

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO MARIANO SAMANIEGO



CARRERA TÉCNICO EN ENFERMERÍA

**Trabajo de Fin de Titulación para la obtención del título en Técnicos
en enfermería.**

Tema: Síndrome de Burnout y su impacto en el rendimiento académico en los estudiantes

del 3ro y 4to ciclo de la carrera Técnico en Enfermería del Instituto Superior Tecnológico

Mariano Samaniego periodo académico Octubre 2023 - Marzo 2024

Trabajo de tesis presentado por:	Maza Sarango Lady Patricia, Pinzón Tandazo Alexandra Abigail.
Director/a:	Saavedra Sarango Josselyne Adriana Médico General.
Fecha:	02/05/2024

Cariamanga - Loja – Ecuador

CERTIFICACIÓN

En calidad de Tutor sobre el tema: **“Síndrome de Burnout y su impacto en el rendimiento académico en los estudiantes del 3ro y 4to ciclo de la carrera Técnico en Enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego periodo académico octubre 2023 - marzo 2024”**, del Señor/es. **Lady Patricia Maza Sarango, Alexandra Abigail Pinzón Tandazo**. Egresadas de la carrera de Tecnología en **“Enfermería”** del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego, certifico que dicho trabajo de Graduación cumple con todos los requisitos y méritos suficientes para ser sometidos a la evaluación del Tribunal de Grado, para su correspondiente revisión, estudio y calificación.

Cariamanga, 02 de mayo del 2024

MD. Josselyne Adriana Saaveira Sarango

DIRECTOR DE TESIS

MD. Josselyne Saaveira
MÉDICO GENERAL
SENECOT. 1031 - 2021 - 23729

DECLARATORIA DE AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los criterios emitidos en el trabajo de proyecto de titulación **“Síndrome de Burnout y su impacto en el rendimiento académico en los estudiantes del 3ro y 4to ciclo de la carrera Técnico en Enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego periodo académico octubre 2023 - marzo 2024”**, como también los contenidos descritos en este trabajo son de responsabilidad del autor.

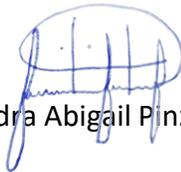
Yo, **Lady Patricia Maza Sarango**, declaro bajo juramento que el trabajo aquí descrito es de mi autoría; que no ha sido presentado anteriormente para ningún grado o calificación profesional y que se ha consultado la bibliografía detallada; Así, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuestas son de responsabilidad del autor.



Lady Patricia Maza Sarango

Los criterios emitidos en el trabajo de proyecto de titulación **“Síndrome de Burnout y su impacto en el rendimiento académico en los estudiantes del 3ro y 4to ciclo de la carrera Técnico en Enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego periodo académico octubre 2023 - marzo 2024”**, como también los contenidos descritos en este trabajo son de responsabilidad del autor.

Yo, **Alexandra Abigail Pinzón Tandazo**, declaro bajo juramento que el trabajo aquí descrito es de mi autoría; que no ha sido presentado anteriormente para ningún grado o calificación profesional y que se ha consultado la bibliografía detallada; Así, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuestas son de responsabilidad del autor.



Alexandra Abigail Pinzón Tandazo

AUTORIZACIÓN DE DERECHOS DE PROPIEDAD INTELECTUAL

Autorizo al Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego, para que haga uso de este proyecto de tesis/investigación un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, siguiendo estrictamente las normas de la Institución.

Cedo/demos los derechos del trabajo de fin de titulación para fines de difusión pública, creación de artículos académicos, respetando el principio de la Educación Superior de no apremiar el beneficio económico y se realice respetando mis derechos de autor.

Cariamanga, 02 de mayo del 2024



Lady Patricia Maza Sarango

CI. 1150766291

Autorizo al Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego, para que haga uso de este proyecto de tesis/investigación un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, siguiendo estrictamente las normas de la Institución.

Cedo/demos los derechos del trabajo de fin de titulación para fines de difusión pública, creación de artículos académicos, respetando el principio de la Educación Superior de no apremiar el beneficio económico y se realice respetando mis derechos de autor.

Cariamanga, 02 de mayo del 2024



Alexandra Abigail Pinzón Tandazo

CI. 1105329534

DEDICATORIA

A mis padres y hermanos/as por brindarme ese apoyo incondicional, sus sabios consejos me han motivado a superar cada desafío y alcanzar mis metas, por guiarme por el camino del bien. A mi familia quienes han estado pendientes en cada momento de mi vida, a pesar de que han existido situaciones buenas y malas también ha habido días de alegrías y triunfos, pero ustedes me han enseñado que en la vida hay que ser optimistas y luchar por lo que más nos gusta sin importar los obstáculos que se presenten, esto se lo dedico a ustedes.

Lady Patricia Maza sarango

A mis padres Guillermo y Teresa por brindarme su apoyo incondicional y ser mi fortaleza, mi ejemplo a seguir y tener esa paciencia y dedicación, durante este trayecto de crecimiento y formación profesional, porque han hecho de mí una persona de valores y de buenos principios morales y mi coraje para conseguir mis objetivos.

A mi hijo Ricardo la razón de mi ser y que le da sentido a mi vida, con esperanza que pueda ser su ejemplo de su superación con la ilusión de que vera un mundo mejor.

Alexandra Abigail Pinzón Tandazo

AGRADECIMIENTO

Primeramente, quiero dar gracias a Dios por permitirme cumplir una meta más en mi vida, a mis padres Ángel Maza y Carmen Sarango por ser el pilar fundamental por estar siempre apoyándome, dándome esos ánimos en los momentos más difíciles, a mis hermanos/as y mi familia que me brindaron su apoyo en esta etapa académica. A los docentes del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego quienes con su enseñanza, conocimiento y experiencia me guiaron durante todo el proceso académico y desarrollo profesional. A la Dra. Josselyne Adriana Saavedra Sarango por acompañarme y orientarme en este proceso del desarrollo del trabajo de fin de titulación, les agradezco de corazón a todos.

Lady Patricia Maza Sarango

Primeramente, un agradecimiento a Dios por haberme permitido llegar hasta este día, por haberme guiado a lo largo de mi carrera profesional y ser mi fortaleza en los momentos de fragilidad.

Seguidamente a mis honorables docentes de la carrera de manera en especial a la doctora Josselyne Saavedra por ser tutor de tesis que, con sus ejemplos de valor y sabiduría, me brindaron grandes enseñanzas, consejos y sugerencias los cuales llevaré conmigo siempre.

Un agradecimiento especial a la doctora Ximena Ramón y las autoridades del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego y a todas aquellas personas que me han apoyado incondicionalmente y han intervenido en mi formación.

Alexandra Abigail Pinzón Tandazo

RESUMEN

El Burnout es un síndrome que se manifiesta ante situaciones extremas de estrés laboral, causando problemas tanto físicos como emocionales, donde existe una sensación de cansancio extremo. La presente investigación tuvo como objetivo general, determinar la prevalencia del síndrome de Burnout y su impacto en el rendimiento académico en estudiantes del 3er y 4to ciclo de la carrera Técnicos en Enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego del periodo académico octubre 2023 - marzo 2024. Se desarrollo un estudio de campo, descriptivo, analítico y prospectivo, con una muestra de 81 estudiantes de 3er y 4to ciclo de la carrera técnico en enfermería. Se aplicó el cuestionario Maslach Burnout Inventory, mediante el procesamiento y análisis de datos los resultados se expresaron en tablas y figuras, estando afectada principalmente la dimensión de cansancio emocional con un 44%, seguida la despersonalización que prevaleció con el 59% y por último la realización personal con un 70%, así mismo el 78% de los estudiantes tienen ausencia del síndrome de Burnout. Por lo tanto, se puede concluir que los estudiantes de tercer y cuarto ciclo no presentan la enfermedad sin embargo tienen indicios de presentar el síndrome de Burnout.

Palabras Clave: Burnout, estudiantes, enfermería.

ABSTRACT

Burnout is a syndrome that manifests itself in extreme situations of work stress, causing both physical and emotional problems, where there is a feeling of extreme fatigue. The general objective of this research was to determine the prevalence of Burnout syndrome and its impact on academic performance in students of the 3rd and 4th cycle of the Nursing Technicians career at the Mariano Samaniego Higher Technological Institute for the academic period October 2023 - March 2024. A descriptive, analytical and prospective field study was developed with a sample of 81 students from the 3rd and 4th cycle of the technical nursing degree. The Maslach Burnout Inventory questionnaire was applied, through data processing and analysis the results were expressed in tables and figures, with the dimension of emotional fatigue being mainly affected with 44%, followed by depersonalization that prevailed with 59% and finally personal fulfillment with 70%, likewise 78% of the students have absence of Burnout syndrome. Therefore, it can be concluded that third and fourth cycle students do not present the disease, however they have signs of presenting Burnout syndrome.

Keywords: Burnout, students, nursing

INDICE DE CONTENIDOS

CERTIFICACIÓN.....	I
DECLARATORIA DE AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN.....	II
AUTORIZACIÓN DE DERECHOS DE PROPIEDAD INTELECTUAL.....	IV
DEDICATORIA	VI
AGRADECIMIENTO	VII
RESUMEN	VIII
ABSTRACT.....	IX
INDICE DE CONTENIDOS	1
INDICE DE TABLAS.....	4
INDICE DE FIGURAS.....	5
CAPÍTULO I	6
1. INTRODUCCIÓN.....	7
2. TEMA.....	9
3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	10
4. OBJETIVOS.....	15
4.1 OBJETIVO GENERAL.....	15
4.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	15
5. JUSTIFICACIÓN	16
CAPÍTULO II	18
1. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	19
2. MARCO TEÓRICO O ESTADO DEL ARTE.....	23

2.1 Definición del Síndrome de Burnout.....	23
2.2 Datos Históricos	23
2.3 Evolución Histórica del síndrome de Burnout.....	24
2.4 Epidemiología.....	26
2.5 Fisiopatología del síndrome de Burnout	27
2.6 Causas del síndrome de Burnout	27
2.7 Consecuencias del síndrome de Burnout.....	29
2.8 Signos del síndrome de Burnout	31
2.9 Sintomatología	32
2.10 Dimensiones del Burnout.....	34
2.11 Fases del proceso del Síndrome de Burnout.....	35
2.12 Síndrome de Burnout en los trabajadores de las diferentes áreas.....	36
2.13 Medidas preventivas del síndrome de burnout.....	40
2.14 Actividades para aliviar los síntomas del síndrome de Burnout	41
CAPÍTULO III	43
1. MATERIALES Y MÉTODOS	44
1.1 Recursos y presupuesto	44
1.1.1 Recursos Humanos	44
1.1.2 Recursos y materiales.....	44
CAPÍTULO IV.....	45
1. ANÁLISIS DE RESULTADOS	46

