## UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



# SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA, 2017

# TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTORA

Bach, HERCILA SEMPÉRTEGUI RAFAEL

ASESOR
Mg. ISAÍAS WILMER DUEÑAS SAYAVERDE

CHOTA – PERÚ 2021

### **COMITÉ CIENTÍFICO**

Mg, Isalas Wilmer Dueñas Sayaverde

Mg. Isaías Wilmer Dueñas Sayaverde Asesor Dr. José Ander Asenjo Alarcón Presidente del Comité Científico

Dr. Richard Williams Hernández Fiestas Miembro del Comité Científico Mg. Donald Gorki Collantes Delgado Miembro del Comité Científico

#### **AGRADECIMIENTOS**

La elaboración del presente trabajo de investigación fue posible gracias a las personas que me guiaron durante este trayecto, por lo que es significativo agradecer de manera especial:

A Dios y a mi Ángel que desde el cielo me iluminan para que cada día tenga la fortaleza necesaria para seguir en el camino del aprendizaje y de la adquisición de competentes conocimientos, que me serán útiles en el ámbito profesional y en la vida diaria.

A mis padres, a mi querido esposo y a mi adorable hija, quienes desde el inicio de mi formación académica hasta la actualidad, han sido fuente de inspiración y de apoyo, por sus sabios consejos que han servido de motivación para seguir esforzándome y adquirir una formación académica que me permita ofrecer cuidados humanizados a la sociedad.

De la misma manera expreso mi agradecimiento y profundo respeto a mi asesor, el Mg. Isaías Wilmer Dueñas Sayaverde, quien me guio en todo el proceso de la elaboración de la tesis.

A los docentes del Instituto Superior Tecnológico Público de Chota y a los docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, por la colaboración y disponibilidad para participar en la investigación.

#### A:

Dios, por permitirme llegar hasta este momento de la vida, y a mis familiares, que me acompañaron y me fortalecieron durante todo mi trayecto como estudiante, quienes con sus consejos supieron guiarme hasta concluir mi formación profesional.

### ÍNDICE DE CONTENIDOS

		Pag
RES	UMEN	viii
ABS	TRACT	ix
	CAPÍTULO I	
	INTRODUCCIÓN	1
	CAPÍTULO II	
	MARCO TEÓRICO	
2.1.	Antecedentes del estudio	4
2.2.	Bases conceptuales	6
	Definición de términos básicos	14
	CAPÍTULO III	
	MARCO METODOLÓGICO	
3.1.	Ámbito de estudio	15
	Diseño de investigación	16
	Población y muestra	16
		17
	Descripción de la metodología	19
	Procesamiento y análisis de datos	20
	CAPÍTULO IV	
	RESULTADOS Y DISCUSIÓN	
4.1.	Características sociales y demográficas de los docentes de la Universidad	21
	Nacional Autónoma de Chota	
4.2.	Dimensiones afectadas en el Síndrome de Burnout en docentes de la	24
	Universidad Nacional Autónoma de Chota	
4.3.		26
	Chota	
	CAPÍTULO V	
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	29
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	31
	ANEXOS	42

### **ÍNDICE DE TABLAS**

		Pág.
Tabla 1.	Características sociales y demográficas de los docentes	21
	de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2017	
Tabla 2.	Descripción de las dimensiones afectadas en el	24
	Síndrome de Burnout en docentes de la Universidad	
	Nacional Autónoma de Chota, 2017	
Tabla 3.	Nivel de Síndrome de Burnout en docentes de la	26
	Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2017	

### **ÍNDICE DE ABREVIACIONES**

AMA : Asociación Médica Americana

AMS : Asamblea Mundial de la Salud

CDC : Centers for Disease Control and Prevention

CIE - 11 : Clasificación Internacional de Enfermedades

EU-OSHA : Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo

IES : Instituto de Educación Superior

INEI : Instituto Nacional de Estadística e Informática

INS : Instituto Nacional de Salud

IMSS : Instituto Mexicano del Seguro Social

ISTAS : Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud

MINEDU : Ministerio de Educación

MINSA : Ministerio de Salud

NICE : National Institute for Health and Care Excellence

OMS : Organización Mundial de la Salud

ONU : Organización de las Naciones Unidas

OIT : Organización Internacional del Trabajo

OPS : Organización Panamericana de la Salud

RAE : Real Academia Española

SB : Sindrome de Burnout

SUNEDU : Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria

UNACH : Universidad Nacional Autónoma de Chota

#### RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar el Síndrome de Burnout en docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota. El estudio tuvo un enfoque cuantitativo, descriptivo, de diseño no experimental, transversal. Se trabajó con 83 docentes universitarios, utilizando la escala de evaluación del Síndrome de Burnout por el trabajo. Las características sociodemográficas más resaltantes fueron: el 72,3% de sexo masculino, el 69,9% tuvieron una edad entre 29 a 40 años, el 38,6% fueron casados, el 28,9% laboraron en la escuela profesional de enfermería y el 83,1% han ejercido la docencia universitaria los últimos 10 años. Además, se determinó que el 44,6% presentaron un nivel alto de agotamiento emocional, el 38,6% un nivel medio de despersonalización y el 49,4% un nivel medio de afectación en la realización personal; y, en cuanto al nivel de Síndrome de Burnout, el 55,4% presentaron un nivel alto. Por lo tanto, se concluye que, en la Universidad Nacional Autónoma de Chota, existe una alta proporción de docentes que presentan Síndrome de Burnout.

Palabras clave: Síndrome de Burnout, estrés crónico, agotamiento emocional, docente universitario

#### **ABSTRACT**

The present research aimed to determine the Burnout Syndrome in teachers of the National Autonomous University of Chota, 2017. The study had a quantitative descriptive, non – experimental, cross-sectional design approach. We worked with 83 university teachers, using the Burnout Syndrome evaluation scale due to work. The most outstanding sociodemographic characteristics were: 72,3% were male, 69,9% were between 29 and 40 years old, 38,6% were married, 28,9% worked in professional nursing school and 83,1% have practiced university teaching in the last 10 years. In addition, it was determined that 44,6% presented a high level of emotional exhaustion, 38,6% a medium level of despersonalization and 49,4% a medium level of impairment in personal fulfillment; and regarding the level of Burnout Syndrome, 55,4% presented a high level. Therefore, it is concluded that, at the National Autonomous University of Chota, there is a high proportion of teachers with Burnout Syndrome.

**Keywords:** Burnout Syndrome, chronic stress, emotional exhaustion, university teacher.

## CAPITULO I

EL Síndrome de Burnout (SB) es un conjunto de manifestaciones, que se produce como respuesta a las tensiones generadas dentro del ambiente laboral, que puede darse se forma crónica. Estas manifestaciones se traducen en conductas y sentimientos negativos hacia los compañeros de trabajo y hacia la función que se cumple como profesional; se caracteriza por una extenuación psicológica, pérdida de la identidad personal, la desmotivación, el desinterés y la insatisfacción laboral [1,2].

El estrés se presenta con tensión física o un desgano emocional, que generalmente, hoy en día, es una experiencia cotidiana en el ser humano, dentro de ellos, los docentes universitarios, los cuales no están exentos de este problema, a tal punto de considerarse como el malestar de la civilización actual, que afecta enormemente la satisfacción laboral y colectiva, así como, la salud y el bienestar personal; por lo tanto, el estrés laboral es generado por la interacción de la persona con diversos factores ambientales, profesionales, sociales y sobre todo factores de desarrollo personal [3,4].

Luego de décadas de estudio, la Organización Mundial de la Salud (OMS) informó que el SB, se encuentra asociado a la fatiga mental, emocional y física, causado por el trabajo; sin embargo, esta diagnosis estará vigente a partir de 2022. Por ello dicha institución especificó que, para identificar este síndrome, existen tres características muy peculiares que se dan, y son: la sensación de decaimiento o debilidad, el aislamiento excesivo en el trabajo o sentimientos adversos en relación a ello, además de una disminución de la efectividad profesional [5].

Así mismo, según datos estadísticos presentados en el Perú, el 60% de docentes universitarios están propensos a desarrollar SB, debido a un progresivo agotamiento físico, mental y psíquico, por lo que se calcula que un 30% de la disminución de enseñanza se deben a este problema debido a que, en los últimos años el SB se ha incrementado, siendo originado por factores como el excesivo

número de estudiantes, la escasa disciplina, estudiantes conflictivos, el exceso de responsabilidades, los bajos sueldos y la falta de recursos materiales [6].

Del mismo modo, el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), informó que el estrés laboral, es altamente trasmisible, ya que, el estar próximo a una persona con SB u observar al compañero de trabajo con altos niveles de estrés, es posible que aumente los niveles de cortisol en el que está observando y generarse el estrés. Así también la Asociación Médica Americana (AMA) desarrolló un estudio estadístico donde encontró que el 40% de los docentes universitarios presentaron índices de SB [7].

Asimismo, las informaciones obtenidas de instituciones de salud nos muestran claramente que con el pasar de los años los docentes universitarios son más propensos a padecer de SB, conllevándoles a la frustración, desmotivación y a un bajo rendimiento laboral, traduciéndose esto, en un desinterés de sus actividades. Por consiguiente, se cree que esta realidad no es ajena a los docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota (UNACH), lo que motivo esta investigación.

