

Por otro lado, Martínez (2010), afirma que el término Burnout, se empezó a utilizar en el año 1977 en una de las convenciones de Asociación de Psicólogos, donde la doctora Maslach destacó el síndrome como el desgaste profesional de las personas que tienen cargos de servicios sanitarios, inicialmente se consagró principalmente para docentes y profesionales de la salud. Lo anterior, repercutió negativamente no solo a nivel individual, sino de manera grupal y organizacional.

Christina Maslach ha hecho un relevante aporte a la disciplina psicológica a nivel mundial ya que su aporte ha sido enfocado en las variables psicosociales en la conducta del ser humano, dando un giro en entorno a la comprensión de fenómenos que alteran y deterioran a las personas en su contexto de desempeño; su estudio sobre el Burnout (Síndrome de quemarse por el trabajo), descubrimiento del agotamiento psíquico como Síndrome clínico y

aportación del instrumento de medición del mismo *Maslach Burnou tInventory* (MBI), han hecho hincapié en su carrera, Maslach es una de las investigadoras pioneras del burnout y ha logrado posicionarlo a nivel mundial como fenómeno que afecta de manera progresiva la calidad de vida de quien lo padece, así mismo ha otorgado la forma de medir la prevalencia (Olivares, 2016). Este Síndrome se posicionó como problemática real donde las respuestas de quien lo prevalece son disfuncionales por fuertes niveles de presión, desarrollando los tres factores que caracteriza al burnout: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal.

Leiter y Maslach (citados por Olivares, 2017) afirman que el Síndrome Burnout tiende a evidenciarse en personas que se desempeñan en brindar servicios a otras personas, se presenta en respuesta a los diferentes estresores interpersonales, produciendo alteraciones negativas en el estado de ánimo, es decir Burnout es una respuesta prolongada al estrés en el trabajo (Olivares, 2017). A partir del seguimiento de los fenómenos que proyecta el Burnout en una persona, Maslach ha tenido una trayectoria exitosa pese a que en su autoría hay variedad de libros y artículos donde explica este Síndrome a profundidad, sin mencionar las distinciones que ha tenido.

Por otra parte, Gil Monte (citado por Quiceno, 2007) denomina el Burnout como “la agrupación de síntomas por la comunidad científica y signos recurrentes que pueden indicar una patología”, (p.118) aclarando que puede entenderse como acoso psicosocial, diferenciándolo del acoso del trabajo, lo cual es un estresor ocasionado de un acosador a un acosado; y acoso psicosocial, como una “respuesta a los estresantes crónicos laborales”, definición que argumentó de una intervención planteada en 1997 donde define el Burnout como: “una respuesta al estrés laboral crónico, acompañado de una experiencia subjetiva de sentimientos, cogniciones y actitudes, las cuales provocan alteraciones psicofisiológicas en la persona y consecuencias negativas para las instituciones laborales”. (p.119).

Así mismo, Quiceno (2007), expone el término avalado por la comunidad científica, determinado por Maslach en 1982, donde define el Síndrome de Burnout como una respuesta de estrés crónico a partir de tres factores esenciales que fueron medidos a través del “Maslach Burnout Inventory (MBI)” y de esta forma se mide el Burnout en educadores y personal de los servicios humanos: 1) Falta de realización personal (RP): respuestas negativas hacia sí mismo y el trabajo; 2) agotamiento emocional (CE): pérdida progresiva de energía, donde la persona siente que ya no puede dar más por sí misma y 3) despersonalización (DP): irritabilidad, respuestas despreocupantes y frías hacia quienes se presta el servicio, llegando a ser agresivo.

De manera que la persona con síntomas del Burnout, percibe el malestar que le dificulta su funcionalidad rutinaria o común, por lo tanto, puede verse afectado su estado emocional con facilidad, es decir cuando siente presión puede estresarse, sentir ira entre otros, Lazarus (citado por Moral, González y Landero, 2011) afirma: “el estrés es una relación entre las reacciones (cognitiva-emocional, fisiológica y conductual) que tiene un individuo ante las evaluaciones que hace de su ambiente en función de sus recursos y demandas, obstáculos o amenazas”. (p.124). Es entonces una respuesta que tiene la persona en determinada situación, ante la percepción de su quehacer por las solicitudes que tiene e inconvenientes que se le presentan, alterando así su estado emocional de forma negativa, sintiendo lo que llamamos ira, la cual se desarrolla cuando un individuo se siente ofendido, en una situación injusta o afectado por un daño que le genera dolor.

Melamed, S., Shirom, A., Toker, S., Berliner, S., & Shapira, I. (2006), mencionan consecuencias graves a parte de los síntomas psicológicos; implicaciones físicas con la activación neuroendocrina del eje hipotálamo-hipófiso-suprarenal, lo cual conlleva a desarrollar enfermedades cardiovasculares. De la misma manera, se considera aparición de síndromes metabólicos, trastornos del sueño y conductas como consumo de sustancias

psicoactivas o sedentarismo. Motivo por el cual se genera gran ausentismo y aumento de incapacidades en las organizaciones, lo cual conlleva a la baja productividad, falta de motivación, comportamiento negativo tanto con los clientes externos, como internos, esto hace que se aceleren procesos de la rotación de personal y despidos.

De la misma manera, Hurtado y Pereira (2012), exponen que para que una persona se mantenga atenta y genere su trabajo eficaz y efectivamente, se debe trabajar por mantener la armonía tanto en las organizaciones, como a nivel personal y ambiente laboral, esta reciprocidad se consigue por medio de la organización, generando el pago correspondiente por la realización de las labores, pago de seguridad social, y por el lado personal, apoyando en el cumplimiento de expectativas personales como a nivel económico, académico, familiar y cultural. De esta manera el desgaste profesional, es una manifestación extrema del estrés laboral y aparece cuando el sujeto evidencia que sus esfuerzos no están siendo adecuadamente recompensados. De la misma manera lo menciona Chiavenato (2017) en el Ciclo motivacional (CM), siempre va a existir la necesidad de satisfacción personal, sin embargo, al generar la frustración, el CM, se genera tensión por el surgimiento de la necesidad y se encuentra con un obstáculo para su liberación.; al presentarse lo anterior, se demuestran conductas de agresividad, descontento, tensión emocional apatía, indiferencia, etc, y de manera fisiológica evidenciada con tensión nerviosa, insomnio, repercusiones cardiacas o digestivas, etc.

6.8 Instrumentos de medición del síndrome de Burnout

Al verificar los instrumentos de medición del Síndrome de Burnout, Moreno, Bustos, Matallana y Miralles (1997), indica que el cuestionario mencionado anteriormente, “Maslach Burnout Inventory (MBI)” presenta problemas teóricos y psicométricos, lo cual genera la necesidad de estudiar con otros instrumentos la evaluación del Burnout. De esta manera, fue

implementado el Cuestionario Breve de Burnout, el cual se divide en tres bloques:

Antecedentes del Burnout, factores del síndrome y por último las consecuencias del Burnout.

Teniendo en cuenta que los anteriores cuestionarios, fueron generados para identificar el Burnout en personas trabajadoras con un empleo remunerado, y específicamente a labores relacionados con educadores y personal de los servicios (labores con atención al cliente), en el año 2009, fue implementado el “Cuestionario de Burnout para amas de casa (CUBA): evaluación de sus propiedades psicométricas y del Modelo Secuencial de Burnout”, creado por González, Landero y Moral (2009) aplicado en México, donde se identificó inicialmente, que las mujeres pueden verse gravemente afectadas con el síndrome porque son quienes desarrollan doble labor, donde además del trabajo remunerado, deben encargarse de las labores domésticas y cuidado de la familia. Rout, Cooper y Kerslake (citados por González, Hernández y Moral, 2009), encontraron que las madres que trabajaban fuera del hogar tuvieron mejor salud mental y reportaron menos depresión que las madres que no trabajaban y se dedican únicamente a labores domésticas.

6.9 Síntomas del Síndrome de Burnout

6.9.1 Falta de realización personal.

Pérez (citado por Asitimbay, 2015) afirma que la baja realización personal:

“(…) hace referencia cuando una persona está insatisfecha con su trabajo, cuando se siente poco realizada, tiene deseos de abandonar su carrera dándose respuestas negativas hacia sí mismo y el trabajo. Se da un deterioro del autoconcepto acompañado de sensaciones de inadecuación, de insuficiencia y de desconfianza en sus habilidades”.(p.78)

Es decir, es una autoevaluación negativa que hace persona de sí misma y su desempeño, es una auto observación desilusionante a partir del sentimiento de fracaso personal, pese a que la persona se siente incompetente, que le falta esforzarse y prepararse para adquirir

conocimientos ya que se siente carente de ellos, por lo tanto sus expectativas son decadentes; Los síntomas que deriva la falta de realización personal son la procrastinación, la impuntualidad, la evitación, el absentismo y abandono de las tareas a laborar en determinada ocupación a partir de la insatisfacción que le genera el resultado de las mismas (Asitimbay, 2015).

Así mismo, se identifica que otra de las consecuencias evidenciadas en el Síndrome de Burnout está reflejada en la carga de trabajo, relacionada con la falta de realización personal, El-Sahili (2015) lo define como “un exceso de demandas laborales que superan en mucho las capacidades de una persona para reponerse”,(p79)., se representan en esfuerzos diarios que representan exceso de actividad y hace que la energía no se recupere en su labor cotidiana.

6.9.2 Agotamiento emocional.

Gómez y Gómez (citado por Asitimbay, 2015) afirman que el agotamiento:

“(…) hace referencia a la falta de recursos emocionales y al sentimiento de que nada se puede ofrecer a la otra persona. Es consecuencia de las continuas interacciones que los trabajadores deben mantener entre ellos, así como con los clientes. Las manifestaciones somáticas y psicológicas que se presentan entre otras, abatimiento, ansiedad y la irritabilidad”. (p.33)

Es aquí donde se evidencia la creciente pérdida de energía, el agotamiento, impotencia, fatiga, baja motivación o ausencia de voluntad y desgaste no sólo físico sino también emocional en el individuo, generando una incapacidad para continuar con su labor (Asitimbay, 2015).

De la misma manera, consecuencia de proceso, hay presente un “coraje almacenado que altera la percepción y hace que se vivan las tareas con más dificultad” (p.65), estas emociones negativas se vuelven frecuentes y pueden producir ira, miedo, ansiedad permanente, destructividad e ineficacia. (El-Sahili, 2015).

6.9.3 Despersonalización.

Grazziano y Ferraz (citado por Asitimbay, 2015) expresan que: “la despersonalización hace referencia al contexto interpersonal, resaltando la reacción negativa, insensible o excesivamente desconectada del individuo frente a su desenvolvimiento en el trabajo”. (p.36), entonces es cuando la persona refleja una conducta deshumanizada, pese a que exterioriza insensibilidad emocional, irritabilidad, egoísmo, desesperanza, desarrollando otros síntomas como la tensión, ansiedad y estrés, de manera que para aliviar un poco su malestar decide reducir el contacto con las demás personas. (Asitimbay, 2015).