2. DISCUSIÓN 58

CAPITULO V 61

1. CONCLUSIÓN O CONCLUSIONES 62

2. RECOMENDACIONES 63

3. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 64

ANEXOS 69

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Valores de referencia para evaluar las tres dimensiones del síndrome de Burnout.....	21
Tabla 2 Puntuaciones para identificar los indicios del síndrome de Burnout	21
Tabla 3 Causas que desencadenan el síndrome de Burnout en el contexto laboral.....	29
Tabla 4 Síntomas que se presentan en el síndrome de Burnout.....	33
Tabla 5 Presupuesto para la realización del trabajo de investigación.....	44
Tabla 6 Distribución numérica y porcentual de las edades de los estudiantes encuestados.....	46
Tabla 7 Distribución numérica y porcentual del sexo de los estudiantes encuestados.....	47
Tabla 8 Distribución numérica y porcentual del estado civil de los estudiantes	47
Tabla 9 Distribución numérica y porcentual del nivel de estudio en los estudiantes encuestados.....	48
Tabla 10 Distribución numérica y porcentual de profesiones que han cursado en años anteriores.....	49
Tabla 11 Distribución numérica y porcentual de las horas diarias de estudio de los estudiantes.....	50
Tabla 12 Distribución numérica y porcentual sobre si trabajan los estudiantes encuestados.....	51
Tabla 13 Distribución numérica y porcentual del tiempo para realizar alguna actividad de recreación...	52
Tabla 14 Distribución numérica y porcentual sobre el cansancio emocional en los estudiantes.....	53
Tabla 15 Distribución numérica y porcentual en la despersonalización de los estudiantes.....	54
Tabla 16 Distribución numérica y porcentual en la realización personal de los estudiantes.....	55
Tabla 17 Incidencia del síndrome de Burnout en los estudiantes.....	56

INDICE DE FIGURAS

Figura 1 Signos de peligro del Síndrome de Burnout.....	31
Figura 2 Modelo del proceso del Síndrome de Burnout.....	35
Figura 3 Distribución porcentual de las edades de los estudiantes encuestados.....	46
Figura 4 Distribución porcentual del sexo de los estudiantes encuestados.....	47
Figura 5 Distribución porcentual del estado civil de los estudiantes.....	48
Figura 6 Distribución porcentual sobre el nivel de estudio en los estudiantes encuestados.....	49
Figura 7 Distribución porcentual de profesiones que han cursado en años anteriores.....	50
Figura 8 Distribucion porcentual de las horas diarias de estudio de los estudiantes encuestados.....	51
Figura 9 Distribución porcentual sobre si trabajan los estudiantes encuestados.....	52
Figura 10 Distribución porcentual sobre el tiempo para realizar alguna actividad de recreación.....	53
Figura 11 Distribucion porcentual del cansancio emocional en los estudiantes.....	54
Figura 12 Distribución porcentual en la despersonalización de los estudiantes.....	55
Figura 13 Distribucion porcentual en la realización personal de los estudiantes encuestados.....	56
Figura 14 Incidencia del síndrome de Burnout en los estudiantes.....	57

CAPÍTULO I

1. INTRODUCCIÓN

El síndrome de Burnout o síndrome del trabajador quemado es un problema de salud pública, que afecta a los profesionales de las distintas áreas de trabajo, pero este se presenta con mayor frecuencia en los profesionales y estudiantes del sector salud, es muy frecuente en los estudiantes ya que ellos se enfrentan a desafíos únicos en su formación académica y práctica, donde la sobrecarga de trabajo, la exposición al sufrimiento de los pacientes y la presión por cumplir con sus tareas son factores desencadenantes que contribuyen al desarrollo del Burnout.

El Burnout es provocado por situaciones negativas asociadas al estudio y trabajo, como largas jornadas laborales, trabajar bajo presión, no descansar lo suficiente, no existe una buena relación con los compañeros, etc. Esto afecta de manera significativa la salud mental de los estudiantes y profesionales de enfermería. Algunos de los síntomas que se presentan en una persona con síndrome de Burnout son: cansancio emocional, fatiga, debilidad, negativismo, agotamiento, desinterés por realizar las actividades o cosas, insomnio, etc. Si no son tratados a tiempo, esto a futuro provoca a que las persona tomen malas decisiones como pensamientos suicidas.

Según Caravaca et al. (2019) mencionan que, la definición más se relacionada con el síndrome de Burnout es la que fue descrita por primera vez en el año de 1974 por el psicólogo Herbert Freudenberger quien la describió como un fenómeno de agotamiento causado por respuestas abrumadoras a demandas masivas, esto es algo muy típico en el trabajo social. Posteriormente muchos estudios empíricos han presentado diferentes definiciones sobre el Burnout, en donde algunos historiadores también lo definían como una pérdida de energía, un proceso que estaba al estrés laboral por desorientación en los profesionales.

Acerca del síndrome de Burnout en los estudiantes Carrera et al. (2023) explican que:

En el caso especial de los estudiantes de ciencias de la salud, estos desarrollan una dedicación a la preparación de sus conocimientos para brindar algún alivio a la comunidad, que a su vez

puede mejorar la experiencia de los servicios hospitalarios con sus conocimientos. A esto se suma la realización de las prácticas a lo largo de la profesión, como forma de la enseñanza; lo cual conlleva a una presión tanto por los docentes de las diferentes asignaturas como por aquellos encargados de velar y formar en las áreas. Esta vinculación a la práctica también los incorpora a las guardias médicas y la presencia en las salas quirúrgicas y quirófanos, sumando otra fuente de presión y estrés (p. 3).

Para verificar si una persona tiene el síndrome de Burnout se utiliza el Cuestionario Maslach Burnout Inventory el cual está conformado por 22 preguntas y se divide en tres dimensiones:

1. Agotamiento emocional: estado de agotamiento de los recursos emocionales del individuo.
2. Despersonalización: grado de indiferencia y apatía frente al resto de la sociedad.
3. Reducido logro personal: nivel bajo de autoeficacia y existencia de sentimientos negativos constantes hacia uno mismo (Carava et al., 2019, p. 91).

El propósito de la siguiente investigación es analizar la prevalencia del síndrome de Burnout y como afecta en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer y cuarto ciclo de la carrera Técnico en Enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego periodo académico octubre 2023 - marzo 2024, el estudio se realiza solamente los dos ciclos debido a que los estudiantes llevan un año de estudio, y es la única carrera del área de salud de la Institución. Además, se debe comparar esta investigación con otros estudios científicos acerca del síndrome de Burnout en estudiantes de enfermería.

2. TEMA

Síndrome de Burnout y su impacto en el rendimiento académico en los estudiantes del 3ro y 4to ciclo de la carrera Técnico Superior en Enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego periodo académico Octubre 2023 - Marzo 2024.

3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El síndrome de Burnout se considera un inconveniente en la salud pública, ya que afecta a los profesionales de los distintos campos, con mayor frecuencia en el área de salud, como por ejemplo los estudiantes de medicina y enfermería, también se pueden ver implicados todo tipo de profesionales como aquellos que trabajan en empresas e instituciones públicas y privadas. En este caso se ha considerado a los estudiantes del 3ro y 4to ciclo de la carrera técnico en enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego, como un referente de estudio, por el gran número de estudiantes de esta Institución, por los horarios de estudio y la mayoría de ellos trabaja, obteniendo largas jornadas laborales, y además de eso tienen que realizar actividades en sus hogares.

La palabra síndrome de Burnout fue mencionada por primera en el año de 1974 por el psicólogo clínico Herbert Freudenberger, quien la uso para describir el nivel extremo de desgaste en un trabajador. También es conocido como un síndrome de desgaste profesional y ocupacional, este se presenta con mayor frecuencia en los profesionales quienes están trabajando en contacto directo con la población. Es por ello por lo que los enfermeros tienen un mayor riesgo de padecer el síndrome de Burnout, pero existe una mayor probabilidad del SB en los profesionales quienes brindan la atención a pacientes que se encuentran es situación crítica, por ende, están expuestos a varios factores estresantes, que causan efectos negativos tanto en su salud mental como física (Durán et al., 2021).

Citando a Morones et al. (2022) explican que, el síndrome de Burnout está asociado con los individuos que están capacitados en los campos de la salud que requieren un alto nivel de comprensión de las personas y dedicación como profesionales. Este se manifiesta en situaciones de estrés extremo llegando a afectar la salud física, emocional y mental de los estuantes de enfermería, trayendo consigo varios problemas en sus labores diarios, disminuyendo el logro de los objetivos en su formación académica.

Sobre del síndrome de Burnout, Vidotti et al. (2021) afirman lo siguiente:

Los problemas de sueño entre los estudiantes han sido señalados, a nivel mundial, como un problema de salud pública, debido a las repercusiones en el aprendizaje y en la salud biopsicosocial-espiritual de estas personas. Los estudiantes del área de la salud y especialmente los de enfermería, son muy vulnerables por las características de su formación, permeada por conflictos con sus compañeros y docentes, preocupaciones y dificultades para adquirir los conocimientos necesarios para convertirse en buenos profesionales, ingresar al mercado laboral y asistir a los pacientes que puedan estar sufriendo (p. 2).

Además, no dormir las horas necesarias se producen varios problemas en los estudiantes de enfermería, trayendo como consecuencia la disminución del rendimiento académico, aumentando los problemas de salud crónicas, afectando el estado mental y físico de la persona, y esto influye por el transcurso de los días, particularmente los técnicos y auxiliares de enfermería son los que frecuentemente están expuestos a estas situaciones y son una parte fundamental en el área de salud (Vidotti et al., 2021).

El síndrome de Burnout afecta a los profesionales de manera similar que, a los estudiantes, el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución de la realización personal son dimensiones que afectan la salud de las personas, las cual están ligadas con las emociones negativas relacionadas con el aprendizaje. Además, el SB produce cambios fisiológicos como disfunción del sistema inmunológico y del sistema nerviosos central, algunos de los síntomas psicofisiológicos están los problemas cardiovasculares, digestivos y sexuales (Espinosa et al., 2020).

Como mencionan González et al. (2023), el síndrome de Burnout se produce por el desencadenamiento del estrés persistente en las personas hacia las actividades laborales o estudiantiles que realizan. Se caracteriza por causar situaciones de fatiga, cansancio emocional, autoestima baja y cambios en la conducta, que accidentalmente pueden provocar situaciones de desinterés, lo que

conlleva al desarrollo de una depresión grave. Además, el síndrome de Burnout es una de las principales causas que afecta a los estudiantes de enfermería y esta favorece el bajo desempeño académico de los estudiantes debido a la falta de interés e inclusive pueden perder el semestre.

Desde el punto de vista de Castro Romero y Romero Urrea (2022), el síndrome de Burnout lo consideran como un deterioro profesional que aflige a la mayoría de los profesionales, y trabajadores de los diferentes sectores donde laboran, afecta a cualquier trabajador que está expuesto continuamente a factores desencadenantes y no reciben apoyo psicológico, cómo deben controlar las manifestaciones iniciales trayendo esto consigo el desarrollo del síndrome de Burnout.

Castro Romero y Romero Urrea (2022), mencionan que, el síndrome de Burnout es un inconveniente de salud ocupacional que provoca resultados negativas, y conlleva al deterioro en la calidad de atención, como en los servicios de los usuarios, por ende, aquí existe un aumento de los costos institucionales, y se debe a ciertos factores como: el ausentismo, despidos o renuncias, y por reclamos de los beneficiarios hacia las instituciones por negligencia. De forma individual se crea una actitud negativa hacia el trabajo laboral y se emplean actitudes de agresividad en contra de los usuarios o clientes.

En sí, el síndrome de Burnout es el resultado del estrés crónico a nivel laboral en donde se presentan algunas manifestaciones como la falta de energía o agotamiento, actitudes negativas hacia el trabajo, efecto de incapacidad y la falta de motivación. Entre los síntomas que se presentan y se relacionan con el síndrome de burnout son: agotamiento físico, emocional, psíquico y este no mejora con el descanso, falta de motivación por el trabajo, bajo rendimiento laboral y académico, ausentismo, sentimientos de fracaso y descontento. Además, se encuentran algunos síntomas físicos como: desvelo, intranquilidad, problemas gastrointestinales, hipertensión arterial, taquicardia, cefalea (Castro Romero y Romero Urrea, 2022). El síndrome de Burnout es desencadenado por varios factores como: el estrés

laboral, académico, trabajo bajo presión, largas jornadas de trabajo, no descansan lo suficientemente, problemas laborales, dificultades en su hogar, etc.