El docente de la UNACH es un profesional que cultiva, imparte y construye el conocimiento, promueve la investigación y el desarrollo personal de sus estudiantes, además de la labor administrativa que muchos ellos realizan; lo cual, abre el espacio para el agotamiento físico y mental, evidenciado por sus gestos, sus comentarios adversos al trabajo, la desatención a los estudiantes, las desacertadas relaciones interpersonales, que indican las altas probabilidades de existencia de SB.

En este sentido, la pregunta planteada en la investigación fue ¿Cuál es el nivel de Síndrome de Burnout en los docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2017? Dilucidándose la siguiente hipótesis: en la Universidad Nacional Autónoma de Chota, existe un alto porcentaje de docentes que presentan Síndrome de Burnout.

El objetivo general planteado fue: determinar el Síndrome de Burnout en docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2017. Dentro de los objetivos específicos establecidos, fueron: Caracterizar social y demográficamente a los docentes universitarios, conocer el nivel de Síndrome de Burnout en los docentes universitarios, describir las dimensiones afectadas en el Síndrome de Burnout en docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota.

Los resultados de esta investigación muestran que el 44,6% de los docentes universitarios se vieron afectados en la dimensión de agotamiento emocional alto. Estos resultados son significativos para que las autoridades universitarias determinen y establezcan estrategias adecuadas y oportunas, para el control y prevención del SB, permitiendo mejorar la salud y la calidad de desempeño del docente universitario.

La estructura del presente estudio, se compone de cinco capítulos. En el capítulo I, se presenta la Introducción, donde se describe de manera resumida el objeto de estudio de la tesis, el problema investigado y las conclusiones a las que llega el autor. En el capítulo II, se describe el marco teórico, el cual incluye los trabajos previos, el fundamento teórico y las bases conceptuales del estudio. De igual manera, en el capítulo III, se detalla el marco metodológico, que especifica los métodos y materiales que se emplearon para la ejecución de la investigación. Además, en el capítulo IV, se muestran los resultados que se obtuvieron, con la interpretación y el análisis correspondiente. Finalmente, en el capítulo V, se revela las conclusiones y las recomendaciones, de acuerdo a los objetivos plateados; además, se describen las referencias bibliográficas y los anexos.

### CAPITULO II MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes del estudio

De la Torre D. (Perú) realizó el estudio: "Factores laborales y nivel de estrés laboral en docentes de la Institución San A. María Clared de Huancayo, 2018". Tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre factores laborales y nivel de estrés. Tipo de estudio correlacional. La muestra fue de 33 docentes. Donde el 34,2% presentaron agotamiento emocional y el 56,6% presentaron un nivel alto de SB, de los cuales el 39,3% se presentó en los docentes de sexo masculino, Concluyéndose, que los factores laborales están relacionados con el nivel de estrés que presentan los docentes universitarios (p – valor = 0,094) [8].

Paredes K. (Perú, 2019) realizó un estudio: "Evaluación del Síndrome de Burnout y factores laborales en docentes de la Facultad de Odontología de la Universidad Nacional Federico Villareal, 2017". Su objetivo fue evaluar la frecuencia del SB en docentes según factores laborales. Estudio descriptivo. La muestra fue de 85 docentes. Los resultados mostraron que el 94,4% presentaron agotamiento emocional y el 67,2% presentaron un nivel alto de SB, presentándose el 27,7% en los docentes del sexo masculino, el 33,4% entre los 41 años hacia adelante. Concluyéndose, que los factores laborales están relacionados al SB en los docentes universitarios (p – valor = 0,070) [9].

Avendaño C. (Perú, 2017) realizo el estudio: "El Síndrome de Burnout y el Desempeño Laboral de los docentes de la Universidad Amazónica de Madre de Dios 2016". Tuvo como objetivo determinar el SB en el desempeño laboral. Estudio descriptivo correlacional. La muestra fue de 120 docentes. Los resultados obtenidos fueron qué; el 5,6% presentó un SB medio y el 94,4% un SB alto. Concluyéndose que el SB en los docentes universitarios disminuye el desempeño laboral (p – valor =0,082) [10].

Bardales E & Reyes M. (Perú, 2017) realizaron el estudio: "Síndrome de Burnout y su relación con el desempeño laboral en docentes de la escuela profesional de Medicina, Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos 2016". Tuvo como

objetivo conocer la relación entre le SB y el desempeño laboral. Estudio descriptivo. La muestra fue de 165 docentes. Los resultados mostraron que el 55,7% presentaron agotamiento emocional, el 53,3% presentaron despersonalización, el 51,1% presentaron baja realización personal y el 59,7% presentaron SB con un nivel alto, presentándose el 25.0% en los docentes de la Carrera Profesional de Enfermería y el 42,9% en los docentes que tienen más de 10 años en la docencia universitaria. Concluyéndose que en su mayoría los docentes universitarios presentaron un alto riesgo de padecer SB [11].

Chávez C. (Ecuador, 2017) desarrolló el estudio: "Síndrome de Burnout en profesionales de educación superior", tuvo como objetivo determinar el nivel de SB y su relación con los niveles de estrés, salud y psicopatologías en profesionales de educación. Estudio descriptivo. La muestra fue de171 docentes, donde se reportó que el 78,2% de docentes presentaron niveles altos de SB debido al tiempo de trabajo. Concluyendo que, a más años de servicio, más prevalencia de padecer SB con un (p – valor = 0.077) [12].

García A, et al. (Colombia, 2017) realizaron el estudio: Síndrome de Burnout y sentimientos de autoeficacia en profesores universitarios". Tuvieron como objetivo analizar la relación del SB y los sentimientos de autoeficacia con el rendimiento académico. Estudio descriptivo correlacional. La muestra fue de 36 docentes, Los resultados mostraron que el 58,3% vivenciaron un nivel medio de SB. Concluyendo que los docentes son capaces de activar procesos motivacionales, cognitivos y comportamentales que les permitan establecer una valoración positiva sobre si mismos [13].

#### 2.2. Bases conceptuales

#### 2.2.1. Bases teóricas

El soporte teórico de esta investigación fue el modelo conocido como el síndrome de quemarse de Monte G (1993) [14], citado por Ratto A, et al, (2016) [15]. Este modelo describe que el SB es una réplica a las tensiones crónicas originado en el ambiente laboral, cuya pericia interior es de naturaleza adversa o negativa, cuya mixtura está dada por elementos cognitivos, emotivos y actitudinales, con una percepción negativa del trabajo, de las personas con las que se relaciona y con el

rol profesional que le toca desempeñar, conllevando a una escala de alteraciones conductuales, psicológicas y orgánicas. Para la definición más extendida sobre el SB, Monte G, se basó en los enunciados de Maslach B. y Jackson M. (1981) [16]. Donde indicaron que los síntomas característicos son: a) agotamiento emocional: que se caracteriza por una incapacidad de brindar más en el aspecto afectivo; b) despersonalización, que lo define como el conjunto de comportamientos y sentimientos adversos o negativos hacia los compañeros de trabajo; y, c) la afectación de su realización personal en el trabajo, que se entiende como la predilección de los trabajadores a percibir como negativo su desempeño laboral y el ejercicio de su profesión.

En relación con el modelo, el SB es una enfermedad que está haciendo su aparición en las instituciones del estado y particulares o privadas, en la cual el docente universitario se ve afectado, debido a los constantes cambios y exigencias laborales del mundo moderno, globalizado.

#### 2.2.2. Síndrome de Burnout

#### A. Definición

El SB es la manera como el organismo responde a las tensiones laborales, que pueden ser de forma crónica, que se caracteriza por comportamientos y sensaciones adversos o negativos hacia su rol como profesional y hacia los colegas de trabajo [1]. Para la Organización Internacional del Trabajo (OIT), el SB es la afección que se contrae por exponerse a ciertos factores de riesgo que surgen como resultado de las actividades laborales [17].

#### B. Cuadro clínico del Síndrome de Burnout

b.1. Psicosomáticos: producidos por el agotamiento, molestias generales, extenuación crónica y perturbaciones somáticas en todos los sistemas y órganos del cuerpo, cuyas manifestaciones son: cefaleas, alteraciones del sueño, disfunciones gastro-intestinales, disminución del peso, mialgias, presión arterial elevada y problemas respiratorios [18].

- b.2. Deterioro del compromiso con el trabajo: el trabajo se convierte en una tarea cada vez más incómoda y enojosa, que no satisface sus anhelos y pretensiones personales y profesionales [19].
- **b.3. Emocionales:** predomina el distanciamiento afectivo como forma de autoprotección, el agotamiento emocional, la ansiedad, la culpabilidad, la impaciencia, la irritabilidad y la baja tolerancia a la frustración [20].
- b.4. Cognitivos: sentimientos de fracaso y de incoherencia profesional, con una percepción exagerada de los desaciertos personales, el individuo tiene problemas para prestar atención y de concentración en las actividades cotidianas que desarrolla, está afectada la autoestima y muestra pensamientos de impotencia [21].
- b.5. Conductuales: hay deserción laboral, comportamientos excesivos en el abuso de estimulantes como el alcohol, tabaco, etc., también presentan cambios violentos de humor, incapacidad para pasar la vida de manera calmada, problemas para concentrarse, superficialidad en las relaciones interpersonales, hiperactividad y agresividad [22].