6.10 Desarrollo físico y cognitivo de las personas entre los 18 a 40 años de edad

Entre los 18 y 40 años la persona está transitando por la parte final de la etapa de adolescencia y desarrollando la fase de edad adulta en su totalidad; en el periodo de inicio de estas etapas de desarrollo, es decir en edades entre los 18 y 25 años de edad, las personas toman la idea de que sus vidas son propias, analizan sus experiencias vividas hasta el momento, determinando el sentido que tiene su vida y piensan acerca de sus necesidades y su potencial de desempeño, ya que la persona puede pensar en términos abstractos y enfrentar situaciones hipotéticas, en el trayecto de los 25 a los 40 años, las personas adoptan metas más específicas a desarrollar y definen cómo desenvolverse en su ciclo de vida, el individuo explora relacionarse con otros, buscando interrelacionarse de manera exitosa, ya que de lo contrario genera sentimientos negativos como son el aislamiento y el estancamiento, lo cual no es objeto motivacional de vida de un ser, pese a que una personalidad madura busca prepararse para guiar la generación sucesora (Sandoval, 2012).

Así mismo dentro de la selección de rango de edades de las mujeres de 18 a 40 años para la presente investigación, encontramos que según Papalia y Feldman, (2012) “la adultez emergente es caracterizada por tres criterios, el primero: aceptación de responsabilidades propias, el segundo: la toma de decisiones independientes y tercero: obtener la independencia

financiera” (p.422). Dentro de la fase exploratoria en sus inicios, las jóvenes se inclinan por las tareas universitarias y la vida social activa; hacia los intermedios de la etapa de vida las mujeres ya han consolidado una vida familiar, sin embargo, algunas de estas mujeres se dedican exclusivamente al cuidado de los hijos y la vida del hogar.

7. Referencias de estudio

En primer lugar, se tiene que, en febrero de 2011, fue presentado por la universidad Autónoma de Nuevo León (México), el artículo: Estrés percibido, ira y burnout en amas de casa mexicanas, por Moral, J., González, M. y Landero, R. Para ello, contaron con una muestra de 226 mujeres de Monterrey (Estado Nuevo León México) donde aplicaron Escalas de estrés percibido (PSS 14), de la expresión de la ira (STAXI-2-AX/EX), y del burnout, el Cuestionario de Burnout para amas de casa (CUBAC), de manera que los resultados obtenidos con el CUBAC de las 226 encuestadas el 14,6% (33 mujeres) desarrolló el síndrome completo, el 10.6% (24 mujeres) presentaron rasgos antecedentes del síndrome Burnout, el 24,8% (55 mujeres de 226) tienen rasgos del síndrome, y el 20,8% (47 mujeres) desarrollan las consecuencias del Burnout, de forma que sí hallaron, en esta investigación el síndrome Burnout en mujeres amas de casa.

Así mismo en mayo de 2014 se presentó en la universidad del Magdalena (Colombia), el artículo: Caracterización del síndrome de burnout en amas de casa residentes en el barrio Rodrigo de Bastidas de la ciudad de Santa Marta, Colombia, por Rodríguez, U., Trillos, L., Baute, V. Para el desarrollo de esta investigación aplicaron su estudio a 203 amas de casa, estudio realizado con el cuestionario CUBAC hallando afectación del síndrome en el 11, 3% de la totalidad, con predominancia en amas de casa estrato 1 con un 66,5%, entonces en esta investigación los resultados arrojaron que el 42,9% de las 203 amas de casa presentan los antecedentes del burnout, el 50,7% está moderadamente afectada, es decir hay presencia de los rasgos del síndrome, y el 6,4% se encuentra directamente afectada, desarrolla las consecuencias del síndrome. Es entonces este estudio una prueba más de que si se presenta el síndrome burnout en amas de casa, a causa de los diferentes factores que experimentan mediante realización de las tareas del hogar.

Por otro lado, en marzo de 2014 en la universidad de Hermosillo, Sonora (México), se presentó el artículo: bienestar psicológico y desgaste profesional (DP) en amas de casa, docentes universitarias, por Gaxiola, E. estudio que se realizó con una muestra de 120 mujeres aplicando el cuestionario Burnout Inventory (MBI), los resultados obtenidos en esta investigación son que el 27,5% presenta agotamiento emocional, el 23,3% manifiesta presencia del DP medio moderado, y el 49,2% trabajan de tiempo indeterminado. Se evidencia en esta investigación la manifestación de los síntomas del síndrome de burnout.

Así mismo en enero de 2017 en la Fes Iztacala, UNAM se expuso el artículo: estrés y apoyo social en mujeres amas de casa y empleadas domésticas, por Trujano, S y Lara, N. el cual consistió en una investigación realizada a cuatro muestras ya que evaluaron a 100 amas de casa residentes de la ciudad de México o área metropolitana y 100 mujeres amas de casa de las regiones del estado de Puebla (La Venta y el Rincón), es decir que desarrollaban labores en su hogar, como también se aplicó el estudio a 100 empleadas domésticas de la ciudad de México o área metropolitana y 100 empleadas domésticas de las regiones del estado de Puebla (La Venta y el Rincón), quienes realizaban labores domésticas en su hogar y en las casas en las que eran empleadas, todas las mujeres de nivel socio económico bajo y con el nivel educativo no mayor a la secundaria, en esta investigación manejaron un promedio de edad de 38 años, el instrumento de evaluación utilizado fue el perfil de estrés de Kenneth Nowack (2002), en cuanto a sus áreas de estrés y apoyo social, la escala de estrés incluye seis áreas: salud trabajo, finanzas, problemas familiares, sociales y estrés por el ambiente, este instrumento fue modificado en cuanto a la redacción para facilitar comprensión de las mujeres, aplicaron este instrumento de forma individual. Los datos obtenidos fueron porcentuales de manera que emplearon la prueba *t de Student* para comparar los resultados entre amas de casa y empleadas domésticas, sus lugares de residencia y las variables de interés, entonces obtuvieron resultados donde las empleadas domésticas de la ciudad de

México reportaban más estrés a nivel social con un 86% a diferencia de las empleadas domésticas de Puebla con un 87%. No hallaron diferencias significativas en la muestra total de las muestras de amas de casa en ambos lugares de residencia, de manera que en esta investigación concluyeron que, tanto en la capital del país como en la provincia de interés, las mujeres evaluadas están sometidas a situaciones de estrés y molestias físicas.

También en junio de 2016 en Benemérita universidad autónoma de Puebla presentaron el artículo: Factores que detonan el síndrome de Burnout, por García, Gatica, Cruz, Luis, Vargas, Hernández, Ramos y Macías, el cual consto de una investigación aplicada a 100 profesores de ENSEP, utilizaron el instrumento de evaluación Maslach Burnout Inventory Education Survey (MBI-ES). Obtuvieron los siguientes resultados: con respecto al tipo de jornada laboral, 39 % de los profesores indicó que tenía una jornada de tiempo completo; 21 % dijo ser de medio tiempo y 40 % señaló tener una plaza denominada de hora-clase. En cuanto a las relaciones familiares de los encuestados, 65 % reportó mantener excelentes relaciones con su familia; 31 % dijo que eran buenas; 4 % dijo que eran regulares, y 0 % indicó mantener malas o muy malas relaciones. Cabe mencionar que el buen ambiente familiar de la mayoría de los encuestados contribuye a su actitud positiva en el lugar de trabajo, a pesar de tener 2 o más dependientes económicos. Los resultados de la sub-escala de cansancio emocional indican que 82 % de los encuestados muestra un alto nivel de cansancio emocional, correspondiendo 47 % a los hombres y 35% a las mujeres. Casualmente esta condición presenta los más altos niveles de dicha sub-escala en profesores que tienen entre 47 y 51 años de edad. La sub-escala de despersonalización indica que 94 % de los encuestados muestra un alto índice, de los cuales 54 % son varones y 40 % son mujeres. Cabe destacar que el nivel más alto de esta sub-escala se presenta en los docentes que tienen entre 47 y 56 años de edad. La sub-escala de realización personal, indica que 82 % de los encuestados muestra un bajo índice, de los cuales 43 % son varones y 39 % son mujeres. Cabe destacar

que el nivel más bajo de esta sub-escala se presenta en los docentes que tienen entre 47 y 56 años de edad. En otras palabras, la planta docente de esta institución educativa no está satisfecha con su realización personal, a pesar de vivir en un ambiente laboral y familiar agradable.

8. Marco Metodológico

8.1 Tipo de investigación

La presente investigación es de carácter cuantitativo, ya que el objetivo de la misma busca la prevalencia a sufrir el síndrome de Burnout en madres, amas de casa, y este resultado se obtuvo a partir de los porcentajes obtenidos en las sub-escalas ubicadas en el instrumento de aplicación (cuestionario CUBAC); del cual se genera la recolección de datos de manera numérica y que son necesariamente medibles; de la misma manera se llevó a cabo el análisis de resultados de forma objetiva y de manera estadística, teniendo en cuenta que las cifras y porcentajes obtenidos no fueron manipuladas por los investigadores (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Por otro lado, el tipo de investigación desarrollado en este proyecto es de tipo descriptivo - correlacional, teniendo en cuenta que el estudio descriptivo, busca especificar las propiedades, características y perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier fenómeno (Hernández, Fernández y Baptista, 2014), en este caso; madres, amas de casa; para ello fue necesaria la caracterización de acuerdo a las variables y rasgos importantes a analizar como lo es que sean madres de niños pequeños, que sea de un estrato socioeconómico bajo y medio-bajo y que sean necesariamente amas de casa, las cuales no tienen un trabajo remunerado aparte. Así mismo, teniendo en cuenta los estudios correlacionales que son los que asocian variables mediante un patrón predecible para un grupo o población (Hernández, Fernández y Baptista, 2014), se analizaron variables como estado civil, edad, tiempo desempeñando la labor, escolaridad y número de hijos para cuantificar, analizar y establecer vinculaciones.

Adicionalmente el proyecto investigativo es de corte transversal, ya es muy usada en las ciencias sociales, el cual tiene como objeto de estudio una comunidad humana determinada (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)., y se caracteriza por ser un método no

experimental, ya que se evidencian hallazgos en la literatura y no es un fenómeno desconocido, por lo cual lleva algunos años estudiándose (Hernández, Fernández y Baptista, 2014), así mismo se han generado teorías en cuanto a los riesgos o factores y consecuencias del Síndrome de Burnout. La presente investigación, busca medir la prevalencia de la población objeto que cumple con las características expuestas para la investigación y las que no cumplían con las mismas se omitieron. Igualmente, el proceso de aplicación de los instrumentos se realizó en un solo momento de tiempo y no se generó ningún tipo de seguimiento a la población para mejoramiento.