Según Linares Parra y Guedez Salas (2021), en una investigación realizada en España y América Latina sobre la prevalencia del burnout en el personal de salud, obtuvieron lo siguiente: España con el 14,9 %, seguidamente Argentina con el 14,4%, Uruguay tuvo el 7.9%, Colombia con un total de 5.9%, Guatemala con 4,5%, Perú con el 4,3%, México con 4,2 %, Ecuador con el 4%, y por último El Salvador con el 2,5%. En cambio, en México un estudio confirmó que existe desgaste profesional y deterioro en la calidad de vida de los habitantes desde el comienzo de sus estudios y a esto lo conservan en el primer año.

Citando a Gonzales et al. (2023), mediante un estudio realizado en estudiantes del primer al doceavo semestre de la carrera de medicina en el año 2019 de una institución de Cartagena, con un universo de 902 estudiantes, en donde aplicaron la encuesta a 383 estudiantes de medicina, las encuestas en 10 estudiantes fueron descartadas debido a la no aceptación del consentimiento informado, obteniendo una muestra de 373 estudiantes, con una mayor participación del tercer semestre con 11% y el onceavo semestre con una menor participación obteniendo un total del 6%. El 30,8% es la prevalencia del síndrome de Burnout en los estudiantes de medicina, 18 años es la edad media, 20 es la mediana y 22 es la desviación estándar.

Además, Gonzales et al. (2023) explican que, el 63% de las personas encuestados fue el género femenino, con una edad de 20 a 25 años, para la ejecución de resultados se ordenaron en tres aspectos: estudiantes siguen por primera vez la materia (ninguna), cursan por segunda vez (repitentes) y repiten por tercera vez y más (multirepitentes) consiguiendo como resultado del estudio lo siguiente, con el mayor número de frecuencia en estudiantes, 90,3 % (337) ninguna, y el 0,5 % (2) con menor frecuencia en los estudiantes multirepitentes, en lo que respecta al estado civil de cada uno de los estudiantes, se presentó con mayor frecuencia en 91 solteros y en 9 casados.

El síndrome de Burnout afecta más a las mujeres que, a los hombres, esto se debe a que las mujeres tienen más responsabilidad en realizar las actividades de su hogar, cumplen diferentes roles en la familia y aparte de eso tiene que ir al trabajo, a estudiar y esto genera un estrés que puede iniciarse de un nivel leve a un estrés severo, provocando cambios en su estado de salud mental.

En base a lo anteriormente mencionado, se considera que el síndrome de Burnout, es un factor de riesgo laboral que afecta la calidad de vida de las personas con repercusiones personales y estudiantiles, en este caso se ha considerado realizar el estudio en los estudiantes del 3er y 4to ciclo de la carrera técnico en enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego, ya que es un problema de salud mental y no existen otros estudios que den dicha información, con lo cual se prevé brindar medidas de prevención, dando a conocer los cuidados de enfermería y contribuir al bienestar de los estudiantes, reduciendo el estrés académico y laboral en quienes lo padezcan. Del mismo modo, permitirá implementar medidas estratégicas para mejorar la comunicación efectiva de los estudiantes con sus compañeros y docentes.

La hipótesis de la presente investigación es: El síndrome de Burnout afecta de manera significativa a los estudiantes del 3er y 4to ciclo de la carrera de técnico en enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego ya que ellos llevan más de un año estudiando y la mayoría trabaja.

En tal virtud, la pregunta a resolver en este estudio es: Prevalencia del síndrome de Burnout en estudiantes del 3er y 4to ciclo de la carrera Técnico en Enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego del periodo académico Octubre 2023 - Marzo 2024.

4. OBJETIVOS

4.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar la prevalencia del síndrome de Burnout y su impacto en el rendimiento académico en estudiantes del 3er y 4to ciclo de la carrera Técnico en Enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego del periodo académico Octubre 2023 - Marzo 2024.

4.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS.

- Identificar los factores que desencadenan el aparecimiento del síndrome de Burnout en los estudiantes del 3er y 4to ciclo de la carrera técnico en enfermería del ISTMS.
- Establecer la prevalencia de las tres dimensiones para la clasificacion del síndrome de Burnout (agotamiento emocional, despersonalización y realización personal) en los estudiantes del 3er y 4to ciclo de la carrera técnico en enfermería del ISTMS.
- Analizar los datos sociodemográficos de los estudiantes del 3er y 4to ciclo de la carrera técnico en enfermería del ISTMS.

5. JUSTIFICACIÓN

La presente investigación se realiza con la finalidad de determinar el impacto en el rendimiento académico de los estudiantes del 3er y 4to ciclo de la carrera Técnico en Enfermería, cabe mencionar que no se dispone de estudios similares realizados en el cantón Calvas, por lo que es necesario y oportuno realizar esta investigación, a fin de determinar la prevalencia y los factores que producen el síndrome de Burnout.

Se considera realizar este estudio en los estudiantes del 3er y 4to ciclo de la carrera técnico en enfermería, ya que ellos se enfrentan a factores estresantes y cuentan con más de un año estudiando en el ISTMS, son más susceptibles de padecer el síndrome de Burnout, por las horas de estudio teórico/practico, largas jornadas de trabajo e inclusive algunos estudiantes son padres y madres de familia que tienen que realizar actividades en sus hogares.

La identificación del síndrome de Burnout en el ámbito académico y laboral permite desarrollar estrategias de intervención y de esa manera implementar planes de promoción de la salud ocupacional, cabe mencionar que el síndrome del trabajador quemado se relaciona con varios problemas de salud en los aspectos físicos, psicológicos, espirituales lo cual compromete la eficacia y eficiencia laboral, así como la estudiantil.

Con lo anteriormente mencionado, es necesario determinar que la presente investigación se enfoca desde varias perspectivas, teórica, práctica y metodológica, este es un aporte valioso debido a que a través de la información recopilada, se plantearán recomendaciones, en busca de alternativas de este problema, lo cual se realiza por medio de la identificación de los factores relacionados al síndrome de Burnout, y así reconocer este fenómeno emocional que puede pasar por desapercibido y a su vez traer consecuencias tanto para los estudiantes técnicos de enfermera como para la institución.

La factibilidad de la investigación es viable, ya que las investigadoras tienen el conocimiento teórico, técnico y práctico para realizar el estudio, igualmente se cuenta con el apoyo de la Institución,

como beneficiarios directos se tiene a los estudiantes de tercer y cuarto ciclo de la carrera de técnicos en enfermería, ya que, con los resultados obtenidos, se les brindaran recomendaciones de apoyo emocional.

CAPÍTULO II

1. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

La pregunta de investigación del presente estudio se realizará siguiendo la estrategia PICO:

P (Población/paciente): Estudiantes de la carrera técnico en enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego que llevan cursando más de una año de actividad académica (estudiantes de tercer y cuarto ciclo)

I (Intervención): no aplica, porque es un estudio descriptivo.

C (Comparación) no aplica, ya que la investigación no se compara con otras carreras.

O (Resultados) Indicios del síndrome de Burnout.

El presente trabajo de investigación se desarrollará con la siguiente metodología:

- a) **Tipo de estudio:** Estudio de campo, descriptivo, analítico y prospectivo, en el cual se determinará el impacto del síndrome de Burnout en el rendimiento académico en los estudiantes del tercer y cuarto ciclo de la carrera técnico en enfermería del ISTMS.
- b) **Universo:** N= Todos los alumnos que conforman el Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego con un total de 347 estudiantes.
- c) **Muestra:** n= Se ha elegido un total de 85 estudiantes pertenecientes al tercer y cuarto ciclo de la carrera técnico en enfermería del ISTMS.
 - a) **Tamaño de la muestra:** Considerando que en el periodo Octubre 2023 - Marzo 2024 hubo una total de población de 85 estudiantes técnicos de la carrera en enfermería del ISTMS. Se realizó una ponderación del número de estudiantes para idealizar la cantidad de la muestra que se necesita para el siguiente estudio. Por lo tanto, con una población de 85 estudiantes técnicos de enfermería, situando un intervalo de confianza del 90%. Y un margen de error del 2 %, utilizando la siguiente fórmula, la cantidad de estudiantes técnicos de enfermería del ISTMS que necesitara tomar una muestra es de 81.

Margen de error: 2%

Nivel de confianza: 90%

Población: 85

Tamaño de la muestra: 81

b) Tipo de muestreo: no probabilístico, (muestreo deliberado, critico o por juicio), ya que solo se ha seleccionado solo a un grupo de población de estudio en este caso los estudiantes del tercer y cuarto ciclo de la carrera técnico en enfermería del ISTMS.

c) Criterios de inclusión y exclusión:

Se tomará como criterios de inclusión:

- Estudiantes del tercer y cuarto ciclo de la carrera técnico en enfermería del ISTMS.

Se tomará como criterios de exclusión:

- Estudiantes del primer y segundo ciclo de la carrera técnico en enfermería
- Estudiantes de las otras carreras del ISTMS.
- Estudiantes que no hayan firmado el consentimiento informado

d) Métodos e instrumentos de recolección de datos:

a) Métodos: La información se recolectará mediante la aplicación del cuestionario (Maslach Burnout Inventory (MBI))

b) Instrumentos:

- Matriz Excel
- Cuestionario Maslach Burnout Inventory

Para determinar si los estudiantes presentan síndrome de Burnout se debe tener en cuenta lo siguiente:

Altas puntuaciones en las dos primeras subescalas y bajas en la tercera.

Tabla 1

Valores de referencia para evaluar las tres dimensiones del síndrome de Burnout

Valores	BAJO	MEDIO	ALTO
Cansancio emocional	0-18	19-26	27-54
Despersonalización	0-5	6-9	10-30
Realización personal	0-33	34-39	40-56

Nota. En la presente tabla se detallan los valores de referencia para determinar el síndrome de Burnout.

Tomado de “Gabinete de psicología” por Miravalles, 2018, p. 3

Del mismo modo para verificar si los estudiantes tienen indicios de Burnout se evalúa utilizando la siguiente escala

Tabla 2

Puntuaciones para identificar los indicios del síndrome de Burnout

Aspecto evaluado	Preguntas para evaluar	Valor total obtenido	Indicios de Burnout
Cansancio emocional	1-2-3-6-8-13-14-16-20	0	Mas de 26
Despersonalización	5-10-11-15-22	0	Mas de 9
Realización personal	4-7-9-12-17-18-19-21	0	Menos de 34

Nota. En la presente tablas se detallan las puntuaciones para verificar los indicios del síndrome de Burnout.

Tomado de “Gabinete de psicología” por Miravalles, 2018, p.3

e) Procedimiento

Etapa preanalítica

- Se realizará un oficio dirigido al rector del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego, con la finalidad de obtener el permiso, para llevar a cabo el presente estudio, previamente aprobado por el comité de ética institucional.
- Posteriormente se elaborará un consentimiento informado dirigido a los estudiantes del tercer y cuarto ciclo de la carrera Técnico en Enfermería para el estudio.