#### C. Dimensiones del Síndrome de Burnout

Según la escala del Síndrome de Burnout por el trabajo de Gil M, et al [23, 24, 25].

c.1. Agotamiento emocional: se refiere al estado donde las personas sienten que, en su trabajo no pueden dar más de sí mismos, advierten una falta enorme de energía y recursos emocionales propios, debido al permanente relacionamiento con las personas de su ambiente donde trabaja. En esta etapa, los individuos se muestran más irascibles, se quejan constantemente por la excesiva cantidad de trabajo, de

manera que, lo consideran como una carga y no disfrutan de las tareas laborales.

- c.2. Despersonalización: Es cuando se desarrollan y se adoptan conductas y sensaciones adversas hacia los colegas de trabajo. La persona con este síndrome se distancia de las personas con quienes labora, mostrándose hipócrita, insolente, sarcástico, irascible, etc. De igual manera, está presto para culpar a otras personas de los problemas que afronta, de su bajo rendimiento laboral o de sus frustraciones laborales y personales.
- c.3. Baja realización personal: percepción intrínseca de frustración laboral por el trabajo realizado y por los resultados que ha obtenido. No valora su trabajo ni el esfuerzo que ha puesto de sí, para desarrollarlo.

#### D. Factores de riesgo del Síndrome de Burnout

Está relacionado con el elevado número de horas dedicadas a su labor, vacaciones truncadas, práctica de estilos de vida no saludables, insuficiente recreación y pasatiempos, demanda laboral elevada, falta de satisfacción laboral, autoestima disminuida y problemas familiares [26].

#### E. Fases del Síndrome de Burnout

Para la OIT las fases del SB son [27].

- e.1. Fase de estrés laboral: generada por la exigencia y la carga laboral elevada. Este estrés se produce por perturbación e inestabilidad entre la demanda laboral y la amplitud de respuesta de la persona, sobre todo, para cumplir con eficiencia.
- **e.2. Fase de exceso u sobreesfuerzo:** se produce por el esfuerzo exagerado, que conlleva a la aparición de diversos síntomas

psicológicos, tales como ansiedad, cansancio, irascibilidad, etc. también muestran conductas de irresponsabilidad, pérdida de las metas laborales y poco interés por los buenos resultados en el trabajo.

e.3. Fase de enfrentamiento defensivo: Caracterizada por un cambio en sus conductas, buscando la manera como defenderse de las tensiones, existe un distanciamiento emocional, con deseos de buscar otra fuente de trabajo; también presenta mayor rigidez cuando realiza su trabajo, acompañado de un pronunciado ausentismo laboral.

#### F. Diagnóstico del Síndrome de Burnout

Para la OMS, el SB es manifiesto cuando la persona muestra un nivel elevado de ansiedad y no se circunscribe a momentos o periodos de tiempo específicos, sino que persiste cada día, que incluso puede llegar a neutralizarlo emocionalmente; esta situación repercute enormemente en la vida personal, familiar y laboral. Además, sobresalen los cuatro síntomas característicos del trastorno, que son: agotamiento o cansancio extremo, sentimientos negativos hacia sí mismo y hacia el trabajo, alejamiento o ausentismo del trabajo y disminución de la eficiencia laboral [20].

De tal manera que el SB, se puede diagnosticar siempre y cuando se cumplan los siguientes criterios: experimentar un sentimiento de presión y agotamiento por esfuerzo físico y psíquico, presencia de trastornos que se manifiestan hace más de 6 meses, cansancio y agotamiento en la mayor parte del tiempo [29].

La prueba más utilizada para el diagnóstico del SB, es la escala de Maslach B. que evalúa los sentimientos y pensamientos que tiene la persona, en cuanto a su desenvolvimiento en la labor que desempeña. Dichos enunciados están diseñados para evaluar los tres componentes del SB: agotamiento o cansancio emocional, despersonalización y realización personal en el trabajo. Depende mucho de la constancia con la que se vive cada una de las experiencias antes mencionadas, para poder saber el nivel de afectación [30].

#### G. Tratamiento del Síndrome de Burnout

Si no se toman las medidas adecuadas para el tratamiento del SB, esto aumenta de manera progresiva. Las formas de tratamiento del SB están dirigidas a disminuir los niveles de estrés, ansiedad y depresión [31].

Por lo tanto, para el adecuado tratamiento del SB, es importante el apoyo y soporte emocional de compañeros, la familia y amigos; además, depende de la ayuda psicológica, la identificación de la sintomatología, hablar con alguien sobre lo que está sucediendo, descansar el tiempo necesario y realizar actividades placenteras [32,33].

#### H. Complicaciones del Síndrome de Burnout

Ya es conocido que, las complicaciones se originan por la excesiva presión laboral, por el desequilibrio entre la demanda en el trabajo y la disposición para responder eficientemente ante ello [34,35]. Esta condición conlleva al docente universitario a sufrir de un desgaste físico y emocional frustrante, se muestra poco alegre, con cansancio, desmotivación, bajo rendimiento laboral e irritabilidad [36].

#### I. Prevención del Síndrome de Burnout

Dado que el SB, va desarrollándose conforme pasa el tiempo, es necesario estar atentos ante los signos característicos de este mal, para poder identificarlo a tiempo y darle el tratamiento adecuado. Las personas afectadas con el SB tienen que fijar límites certeros al horario de trabajo, adoptar hábitos saludables y buscar formas como contrarrestar el estrés y poder prevenir episodios o recaídas en el futuro SB [37].

La OMS manifiesta que este cansancio ocurre cuando las demandas o exigencias en el trabajo son superiores a las recompensas recibidas, al reconocimiento laboral y a los tiempos de recreación y esparcimiento. [38].

Para la Organización Panamericana de la Salud (OPS), la prevención del SB está basada en el fomento y sostenimiento del más alto grado de bienestar físico, psicológico y social del trabajador, en todas las tareas asignadas [39].

Por lo tanto, las medidas que se deben tomar para la prevención del SB son; evaluar las situaciones que generan estrés y ansiedad, tener una organización renovada y proveer los recursos necesarios para que el docente universitario no tenga tanta sobrecarga laboral, adquirir una actitud asertiva y modificar las expectativas que se tienen sobre el trabajo [40].

#### 2.2.3. Docente Universitario

#### A. Definición

Es un profesional involucrado directamente en el aprendizaje del estudiantado, que incluye hacer la diagnosis, el planeamiento, la ejecución y la evaluación del mismo; además, de la labor de investigación y múltiples labores propias de un formador y educador, dentro del marco del proyecto educativo institucional de la universidad [41].

#### B. Características

Un docente universitario se caracteriza porque involucra los componentes teóricos, procedimentales y actitudinales, en una dinámica real y holística, donde las TICS en el proceso enseñanza-aprendizaje son parte de su día a día. Es un profesional que se dedica e incentiva la investigación como principio académico y profesional, utiliza diversas estrategias didácticas para el desarrollo de las sesiones de clase, maneja con mucho tino el tono de la comunicación, motiva el trabajo en equipo, induce a un liderazgo transformacional, fomenta y motiva a los estudiantes universitarios a crecer personal y profesionalmente y su trabajo se fundamenta en la ética profesional [42].

#### C. Actividades que realiza el Docente Universitario

El Docente Universitario diseña su labor, de acuerdo a las exigencias, la situación contextual y el perfil profesional, teniendo una estrecha armonización con los demás académicos e investigadores de la universidad. Imparte enseñanzas estimulando y garantizando el aprendizaje de los estudiantes y buscando oportunidades de crecimiento, tanto personal como colectivamente. Realiza la tutoría en toda la formación académica y/o profesional del estudiante, diseña acciones que permitan tener una mayor autonomía, evalúa constantemente el aprendizaje, contribuye a mejorar la actividad docente, participa de manera activa

en el dinamismo organizacional y académico de la institución (Universidad, Facultad) [43].

#### D. Riesgos a la salud emocional

Los riesgos a los que más están expuestos los docentes universitarios son; el cansancio o fatiga emocional, la despersonalización, la disminución de la autoestima y la poca realización personal, debido a que las enseñanzas impartidas por el docente universitario, implica una gran responsabilidad, puesto que, se va a formar profesionales que tienen que desempeñar diferentes funciones, actividades y responsabilidades, aportando significativamente en el desarrollo de la sociedad [44].

#### 2.3. Definición de términos básicos

#### 2.3.1. Docente Universitario

Es un Profesional dedicado a la enseñanza y a diversas actividades relacionadas al proceso enseñanza-aprendizaje, dentro del marco de una determinada ciencia o arte [45].

#### 2.3.2. Estrés

Conjunto de tensiones generadas por circunstancias angustiantes, que estimulan la producción de una serie de reacciones psicosomáticas o molestias psicológicas, que muchas veces, se tornan graves [46].

#### 2.3.3. Factores laborales

Condiciones existentes en el entorno laboral, que, al no ser controladas y eliminadas, pueden conllevar a consecuencias graves como incidentes laborales y problemas de salud profesionales [47].

#### 2.3.4. Salud laboral

Actividad multidisciplinaria que tiene como finalidad fomentar y proteger la salud de las personas, para conservar el bienestar físico, psicológico y social de los trabajadores, de las diversas profesiones existentes, en un nivel óptimo, previniendo toda enfermedad aguda o crónica [48].

#### 2.3.5. Síndrome de Burnout

Situación que se va generando progresivamente hasta desembocar, en un estado de incapacidad para poder continuar con el trabajo habitual, suele aparecer en personas cuya profesión implica dedicación y entrega como los profesionales de la enseñanza y de la salud [49].

## CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO

#### 3.1. Ámbito de estudio

Esta investigación se desarrolló en el distrito de Chota, jurisdicción de la provincia de Chota, en la Región Cajamarca, a 2,388 msnm, con una longitud de 78°30" y superficie de 261.75 km². Dentro de sus límites, se tiene que, por el norte limita con el distrito de Chiguirip y Conchán, por el oeste con el distrito de Lajas, por el sur con el distrito de Bambamarca y por el este con el distrito de Chalamarca, a una distancia de 150 km de Cajamarca y a 219 km de Chiclayo [50].

En la jurisdicción del distrito de Chota, se encuentra la UNACH, que corresponde a la institución educativa universitaria donde fue realizada la investigación, ubicada en la Comunidad de Colpamatara, a 15 minutos de la provincia de Chota, colindando por el este con el caserío de Rambrampata, por el oeste con Rambrán, por el norte con el caserío de Nuevo Colpa y por el sur con el caserío de Colpa Huacarís [51].

En la actualidad la UNACH, oferta cinco carreras profesionales, las cuales son: Enfermería, Contabilidad, Ingeniería Forestal y Ambiental, Ingeniería Civil e Ingeniería Agroindustrial. Fue creada por Ley N° 29531 del 11 de mayo del 2010; sin fines de lucro, con autonomía académica, económica, normativa y administrativa, conforme a ley y con resolución de licenciamiento del consejo directivo N° 160 - 2018 - SUNEDU/CD, donde los docentes que laboran, realizan funciones de: enseñanza, investigación, proyección universitaria, capacitación permanente, producción intelectual y prestación de servicios de acuerdo con los principios y fines de la universidad [52].

#### 3.2. Diseño de investigación

La investigación se desarrolló con un enfoque cuantitativo, descriptivo y de diseño no experimental transversal. Es cuantitativo, ya que se trabajó con porcentajes, descriptivo en razón que se describió una variable Síndrome de Burnout y de diseño no experimental transversal, porque se recolectó los datos en una sola oportunidad y en un tiempo definido [53].

#### 3.3. Población y muestra

La población estuvo constituida por los docentes que laboran en las cinco escuelas profesionales (Enfermería, Ingeniería Civil, Ingeniería Forestal y Ambiental, Ingeniería Agroindustrial y Contabilidad), en total 96 docentes que desarrollaron clases en el semestre académico 2017 - II, de los cuales participaron 83, debido a los criterios de inclusión y exclusión.

Fue necesario considerar al 100% de la población, teniendo en cuenta que fue homogénea y pequeña, razones por la cual se consideró a un universo muestral.

U=universo

n= muestra

Cada unidad de análisis fue constituida por cada docente de la UNACH, siempre y cuando cumplan con los criterios de inclusión.

#### Criterios de inclusión

- Docentes que laboraban solo en la UNACH.
- Docentes que firmaron el consentimiento informado voluntariamente.
- Docentes de ambos sexos.

#### Criterios de exclusión

- Docentes que no pudieron ser ubicados (por viaje o por tiempo).
- Docentes que no aceptaron participar de forma voluntaria.
- Docentes que estuvieron apoyando en la investigación.

#### 3.4. Operacionalización de variables

Variables		Definición [ Conceptual		Dimensione s	Indicadores	Valor final	
2	Sindro Si		Agotamiento	Mi trabajo me supone un	SB bajo: 0 -		
Sínd			crónica	del	emocional	reto estimulante.	21 puntos.

organismo,		No me apetece atender a
ante las		algunos alumnos. SB medio:
tensiones		Creo que muchos 22 - 36
producidas		alumnos son puntos.
en el		insoportables.
ambiente de		Creo que los familiares de SB alto: 37 -
trabajo,		los alumnos son unos 80 puntos.
manifestado		pesados.
por		Pienso que estoy
conductas y		saturado/a por el trabajo.
sensaciones		Me siento agobiado/a por
negativas		el trabajo.
hacia los		Me siento cansado/a
compañeros		físicamente en el trabajo.
de trabajo y		Me siento desgastado/a
hacia el rol		emocionalmente.
profesional		Me preocupa el trato que
personal [1].		he dado a algunas
		personas en el trabajo.
		Pienso que trato con
		indiferencia a algunos
		alumnos.
	Despersonali	Me siento culpable por
	zación	alguna de mis actitudes
	200011	en el trabajo.
		Me apetece ser irónico/a
		con algunos alumnos.
		> Tengo remordimientos
		por algunos de mis
		comportamientos en el
		trabajo.

	<b>&gt;</b>	Etiqueto o clasifico a los
		alumnos según su
		comportamiento.
		Pienso que debería pedir
		disculpas a alguien por mi
		comportamiento.
		Me siento mal por
		algunas cosas que he
		dicho en el trabajo.
		Veo mi trabajo como una
		fuente de realización
		personal.
В	Baja 🕨	Pienso que mi trabajo me
re	ealización	aporta cosas positivas.
p	profesional	Mi trabajo me resulta
		gratificante.
		Me siento ilusionado/a
		por mi trabajo.

#### 3.5. Descripción de la metodología

#### **3.5.1. Métodos**

La técnica utilizada para recolectar la información fue la encuesta, mediante la cual se recolectó los datos que cada docente brindó; se realizó de manera presencial y auto administrada, donde cada participante respondió a los ítems de manera sincrónica, ya que la escala se resolvió en el momento que se les entregó; además, fue anónima, en razón que, no se les solicitó sus datos personales.

Para la recolección de datos, se contó con la autorización del Vicepresidente Académico de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, quien firmó la autorización y facilitó la información necesaria, desarrollándose la recolección de datos en los meses de setiembre y octubre del 2017. Para obtener la información de cada docente participante, se les hizo llegar una carta de invitación, luego se les dio a conocer los objetivos del estudio y el motivo por el cual recolectamos los datos. Los docentes que deseaban participar voluntariamente, procedieron a

firmar el consentimiento informado, para luego llenar la escala correspondiente. En algunos casos, la aplicación de la escala, se realizó en sus domicilios.

#### 3.5.2. Materiales

Como instrumento de recolección de datos, se utilizó una escala de evaluación del Síndrome de Burnout por el trabajo, la cual consta de 20 preguntas cerradas, distribuidas en 3 dimensiones: agotamiento emocional (ítems 2, 9, 12, 17,18,19,20), despersonalización (ítems 3,4, 6, 7, 11,13,14,16), y realización personal (ítems 1, 5, 8, 10, 15). Los ítems se evaluaron de la siguiente manera: 0 = nunca, 1 = rara vez: algunas veces al año, 2 = a veces: algunas veces al mes, 3 = frecuente: algunas veces por semana y 4 = muy frecuente: todos los días, dando una puntación máx. y mín. Clasificándose según la sumatoria de los ítems:

- Agotamiento emocional: de 0 a 14 puntos bajo, de 15 a 21 puntos medio y de 21 a 28 puntos alto.
- ➤ Despersonalización: de 0 a 16 puntos bajo, de 17 a 24 puntos medio y de 25 a 32 puntos alto.
- ➤ Realización personal: de 0 a 10 puntos bajo, de 11 a 15 puntos medio y de 16 a 20 puntos alto [54].

Existen múltiples versiones validadas, pero esta escala es la más utilizada debido a que sus tres dimensiones se ajustan contextualmente a la investigación. Es una herramienta que permite evaluar los síntomas del SB. Este instrumento fue creado en EE. UU (1981) por Maslach C, Jackson M. y posteriormente adaptado en el Perú por Gil M, et al (2017), el mismo que cuenta con una validez lógica de 0,84 y una fiabilidad de 0,87 [55].

Para adaptarlo el instrumento al contexto de la investigación, se desarrolló una prueba piloto, en el Instituto Superior Tecnológico Público de Chota, para lo cual se encuestaron a 20 docentes con las mismas características de la población en estudio, teniendo un análisis de fiabilidad de alfa de Crombach de 0,82.

Las personas que participaron fueron, la autora de la investigación y los docentes a quienes se aplicó el instrumento. En cuanto al financiamiento de bienes y servicios, fueron asumidos por la investigadora en su totalidad.

#### 3.6. Procesamiento y análisis de datos

Después de haber concluido con la aplicación de la escala, se procedió a crear una matriz de datos para facilitar el ingreso de la información en el programa SPSS versión 24, los resultados obtenidos fueron a través de frecuencias absolutas y relativas, presentándose los resultados en tablas simples.

### CAPÍTULO IV RESULTADOS Y DISCUSIÓN

## 4.1. Características sociales y demográficas de los docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota

Tabla 1. Características sociales y demográficas de los docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2017

		Características	N° (83)	% (100,0)
	Sexo	Masculino	60	72,3
		Femenino	23	27,7
sas as	Edad	29 a 40 años	58	69,9
Características demográficas		41 a + años	25	30,1
cter	Estado civil	Casado	32	38,6
ara dem		Conviviente	29	34,9
0		Separado (a)	10	12,0
		Soltero (a)	12	14,5
	Carrera	Enfermería	24	28,9
S	Profesional en la	Contabilidad	19	22,8
tica is	que labora	Ingeniería ambiental	16	19,3
acterísti sociales		Ingeniería agroindustrial	11	13,3
Características sociales		Ingeniería civil	13	15,7
Ca	Años de docencia	Menos de 10 años	69	83,1
		10 a + años	14	16,9

Fuente: Escala de evaluación del Síndrome de Burnout por el trabajo.