8.2 Estrategias metodológicas

8.2.1 Población objetivo.

La población objeto de estudio está representada por 53 madres de los niños del grado transición del colegio Jorge Eliecer Gaitán ubicado en el barrio Morichal de la ciudad de Villavicencio. Esta institución es de carácter pública, atiende estudiantes con vulnerabilidades económicas y las familias de los estudiantes pertenecen a un estrato socioeconómico bajo y medio bajo.

8.2.2 Muestra.

De los 53 cuestionarios repartidos, que se efectúa, a través de la disposición de los acudientes, y especificación que era sólo para las madres de los niños (ya que allí se encontraban acudientes como padres, hermanos, tías, abuelas, entre otros), se obtiene la muestra total de 30 cuestionarios que se entregaron completamente diligenciados. Por lo tanto, el porcentaje de cuestionarios omitidos es del 44%.

8.3 Variables

En la presente investigación, se tuvieron en cuenta las variables discretas, ya que los valores que tomamos de manera cuantificable, fueron tomados únicamente de la muestra

objeto, así mismo se tomaron de la ficha sociodemográfica incluida dentro de las preguntas de cuestionario CUBAC.

Por otro lado, se tendrá en cuenta la variable independiente, determinada por las características de cada una de las mujeres como lo es la edad, número de hijos, nivel académico, estado civil, estrato y escolaridad (explicadas anteriormente). Por otro lado, la variable dependiente, estará determinada por la característica principal de cada mujer participante del proyecto, que es: ser madre- ama de casa. De esta forma se determinará cómo afectan las variables independientes en el desarrollo de la investigación y en cuál de ellas, es más propensa una mujer a sufrir del Síndrome Burnout.

8.4 Instrumento

Para la presente investigación, fue pertinente la aplicación de dos instrumentos:

8.4.1 Ficha sociodemográfica.

Necesaria para recolectar información valiosa ya que provee de una visión profunda y detallada de los hechos sociodemográficos (Figueroa y Trejo, 2003). Este instrumento (Anexo 1) fue estructurado por las investigadoras y permitió caracterizar los siguientes datos:

- Edad: Hace referencia a la edad de la mujer a aplicar el instrumento, característica proporcionada con el fin de la investigación.
- Estado civil: Refiere a la condición de una persona de acuerdo a si tiene no pareja y la situación legal de la relación, para las cuales se tomaron: casada, soltera (viudo o soltero) y unión libre (unión marital de hecho).
- Número de hijos: Requerida a las mujeres madres amas de casa, con el fin de analizar la caracterización como una de las variables independientes.
- Estrato socioeconómico: Se realiza la aclaración a la muestra que este dato es de acuerdo a la información que aparece en uno de las facturas de recibos públicos, esta

información se solicita con el fin de analizar caracterización como una de las variables independientes.

- **Escolaridad:** Información solicitada para generar análisis en la caracterización como una de las variables independientes.
- **Ocupación:** Ítem con el objetivo de realizar el primer filtro necesario para la investigación, se omitieron los instrumentos donde la mujer generará ingresos gracias a una actividad económica formal.
- **Tiempo de desempeño:** Hace referencia al tiempo de desempeño de la labor de ama de casa, esta información se solicita para realizar análisis de la caracterización como una de las variables independientes.

8.4.2 Cuestionario de Burnout para Amas de casa CUBAC.

Este instrumento, fue diseñado por González, Hernández y Moral (2009) (Anexo 2); como primer paso a la presente investigación, se solicitó autorización a los autores del mencionado instrumento vía correo electrónico y fue aceptada por los mismos (Anexo 3). El cuestionario, se realizó mediante una adaptación del Cuestionario Breve de Burnout (CBB), éste instrumento se miden las escalas globales del síndrome como lo es: factores del Burnout, síndrome de Burnout y consecuencias de Burnout, se encuentra estructurado por 21 preguntas divididas en tres secciones:

- **Riesgo o factores para el desarrollo del síndrome,** consta de 9 ítems: 2) Me siento identificada con mi trabajo de ama de casa, 4) Mi familia me apoya en las decisiones que tomo como ama de casa, 6) Mi trabajo como ama de casa carece de interés, 8) En mi familia nos apoyamos con el trabajo del hogar, 9) Las relaciones personales que establezco por ser ama de casa son gratificantes para mí, 10) Mi familia menosprecia

la importancia de mi trabajo, 14) Mi trabajo es repetitivo, 16) Me gusta el ambiente y el clima de mi hogar y 20) Mi trabajo de ama de casa me resulta aburrido.

- Síndrome Burnout, esta sesión también cuenta con 9 ítems: 1) En general estoy harta de ser ama de casa, 3) Mi familia frecuentemente tiene exigencias excesivas, 5) Mi trabajo como ama de casa me ofrece escasos retos personales, 7) Cuando estoy en casa me siento de malhumor, 11) Mi familia reconoce muy poco los esfuerzos que hago por ellos, 12) El interés por mi desarrollo profesional (o personal) es muy escaso, 15) Estoy agotada de mi trabajo como ama de casa, 18) Hago las tareas de la casa de forma mecánica, sin amor y 19) El trabajo que hago está lejos de ser el que yo hubiera querido.
- Consecuencias del síndrome, esta está constituida por 3 ítems: 13) Considero que el trabajo que realizo repercute en mi salud personal (dolor de cabeza, insomnio, etc.), 17) El trabajo de ama de casa está afectando mis relaciones familiares y personales y 21) Los problemas de mi trabajo como ama de casa hacen que mi rendimiento sea menor.

La puntuación del instrumento se obtiene sumando los resultados de los ítems de cada sección, los cuales están determinados por marcar el grado de intensidad de la siguiente manera: (1) en ninguna ocasión, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) frecuentemente y (5) la mayoría de las veces, y se mide de la siguiente manera: Para medir la escala de Factores de Burnout, se puntúa bajo cuando el rango se encuentra entre 9 y 19, medio cuando puntúa de 19 a 29 y alto mayor de 29, para medir el Síndrome de Burnout, se encuentra en bajo cuando el resultado es de 9 a 19, medio entre 19 y 25, y alto cuando puntúa mayor de 25, el criterio de evaluación de las Consecuencias del Burnout, se establece bajo cuando se encuentra entre 3 y 6, medio entre 6 y 8 y alto cuando es mayor a 8.

De la misma manera, la medición psicométrica del cuestionario Burnout para amas de casa CUBAC, demuestra su validez por medio del coeficiente alfa de Conbrach de 0.80, promedio de las tres subescalas demostradas a continuación, en la Ilustración 1.

| | Pruebas KMO y Bartlett | Varianza explicada por un factor | Rango de cargas factoriales (valores absolutos) | Consistencia interna (Alfa de Cronbach) |
|-----------------------------|--|----------------------------------|---|---|
| Antecedentes de burnout | KMO = 0.802 Bartlett = 491.462; gl=36; p=0.001 | 38.3% | 0.53 a 0.73 | 0.80 |
| Síndrome de Burnout (ESBAC) | KMO = 0.853 Bartlett = 511.859; gl=36; p=0.001 | 42.2% | 0.41 a 0.79 | 0.81 |
| Consecuentes del burnout | KMO = 0.697 Bartlett = 159.240; gl=3; p=0.001 | 68.9% | 0.81 a 0.85 | 0.77 |

Ilustración 1 Consistencia interna y análisis factorial exploratorio

Nota. Recuperado de Cuestionario de Burnout para amas de casa (CUBAC): evaluación de sus propiedades psicométricas y del Modelo Secuencial de Burnout. (2019).

9. Procedimiento

La aplicación de los instrumentos dio lugar en el Colegio Jorge Eliecer Gaitán, lugar donde una de las investigadoras realizaba actividades de desarrollo académico, allí se comentó la idea a la coordinadora, quien aprobó y dio el espacio para la aplicación de los instrumentos en una reunión que haría a las madres de los niños de transición en cuanto a tips de métodos de crianza, para reforzar los valores y responsabilidades que se estaban poniendo en práctica en la institución.

9.1 Lugar de aplicación

La aplicación de los instrumentos se realizó en un solo momento y en un solo lugar, aplicado el 07 de octubre de 2018, en el salón de Transición –B del colegio Jorge Eliecer Gaitán.

9.2 Acercamiento a la población

Después de la charla de tips de métodos de crianza, la profesora encargada de la misma, presentó las investigadoras a los padres de familia, allí se les dio a conocer el objetivo de la investigación, se explicó la importancia de la labor doméstica y del manejo del hogar, así como el imaginario social en cuanto a sus quehaceres, ya que el trabajo realizado por ellas, es tan importante como quien tiene el desarrollo de actividades de manera remunerada, se hizo una breve explicación del Síndrome de Burnout, investigaciones relacionadas con el tema y la poca importancia que se le ha dado al ama de casa en cuanto al desarrollo de este síndrome.

Por otro lado, se aclaró que el estudio está dirigido a amas de casa y madres exclusivamente, motivo por el cual, de manera voluntaria parientes como tíos, hermanos, abuelos de los estudiantes, entre otros, se fueron retirando del salón. Se observó interés en las mujeres dispuestas a contestar las pruebas, acertando sus actividades como importantes para la formación de sus hijos y organización del hogar.

9.3 Aplicación de instrumentos

En primer lugar, se entregó a cada persona el consentimiento informado (anexo 4), el cual se leyó en voz alta y se aclaró que los datos recolectados se utilizarán únicamente con fines académicos y que no serán divulgados respetando la confidencialidad, de la misma manera se aclaró que por el momento se genera la prueba para identificar si hay prevalencia o no del síndrome, y que no se hará ningún tipo de intervención a las mujeres que sí lo padezcan, ya que la investigación es netamente descriptiva, inmediatamente se recogió con las firmas de las madres.

Seguido de lo anterior, se repartió la ficha sociodemográfica junto con el cuestionario CUBAC, se les explicó que el primer instrumento es para obtener datos y generar el análisis de los resultados, y el denominado Cuestionario CUBAC es el que dará a conocer la prevalencia del síndrome. Las solicitudes de aclaraciones más destacadas tenían que ver con explicación de algunos de los ítems de la prueba CUBAC, ya que algunas madres, en especial quienes no contaban con la culminación de básica secundaria, se les dificultaba interpretar de manera adecuada las cuestiones.

Respecto a la afectación del síndrome de Burnout con la edad, inicialmente se proyectó la edad de 20 a 40 años, para la aplicación del cuestionario CUBAC, pero se tuvo que ampliar el rango de edad desde los 18 años por la cantidad de amas de casa con estas edades en el momento de la aplicación, adicionalmente se separaron las edades en dos grupos uno de 18 a 29 y el otro de 30 a 40.