- Determinar las preguntas, para la obtención de información, mediante la aplicación del cuestionario (Maslach Burnout Inventory (MBI)).
- Se les socializará a los estudiantes del tercer y cuarto ciclo de la Carrera Técnico en enfermería la información completa sobre el estudio y solicitar su consentimiento.
- Se procederá a la aplicación del cuestionario Malash Burnout Inventory a los estudiantes de tercer y cuarto ciclo de la Carrera de Enfermería, para recoger la información.
- Para proteger la confidencialidad de los estudiantes en la investigación, toda la información seleccionada en las encuestas será manipulado, únicamente por las investigadoras de campo. Una vez obtenida la información será almacenada de forma física, en un archivo, el cual solo tendrán acceso las investigadoras principales.
- Creación de una base de datos en Microsoft Excel versión 2013, con los datos obtenidos de las encuestas.

f) Plan de tabulación y análisis

- Se utilizará la matriz Excel

g) Fase pos-analítica

- Reporte de resultados

2. MARCO TEÓRICO O ESTADO DEL ARTE

2.1 Definición del Síndrome de Burnout

Citando a Castro Romero y Romero Urrea (2022), el síndrome de Burnout es conocido en la actualidad como un factor de daño laboral que afecta a las características psicosociales de la persona, se produce debido a ciertos factores estresores crónicos a nivel de la persona, como la relación del trabajador y su entorno laboral, en la que está obligado a cumplir con los roles de trabajo que está a su cargo, por ende que es importante reconocer o identificar el síndrome de Burnout y la manera de prevenirlo, ya que este causa serios problemas en el individuo y la sociedad. Es un síndrome invisible que se produce de manera continua, se suele presentar en un periodo de tiempo de seis meses de exposición a las situaciones laborales, donde existe presión laboral, además el Burnout lo describen como: estar desgastado, agotado, quemado y haber perdido el interés de trabajar, presentando un nivel alto de agotamiento emocional, y despersonalización.

Desde el punto de vista de Lovo (2023), la definición de Burnout fue manifestada en 1993 por Maslach quien la definió como un trastorno psicológico en donde se veían afectadas tres dimensiones: afectivas, cognitivas y aptitudinales y esto se puede dar en la mayoría de las personas. Esto quiere decir que cuando un profesional esta quemado está pasando por situaciones o problemas laborales, familiares o sociales, en donde se disminuye su capacidad de adaptación.

2.2 Datos Históricos

El escritor Graham Green, fue el primero en utilizar la palabra Burnout ya que la usó en una publicación del año 1962 llamada "a Burnout Case", en donde narra la historia de un arquitecto desolado emocionalmente que abandona su profesión y decide irse a la selva africana. El síndrome de Burnout surge como consecuencia del fracaso de los mecanismos compensatorios de ajuste ante condiciones laborales con un estrés continuo. Se visualiza con mayor frecuencia en trabajos con desorganización en la demanda de recursos y principalmente en ciertas personas que se hallan ante una

situación frustrante (Castro Romero y Romero Urrea, 2022). Desde este punto fue que se comenzó a utilizar el término Burnout, y posteriormente fue empleado por más investigadores donde fueron conceptualizando su significado.

Castro Romero y Romero Urrea (2022), afirman que:

En 1974 el psiquiatra germano-estadounidense Herbert J. Freudenberger conceptualizó por primera vez esta patología, luego la psicóloga Cristina Maslach en 1982 de la Universidad de California y el psicólogo Michael P. Leiter de la Universidad de Acadia Scotia crearon el Maslach Burnout Inventory (MBI) que desde 1986 se emplea en el diagnóstico de esta enfermedad para los casos de los profesionales que interactúan con personas en sus áreas laborales. Pines y Aronson en 1988 quienes expresaron que todo tipo de profesional puede ser afectado por el síndrome de Burnout y trascienden más allá de lo planteado por Maslach y Leiter (p. 35).

Como afirman Quintero et al. (2020), en 1974 Freudenberger laboraba en una clínica de New York para toxicómanos, es ahí donde observó que los trabajadores de la clínica en mayor parte jóvenes e idealistas padecían una creciente pérdida de energía, desmotivación, falta de motivación por el trabajo hasta llegar al agotamiento, donde se producía ansiedad y depresión, esto se llegaba a dar en un tiempo más o menos de uno a tres años. El trabajo que las personas realizaban era carecer de un horario fijo, excesivas horas de trabajo, su salario era muy escaso y demasiada presión laboral, teniendo un ambiente muy tenso y difícil.

2.3 Evolución Histórica del síndrome de Burnout

Empleando las palabras de Quintero et al. (2020), los primeros trabajos de Freudenberger sobre el síndrome de Burnout han ido evolucionando históricamente, el síndrome varía por etapas, se da como consecuencia del estrés laboral, es una respuesta al estrés laboral crónico que se va desarrollando de manera paulatina y se va instituyendo en las múltiples definiciones de Burnout y la más aceptada es la propuesta de Maslach y sus colaboradores.

Desde el año 2000, la Organización Mundial de la Salud (OMS), reconoció al Burnout como un problema derivado más de las condiciones del ambiente laboral, que de problemas y situaciones personales. Sin embargo, fue hasta 2019 cuando este síndrome se agregó a la 11a Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11). No se le incluyó como una condición médica, sino como un fenómeno ocupacional, lo cual muestra la importante relación del síndrome con las condiciones de trabajo, principalmente los estresores presentes en el ambiente laboral. Para caracterizar al Burnout, la OMS retomó lo escrito por Maslach y Jackson y definió el síndrome, como “el resultado del estrés crónico en lugar de trabajo, que no se ha mejorado con éxito” (Palacios Nava y Paz Román, 2021, p. 9).

Como mencionan Linares Parra y Guedez Salas (2021), las definiciones más aceptadas del síndrome de burnout son la de Maslach y Jackson realizaron un estudio y lo describieron como un síndrome tridimensional en la que los empleados exhiben agotamiento emocional, actitudes despersonalizadas o cínicas y actitudes negativas hacia los clientes y bajos logros personales. Este síndrome suele ocurrir en personas cuyo trabajo implica la interacción social, por lo que los profesionales que trabajan muchas horas tienen más probabilidades de cometer errores al realizar tareas repetitivas, rutinarias y que requieren atención prolongada.

Un estudio realizado en Latinoamérica por Alzate Cardona y Quiroz Palacio (2021) sobre el síndrome de Burnout expresan lo siguiente

Se llevó a cabo una búsqueda en las bases de datos (2017 – 2021): Scielo, Google académico, Science direct, Lilacs y Redalyc. Se incluyeron 24 estudios que demuestran que la definición de burnout más utilizada es la de Maslach, quien la define como “estado de desinterés, fatiga, frustración, depresión, agresividad, pérdida de energía, desarrolladas en el contexto laboral”. La evidencia científica muestra que los principales factores de riesgo son: el exceso de horas extras, turnos de trabajo, salarios insuficientes, contratos temporales, alta carga laboral y trabajar en

áreas de cirugía, cuidados intensivos y emergencias. Los principales efectos de este síndrome son: el ausentismo, estrés laboral, desinterés profesional, desmotivación laboral, deterioro de relaciones familiares e insensibilidad con los pacientes (p. 2).

2.4 Epidemiología

Según Lovo (2020), el síndrome de Burnout ya ha sido estudiado en la mayoría de las profesiones, existe una gran cantidad de personas que han presentado un sinnúmero de síntomas dependiendo de la carrera que se trate y los requerimientos o reglas del trabajo, lo que los empleados piensan sobre si mismos, el sentido personal de logro y otros factores que influyen en ellos. El SB está presente en algunos grupos de personas con un valor sorprendentemente alto.

Un estudio realizado en marzo y junio de 2020 en la ciudad de Paraná por Vidotti et al. (2021) dan a conocer que, se realizó en 213 estudiantes de la carrera técnicos de enfermería, con una edad 26 años, el (85,4%) eran mujeres, el (56, 3%) solteras, (90, 1%) vivían con sus familiares, (62%) trabajaban, (92,5%) no consumían antidepressivos, en lo que respecta al contexto académica el 71,4% se asociaban a carreras privadas y el 46,5% radicaban matriculados en los últimos semestres de la carrera. Los resultados que se obtuvieron fueron los siguientes: Maslach Burnout Inventory) MBI $\alpha = 0,813$, Escala de Somnolencia de Epworth $\alpha = 0,836$, la y para el Índice de Calidad del sueño de Pittsburg $\alpha = 0,704$. Para lo cual el 4,7% de los estudiantes demostraron signos de Burnout, el 34% mostraba somnolencia diurna excesivamente y mala calidad de sueño con un porcentaje del 58, 7%.

Una investigación metodología realizada por Rodrigues et al. (2018) obtuvieron los siguientes resultados:

Se incluyeron 4.664 médicos residentes. Se compararon las proporciones altas de DP, EE y AF bajas. Las especialidades se distribuyeron en tres grupos de diferentes niveles de prevalencia de burnout: cirugía general, anestesiología, obstetricia/ginecología y ortopedia (40,8%); medicina

interna, cirugía plástica y pediatría (30,0%); y otorrinolaringología y neurología (15,4%). La prevalencia global de burnout encontrada para todas las especialidades fue del 35,7% (p. 1).

Un estudio del síndrome de Burnout tiene como objetivo realizar una revisión sistemático exploratorio en médicos, realizado el estudio en el año 2021-2018 en Iberoamérica, la cual ha sido revisada sistemáticamente en 6 bases de datos como son: Scielo, EBSCO, ScienceDirect, Scopus, Redalyc y Medline cumpliendo con criterios de inclusión: artículos publicados en inglés, español y portugués. La población fue mayor a 70 médicos, utilizaron el Maslach Burnout Inventory como instrumento de recolección de datos, en donde fueron seleccionados 52 artículos y 23 fueron elegidos. Por lo cual el país con más estudios fue México, luego Brasil y por último Colombia (Álvarez et al., 2019).

2.5 Fisiopatología del síndrome de Burnout

La clave para comprender la fisiopatología del burnout encaja en el concepto de estrés, de tal manera, se dice que:

Se asocia siempre el término con un efecto negativo, cuando no siempre es así. El estrés como tal es una respuesta adaptativa que prepara al individuo, para una reacción de huida o lucha, que le protege y favorece la conservación de la especie. Cuando el individuo sometido a una situación de sobredemanda logra adaptarse, se le conoce como eustrés; y estas respuestas eficaces y controladas en el individuo son necesarias para su adaptación al entorno, cuyas demandas son variables (Lovo, 2023, p. 113).

2.6 Causas del síndrome de Burnout

Sobre las causas del Síndrome de Burnout Palacios Nava y Paz Román (2021), explican lo siguiente:

Debido a que el síndrome se presenta como resultado de una respuesta no exitosa ante el estrés crónico, los factores psicosociales o estresores son los que desencadenan el síndrome, aunque también pueden contribuir otros factores desfavorables del ambiente interno, externo y lo que

los psicólogos denominan el locus de control. En este sentido, la Organización Internacional del Trabajo refiere que los factores psicosociales, incluyen tanto aspectos del puesto de trabajo, como de su entorno, el clima o cultura de la organización, las funciones laborales, las relaciones interpersonales, el diseño y contenido de las tareas (p. 9).

Desde el punto de vista de Palacios Nava y Paz Román (2021), explican que, no siempre el estrés es una respuesta negativa, si no es una contestación normal del organismo a una petición del entorno externo, que se da como respuesta a cualquier condición física, biológica o social que la persona tiene que enfrentar, es de esta manera que el estrés no es el estímulo sino la reacción. Es, por ende, que en el estímulo estresante se puede dar una respuesta positiva o negativa, esto va a implicar la capacidad de la persona para así poder afrontar la situación y si no es así el individuo sufre un agotamiento funcional.