En la tabla 1 se muestra que el 72,3% de los docentes universitarios pertenecieron al sexo masculino, esto se debe a que existe más población de hombres que se dedican a la docencia universitaria.

El instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) informó que, la cantidad de docentes universitarios en nuestro país, es alrededor de 70 mil, que forman profesionales en universidades estatales y privadas, de los cuales, el 32,4% son docentes de sexo femenino y un 67,6% de docentes son de sexo masculino [56].

Estos datos nos reflejan que las instituciones universitarias están conformadas en su mayoría por docentes del sexo masculino teniendo relación con Naranjo M. quien manifiesta que, desde hace muchos años atrás, la preponderancia del sexo masculino, se debe a que es un género que ha adquirido más oportunidades para la superación profesional a diferencia de las mujeres, que en su mayoría han dejado de superarse profesionalmente y se han dedicado a las labores domésticas [57].

El 69,9% lo conformaron los docentes universitarios del grupo etario comprendido entre los 29 a 40 años de edad, reflejando que la población de docentes universitarios son adultos jóvenes.

El INEI, Informa que el 48,5% de docentes universitarios oscilan sus edades entre 30 a 45 años, el 40,6% tienen de 46 a más años y el 10,9% tienen su edad menor a 30 años [56].

Siendo la edad actualmente, un requisito que puede ser utilizado como ventaja o desventaja dentro de la competencia laboral, por lo tanto, la edad juega un rol importante dentro de los docentes universitarios, debido a la serie de requisitos que tienen que cumplir, poniéndose en práctica los conocimientos y las habilidades adquiridas en relación a su edad y a su experiencia laboral. Así también, se podría decir; que, en la actualidad, las universidades están buscando docentes universitarios modernos que encajen en este mundo globalizado, dejando de lado a muchos docentes universitarios experimentados.

Así mismo, el 38,6% de docentes universitarios se caracterizan por estar casados, esto indica que han seguido las costumbres religiosas del contexto en que vivieron, teniendo en cuenta que, conforme han pasado los años, estas

costumbres han ido cambiando. Por otro lado, se puede decir que en muchos casos los docentes universitarios dedican su tiempo completo a impartir conocimientos, dejando de lado el ámbito emocional y familiar.

Teniendo semejanza con el ENAHO quien informó que 62,7% de los maestros universitarios tienen pareja conyugal, de los cuales el 41,1% son casados, el 21,6% son convivientes, mientras que el 22,9% son solteros y el 12,6% separados [53]. De la misma manera el INEI informó que el 61,4% de los maestros están casados o son convivientes, el 24,6% son solteros y el 14,0 % son separados [58].

En relación a la carrera profesional, el 28,9% de los docentes universitarios enseñan más tiempo, en la carrera profesional de enfermería (profesión fundamental para una salud pública de calidad, que cuida la salud de la persona, la familia y la comunidad); esto se produce porque los planes de estudio de enfermería tienen asignaturas con un alto número de horas teóricas y prácticas, donde es necesario contar con más de un docente para desarrollar una asignatura (en las asignaturas de especialidad existen varios grupos de práctica que deben asistir a los establecimientos de salud).

Finalmente, el 83,1% tuvieron más de 10 años dedicados a la docencia universitaria, lo que significa que los años que un docente universitario lleva impartiendo enseñanzas también influye para que presente SB.

## 4.2. Dimensiones afectadas en el Síndrome de Burnout en docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota

Tabla 2. Descripción de las dimensiones afectadas en el Síndrome de Burnout en docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2017

	Nivel							
Dimensiones	Alto		Medio		Bajo		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Agotamiento	37	44,6	25	30,1	21	25,3	83	100,0
emocional	0.	1 1,0					00	100,0
Despersonalización	27	32,5	32	38,6	24	28,9	83	100,0
Realización personal	23	27,7	41	49,4	19	22,9	83	100,0

Fuente: escala de evaluación del Síndrome de Burnout por el trabajo.

En la tabla 2, se puede observar que, al aplicar la escala de evaluación del Síndrome de Burnout por el trabajo, se ha obtenido los siguientes resultados.

Del total de docentes universitarios que tienen riesgo de sufrir de SB, el 44,6% de ellos, presentan un elevado grado de agotamiento emocional, a diferencia del 38.6% que presentan un nivel medio de despersonalización y el 49,4% tienen un nivel medio de afectación en la dimensión de realización personal.

Acorde a los resultados obtenidos, Maslach B. y Jackson M [16]. Indican que el SB se caracteriza por: a) cansancio o agotamiento emocional, donde la persona percibe que se siente incapaz de dar más de sí mismo en el aspecto afectivo, b) despersonalización, que se define como manifestación de conductas y sensaciones adversas hacia las personas con quien trabaja y c) realización personal en el trabajo, entendida como la predisposición de los docentes a percibir su actividad laboral y el ejercicio de la misma, como adversa o negativa en todos sus contextos.

Estos resultados son semejantes a los De La Torre D, quien obtuvo que el 34,2% de docentes universitarios presentaron agotamiento emocional [8]. De igual modo,

se asemeja a los resultados de Paredes K, quien obtuvo que el 94,4% presentaron agotamiento emocional [9].

Así mismo, Bardales E & Reyes M. realizaron un estudio donde obtuvieron que el 55,7% presentaron agotamiento emocional, el 53,3% presentaron despersonalización y el 51,1% presentaron baja realización personal [11].

Por lo tanto, el agotamiento emocional es una condición donde el trabajador siente que no tiene la capacidad de dar más de sí mismo, siente un agotamiento de energía enorme, debido al relacionamiento diario y constante con los compañeros de trabajo y con otras personas que necesitan de sus servicios. En esta fase, las personas se muestran irritables e irascibles, se quejan permanentemente por la cantidad de trabajo realizado y no encuentran satisfacción en sus tareas laborales. Así también, la despersonalización se manifiesta con actitudes y sentimientos negativos hacia el personal de su propio entorno laboral.

Generalmente el trabajador busca distanciarse de personas destinarias de su trabajo, así como también, de los integrantes del equipo de trabajo, mostrándose con hipocresía, sarcástico, irascible, etc. Al mismo tiempo se siente culpable de sus frustraciones y de su descenso en el rendimiento laboral. Además, en cuanto a la disminución de su realización personal, siente frustración por la forma como realiza su trabajo y por los resultados conseguidos [23, 24, 25].

El SB es un problema de salud muy frecuente, pero que no se toma mucha importancia, constituyéndose como un factor de riesgo que tiene un impacto vital para cada docente universitario, por lo tanto, basándonos en los resultados adquiridos se puede afirmar que la dimensión más afectada del SB es el agotamiento emocional, lo cual refleja que en la UNACH los docentes universitarios presentan agotamiento de su energía o de sus recursos emocionales, debido al contacto diario y constante con los universitarios, donde predomina el distanciamiento afectivo como forma de autoprotección; la ansiedad, la culpabilidad, la impaciencia, la irritabilidad y la baja tolerancia a la frustración.

### 4.3. Síndrome de Burnout en los docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota

Tabla 3. Nivel del Síndrome de Burnout en docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2017.

Síndrome de Burnout	N°	%
Nivel de SB Bajo	15	18,1
Nivel de SB Medio	22	26,5
Nivel de SB Alto	46	55,4
Total	83	100,0

Fuente: escala de evaluación del Síndrome de Burnout por el trabajo.

En la tabla 3 se muestra que el 55,4% de docentes universitarios presentaron un nivel de SB alto y el 26,5% presentaron un nivel de SB medio, indicando que los docentes universitarios de la UNACH presentan SB.

El SB es uno de las dolencias que afecta prioritariamente a las personas o profesionales que tienen un contacto directo y constante con otras personas. Hay que recalcar la relevancia que está teniendo en el ámbito educativo, porque se han diagnosticado una serie de manifestaciones en los profesores universitarios, debido a las circunstancias y limitaciones laborales, a las políticas del sistema educativo y a las exigencias de un mundo complejo y globalizado, los cuales afectan la salud física y emocional del docente universitario, afectando de esta manera su desempeño profesional [59, 60].

Resultados semejantes a los obtenidos por Bardales E & Reyes M. que realizaron un estudio donde obtuvieron que el 55,7% presentaron agotamiento emocional, el 53,3% presentaron despersonalización, el 51,1% presentaron baja realización personal y el 59,7% presentaron SB con un nivel alto, presentándose el 25,0% en los docentes de la Carrera Profesional de Enfermería y el 42,9% en los docentes que tienen más de 10 años en la docencia universitaria, estableciendo que en su mayoría los docentes universitarios presentaron un nivel medio de SB [11].

Así también en el estudio realizado por Avendaño C, obtuvo que el 94,4% de docentes universitarios presentaron un SB alto [10]. De igual manera en el estudio realizado por Chávez C, se reportó que el 78,2% de docentes presentaron niveles altos de SB [12].

Siendo diferente al estudio de García A, et al. Donde obtuvieron que el 58,3% de docentes universitarios vivenciaron un nivel medio de SB. Determinando que los docentes son capaces de activar procesos motivacionales, cognitivos y comportamentales que les permitan establecer una valoración positiva sobre sí mismos [13].