10. Análisis de los datos

Para facilitar el uso de los datos obtenidos y con el fin de lograr precisión en el análisis de resultados, se realizó mediante la utilización del programa Excel, en donde se generó la tabulación de la información relacionada con la ficha sociodemográfica, seguido de la tabulación del cuestionario CUBAC, posteriormente se realizaron las gráficas y tablas de resultados para mejor análisis de la información.

10.1 Análisis de los resultados

10.1.1 Ficha sociodemográfica

A continuación, se describirán los resultados obtenidos en la ficha sociodemográfica, en donde se analizarán datos como: edad, estado civil, número de hijos, edades de los hijos, estrato, escolaridad y finalmente ocupación.

En relación con las edades (ver ilustración 2), al ser uno de los limitantes de la investigación posicionado entre los 18 y 40 años de edad; se encuentra que el 40% de la población (12 mujeres) pertenece a las mujeres que oscilan entre los 25 y 31 años de edad, seguido del 30% (9 mujeres) que pertenece a las mujeres entre los 32 a 38 años de edad, el 23% (7 mujeres) tiene una edad de 18 a 24 años, finalizando con el 7% de la población (2 mujeres) comprendida entre los 39 y 40 años de edad.

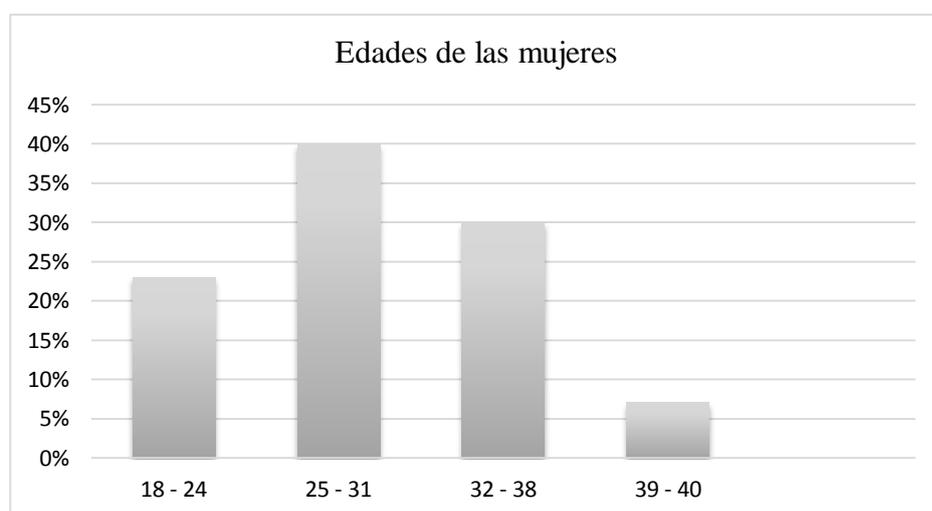


Ilustración 2. Edades de las mujeres

De acuerdo con el estado civil (ver ilustración 3), entre las respuestas encontradas: casada, unión libre o soltera se obtuvo que el 20% (6 mujeres) son casadas, el 20% (6 mujeres) son solteras y el 60% (14 mujeres) lo obtiene la población que convive en unión libre.

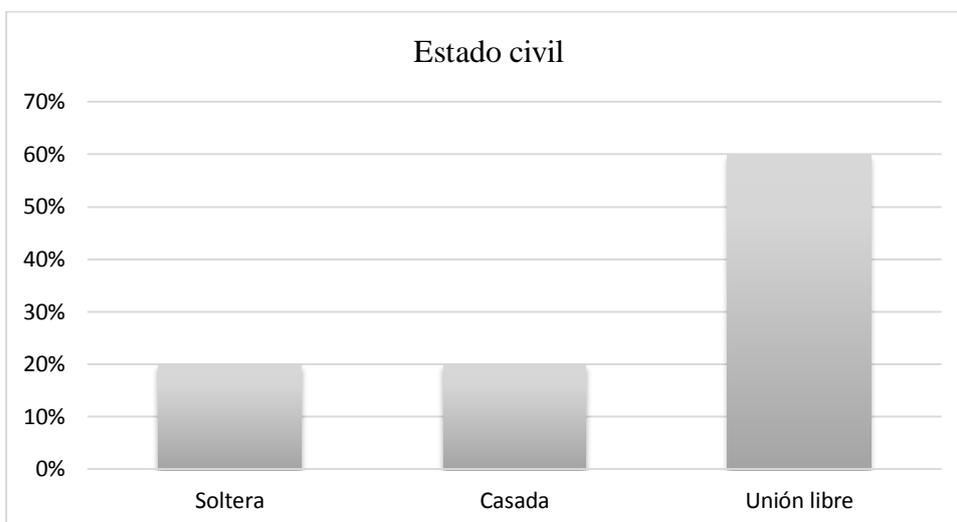


Ilustración 3. Estado Civil

Así mismo se obtiene que el 40% (8 mujeres) tienen 2 niños, el 36% (6) de las mujeres tienen de a 1 niño, el 16% (3 mujeres) tienen 3 niños, el 0% con 4 niños y el 8% (1 mujer) con 5 niños (ver ilustración 4).

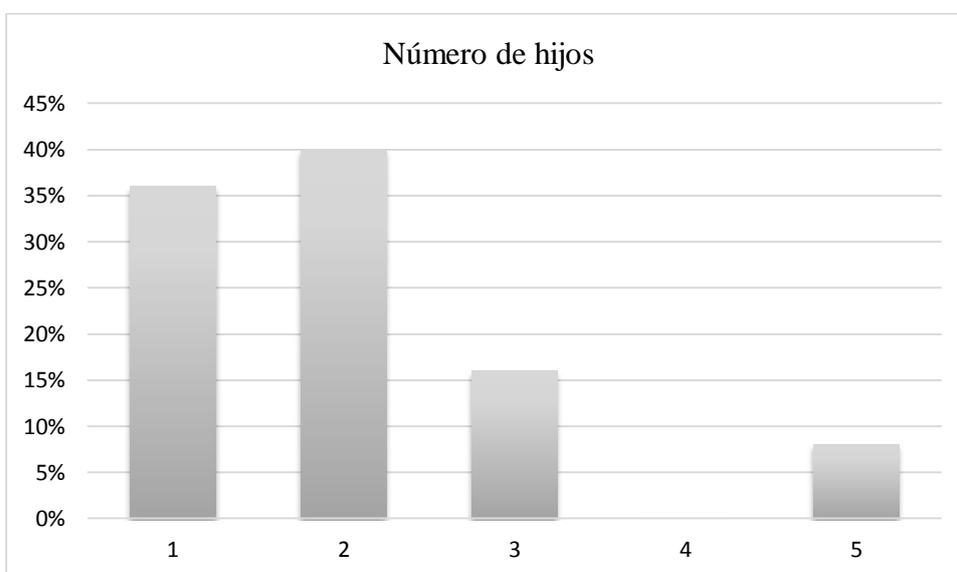


Ilustración 4. Número de hijos

La ilustración 6 muestra los estratos socioeconómicos encontrados que fueron 1, 2 y 3, siendo el más predominante el estrato 1 con el 53% de la población (10 mujeres), seguido del estrato 2 con el 43% (7 mujeres) y finalizando con el estrato 3 con el 4% (1 mujer)

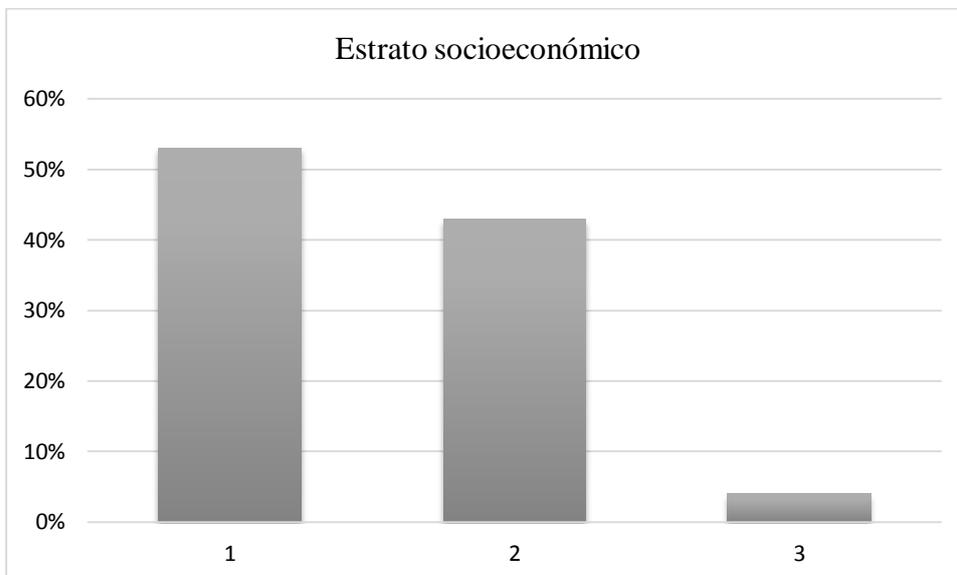


Ilustración 5. Estrato socioeconómico

De igual forma se encuentra que de la población a la cual se le aplicó los instrumentos, el 31% (9) de las mujeres realizaron sus estudios académicos hasta completar la primaria, el 10% (3 mujeres) tiene estudios hasta sexto, séptimo y noveno de bachillerato, el 10% (3 mujeres) tienen estudios técnicos, el 43% (13 mujeres) son bachilleres, y el 6% (2 mujeres) son cuentan con estudios universitarios (ver ilustración 6).