El estrés producido por el trabajo se define como:

Respuestas físicas y emocionales dañinas, que aparecen cuando las características del trabajo no corresponden a la capacidad, recursos y necesidades de los trabajadores. Cuando el estrés laboral es crónico, Favorece el decremento de la salud, ejerciendo un efecto desencadenante de síntomas de enfermedad y desgaste, tales como el Burnout, síntomas somáticos, enfermedades cardiovasculares, musculoesqueléticas y otras alteraciones mentales (Palacios Nava y Paz Román, 2021, p. 10).

Tabla 3

Causas que desencadenan el síndrome de Burnout en el contexto laboral

Estresores Crónicos		
Asociados a la forma en la que está organizada la institución	Asociados al puesto del trabajadores	Asociados a las interacciones interpersonales
<ul style="list-style-type: none"> • Orgánica Institucional rígida. • Mala coordinación entre departamentos. • Falta de participación de los trabajadores en las decisiones burocráticas. • Exceso de burocracia. • Conflictos entre departamentos. • Desigualdad en la gestión de los recursos humanos. • Nepotismo • Falta de gratificaciones para los trabajadores. • Problemas con los liderazgos de la Institución. • Falta de capacitaciones para los trabajadores. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sobrecarga laboral. • Falta de autonomía en las decisiones que lo ameritan. • Sobrecarga emocional. • Insatisfacción para el cargo. • Disfunción en el rol asignado (ambigüedad del cargo). • Tiempos no correlativos al trabajo asignado. • Rol económicamente no gratificante o estresante. 	<ul style="list-style-type: none"> • Falta de apoyo social. • Relaciones conflictivas con los usuarios. • Trato con usuarios problemáticos. • Competencia excesiva entre compañeros de trabajo. • Negativa dinámica de trabajo. • Contagio del síndrome por parte de otros miembros del equipo.

Nota. La tabla muestra las causas más habituales que desencadena el síndrome de Burnout en el contexto laboral. Tomado de “Síndrome de Burnout y Burnout académico: Una revisión de su historia, conceptos e implicancia en América y Europa” por Gutiérrez Briones y Retamal Contreras, 2020, p. 33

2.7 Consecuencias del síndrome de Burnout

Acerca de las causas del síndrome de Burnout es necesario mencionar que:

Es común que los profesionales de la salud se caractericen por proteger poco de su salud y a su vez presentar problemas emocionales, los mismos que con frecuencia los ocultan y no le proporcionan un correcto tratamiento. Estas consecuencias pueden desencadenar una serie de factores negativos sobre el individuo, generando una problemática más difícil de controlar, no

obstante, lo importante en estos casos es clasificar las molestias e identificarlas para así poder afrontarlas; cabe recalcar que la persona que presente el síndrome no solo afecta su vida personal, también a la organización a la que pertenece (Gutiérrez Carrillo y Guerra Guerra, 2020, p. 30).

Desde el punto de vista de Gutiérrez Carrillo y Guerra Guerra (2020), las consecuencias del síndrome de Burnout para el profesional se dividen en:

- **Consecuencias físicas:** En cuanto al aspecto general, puede producirse pérdida del apetito, fatiga, e incluso se puede presentar problemas musculoesqueléticos como lumbalgia, cervicalgia, y contracturas musculares.
- **Consecuencias conductuales:** Cuando las emociones se ven afectadas puede producirse conductas nocivas para el individuo, como la adicción a sustancias tóxicas, entre ellas, el alcohol, tabaco y en peor de los casos las drogas.

Es aquí donde los trabajadores, empleados o profesionales de todo ámbito laboral, suelen presentar actitudes negativas hacia sus compañeros de trabajo, sus familiares, y su entorno social.

2.8 Signos del síndrome de Burnout

Figura 1

Signos de peligro del síndrome de Burnout



Nota. La figura indica los signos de peligro que tienden a darse en una persona con inicios al desarrollo del síndrome de Burnout. Tomado de “Manual de Burnout: Capítulo I Diagnostico del Burnout” por Popa et al. 2023, p. 20.

Sobre los signos de peligro, Popa et al. (2023) mencionan lo siguiente:

- ✓ **Sientes fatiga todo el tiempo:** No es lo mismo el cansancio que la fatiga. Ambos son respuestas a factores de estrés, pero el cansancio desaparece con la cantidad adecuada de descanso y recuperación: sin embargo, la fatiga es más duradera.
- ✓ **Te estás descuidando:** Estos cambios suelen ser los primeros y más destacados signos de burnout. Las personas que se sienten emocionalmente agotadas suelen experimentar pérdida de apetito y falta de sueño reparador.

- ✓ **Tu rendimiento disminuye:** El síndrome del burnout guarda una correlación negativa con la capacidad de resolver problemas y con el rendimiento cognitivo.
- ✓ **Te notas demasiado sensible:** Cuando descuidas tu salud mental y no satisfaces tus necesidades emocionales, tu mente se esfuerza por funcionar tan bien como antes.
- ✓ **Sientes desánimo:** Incluso en las primeras fases del burnout es normal sentir falta de motivación.
- ✓ **Tu vida social es casi inexistente:** Haberse quemado en lo emocional puede hacer que no tengas energía ni ganas de pasar tiempo con las personas a las que quieres.
- ✓ **Sientes desesperación:** El burnout emocional suele dar paso a sentimientos de desesperación, vacío y desapego. Dedicas todo tu tiempo y energía a concentrarte en las cosas que tienes que hacer, y acabas por no dejar nada de tiempo para ti y para tu bienestar (pp. 21-22).

2.9 Sintomatología

Los síntomas del síndrome de Burnout son: falta de motivación por el trabajo, debilidad física y psíquica no mejora con el descanso, rendimiento bajo en el trabajo, ausentismo, sus emociones o sentimientos son frustrantes y un alto nivel de descontento también se presentan algunos síntomas físicos como: alteraciones gastrointestinales, desvelo, presión arterial elevada, taquicardia, cefalea, etc. Además, el síndrome de Burnout se sintetiza en cuatro niveles clínicos que son:

- **Leve:** lamentos vagos, agotamiento y problemas para levantarse en la mañana.
- **Moderado:** impudencia, aislamiento, desconfianza y negatividad.
- **Grave:** ausencia, automedicación consumiendo psicofármacos, antipatía, exceso de consumo de alcohol y drogas.
- **Extremo:** aislamiento severo, colapso, presentan cuadros psiquiátricos y conductas suicidas (Castro Romero y Romero Urrea, 2022).

Estos son algunos de los síntomas que se suelen presentar cuando la persona ya está agotada totalmente, donde ya está presente prácticamente el síndrome de Burnout.

Tabla 4

Síntomas que se presentan en el síndrome de Burnout

Síntomas Cognitivos	Síntomas afectivo-emocionales	Síntomas actitudinales	Otros síntomas
<ul style="list-style-type: none"> - Sentirse contrariado - Percibirse incapaz para realizar las tareas - Pensar que no puedes abarcarlo todo - Pensar que trabajas mal - Falta de control - Verlo todo mal - Todo se hace una montaña - Sensación de no mejorar - Inseguridad - Pensar que el trabajo no vale la pena - Pérdida de autoestima 	<ul style="list-style-type: none"> - Nerviosismo - Irritabilidad y mal humor - Disgusto y enfado - Frustración - Agresividad - Desencanto - Aburrimiento - Agobio - Tristeza y depresión - Desgaste emocional - Angustia - Sentimientos de culpa 	<ul style="list-style-type: none"> - Falta de ganas de seguir trabajando - Apatía - Irresponsabilidad - Escaquearse - Pasar de todo - Estar harto - Intolerancia - Impaciencia - Quejarse por todo - Romper con el entorno laboral - Ver al cliente como un enemigo - Frialdad hacia los clientes - No aguantar a los clientes - Indiferencia - Culpar a los demás de su situación 	Conductuales
			<ul style="list-style-type: none"> - Aislamiento - No colaborar - Contestar mal - Enfrentamientos
			Físicos:
			<ul style="list-style-type: none"> - Cansancio

Nota. En la tabla se detallan los síntomas del desarrollo del síndrome de Burnout. Tomado de “Síndrome de Burnout en el personal médico del Hospital General Riobamba (IESS) que laboró en la pandemia por COVID 19” por Vergara Robalino y Moreno Rueda, 2021, p. 857

2.10 Dimensiones del Burnout

➤ Agotamiento emocional

Desde el punto de vista de Baldeón et al. (2023), la dimensión del agotamiento emocional representa un componente importante del estrés personal ya que refleja el sentimiento que surge de la percepción de la exigencia y la disminución del estado emocional y físico, la falta de energía, falta de voluntad para realizar las tareas cotidianas. Las fuentes habituales de este agotamiento suelen ser las horas extras y los problemas personales en el trabajo.

➤ Despersonalización o cinismo

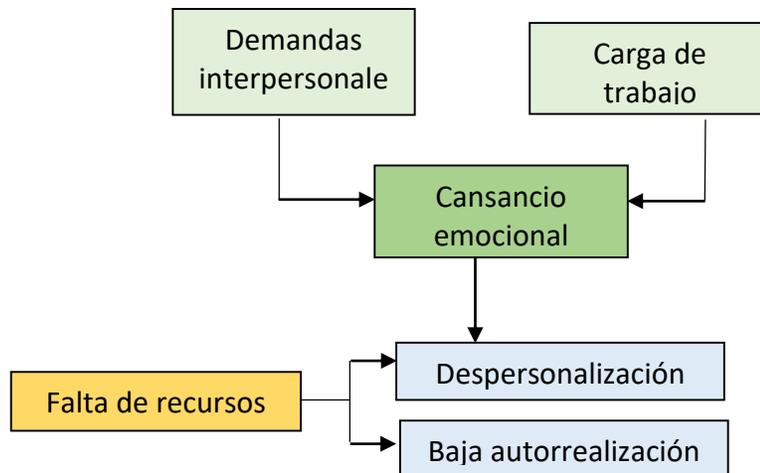
Como mencionan Baldeón et al. (2023), la dimensión del cinismo representa el mecanismo del contexto interpersonal del agotamiento. Esto incluye una actitud negativa, inconsciencia y apatía hacia todos los aspectos del trabajo como resultado de un agotamiento emocional excesivo. Las personas con tal reacción actitudinal tienden a perder su nobleza y están sujetas a una cierta deshumanización, que se refleja en su comportamiento. Esto es muy complicado porque los individuos tienden a reaccionar negativamente ante sus colegas y organizaciones. Como resultado, el idealismo del mejor esfuerzo se convierte en el mínimo esfuerzo y, por tanto, el nivel de rendimiento disminuye.

➤ Falta de realización personal o ineficacia

La falta de dimensión de logro personal es un componente auto informado del agotamiento. Hay una sensación de incompetencia, bajo rendimiento y baja productividad en el trabajo. Esta situación se ve agravada por la falta de recursos físicos para el trabajo, apoyo social u oportunidades de desarrollo profesional. Hay constantes dudas sobre el propósito del trabajo realizado o la futura membresía en la organización laboral. En casos extremos, una persona puede cuestionar su carrera y vocación y negar en qué se ha convertido. Esto último le dio una imagen negativa de sí mismo, lo que afectó directamente a su autoestima (Baldeón et al., 2023).