El SB constituye un fenómeno psicosocial emergente, constituido por tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización, y la baja realización profesional, una tendencia de los individuos de autoevaluación negativa del desempeño laboral e insatisfacción con el desarrollo profesional [56]. Existiendo factores laborales que actúan como desencadenantes del SB, siendo este un riesgo emergente más importante en el panorama laboral actual y como uno de los principales retos para la seguridad y la salud a que se enfrenta la universidad [61].

Por lo tanto, es importante destacar que cuando el trabajo, se convierte en una primacía, el docente ya no considera su trabajo como una actividad importante de su vida, sino lo percibe como una carga que lo tiene que llevar toda su vida, conllevando a ofrecer una respuesta negativa al estrés crónico que se genera al realizar las actividades laborales (a largo plazo y acumulativo), con resultados nefastos para la persona y para la organización; esto sucede porque el docente deja a un lado sus momentos de recreación y esparcimiento, su relacionamiento afectivo con su familia y con su entorno cercano, encerrándose en un mundo donde el trabajo se convierte en su prioridad, produciéndose posteriormente la somatización y los síntomas de SB. En tal sentido, la universidad debe promover planes de acción de afrontamiento al estrés mediante incentivos y oportunidades de auto superación [14].

Estos resultados obtenidos son el reflejo de los problemas de salud que en los últimos años se está presentando y que está afectando a los docentes de la UNACH, De tal manera que resulta importante la toma de nuevas intervenciones en función de prevenir que, el docente de la UNACH presente SB, por lo que es trascendental que se realice un trabajo multidisciplinario. Actualmente en la UNACH se presta más atención a la preparación académica, dejándose de lado la salud física y mental de los docentes.

# CAPÍTULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

## **CONCLUSIONES**

Según los resultados obtenidos en la investigación se concluye:

- Las características sociodemográficas de los docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota en su mayoría, son del sexo masculino, con edad promedio de 29 a 40 años, casados, en su mayoría son de la carrera de Enfermería (carrera a la cual dedican más horas de enseñanza) y con 10 años de experiencia en la docencia universitaria.
- ➤ La dimensión donde los docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, presentaron un nivel alto y mayormente afectado fue en la de agotamiento emocional y en las dimensiones de despersonalización y realización personal presentaron un nivel medio de afectación.
- ➤ Los docentes presentaron un nivel alto de Síndrome de Burnout, lo cual implica que se encuentran en un estado de agotamiento mental, emocional y físico, producto de las exigencias laborales agobiantes, el estrés crónico y la insatisfacción laboral.

#### **RECOMENDACIONES**

## A los docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota

➤ Se recomienda a seguir fomentando la elaboración de investigaciones relacionadas al manejo de las emociones para evitar que el docente pueda sufrir de un estrés crónico, viéndose afectado en algunas de las dimensiones del SB (agotamiento emocional, despersonalización, baja realización personal).

#### A la Universidad Nacional Autónoma de Chota

- ➤ Promover la realización de actividades deportivas, terapias de relajación dirigidas por profesionales capacitados y especializados, para así disminuir el estrés laboral en los docentes de la universidad.
- ➤ Se recomienda la implementación de programas recreativos, el compartir momentos de confraternidad, sesiones motivacionales y de fortalecimiento de la autoestima y de la capacidad de resiliencia.
- ➤ Del mismo modo, se sugiere brindar incentivos, disminuir la sobrecarga laboral y mejorar la distribución de las horas de trabajo.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS**

- [1] Saborío L, Hidalgo L. Síndrome de Burnout. Asociación Costarricense de Medicina Legal y Disciplinas Afines. Revista española de salud pública [Internet]. 2015 [consultado 16 de junio 2018]; 32(1): 32 - 45. Disponible en: https://www.scielo.sa.cr/pdf/mlcr/v32n1/art14v32n1.pdf
- [2] Muñoz Y, Osorio D, Robles E, Romero Y. Síndrome de Burnout en el personal de Enfermería de un Hospital de Referencia Ibagué 2018 [Internet]. Bogotá, Colombia: Repositorio Institucional Universidad del Tolima; 2018 [consultado 26 de abril 2018]. Disponible en: http://repository.ut.edu.co/handle/001/1161#:~:text=Introducci%C3%B3 n%3A%20El%20S%C3%ADndrome%20de%20Burnout,interno%20o% 20la%20insatisfacci%C3%B3n%20laboral.
- [3] Albaladejo R, Villanueva R, Ortega P, Astasio P, Domínguez V. Síndrome de Burnout en el personal de enfermería de un Hospital de Madrid. Revista española de salud pública [Internet]. 2017 [consultado 18 de mayo 2017]; 78 (4): 505 516. Disponible en; http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S1135-57272004000400008
- [4] Botero C. Riesgo psicosocial intralaboral y burnout en docentes universitarios de algunos países latinoamericanos. Revista española de salud pública [Internet]. 2017 [consultado 18 de mayo 2017]; 28(48): 117
   133. Disponible en: http://www.scielo.org.co/pdf/cuadm/v28n48/v28n48a10.pdf
- [5] Organización Mundial de la Salud. OMS clasifica el 'Burnout' como una enfermedad [Internet]. Ginebra, Suiza: Organización Mundial de la Salud; 2019 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en:

- https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S1409-00152015000100014
- [6] Torrico D. Trabajadores con estrés están propensos al Síndrome de Burnout [Internet]. Lima, Perú: El Peruano; 2018 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/59/59952015/59952015.pdf
- [7] Instituto Mexicano del Seguro Social. El síndrome de burnout es incluido en la lista de enfermedades de la OMS [Internet]. México: Instituto Mexicano del Seguro Social; 2019 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://mba.americaeconomia.com/articulos/notas/elsindrome-del-burnout-es-incluido-en-la-lista-de-enfermedades-de-laoms
- [8] De La Torre D. Factores laborales y nivel de estrés laboral en docentes de la I.E.P. "San Antonio Maria Claret de Huancayo", 2018 [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Huancayo, Perú: Universidad Continental; 2019 [consultado 16 de enero 2020]. Disponible en: https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/6032/1/IV \_FHU\_501\_TE\_De\_La\_Torre\_Cuicapusa\_2019.pdf
- [9] Paredes K. Evaluación del Síndrome de Burnout y factores laborales en docentes de la facultad de odontología de la Universidad Nacional Federico Villareal, 2017 [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Lima, Perú: Universidad Nacional Federico Villareal; 2019 [consultado 16 de enero 2020]. Disponible en: http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3389/UNFV\_Pare des%20Gonzales\_Karina\_Titulo%20Profesional\_2019.pdf?sequence=1 &isAllowed=y
- [10] Avendaño C. El Síndrome de Burnout y el Desempeño Laboral de los docentes de la Universidad Amazónica de Madre de Dios [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Lima, Perú: Universidad Nacional de Educación

Enrique Guzmán y Valle; 2017 [consultado 16 de junio 2018]. Disponible en:

http://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/1517/TM%20CE-Du%203120%20A1%20-

%20Avenda%c3%b1o%20Cruz.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- [11] Bardales E, Reyes M. Síndrome Burnout y su relación con desempeño laboral en docentes de la escuela profesional de tecnología médica, Universidad Privada San Juan Bautista, 2016 [Tesis de Maestría] [Internet]. Lima, Perú: Universidad Privada San Juan Bautista; 2017 [consultado 16 de junio 2018]. Disponible en: http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/1379/BARDALES %20GUZM%c3%81N%2c%20EVELYN%20VIOLETA%20Y%20REYES %20CORONADO%2c%20MARTHA%20MARIL%c3%9a.pdf?sequence =1&isAllowed=y
- [12] Chávez C. Estrés, salud y psicopatologías laborales. Síndrome de burnout en profesionales de la educación superior en Ecuador [Tesis Doctoral] [Internet]. Cuenca, Ecuador: Universidad de Extremadura; 2017 [consultado 16 de junio 2018]. Disponible en: http://dehesa.unex.es/static/flexpaper/template.html?path=/bitstream/ha ndle/10662/6469/TDUEX\_2017\_Chavez\_Orozco.pdf?sequence=1&isAll owed=y#page=1
- [13] García A, Escorcia C, Perez B. Síndrome de Burnout y sentimiento de autoeficacia en profesores universitarios. Revista de Psicología Educativa [Internet]. 2017 [consultado 16 de junio 2018]; 5(2): 21 - 30. Disponible en: http://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/170/399
- [14] Monte G. El síndrome de burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. Revista de Comunicación Vivat Academia [Internet]. 1993 [consultado 29 de julio 2020]; 2(2): 42 - 80. Disponible en: https://www.redalyc.org/pdf/5257/525752962004.pdf