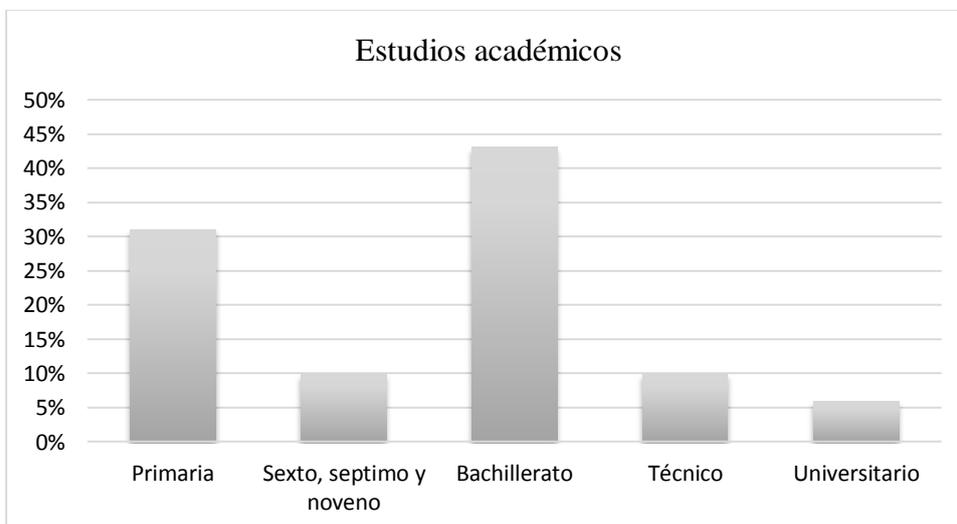


Ilustración 6. Estudios académicos

Necesariamente se obtiene que el total de la población, por medidas de la investigación son amas de casa actuales, para lo cual el tiempo de desempeño es el siguiente: menos de un año con el 4% de la población (1 mujer), entre 1 a 3 años el 50% (15 mujeres), el 33% (10 mujeres) de 4 a 8 años y finalmente el 13% (4) de la población realiza esta labor entre 10 y 20 años (ver ilustración7).



Ilustración 7. Tiempo desempeñando la labor de ama de casa

De la misma manera, se interrogó si es la única encargada del cuidado de los niños, para lo cual se obtiene que el 73% (22 mujeres) sí lo es y el 27% (8 mujeres) recibe ayuda por terceros para el cuidado de los mismos (ver ilustración 8).

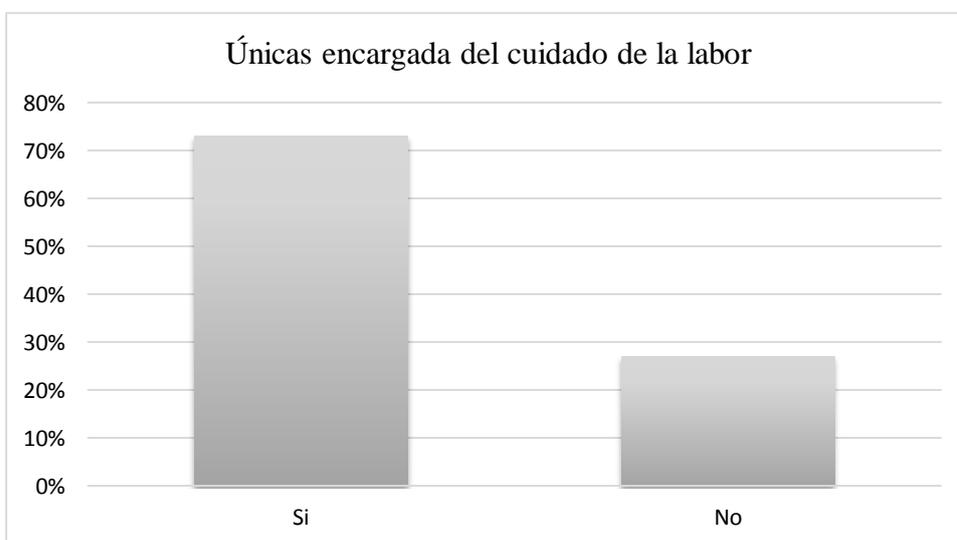


Ilustración 8. Única encargada de la labor

10.1.2 Cuestionario para amas de casa CUBAC

Por otro lado, al realizar el análisis de los resultados obtenidos mediante el cuestionario de Burnout para amas de casa, se evidencia que la presencia del síndrome de Burnout la padece el 37% de la población, representada por 11 mujeres, y que el 63% no lo padece, la cual está representada por 19 mujeres (ver tabla 1 e ilustración 9).

Tabla 1.

Porcentaje de Amas de casa con presencia del Síndrome de Burnout

| Síndrome de Burnout | Frecuencia | Porcentaje |
|----------------------------|-------------------|-------------------|
| Prevalencia | 11 | 37% |
| No prevalencia | 19 | 63% |
| Total | 30 | 100% |

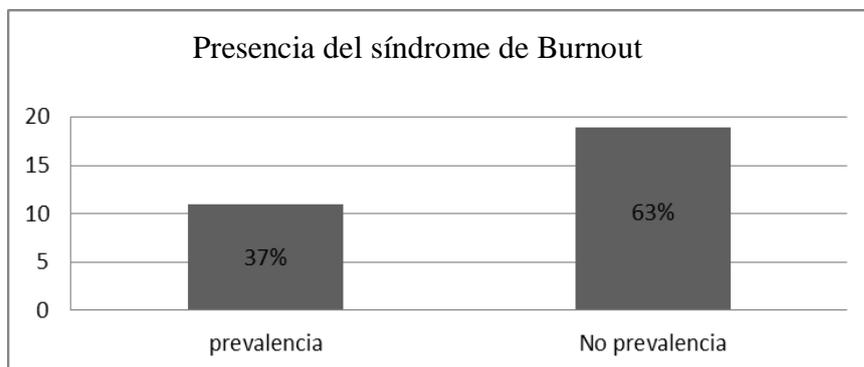


Ilustración 9. Distribución de mujeres con y sin el síndrome de Burnout

En la tabla 2 e ilustración 10, se observa el resultado de la primer subescala, donde se evidencia que del 69% de las mujeres que no cuentan con la presencia del síndrome, el 31% de las mismas representado por 6 mujeres, están en riesgo de padecer el síndrome, contrario del 69%, representado por 13 mujeres que no presentan ningún tipo de riesgo para padecer del mismo.

Tabla 2.

Porcentaje de mujeres en riesgo de padecer el Síndrome de Burnout

| Factores precursores o de riesgo | Frecuencia | Porcentaje |
|---|-------------------|-------------------|
| Prevalencia | 6 | 31% |
| No prevalencia | 13 | 69% |
| Total | 19 | 100% |

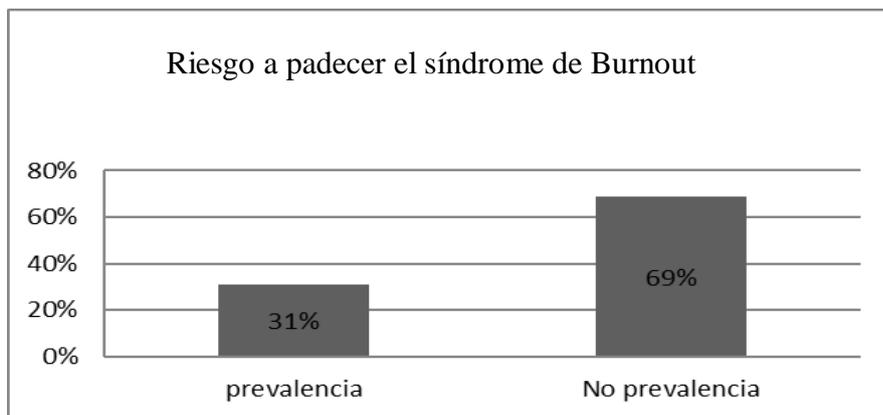


Ilustración 10 Distribución de mujeres con riesgo a padecer el Síndrome de Burnout.

Teniendo en cuenta los síntomas del síndrome, en la tabla 3 e ilustración 11 se establece que en la población que padece el síndrome, el 88% se ve afectada por las consecuencias del mismo y el 12% aún no está afectada por las mismas.

Tabla 3.

Porcentaje de mujeres con el Síndrome Burnout, que sufren las consecuencias del mismo.

| Conse- cuencias | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------------|------------|------------|
| prevalencia | 8 | 88% |
| No prevalencia | 3 | 12% |
| Total | 11 | 100% |

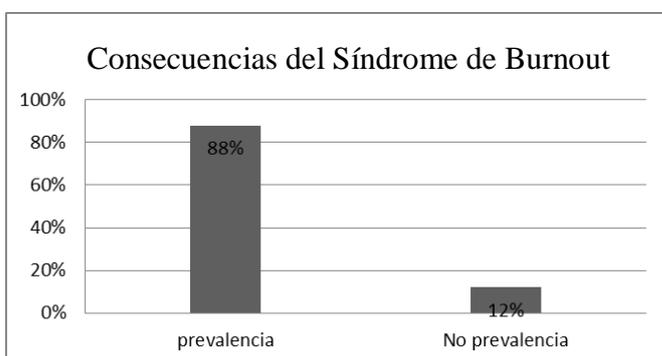


Ilustración 11 Distribución de mujeres que sufren las consecuencias del Síndrome de Burnout.

Realizando la validación en relación con la edad, se evidencia que de las mujeres que padecen el síndrome, el 13% de las mismas, se encuentran en un rango de edades entre 18 y 29 años, mientras que el 24% son mujeres de 30 a 40 años de edad, contrario de las que no

padecen el síndrome, que son el 43% entre edades de 18 a 29 años y con el 20% con edades entre 30 y 40, como se puede observar en la tabla 4 e ilustración 12.

Tabla 4.

Representación de afectación del Síndrome de Burnout en relación con la edad.

| Edad | Edades 18-29 | Edades 30- 40 | total |
|-------------|--------------|---------------|-------|
| Afectada | 13% | 24% | 37% |
| No afectada | 43% | 20% | 63% |
| total | 56% | 43% | 100% |

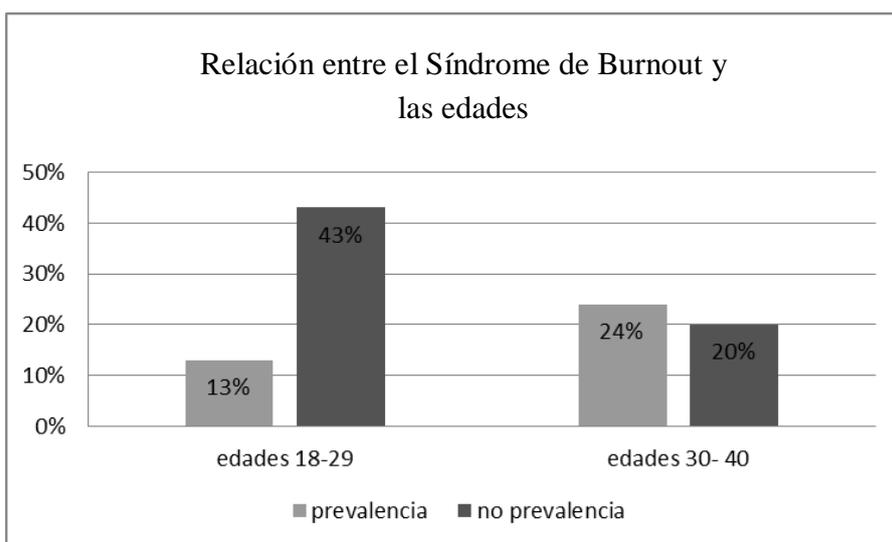


Ilustración 12 Relación de presencia del Síndrome de Burnout con la edad.