Figura 2

Modelo del proceso del Síndrome de Burnout



Nota. La figura muestra el modelo del proceso de la generación del Síndrome de Burnout. Tomado de “Síndrome de Burnout en el personal médico del Hospital General Riobamba (IESS) que laboró en la pandemia por COVID 19” por Vergara Robalino y Moreno Rueda, 2021, *Revista Científica Dominio de las Ciencias*, p. 856 (<http://dx.doi.org/10.23857/dc.v7i6.2368>)

2.11 Fases del proceso del Síndrome de Burnout

Citando a Vergara-Robalino y Moreno-Rueda (2021), explican las fases del proceso del síndrome de Burnout en donde explican lo siguiente:

- a) **Fase inicial de entusiasmo:** Al enfrentarse a un nuevo puesto de trabajo, la persona se siente entusiasmada, con mucha energía y con expectativas positivas.
- b) **Fase de estancamiento:** Las expectativas profesionales no se han cumplido, en esta fase existe una inestabilidad en la demanda de recursos.
- c) **Fase de frustración:** En ciertas ocasiones el trabajo no tiene sentido porque cualquier cosa puede causar irritación y conflicto con sus compañeros de trabajo, la salud comienza a deteriorarse y es donde surgen problemas físicos, emocionales y de comportamiento.
- d) **Fase de apatía:** Se producen varios cambios de comportamiento y en su actitud.

- e) **Fase de quemado:** Es un colapso emocional y cognitivo y esto trae consigo varias consecuencias para la salud, e inclusive el trabajador o empleado se ve obligado a dejar su trabajo y esto puede llevarlo a una vida profesional frustrada e insatisfecha.

2.12 Síndrome de Burnout en los trabajadores de las diferentes áreas

➤ Síndrome de Burnout en estudiantes de enfermería

Hoy en día, existe un gran porcentaje de estudiantes de enfermería que padecen con el síndrome de Burnout y esto se debe a ciertos factores negativos como: el estrés, depresión, no descansan lo suficiente, presión académica y laboral, problemas familiares o compañeros de trabajo, esto afecta la salud física y emocional de los estudiantes, donde existen varios inconvenientes como la disminución en el rendimiento académico, en algunos de los casos algunos estudiantes dejan de estudiar o pierden el ciclo.

Desde el punto de vista de Vidotti et al. (2021) el síndrome deriva de la cronicidad del estrés, el agotamiento y la insuficiencia de recursos para afrontarlos; las quejas de sueño se consideran un síntoma adicional que ocurre con frecuencia en esta alteración emocional. Entre los estudiantes universitarios, los estudios han demostrado que la calidad del sueño está indirectamente relacionada con el síndrome (p.2).

Además, Vidotti et al. (2021) mencionan que, los estudiantes del área de salud y principalmente los de enfermería son más susceptibles a padecer el síndrome de Burnout, esto se debe a su formación profesional, problemas entre sus compañeros, maestros, y presentan ciertas dificultades para lograr los conocimientos necesarios para ser unos buenos profesionales en la salud, si van a encontrar un trabajo, etc. Los estudiantes de enfermería se consideran como un grupo vulnerable ante la presencia del síndrome de Burnout, ya que se encuentran expuestos ante estresores que son parte de las actividades diarias que ellos realizan.

Al formar estudiantes profesionales técnicos en enfermería, pueden estar presentes los siguientes factores estresantes: carga horaria laboral, actividades de evaluación excesivas, la relación de poder entre profesores y estudiantes y el miedo en las clases de práctica médica profesional de cometer alguna negligencia, ya que un error es una amenaza perjudicial para el paciente. Para evitar cometer errores y lograr un buen rendimiento académico, los estudiantes podrán renunciar a su vida personal, al sueño y el descanso (Vidotti et al., 2021).

Por su naturaleza, se considera que los estudiantes de enfermería reciben una formación especialmente rigurosa, y es donde se produce el estrés y fatiga que desencadenan la aparición del burnout. La educación en enfermería es una disciplina que se integra a través de un cuerpo de conocimientos respaldados científicamente para garantizar la atención integral y mantener la salud de la población, esta formación universitaria se sustenta en las competencias necesarias para el conocimiento científico de la atención humanizada. Esta capacidad, que se adquiere en la formación universitaria a través de un riguroso sistema de formación, genera en los estudiantes un estado de estrés continuo con periodos de ansiedad, conduciendo al desarrollo de burnout (Morones et al., 2022).

Desde el punto de vista de Avecillas et al. (2021), mencionan que el apoyo psicológico en los profesionales de enfermería es esencial para lograr un mejor rendimiento académico, estableciendo comportamientos apropiados, acciones y actitudes en el que cumplan con sus deberes en un ambiente donde no exista tensión. Se debe contar con los recursos necesarios que garanticen la seguridad y la salud durante el desarrollo del aprendizaje académico, teórico, práctico y laboral.

➤ **Síndrome de Burnout en estudiantes de medicina**

Como sostienen Merchán et al. (2018), el síndrome de Burnout afecta más a los estudiantes de medicina y esto se debe por los horarios de estudio, la exigencia, el cuidado y atención de los pacientes, están son circunstancias que los estudiantes de medicina tienen que afrontar todos los días, sin embargo, estas situaciones son fundamentales para la formación de un profesional de salud, pero se

exponen los estudiantes a niveles de estrés y desarrollando el Síndrome de Burnout, dejándose sobrellevar por los malos hábitos como: el consumo de alcohol, tabaco, drogas e inclusive algunos han tenido ideas suicidas.

➤ **Síndrome de Burnout en maestros**

El síndrome de Burnout afecta significativamente a los maestros, causando varios problemas de salud:

Actualmente, uno de los principales focos de atención científica en el campo de la psicología del trabajo, en general, y del ejercicio de la docencia, en particular, es la sobrecarga mental a la que están expuestos los trabajadores. La incorporación de nuevas tecnologías y modalidades de trabajo y las cada vez mayores demandas y exigencias a los docentes, son aspectos que han impactado en sus condiciones de salud física y mental, provocando la aparición de enfermedades y otras señales que se engloban bajo el concepto de burnout (Quispe et al., 2021, p. 37).

El síndrome de Burnout se debe a la necesidad de la persona de enfrentar, aunque sea de una forma inadecuada, el estrés laboral acumulado con el tiempo y que al hacerse constante se vuelve crónico. Este síndrome se debe a la necesidad de la persona de enfrentar, aunque sea de una forma inadecuada, el estrés laboral acumulado con el tiempo y que al hacerse constante se vuelve crónico. Existen investigaciones similares sobre el síndrome donde es más frecuente en los profesionales que laboran directamente con el público y esto conlleva a una disminución progresiva en los sentimientos de la persona y esto conlleva al fracaso personal (Fernández et al., 2021).

➤ **Síndrome de Burnout en profesionales de la salud**

El Burnout en los profesionales de salud causa varios problemas emocionales, psicológicos, donde aumenta el nivel de estrés:

El ambiente de trabajo en las instituciones hospitalarias expone a los profesionales de enfermería, diariamente, a riesgos ocupacionales, sobre todo a los psicosociales, ya que están sometidos a un proceso laboral psicológicamente intenso, debido a: convivencia con el sufrimiento y la muerte, alta demanda de pacientes, trabajo en turnos, conflictos en las relaciones interpersonales y con el bajo reconocimiento y desvalorización profesional. En ese sentido, algunos estudios han demostrado que esos factores de estrés desencadenan la enfermedad mental de muchos trabajadores de enfermería, siendo estos la principal causa de absentismo e incapacidad laboral (Vidotti et al., 2019, p. 345).

El síndrome de Burnout ocurre debido a una falla del mecanismo, en la adaptación compensatoria a un entorno laboral constantemente estresante, es más común en trabajos donde la demanda y los recursos no coinciden, especialmente para quienes enfrentan una realidad deprimente. La sobrecarga de trabajo para el profesional va aumentando paulatinamente, por la gran cantidad de labores que tiene que desempeñar, el aumento en las horas de trabajo, tareas administrativas delegadas, los profesionales de enfermería tienden a perder el control de sus actividades (Castro Romero Urrea y Romero Urrea 2022).

Los profesionales de enfermería son más susceptibles de padecer el síndrome de Burnout, ya que ellos están diariamente expuestos a factores estresantes como, por ejemplo: arduas horas de trabajo, carga laboral, no cuentan con los recursos necesarios y están en contacto directo con el paciente donde ven el sufrimiento y muerte de los usuarios, esto les causa demasiada tensión. Es aquí donde se puede observar ausentismo en el trabajo, disminución en el rendimiento laboral y no existe una buena atención en los pacientes e inclusive se llegan a cometer errores, viéndose afectado el estado físico y mental de los profesionales, apareciendo consigo ciertos problemas de salud como: enfermedades cardiovasculares, ansiedad, depresión, etc.

➤ **Demandas emocionales**

Citando a Castro Romero y Romero Urrea (2022), las demandas emocionales en los profesionales de enfermería se reflejan como una exigencia de ocultar ciertas emociones y autocontrolar la expresión de sentimientos tanto positivos como negativos, que se derivan del desempeño del cuidado y de la organización del trabajo. Esto se hace para demostrar la eficiencia laboral, asegurar la satisfacción del paciente o usuario y cumplir con los objetivos institucionales.

➤ **Síndrome de Burnout en trabajadores Municipales**

Los trabajadores municipales también están expuestos ante situaciones estresantes y por ende ellos también padecen del síndrome de Burnout, esto se debe a la atención que prestan a los procesos de administración municipal. Su perspectiva de recursos humanos como brindar servicios de calidad a los clientes. Residentes y, desde la perspectiva de un municipio concreto, conexiones remotas en política, pero más involucrado en la sociedad (León, 2022).

➤ **Síndrome de Burnout en policías**

Como menciona Camacho 2023, el Burnout también afecta a los policías por los siguientes motivos, la policía no es una excepción cuando se trata de exposición al estrés crónico en el lugar de trabajo, y sin una estrategia adecuada para abordar el SB, las consecuencias pueden amenazar la seguridad de los agentes policiales. Las razones de este fenómeno entre los agentes de policía pueden ser las exigencias de resolución de tareas y las largas jornadas de trabajo, que pueden tener un impacto negativo directo en la salud física de los agentes.

2.13 Medidas preventivas del síndrome de burnout

Sobre las medidas preventivas del síndrome, Gutiérrez Carrillo y Guerrero Guerrero (2020), afirman que:

Debido a la incidencia de este síndrome en profesionales que se dedican a la intervención social y al creciente riesgo relacionado a la coyuntura social y económica que cada día es más

exigente, se han establecido mecanismos de prevención a través de diversos tipos de apoyo, que son:

- **Apoyo emocional:** Relacionado con el afecto, confianza y la preocupación del entorno del individuo.
- **Apoyo instrumental:** Se basa en recursos materiales y económicos, que le son otorgados a trabajador, para de esta forma cumplir a cabalidad en su puesto de trabajo y a su vez poder satisfacer sus necesidades económicas.
- **Apoyo informativo:** El conocimiento es el eje central para el óptimo desenvolvimiento de cualquier ser humano, al poseerlo resulta fácil enfrentar cualquier problemática.
- **Apoyo evaluativo:** Consiste en el constante control de las acciones del profesional, permite procesar su efectividad, tomando a tiempo acciones de retroalimentación (p. 31).

2.14 Actividades para aliviar los síntomas del síndrome de Burnout

Como afirman Popa et al. (2023), para aliviar los síntomas del Burnout se debe realizar actividades individuales y grupales, como:

❖ Salud y estado físico

Se tiene entendido que las personas sanas son más resistentes y están preparadas ante cualquier situación de estrés, como el Burnout, y para ello se recomienda realizar actividad física, tener una alimentación sana y equilibrada, dejar los malos hábitos que causen problemas para la salud.