- [15] Ratto D, Garcia A, Coral R, Gonzales M. El síndrome de quemarse por el trabajo. Revista de salud pública [Internet]. 2016 [consultado 18 de mayo 2020]; 9(2): 273 281. Disponible en: https://www.redalyc.org/pdf/4595/459545411005.pdf
- [16] Maslach B, Jackson M, Converso D. Propiedades psicométricas del «Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo» (CESQT) en profesionales de la salud italianos: una perspectiva de género. Liberabit [Internet]. 2017 [consultado 18 de mayo 2020]; 23(2): 153 - 169. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v23n2/a01v23n2.pdf
- [17] Organización Internacional del trabajo. Salud en el trabajo: Cual es la definición de enfermedad laboral [Internet]. Ginebra, Suiza: Organización Internacional del trabajo; 2017 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://www.ceroaccidentes.pe/salud-en-el-trabajo-la-oit-sobre-aque-denominar-enfermedad-laboral/
- [18] Bueno A. ¿Qué son los transtornos Psicosomáticos? [Internet] Málaga, España: Top Doctors; 2020 [consultado 28 de junio 2020]. Disponible en: https://www.topdoctors.es/quienes-somos/
- [19] Jamanca R. Síndrome de Burnout y desempeño de los trabajadores de la constructora Ramón Castilla SRL, Huaraz [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Huaraz, Perú: Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo; 2019 [consultado 28 de junio 2020]. Disponible en: http://repositorio.unasam.edu.pe/bitstream/handle/UNASAM/3492/T033 \_70612940\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- [20] Gutiérrez D. Síndrome de burnout o desgaste profesional. [Internet]. Washington, D.C.: Editorial Las Américas; 2020 [consultado 28 de junio 2020]. Disponible en: https://ada.com/es/conditions/burnout/#:~:text=El%20s%C3%ADndrom e%20de%20desgaste%20profesional,estr%C3%A9s%20cr%C3%B3nic o%20o%20insatisfacci%C3%B3n%20laboral
- [21] Ramírez S. El Síndrome de burnout o Síndrome de agotamiento profesional Asociación Costarricense de Medicina Legal de Costa Rica [Internet]. 2017. [consultado 16 de junio 2018]; 17 (2): 11 - 14. Disponible en: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S1409-00152001000100004
- [22] Rivera A, Segarra P, Giler G. Síndrome de Burnout en docentes de instituciones de educación superior. Revista venezolana de salud pública [Internet]. 2018 [consultado 25 de junio 2020]; 37(2): 17 - 23. Disponible en: http://www.revistaavft.com/images/revistas/2018/avft\_2\_2018/4\_sindro me\_de\_burout\_en\_docentes.pdf
- [23] Badia I. El agotamiento emocional [Internet]. Madrid, España: Federación de Enseñanza; 2016 [consultado 07 de junio 2017]. Disponible en: http://www.feuso.es/images/docs/FEUSOSALUDLABORAL643.pdf
- [24] Rivera A, Ortiz R, Miranda M, Navarrete P. Factores de riesgo asociados al síndrome de desgaste profesional (Burnout). Revista Digit Postgrado [Internet]. 2019 [consultado 25 de junio 2020]; 8(2): 158 - 163. Disponible en: http://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/08/1008595/16488-144814485158-1-sm.pdf

- [25] Díaz G, Machuca S. Dimensiones del Síndrome de Burnout y su presencia en el desempeño laboral del personal médico de la red de salud Cajamarca, 2017 [Tesis de Maestría] [Internet]. Cajamarca, Perú: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo; 2017 [consultado 16 de junio 2018]. Disponible en: http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/644/Tesis%20 Diaz%20-%20Machuca.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- [26] Organización Mundial de la Salud. Factores de riesgo del Síndrome de Burnout [Internet]. Ginebra, Suiza: Organización Mundial de la Salud; 2019 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://www.who.int/occupational\_health/evelyn\_hwp\_spanish.pdf
- [27] Organización Internacional del Trabajo. Fases del Síndrome de Burnout: definición, causas, consecuencias y cómo prevenirlo [Internet]. Ginebra, Suiza: Organización Internacional del Trabajo; 2019 [consultado 29 de junio 2020]. Disponible en: https://prevecon.org/es/el-estres-laboraldefinicion-causas-consecuencias-y-como-prevenirlo/
- [28] Koeck P. ¿Diagnóstico de Burnout? [Internet]. Washington, D.C.: Editorial Las Américas; 2020 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://www.mis15minutos.com/burnout/diagnostico/#:~:text=Seg%C3%BAn%20este%20estudio%2C%20podemos%20establecer,la%20mayor%20parte%20del%20tiempo
- [29] Fonseca M. Síndrome de Burnout, de un fenómeno laboral a un diagnóstico médico. Revista colombiana de salud ocupacional [Internet]. 2017 [consultado 18 de mayo 2017]; 32 (26): 111 117. Disponible en: https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/rc\_salud\_ocupa/article/view/59 62

- [30] Sevilla M. Síndrome de Burnout. [Internet]. Madrid, España: Editorial español; 2018 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psiquiatricas/sindromede-burnout.html
- [31] Mortiz M. ¿Qué es el síndrome de Burnout y su tratamiento? Internet]. Lima, Perú: Universidad Privada del Norte; 2020 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://blogs.upn.edu.pe/salud/2020/10/15/que-es-el-sindrome-de-burnout-y-su-tratamiento/
- [32] Oliveros S. Síndrome de Burnout: Síntomas y tratamiento [Internet]. Madrid, España: Grupo Oliveros; 2016 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://www.grupodoctoroliveros.com/sindrome-de-burnout-sintomas-y-tratamiento/
- [33] Fuster D, Jara N, Ramírez E, Maldonado H, Norabuena R, García A. Desgaste ocupacional en docentes universitarios mediante el modelo factorial confirmatorio. Lima, Perú. Revista peruana de salud pública [Internet]. 2019 [consultado 18 de mayo 2020]; 7(3): 198 230. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v7n3/a08v7n3.pdf
- [34] Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo. El estrés laboral: definición, causas, consecuencias y cómo prevenirlo [Internet]. Sevilla, España: Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo, 2018 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://prevecon.org/es/elestres-laboral-definicion-causas-consecuencias-y-como-prevenirlo/#:~:text=El%20estr%C3%A9s%20laboral%20es%20aquel,re cursos%20disponibles%20para%20cumplirla%20eficientemente.
- [35] Instituto Nacional de Salud Pública. Los riesgos del estrés laboral para la salud [Internet]. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública; 2020 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://www.insp.mx/avisos/3835-riesgos-estres-laboral-salud.html

- [36] Organización Mundial de la Salud. Factores de riesgo [internet]. Ginebra, Suiza: Organización Mundial de la Salud; 2019 [consultado 27 de septiembre 2019]. Disponible en: https://www.who.int/topics/risk\_factors/es/
- [37] Guerri M. Síndrome de Burnout: Prevención y tratamiento [Internet]. Habana, Cuba: Psicoactiva; 2020 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://www.psicoactiva.com/blog/sindrome-burnout-prevencion-tratamiento/
- [38] Organización Mundial de la Salud. Prevención del Síndrome de Burnout [internet]. Ginebra, Suiza: Organización Mundial de la Salud; 2019 [consultado 27 de septiembre 2019]. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets#B
- [39] Organización Panamericana de la Salud. Salud de los trabajadores [Internet]. Washington, D.C.: Organización Panamericana de la Salud; 2019 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\_content&view=article&id=1527:workers-health-resources&Itemid=1349&Iimitstart=2&Iang=es
- [40] Unión General de trabajadores. Prevención de riesgos laborales [Internet]. Madrid, España: Unión General de trabajadores; 2018 [consultado 18 de agosto 2019]. Disponible en: http://portal.uqt.org/juventud/quia/cap4.pdf
- [41] Ministerio de Educación. Docente Universitario [Internet]. Lima, Perú: Ministerio de Educación; 2021 [Consultado 27 de abril 2021]. Disponible en: https://www.mineducacion.gov.co/1621/article-80258.html

- [42] Uriarte R. Características de un Buen Docente Universitario [Internet]. Lima, Perú: Universidad Tecnológica del Perú; 2021 [Consultado 27 de abril 2021]. Disponible en: https://www.postgradoutp.edu.pe/blog/a/10-caracteristicas-de-un-buen-docente-universitario/
- [43] Torrello O. El Profesor Universitario. Revista científica de América Latina [Internet]. 2020 [Consultado 29 de abril 2021]; 15 (3): 1995 - 211. Disponible en: https://www.redalyc.org/pdf/567/56722230013.pdf
- [44] Bazán H. Salud emocional de docente universitario [Internet]. Lima, Perú: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo; 2021 [Consultado 27 de abril 2021]. Disponible en: https://upagu.edu.pe/es/que-es-ser-docente-universitario/#:~:text=Y%20el%20docente%20universitario%2C%20hoy,D%2Bi%2Be).
- [45] Bazán H. Qué es ser docente universitario [Internet]. Cajamarca, Perú: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo; 2016 [consultado 07 de junio 2017]. Disponible en: https://upagu.edu.pe/es/que-es-ser-docente-universitario/
- [46] Real Academia Española. Estrés [Internet]. Madrid, España: Real Academia Española; 2019 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://dle.rae.es/estr%C3%A9s#:~:text=stress.,trastornos%20psicol%C 3%B3gicos%20a%20veces%20graves%20.
- [47] Fundación estatal para la prevención de riesgos laborales. ¿Qué es la salud laboral? [Internet]. Madrid, España: Fundación estatal para la prevención de riesgos laborales; 2019 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://saludlaboralydiscapacidad.org/salud-laboral/que-es/#:~:text=LA%20SALUD%20LABORAL%20es%20seg%C3%BAn,de %20las%20condiciones%20de%20riesgo%E2%80%9D.