Analizando el surgimiento del síndrome en las variables graficadas (ver tabla 5 e ilustración 13), se halló las amas de casa más afectadas por el síndrome, fue al grupo conformado de mujeres con pareja, cuya afectación se presentó con un 31%, contrario a las solteras que presentaron una afectación del 6%.

Tabla 5.

Representación de afectación del Síndrome de Burnout en relación con el estado civil.

| S/B | %Soltera | %Con pareja | Total |
|-------------|----------|-------------|-------|
| Afectada | 6% | 31% | 37% |
| No afectada | 13% | 50% | 63% |
| total | 23% | 80% | 100% |

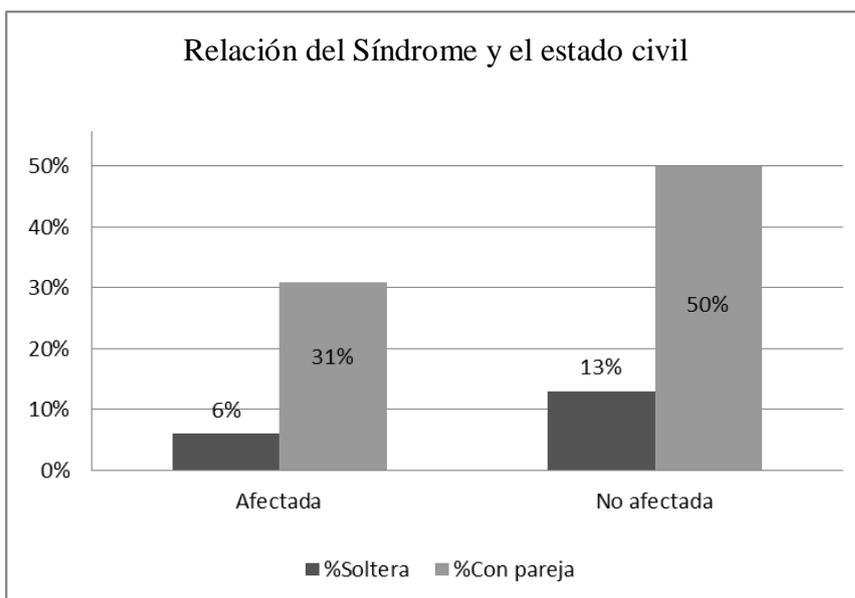


Ilustración 13 Relación de presencia del Síndrome de Burnout en relación con el estado civil.

De acuerdo a la variable del número de hijos (tabla 6 e ilustración 14), se observa que el 7% de las mujeres que tienen (1) un hijo, padecen del síndrome, las que tienen (2) dos hijos se presenta el síndrome con el 13%, las mujeres que tienen (3) tres hijos, está representada con el 11%, las mujeres que tienen (4) hijos presentan el síndrome el 3% y finalmente las que tienen 5 hijos, presentan el síndrome el 3%. Por otro lado, se puede observar que no presenta el síndrome 30% de las mujeres que tienen (1) un niño, el 27% de mujeres con (2) dos niños, el 6% con (3) tres niños y finalmente con el 0%, mujeres con (4) cuatro y (5) cinco niños.

Tabla 6.

Representación en relación del Síndrome con el N. de hijos

| Número de hijos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Porcentaje |
|-----------------|-----|-----|-----|----|----|------------|
| prevalencia | 7% | 13% | 11% | 3% | 3% | 37% |
| No prevalencia | 30% | 27% | 6% | 0% | 0% | 63% |
| Total | | | | | | 100% |

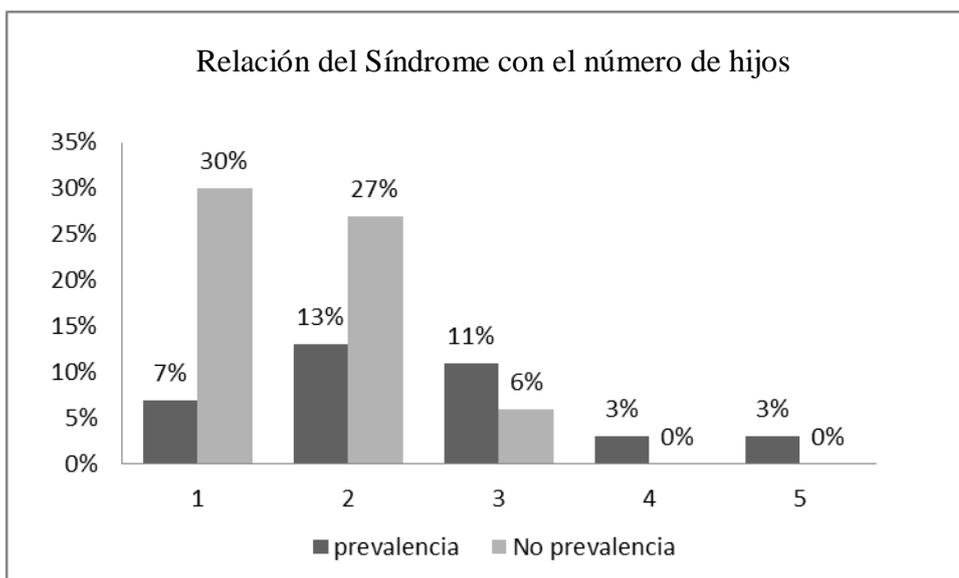


Ilustración 14 Relación del Síndrome de Burnout con el número de hijos

En relación al estrato socioeconómico, se evidencia (ver tabla 7 e ilustración 15) que el estrato donde más prevalece el Síndrome de Burnout, es en el 2, representado con el 27% de la población, seguido de estrato 1 con el 10%, finalizando con el 0% en el estrato 3. Por otro lado, se observan los resultados de las mujeres que no se encuentran afectadas por el síndrome, las cuales pertenecen al estrato 2 con el 43%, seguido del estrato 2 con el 17% y finalmente en el estrato 3 con el 3% de la población.

Tabla 7.

Relación del Síndrome con el estrato socioeconómico

| Estrato Socioeconómico | 1 | 2 | 3 | Porcentaje |
|-------------------------------|----------|----------|----------|-------------------|
| Prevalencia | 10% | 27% | 0% | 37% |
| No prevalencia | 43% | 17% | 3% | 63% |
| Total | | | | 100% |

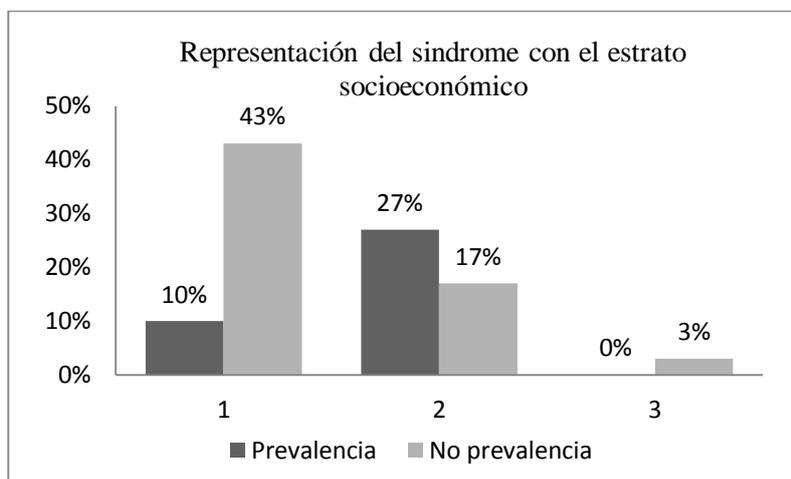


Ilustración 15 Representación del Síndrome de Burnout con el estrato socioeconómico

De acuerdo al análisis de resultados determinado por la escolaridad de las mujeres amas de casa, se evidencia en la tabla 8 e ilustración 16, que el porcentaje mayor existente en las mujeres que padecen del síndrome, se encuentran ubicadas en el rango de escolaridad de bachillerato, representado con un 20%, seguido de las mujeres que no han terminado sus estudios básicos y con las técnicas con el 7%, finalizando con estudios universitarios, representadas con un 3%. Se evidencia que el 34% de mujeres que no padecen el síndrome se encuentran en condición de mujeres que no cuentan con estudios básicos realizados, seguidos de las bachilleras con el 23% y por último las técnicas y universitarios con el 3%.

Tabla 8.
Relación del Síndrome con condición escolar

| Escolaridad | Sin bachillerato | Bachiller | Técnico | Universitario | Porcentaje |
|----------------|------------------|-----------|---------|---------------|------------|
| Prevalencia | 7% | 20% | 7% | 3% | 37% |
| No prevalencia | 34% | 23% | 3% | 3% | 63% |
| Total | | | | | 100% |

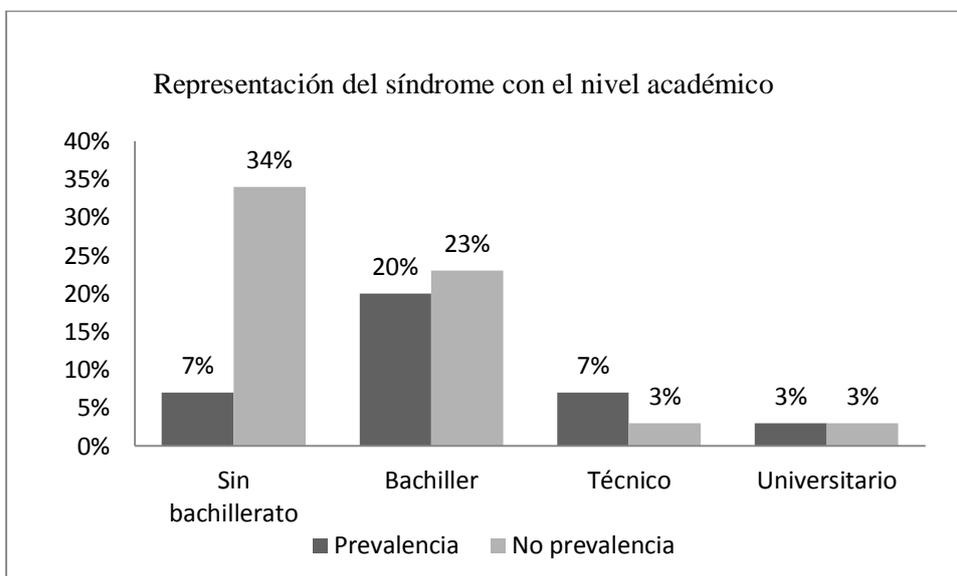


Ilustración 16 Representación de Síndrome de Burnout con el estado académico.