❖ Estrategias de relajación

Para confrontar el estrés es importante mantenerse relajado, y para esto se encuentran algunas técnicas para reducir la ansiedad o agitación como, por ejemplo: respiración, relajación muscular, descanso, masajes, baños con agua caliente, etc.

❖ **Autoconocimiento**

Si conocemos nuestros puntos débiles, y fuertes podemos reconocer como el síndrome de Burnout nos afecta.

❖ **Habilidades de gestión**

Están elaboradas para cambiar la respuesta de la persona, ante situaciones estresantes, se pueden aplicar algunas técnicas como son: resolución de problemas, mejora de la competencias emocionales, aumento del control recibido, entre otras.

❖ **Apoyo social**

Se debe buscar ayuda a otras personas para así poder afrontar el síndrome de Burnout, es decir el apoyo social se brinda a otro compañero de trabajo, también en la familia, e inclusiva con la sociedad.

CAPÍTULO III

1. MATERIALES Y MÉTODOS

1.1 Recursos y presupuesto

1.1.1 Recursos Humanos

El equipo de trabajo de investigación estará conformado por las estudiantes autores de la tesis, la tutora metodológica, la coordinadora de la carrera, quienes son docentes del Instituto Tecnológico Mariano Samaniego.

1.1.2 Recursos y materiales

Las autoras deberán contar con un computador personal para realizar el análisis de datos y finalmente desarrollar el informe. Los materiales para la recolección de datos de la muestra será el cuestionario Maslach Burnout Inventor (MBI), libros, revistas, artículos y documentos científicos.

Tabla 5

Presupuesto para la realización del trabajo de investigación.

Actividad	Costo	
	Número	Valor
Internet en casa	1	150
Bibliografía	0	0
Impresiones	50	100
Alimentación	1	30
Copias (hojas)	20	2
2 anillos	2	24
Subtotal		306
Imprevistos 15 %		20.40

Nota. En la siguiente tabla se da a conocer el presupuesto que se necesita para el desarrollo del trabajo de investigación.

CAPÍTULO IV

1. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Tabla 6

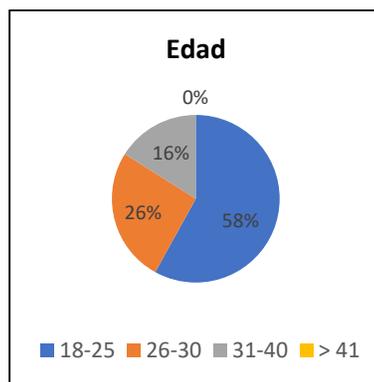
Distribución numérica y porcentual de las edades de los estudiantes encuestados

Rangos	Número	Porcentaje
18-25	47	58%
26-30	21	26%
31-40	13	16%
> 41	0	0%
Total	81	100%

Nota. La presente tabla detalla los resultados correspondientes a la edad de los estudiantes.

Figura 3

Distribución porcentual de las edades de los estudiantes encuestados



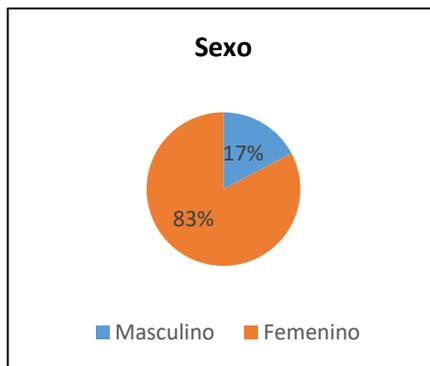
Nota. La presente figura detalla los resultados correspondientes a la edad de los estudiantes.

Análisis. En la figura 1 se puede observar que del total de estudiantes encuestados corresponde a 81, donde 47 se encuentran en el rango de 18-25 años lo cual corresponde al 58%, 21 se hallan dentro del rango de 26-30 años con el 26% y finalmente 13 de 31-40 años con un 16% lo cual engloba al 100%.

Tabla 7*Distribución numérica y porcentual del sexo de los estudiantes encuestados*

Sexo	Número	Porcentaje
Femenino	67	83%
Masculino	14	17%
Total	81	100%

Nota. La presente tabla detalla los resultados correspondientes al sexo. Elaborado por. Las autoras

Figura 4*Distribución porcentual del sexo de los estudiantes encuestados*

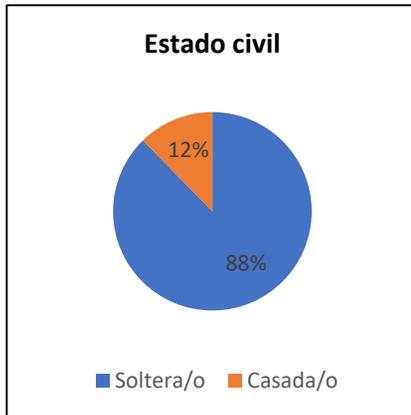
Nota. La presente figura detalla los resultados correspondientes al sexo. Elaborado por. Las autoras

Análisis. En la figura 2 se puede observar que del total de estudiantes encuestados pertenece a 81, 67 femeninas lo cual corresponde al 83% y 14 son masculinos con un 17%, lo cual engloba al 100%.

Tabla 8*Distribución numérica y porcentual del estado civil de los estudiantes*

Estado civil	Número	Porcentaje
Soltera/o	71	88%
Casada/o	10	12%
Total	81	100%

Nota. La presente tabla detalla los resultados correspondientes al estado civil. Elaborado por. Las autoras

Figura 5*Distribución porcentual del estado civil de los estudiantes*

Nota. La presente figura detalla los resultados correspondientes al estado civil. Elaborado por. Las autoras

Análisis. En la Figura 3 se puede observar que del total de estudiantes encuestados pertenece a 81, donde 71 son solteros/as lo cual corresponde al 88% y 10 son casados/as con un 12% lo cual engloba al 100%.

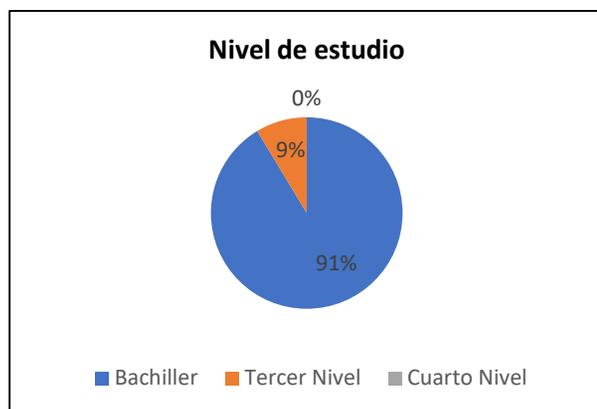
Tabla 9*Distribución numérica y porcentual del nivel de estudio en los estudiantes encuestados*

Nivel estudio	Número	Porcentaje
Bachiller	74	91%
Tercer Nivel	7	9%
Cuarto Nivel	0	0%
Total	81	100%

Nota. La presente tabla detalla los resultados correspondientes al nivel de estudio. Elaborado por. Las autoras

Figura 6

Distribución porcentual sobre el nivel de estudio en los estudiantes encuestados



Nota. La presente figura detalla los resultados correspondientes al nivel de estudio. Elaborado por. Las autoras

Análisis. En la figura 4 se puede observar que del total de estudiantes encuestados corresponde a 81, donde 74 son bachilleres con un 91% y 7 tienen un título de tercer nivel lo que representa al 9%, lo cual engloba al 100%.

Tabla 10

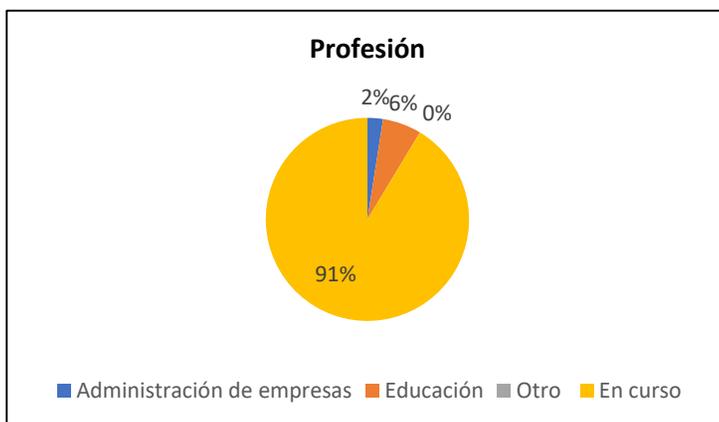
Distribución numérica y porcentual de profesiones que han cursado en años anteriores

Profesión	Número	Porcentaje
Administración de empresas	2	2%
Educación	5	6%
Otro	0	0%
En curso	74	91%
Total	81	100%

Nota. La presente tabla detalla los resultados correspondientes a otra profesión que han cursado en años anteriores los estudiantes. Elaborado por. Las autoras

Figura 7

Distribución porcentual de profesiones que han cursado en años anteriores



Nota. La presente figura detalla los resultados correspondientes a otra profesión que han cursado en años anteriores los estudiantes. Elaborado por. Las autoras

Análisis. En la figura 5 se puede observar que del total de estudiantes encuestados corresponde a 81, donde 74 están en curso lo que representa un 91%, 5 tienen una profesión en educación con un 6%, 2 tienen una profesión en administración de empresas con un 2%, lo cual engloba al 100%.

Tabla 11

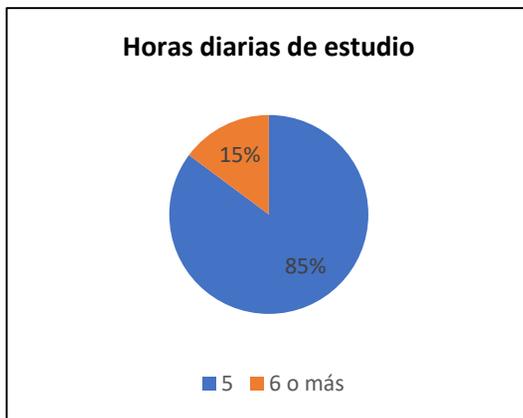
Distribución numérica y porcentual de las horas diarias de estudio de los estudiantes

Horas diarias de estudio	Número	Porcentaje
5	69	85%
6 o más	12	15%
Total	81	100%

Nota. La presente tabla detalla los resultados correspondientes a las horas que dedican diariamente a estudiar. Elaborado por. Las autoras

Figura 8

Distribución porcentual de las horas diarias de estudio de los estudiantes



Nota. La presente figura detalla los resultados correspondientes a las horas que dedican diariamente a estudiar. Elaborado por. Las autoras

Análisis. En la figura 6 se puede observar que del total de estudiantes encuestados corresponde a 81, donde 69 estudian 5 horas lo que representa un 85%, 12 estudian 6 o más horas con un 15% , lo cual engloba al 100%.