- [48] Organización Mundial de la Salud. Salud de los trabajadores [Internet]. Ginebra, Suiza: Organización Mundial de la Salud; 2017 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://www.who.int/topics/occupational\_health/es/
- [49] Mutualidad de Seguros de la Agrupación de Propietarios de Fincas Rústicas de España. Síndrome Burnout o trabajador quemado [internet]. Madrid, España: MAPFRE; 2019 [consultado 27 de noviembre 2020]. Disponible en: https://www.salud.mapfre.es/cuerpo-y-mente/psicologia/estoy-quemado-el-sindrome-de-burnout/
- [50] Municipalidad Provincial de Chota. Ubicación geográfica [Internet]. Chota, Perú: Municipalidad Provincial de Chota; 2019 [consultado 27 de julio 2019]. Disponible en: https://www.munichota.gob.pe/index.php/municipalidad/ubicacion
- [51] Universidad Nacional Autónoma de Chota. Reseña histórica [Internet]. Chota, Perú: Universidad Nacional Autónoma de Chota; 2019 [consultado 27 de julio 2020]. Disponible en: <a href="https://www.unach.edu.pe">https://www.unach.edu.pe</a> /desarrollo/unach2/index.php/nosotros/historia
- [52] Universidad Nacional Autónoma de Chota. Resolución de Comisión Organizadora N° 204-2020-UNACH [Internet]. Chota, Perú: Universidad Nacional Autónoma de Chota; 2020 [consultado 27 de julio 2020]. Disponible en: <a href="http://unach.edu.pe/documentos/resoluciones/2020/comision/RESOLUCION-CO-204-2020-UNACH.pdf">http://unach.edu.pe/documentos/resoluciones/2020/comision/RESOLUCION-CO-204-2020-UNACH.pdf</a>
- [53] Hernández R, Fernández C, Batista M. Metodología de la investigación [Internet]. 6a ed. México: editorial mexicano; 2014 [consultado 20 de marzo 2019]. Disponible en: https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.m x/files/metodologia\_de\_la\_investigacion\_-\_\_roberto\_hernandez\_sampieri.pdf

- [54] Gil M, Bautista O, Tombe P. Síndrome de burnout y su relación con el estado de salud mental en un grupo de trabajadores de seguridad privada. Revista Colombiana de Salud Ocupacional [Internet]. 2017 [consultado 29 de julio 2020]; 3 (4): 20 24. Disponible en: https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/rc\_salud\_ocupa/article/view/48 72/4996#:~:text=El%20s%C3%ADndrome%20de%20Burnout%20consi derado,y%20mental%20de%20los%20individuos.
- [55] Gil M, Rodríguez P, Viotti S, Coronado D. Propiedades psicométricas del «Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo. Revista española de salud pública [Internet]. 2017 [consultado 16 de junio 2019]; 23(2): 153 - 168. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S1729-48272017000200001
- [56] Instituto Nacional de Estadística e Informática. En el país existen alrededor de 600 mil maestros [Internet]. Lima, Perú: Instituto Nacional de Estadística e Informática; 2018 [Consultado 27 de septiembre 2019]. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/mas-de-medio-millon-de-maestros-en-el-peru-celebran-su-dia-9833/
- [57] Naranjo M. Motivación: Perspectivas Teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. Revista Educación [internet]. 2017 [consultado 3 de abril 2019]; 33 (2) 153 – 170. Disponible en: https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058010.pdf
- [58] Instituto Nacional de Estadística e Informática. Encuesta Nacional de Hogares [Internet]. Lima, Perú: Instituto Nacional de Estadística e Informática; 2018 [Consultado 27 de septiembre 2019]. Disponible en: http://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/en-el-pais-existen-alrededor-de-600-mil-maestros-11652/
- [59] Graneros J. Factores psicosociales en el trabajo y estrés laboral en colaboradores de una Empresa de Ingeniería Lima, 2017 [Tesis de

Maestría] [Internet]. Lima, Perú: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2018 [consultado 22 de agosto 2020]. Disponible en: http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/6451/Factores\_Gr anerosTairo\_Jenny.pdf;jsessionid=E1CDA12A4A35C9B30C912FFA374 75D9E?sequence=1

- [60] Fundación para la prevención de riesgos laborales. Factores Psicosociales [Internet]. Madrid, España: Fundación para la prevención de riesgos laborales; 2019 [consultado 18 de junio 2020]. Disponible en: https://riesgoslaborales.saludlaboral.org/portal-preventivo/riesgoslaborales/riesgos-relacionados-con-la-psicosociologia/factorespsicosociales/
- [61] Miranda M. Análisis del impacto del síndrome de burnout en el talento humano en salud y la seguridad de los pacientes [Internet]. Bogotá, Colombia: Universidad Militar Nueva Granada; 2018 [consultado 23 de agosto 2020]. Disponible en: <a href="https://repository.unimilitar.edu.co/">https://repository.unimilitar.edu.co/</a> bitstream/handle/10654/18188/MirandaGonzalezAngieDurley2018..pdf? sequence=1#:~:text=El%20S%C3%ADndrome%20de%20Burnout%20e s,ausentismo%20laboral%2C%20mayor%20probabilidad%20de

#### Anexo 1. Carta de invitación



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA Escuela Profesional de Enfermería

## INVITACIÓN PARA PARTICIPAR EN LA INVESTIGACIÓN

"Síndrome de Burnout en docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2017."

Chota,	.de		del 2017.
Estimado(	a) participar	nte:	

Mi nombre es Sempértegui Rafael Hercila y soy estudiante del VIII Ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNACH - Chota. Lo invito a participar en la investigación "Síndrome de Burnout en docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2017". La que tiene como propósito describir el Síndrome de Burnout en los docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2017.

La participación es totalmente voluntaria, confidencial y consiste básicamente en responder la pregunta de la escala, que tiene respuestas cerradas, con la mayor sinceridad y atención. No tomará más de 10 minutos para ser completado.

Su participación será importante para estudiar los procesos de estrés que se presenta en los docentes y contribuir con una mejor calidad laboral, pues se obtendrá información que permitirá plantear nuevas estrategias de mejora continua, además contribuirá a identificar los diferentes problemas de salud que se puedan presentar.

Gracias por su tiempo para completar esta escala.

Atentamente, Hercila Sempértegui Rafael

Autora de la investigación

Sempertegui1213@hotmail.com

# Anexo 2. Consentimiento Informado

Título de la investigación:
Síndrome de Burnout en docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2017.
Objetivo de la investigación:
Describir el Síndrome de Burnout en los docentes de la Universidad Naciona Autónoma de Chota, 2017.
Yo, identificado (a) cor DNI N°,, Mediante la información dada por la estudiante de enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, Hercila Sempértegui Rafael; acepto brindar la información solicitada por la investigadora de manera personal, teniendo en cuenta de que la información obtenida será confidencial y mi identidad no será revelada.
Chotadededel 2017.
 Firma



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA Escuela Académico Profesional de Enfermería

"Síndrome de Burnout en docentes de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2017."

# ESCALA DE EVALUACIÓN DEL SÍNDROME DE BURNOUT POR EL TRABAJO

(Gil M, et al. 2017)

**INSTRUCCIONES:** Los datos obtenidos de la presente escala serán utilizados solo para fines de investigación científica. Se le ruega que marque con un aspa sólo la respuesta que usted considere válida. Muchas gracias por su participación.

DATOS GENERALES			
Fecha:	/	/	/
Nombres y Apellidos:			
Sexo:	Edad:	Estado civil:	
Carrera profesional en	que labora (se priori	izara la carrera en l	a que más horas
labora):	Años	de docencia:	
Según las siguientes opo	ciones, marque la que	e más se adapta a su:	s circunstancias:
4 = muy frecuente: todos	s los días 0 = nunca		
3 = frecuente: algunas v	eces por semana		
2 = a veces: algunas vec	ces al mes		
1 = rara vez: algunas ve	ces al año		
0 - nunca			

N°	Ítem		3	2	1	0
1	Mi trabajo me supone un reto estimulante					
2	No me apetece atender a algunos alumnos					
3	Creo que muchos alumnos son insoportables					
4	Me preocupa el trato que he dado a algunas					
T	personas en el trabajo					

5	Veo mi trabajo como una fuente de realización personal					
6	Creo que los familiares de los alumnos son unos pesados					
7	Pienso que trato con indiferencia a algunos alumnos					
8	Pienso que estoy saturado/a por el trabajo					
9	Me siento culpable por alguna de mis actitudes en el trabajo					
10	Pienso que mi trabajo me aporta cosas positivas					
11	Me apetece ser irónico/a con algunos alumnos					
12	Me siento agobiado/a por el trabajo					
13	Tengo remordimientos por algunos de mis comportamientos en el trabajo					
14	Etiqueto o clasifico a los alumnos según su comportamiento					
15	Mi trabajo me resulta gratificante					
16	Pienso que debería pedir disculpas a alguien por mi comportamiento.					
17	Me siento cansado/a físicamente en el trabajo					
18	Me siento desgastado/a emocionalmente					
19	Me siento ilusionado/a por mi trabajo					
20	Me siento mal por algunas cosas que he dicho en el trabajo					

¡Muchas gracias por su colaboración!

# Anexo 4. Análisis de fiabilidad de la escala

# ESCALA DE EVALUACIÓN DEL SÍNDROME DE BURNOUT POR EL TRABAJO

Estadísticos	Alfa de crombach	N° de elementos
de fiabilidad		
	0,82	20