Adicionalmente, se evidencia que el tiempo determinado en que lleva el sujeto realizando la labor, se ve afectado principalmente a quienes llevan entre 7 y 11 años, el cual es representado con el 14% de la población, seguido por quienes llevan un año o menos y de dos a seis años con el 10%, y por último quienes manifiestan llevar entre 17 a 20 años de labor desempeñada al hogar con el 3%. (ver tabla 9 e ilustración 17).

Tabla 9.

Relación del síndrome con el tiempo desempeñado en actividades del hogar

| Tiempo desempeñado | < o = 1 año | 2 a 6 años | 7 a 11 años | 12 a 16 años | 17 a 20 años | Porcentaje |
|--------------------|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|------------|
| Prevalencia | 10% | 10% | 14% | 0% | 3% | 37% |
| No prevalencia | 10% | 40% | 10% | 0% | 3% | 63% |
| Total | | | | | | 100% |

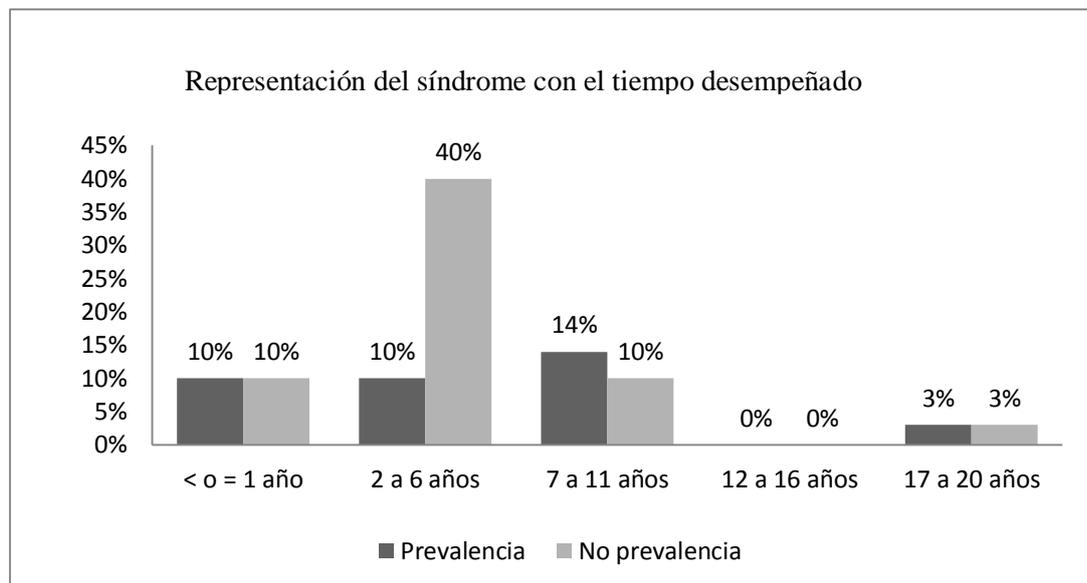


Ilustración 17 Representación del síndrome con el tiempo desempeñado

Por último, se evidencia que el 34% de las mujeres que sufren el síndrome de Burnout, desempeñan las labores de crianza y oficios del hogar de manera individual, y el 3% de la población cuanta con ayuda de terceros para realizar sus quehaceres. (Ver tabla 10 e ilustración 18)

Tabla 10.

Relación del síndrome con ser o no las únicas responsables del cuidado del hogar.

| Única encargada | Única | | Porcentaje |
|-----------------|-------|-----|------------|
| | Si | No | |
| Prevalencia | 34% | 3% | 37% |
| No prevalencia | 40% | 23% | 63% |
| Total | | | 100% |

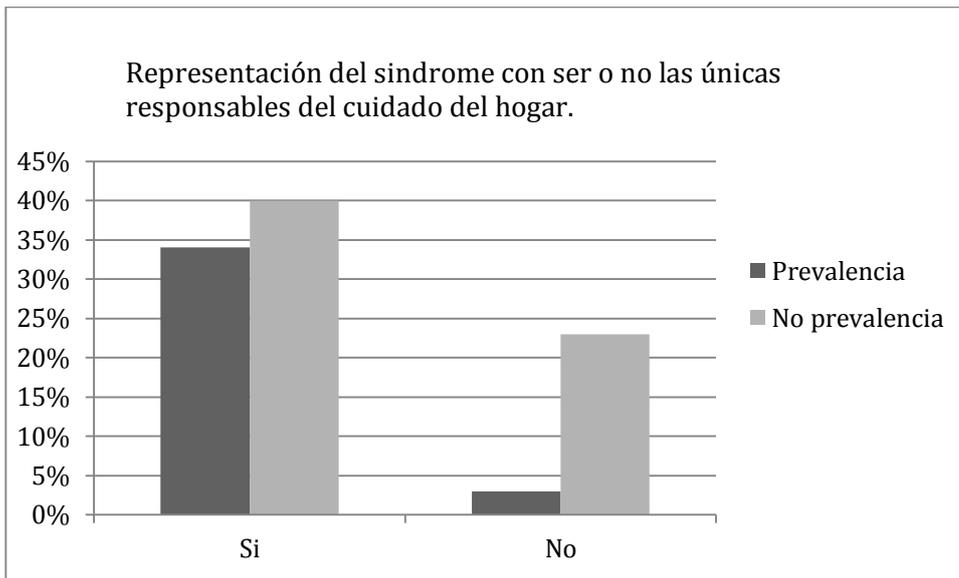


Ilustración 18 Representación del síndrome con ser o no las únicas responsables del cuidado del hogar.

10. Discusión y conclusiones

El objetivo del presente estudio de investigación era conocer la prevalencia en mujeres entre 18 y 40 años de edad, amas de casa y cuidadoras de niños a sufrir del síndrome de Burnout. Los resultados indican que del total de la población encuestada, el 37% presentan el síndrome, lo que representa un porcentaje alto presente en amas de casa, puesto que en resultados de investigaciones similares obtenidos con población de amas de casa como es caso de Caracterización del Síndrome de Bournout en Amas de Casa Residentes en el Barrio Rodrigo de Bastidas de la Ciudad de Santa Marta, Colombia, (2014), el porcentaje de mujeres con presencia del síntoma fue menor, éste se presentó sólo en el 11% de la población, lo que puede ser un reflejo de un aspecto sociocultural, adicionalmente, es necesario tener en cuenta que éste mismo se realizó con mujeres amas de casa y/o con actividades adicionales remuneradas.

- Al evaluar los factores precursores, entendidos como los riesgos que existen para la aparición del Síndrome de Burnout, revelaron que el 31% de la población que no prevalece el síndrome están propensas a padecerlo, para lo cual se evidencia que no es un porcentaje muy alto y por ende el 69% de la población, no representa ningún riesgo a que lo padezca, de la misma manera se puede decir que la mayoría de las mujeres, se siente a gusto realizando las actividades del hogar y no atribuye ningún tipo de malestar.
- Al medir los aspectos físicos, sociales y psicológicos, como una forma de establecer las consecuencias del síndrome de Burnout, se pudo hallar que del 37% de las mujeres afectadas, el 88% convive con las consecuencias del síndrome como lo es de manera física (dolor de cabeza, insomnio, etc), relaciones interpersonales, y falta de realización personal; de modo que es de vital importancia incurrir a la prevención y tratamiento del síndrome, ya que esto, como lo indica Paladino (2017), podría afectar el éxito del proceder de la familia, ya que será positivo si hay realización personal, a lo que llama la

familia empresaria, que es involucrarse como dueño y socio de la familia y así plantear estrategias que ayuden a los integrantes de la misma a obtener estabilidad y riqueza emocional.

- Los resultados arrojaron que la población de mujeres entre 18 a 29 años representan un 13% de afectación del síndrome, mientras que las mujeres de rango de edad de 30 a 40 años tienen un 24% de afectación, por lo cual se puede decir que la edad se convierte en un factor determinante debido al tiempo de ejecución del trabajo de ama de casa.
- Otro factor que se tuvo en cuenta al analizar la prevalencia del síndrome fue el estado civil, donde se encontró que las mujeres con pareja tienen un porcentaje de prevalencia del 31%, esto debido a la sobrecarga, que según Martínez, Ugarte, Merino y Herrero (2019) “conlleva a la fatiga y agotamiento afectando negativamente a las demandas familiares, al estado anímico y a las reacciones emocionales”, motivo por el cual se desarrollan valoraciones negativas tanto con la pareja, como con los hijos. Lo anterior, puede relacionarse directamente con las características esenciales del Síndrome Burnout, ya que, a consecuencia de ello, se presenta el cansancio emocional, lo que conlleva a perder el interés tanto por la labor realizada, como por quienes conforman el vínculo familiar. Cabe resaltar que, del total de la población evaluada, el 80% convive con la pareja y esto puede representar el elevado porcentaje de prevalencia.

11. Recomendaciones

Los resultados de este estudio aportan datos sobre la importancia de la prevención del Síndrome de Burnout en amas de casa, ya que es una población poco estudiada en cuanto a los factores emocionales, pues la labor de madres y amas de casa representa una población amplia, que no solo debe verse como posible fuerza de trabajo, sino como mujeres empoderadas que construyen la base de la sociedad, pues de allí, del estilo de crianza, nacen los primeros valores y comportamientos adultos inculcados a los hijos (García, Rivera y Reyes, 2014), de cualquier modo, en este estudio no hemos evaluado los estereotipos referentes al trabajo de amas de casa, que también arrojan datos interesantes en cuanto al pensar que por estar en la casa no se hace mayor cosa.

En síntesis, en el estudio de la prevalencia del Síndrome de Burnout en amas de casa, debemos tener en cuenta las actividades rutinarias realizadas por las amas de casa, y las pocas recompensas sociales y especialmente las familiares, que aumentan la insatisfacción junto con los pocos retos personales.

De acuerdo a la literatura encontrada en cuanto al Síndrome de Burnout en amas de casa, se hace necesario recalcar que es poca la información y la importancia que se le atribuye a las mismas, pues las investigaciones se han encargado de buscar mejora en la producción de las organizaciones, por lo tanto sus estudios han estado enfocados en personal que prestan atención al público, con el fin de dar a conocer soluciones para reducir esta problemática y que las organizaciones tengan éxito, ya que este tipo de servicios generan ingresos para las instituciones, al contrario del ama de casa, que no genera ningún tipo beneficio económico.

Por último, es necesario recalcar que, en la presente investigación, se presentaron limitantes como lo fue la reducción de la muestra, al omitir a las personas que no cumplían los requisitos en cuanto a la actividad económica, esto impidió generar veracidad en el análisis de los porcentajes obtenidos en cada variable.

12. Referencias

- Asitimbay, F., (2015). Agotamiento o síndrome de burnout en los docentes de bachillerato. Universidad de Cuenca, Cuenca, Ecuador. Recuperado de: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/23468/1/Tesis.pdf>
- Barudy, J., & Dantagnan, M. (2010). Los desafíos invisibles de ser padre o madre: Manual de evaluación de las competencias y la resiliencia parental. Editorial Gedisa. Recuperado de: https://kupdf.net/download/los-desafios-invisibles-de-ser-padre-o-madrepdf_59ef8a3d08bbc5dd3e9d1833_pdf
- Beswick, E. (2018, 17 de agosto). ¿Qué país tiene las mayores prestaciones por hijos a cargo disponibles para los extranjeros?. *Euronews*. Recuperado de: <https://es.euronews.com/2018/08/17/-que-pais-tiene-las-mayores-prestaciones-por-hijos-a-cargo-disponibles-para-los-extranjero>
- Buitrago, D. (2015). Mujeres indígenas y discriminación de género estudio de la cultura NASA (Departamento del Cauca – Colombia). Universidad de Medellín, Medellín, Colombia. Recuperado de: https://repository.udem.edu.co/bitstream/handle/11407/2223/T_MD_1.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Candela, M. (2018, 23 de julio). A las amas de casa. *El Espectador*. Recuperado de: <https://www.elespectador.com/opinion/las-amas-de-casa-columna-801846>
- Chiavenato, I., (2017). *Administración de Recursos Humanos*. México, D.F., Editorial McGraw Hill.
- Código Sustantivo del Trabajo. Editorial Momo. 2018.
- DANE. Principales indicadores del mercado laboral. *Gran Encuesta Integrada de Hogares (GEIH)*. 2018. Recuperado de: https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/boletines/ech/ech/bol_empleo_ago_18.pdf
- El-Sahali, L. (2015). *Burnout Consecuencias y Soluciones*. México, D.F.: El Manual Moderno.
- Fernández, S., Moyano, L., Ramirez, L. (2014). Definición del rol de amas de casa desde el modelo de la ocupación humana (MOHO) dirigido a un enfoque laboral. Universidad del Valle, Santiago de Cali, Colombia. Recuperado de: <http://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/10893/9863/1/CB-0516372.pdf>
- Figueroa, D. y Trejo, E. (2003). *Las encuestas sociodemográficas en Honduras*. 10. 23-29. Recuperado de: https://www.academia.edu/4272784/Las_encuestas_sociodemograficas

- France, .L. (2006). De ama de casa a obrera: del hogar a la empresa transnacional. *Cieap/uaem Universidad Autónoma del Estado de México*, 12 (49). 127-152. Recuperado de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/pp/v12n49/v12n49a6.pdf>
- Garay, J., y Farfán, M. (2007). Niveles de Depresión, Autoestima y Estrés en Mujeres que tienen un Trabajo Remunerado y Mujeres que tienen un Trabajo no Remunerado (amas de casa). *Psicología Iberoamericana*, 15 (2). 22-29. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133915933004>
- García, M., Rivera, S. y Reyes, I. (2014). La percepción de los padres sobre la crianza de los hijos. *Acta.colob.psicol.* 17(2). 133-141. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v17n2/v17n2a14.pdf>
- García, P., Gatica, M., Cruz, E., Luis, K., Vargas, R.,Hernandez, J., Ramos, V., &Macias, D.(2016).Factores que detonan el síndrome de Burnout. *Iberoamericana de contaduría, economía y administración*. Recuperado de:<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5523443.pdf>
- Gaxiola, E. (2014). Bienestar psicológico y desgaste profesional (DP) en amas de casa, docentes universitarias. *Journal of behavior, healt y social issues*, 6(1), 79-88.Recuperado de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007078014702883>
- González .M., Landero.R., &Moral.J., (2009). Cuestionario de Burnout para amas de casa (CUBAC): evaluación de sus propiedades psicométricas y del Modelo Secuencial deBurnout. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 8.(2). 533-543 Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v8n2/v8n2a19.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2004). Metodología de la investigación. México: Mc Graw Hill Education.
- Hurtado, D., Pereira, F. (2012). El síndrome de desgaste profesional (BurnoutSyndrome): manifestación de la ruptura de reciprocidad laboral. *Revista Salud Bosque*, 2 (2). 29-38. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/237396662_El_sindrome_de_desgaste_profesional_Burnout_Syndrome_manifestacion_de_la_ruptura_de_reciprocidad_laboral
- Kielhofner, G. (2004). Terapia Ocupacional Modelo de Ocupación Humana Teoría y Aplicación. Recuperado de: https://books.google.com.co/books?id=hBQfhHCs-XIC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

- López, C. (2017, 07 de febrero). Lo que se debe hacer con la economía del cuidado. *El Tiempo*. Recuperado de: <https://www.eltiempo.com/economia/sectores/propuestas-para-transformar-la-economia-del-cuidado-en-colombia-52242>
- Martínez, A. (2010). El Síndrome de Burnout. Evolución Conceptual y Estado Actual de la Cuestión. *Vivat Academia*. 112, 42-80. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=525752962004>
- Martínez, A., Ugarte, I., Merino, L. y Herrero, D. (2019). Conciliación familia-trabajo y sintomatología externalizante de los hijos e hijas: papel mediador del clima familiar. *Revista Iberoamericana de Psicología y salud*. 10(1). 27-36. Recuperado de: <http://www.rips.cop.es/pdf/art232019e23.pdf>
- Matud, M., & Bethencourt, J. (2000). Ansiedad, depresión y síntomas psicossomáticos en una muestra de amas de casa. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 32 (1), 91-106. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80532105>
- Melamed, S., Shirom, A., Toker, S., Berliner, S., & Shapira, I. (2006). Burnout and risk of cardiovascular disease: Evidence, possible causal paths, and promising research directions. *Psychological Bulletin*, 132 (3), 327-353. Recuperado de: https://www.researchgate.net/profile/Sharon_Toker/publication/7062224_Burnout_and_Risk_of_Cardiovascular_Disease_Evidence_Possible_Causal_Paths_and_Promising_Research_Directions/links/0912f511fe86cd4ff0000000/Burnout-and-Risk-of-Cardiovascular-Disease-Evidence-Possible-Causal-Paths-and-Promising-Research-Directions.pdf?origin=publication_detail
- Monte, G., Peiró, J. (1999). Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome quemarse por el trabajo. *Anales de psicología*, 15(2). 261-268. Recuperado de: https://www.um.es/analesps/v15/v15_2pdf/12v98_05Llag2.PDF
- Moral, J., González .M., & Landero. R. (2011). Estrés percibido, ira y burnout en amas de casa mexicanas. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 2.(2). 123-143. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=245118507001>
- Moreno, B., Bustos, R., Matallana, A. y Miralles, T. (1997). La evaluación del Burnout. Problemas y alternativas. El CBB como evaluación de los elementos del proceso. *Revista de Psicología del Trabajo y las Organizaciones*, 13 (2), 185-207. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/242591710_La_evaluacion_del_Burnout_Problemas_y_alternativas_El_CBB_como_evaluacion_de_los_elementos_del_proceso

- Organización Internacional del Trabajo. (Agosto 9 de 2004). ¿Qué es el trabajo decente? Recuperado de: https://www.ilo.org/americas/sala-de-prensa/WCMS_LIM_653_SP/lang--es/index.htm
- Organización Internacional del Trabajo. (2015). Clasificación Internacional Uniforme de Ocupaciones Adaptada para Colombia (CIUO A.C). Recuperado de: https://www.dane.gov.co/files/sen/nomenclatura/ciuo/CIUO_08_AC_2015_07_21.pdf
- Olivares, V. (2017). Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout. *Ciencia & Trabajo* (58), 59-63. Recuperado de: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cyt/v19n58/0718-2449-cyt-19-58-00059.pdf>
- Palacios, J. (2014). El trabajo no remunerado en Colombia. Universidad Militar Nueva Granada. Bogotá, Colombia.
- Paladino, M. (2017). *De la empresa familiar a la familia empresaria*. Barcelona: SOPLA. Recuperado de: <http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/28919/1/012%20AEF.pdf>
- Papalia, D., Olds, S., & Feldman, R. (2010). *Desarrollo humano*. México: Edamsa Impresiones, S.A
- Pite, R. (2013). ¿Así en la tele como en la casa? Patronas y empleadas en la década del sesenta en Argentina. *Revista de Estudios Sociales*, (45), 212-224. Recuperado de: <http://journals.openedition.org/revestudsoc/7698>.
- Prosperidad Social. (2016). Familias en acción. Recuperado de: <http://www.dps.gov.co/que/fam/famacc/Paginas/default.aspx>
- Quiceno, J., & Vinaccia, S. (2007). Burnout: "síndrome de quemarse en el trabajo (SQT)". *Acta Colombiana de Psicología*, 10 (2), 117-125. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v10n2/v10n2a12.pdf>
- Real Academia Española. (2001). Diccionario de la lengua española (22.a ed.). Recuperado de: <http://lema.rae.es/drae2001/srv/search?id=jQ1G548XkDXX2QT6PAAY>
- Robledo, A. (2011). Economía del Cuidado: Del reconocimiento a la redistribución. Retos de la política pública. Recuperado de: https://www.dane.gov.co/files/noticias/uso_tiempo_angela_robledo.pdf
- Rodríguez, U., Trillos, L., & Baute, V. (2014). Caracterización del síndrome de Burnout en amas de casa residentes en el barrio Rodrigo de Bastidas de la ciudad de Santa Marta, Colombia. *Psicogente*, 17(32), 431-441. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/psico/v17n32/v17n32a14.pdf>

Sandoval. S. A. (2012). Psicología del desarrollo humano I. recuperado de:

http://dgep.uas.edu.mx/librosdigitales/5to_SEMESTRE/50_Psicologia_del_Desarrollo_Humano_I.pdf

Trujano. S., & Lara. N. (2017). estrés y apoyo social en mujeres amas de casa y empleadas domésticas. Alternativas en psicología. Recuperado

de:[http://www.alternativas.me/attachments/article/159/7%20-](http://www.alternativas.me/attachments/article/159/7%20-%20Estr%C3%A9s%20y%20apoyo%20social%20en%20mujeres%20amas%20de%20casa%20y%20empleadas%20dom%C3%A9sticas.pdf)

[%20Estr%C3%A9s%20y%20apoyo%20social%20en%20mujeres%20amas%20de%20casa%20y%20empleadas%20dom%C3%A9sticas.pdf](http://www.alternativas.me/attachments/article/159/7%20-%20Estr%C3%A9s%20y%20apoyo%20social%20en%20mujeres%20amas%20de%20casa%20y%20empleadas%20dom%C3%A9sticas.pdf)

Vega, A. (2007). Por la visibilidad de las amas de casa: rompiendo la invisibilidad del trabajo doméstico. *Política y cultura*, 28. 173-193. Recuperado de:

<http://www.redalyc.org/pdf/267/26702808.pdf>