Tabla 12

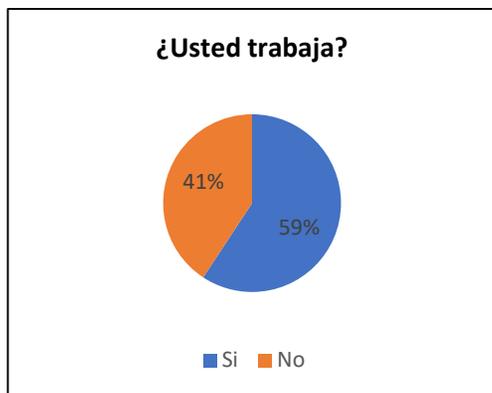
Distribución numérica y porcentual sobre si trabajan los estudiantes encuestados

¿Usted trabaja?	Número	Porcentaje
Si	48	59%
No	33	41%
Total	81	100%

Nota. La presente tabla detalla los resultados correspondientes si trabajan los estudiantes. Elaborado por. Las autoras

Figura 9

Distribución porcentual sobre si trabajan los estudiantes encuestados



Nota. La presente figura detalla los resultados correspondientes si trabajan los estudiantes. Elaborado por. Las autoras

Análisis. En la figura 7 se puede observar que del total de estudiantes encuestados corresponde a 81, donde 48 si trabajan lo cual representa al 59%, 33 no estudian con un 41% , lo cual engloba al 100%.

Tabla 13

Distribución numérica y porcentual del tiempo para realizar alguna actividad de recreación

¿Tiene tiempo para actividades de recreación?	Número	Porcentaje
Si	48	59%
No	33	41%
Total	81	100%

Nota. La presente tabla detalla los resultados correspondientes sobre el tiempo para actividades de recreación. Elaborado por. Las autoras

Figura 10

Distribución porcentual sobre el tiempo para realizar alguna actividad de recreación



Nota. La presente figura detalla los resultados correspondientes sobre el tiempo para actividades de recreación. Elaborado por. Las autoras

Análisis. En la figura 8 se puede observar que del total de estudiantes encuestados corresponde a 81, donde 48 si trabajan lo cual corresponde al 59%, 33 no estudian con un 41% , lo cual engloba al 100%.

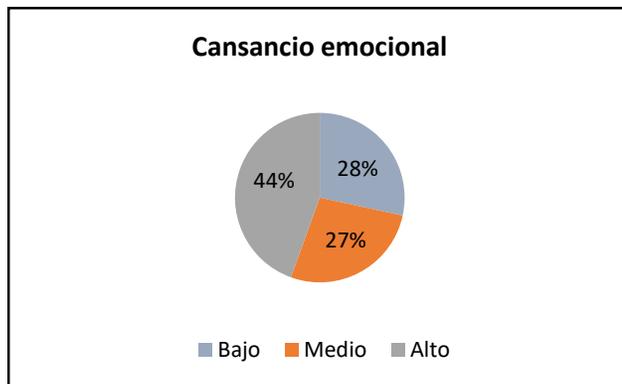
Tabla 14

Distribución numérica y porcentual sobre el cansancio emocional en los estudiantes

Aspecto	Número	Porcentaje
Bajo	23	28%
Medio	22	27%
Alto	36	44%
Total	81	100%

Nota. La presente tabla detalla los resultados correspondientes al cansancio emocional en los estudiantes.

Elaborado por. Las autoras

Figura 11*Distribución porcentual del cansancio emocional en los estudiantes*

Nota. La presente figura detalla los resultados correspondientes al cansancio emocional en los estudiantes

Elaborado por. Las autoras

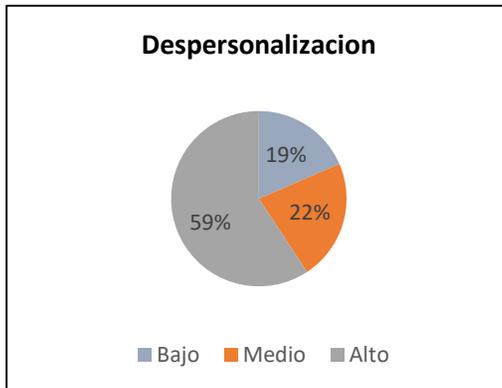
Análisis. En la figura 9 se puede observar el cansancio emocional que presentan los estudiantes, donde el 44 % de la población está en un nivel alto, 28% están en un nivel bajo y el 27% están en un nivel medio lo cual engloba al 100%.

Tabla 15*Distribución numérica y porcentual en la despersonalización de los estudiantes*

Aspecto	Número	Porcentaje
Bajo	15	19%
Medio	18	22%
Alto	48	59%
Total	81	100%

Nota. La presente tabla detalla los resultados correspondientes a la despersonalización en los estudiantes.

Elaborado por. Las autoras

Figura 12*Distribución porcentual en la despersonalización de los estudiantes*

Nota. La presente figura detalla los resultados correspondientes a la despersonalización en los estudiantes.

Elaborado por. Las autoras

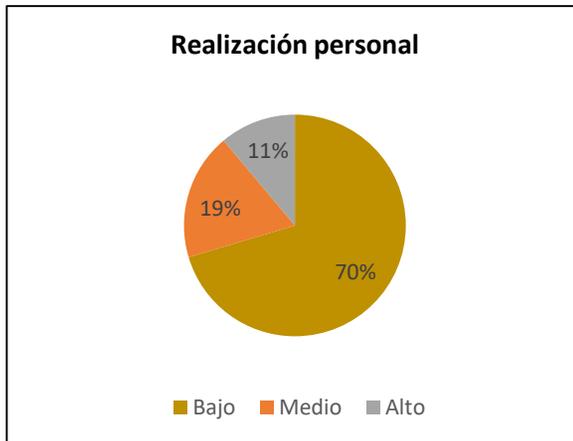
Análisis. En la figura 10 se puede observar la despersonalización en los estudiantes, donde el 59 % de la población está en un nivel alto, 22% de la población está en un nivel medio y el 19% están en un nivel bajo lo cual engloba al 100%.

Tabla 16*Distribución porcentual en la realización personal de los estudiantes*

Aspecto	Número	Porcentaje
Bajo	57	70%
Medio	15	19%
Alto	9	11%
Total	81	100%

Nota. La presente tabla detalla los resultados correspondientes a la realización personal en los estudiantes.

Elaborado por. Las autoras

Figura 13*Distribución porcentual en la realización personal de los estudiantes encuestados*

Nota. La presente figura detalla los resultados correspondientes a la realización personal en los estudiantes.

Elaborado por. Las autoras

Análisis. En la figura 11 se puede observar la realización personal en los estudiantes, donde el 70% de la población está en un nivel bajo, 19% de la población está en un nivel medio y el 11% están en un nivel alto lo cual engloba al 100%.

Tabla 17*Incidencia del síndrome de Burnout en los estudiantes*

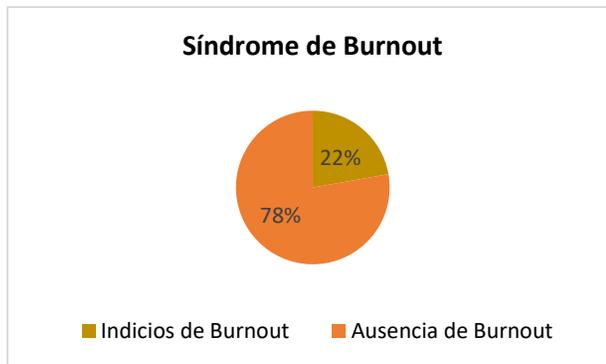
Síndrome de Burnout	Frecuencia	Porcentaje
Indicios de Burnout	18	22%
Ausencia de Burnout	63	78%
Total	81	100%

Nota. La presente tabla detalla los resultados de la incidencia del síndrome de Burnout en los estudiantes.

Elaborado por. Las autoras

Figura 14

Incidencia del síndrome de Burnout en los estudiantes



Nota. La presente figura detalla los resultados acerca de la incidencia del síndrome de Burnout en los estudiantes. Elaborado por. Las autoras

Análisis. En la figura 12 se puede observar el síndrome de Burnout en los estudiantes, donde 18 estudiantes tienen indicios de Burnout que corresponde al 22%, 63 estudiantes tienen ausencia o no presentan el síndrome de Burnout representa el 78 % lo cual engloba al 100%.

2. DISCUSIÓN

Una investigación realizada en la Universidad Cooperativa de Colombia Facultad de Ciencias de la Salud, Gutiérrez et al. (2021), realizaron una investigación a un total de 200 estudiantes de dos instituciones de educación superior de la carrera de enfermería de la ciudad de Villavicencio, Meta, Colombia, en donde aplicaron una encuesta virtual y participaron voluntariamente los estudiantes, en donde obtuvieron los siguientes resultados: nivel bajo para agotamiento emocional 28,5%, despersonalización 30,5% y realización personal 28,5%, además un 40% de los estudiantes presenta un nivel medio de agotamiento, 43% en despersonalización y 42% en realización personal, 31,5% presentan altos niveles de agotamiento emocional, 26,5% en despersonalización y en la realización personal el 29,5%.

En comparación con la presente investigación, las estadísticas son variables en las diferentes dimensiones, resaltando a la despersonalización con resultados similares, ya que en un nivel bajo el 28% se encuentran con cansancio emocional, el 19% en despersonalización y el 70% en la realización personal, en el nivel medio el 27% presenta cansancio emocional, 22% despersonalización y el 19% realización personal, y en el nivel alto el 44% cansancio emocional, el 59% despersonalización y el 11% realización personal.

Por otra parte, un estudio realizado en la Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de Ciencias de la Salud, las tres dimensiones (cansancio emocional, despersonalización y realización personal) del Síndrome de Burnout se encuentran en un nivel medio, comparando a los resultados obtenidos en esta investigación, las dimensiones afectadas son la de cansancio emocional con un 44% y la despersonalización con el 59% .

En cuanto al síndrome de Burnout, 19 estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia Facultad de Ciencias de la Salud tienen síndrome de Burnout y 181 no presentan. Al analizar los datos de esta investigación, el síndrome de Burnout no afecta en el rendimiento académico de los estudiantes de

enfermería de las dos universidades. De esta manera se evidencia que el 22% de los estudiantes de la carrera técnicos en enfermería del ISTMS poseen indicios de Burnout, pero este no afecta en el rendimiento académico, por lo que se puede determinar que el desempeño en las actividades de educación no se ven afectadas por el Burnout. Existen algunos factores que afectan a los estudiantes que tienen indicios de Burnout como son: falta de tiempo para actividades de recreación, actividades laborales y horas de sueño insuficientes.

Los resultados de otro estudio realizado en Perú en la Universidad Particular de Cusco por Saldivar Tapia y Alanya Beltran (2022) mencionan que, con una muestra de 113 estudiantes de enfermería matriculados en el segundo semestre de 2021 en donde obtuvo los siguientes resultados: el 35,4% de los estudiantes tienen síndrome de Burnout moderado, y se crea un rendimiento académico medio, por otra parte el agotamiento emocional es moderado y el rendimiento académico medio con un 38,1 %, la despersonalización y el rendimiento académico se encuentran en un nivel moderado y medio con 41, 6%, en cambio la realización personal y el rendimiento académico es moderado con el 23,9%.

La investigación realizada en los estudiantes del ISTMS se determina que el rendimiento académico no se encuentra influenciado por las dimensiones del síndrome de Burnout, y no padecen de dicha condición, sin embargo presentan indicios del SB, en comparación con el estudio anterior el tiempo que conllevan de preparación académica entre los dos grupos es similar, difiriendo que el los estudiantes de Perú presentan cansancio emocional con un nivel moderado, que se puede ver influenciado por otras determinantes, debido al mayor nivel de exigencia que conlleva el estudio de la licenciatura debido a que conllevan mayor tiempo de horas teóricas, prácticas, que abarcan toda la jornada diurna y según sea el caso la nocturna, lo cual influye en el desarrollo de mayor estrés y agotamiento.

Un estudio realizada en Ecuador, en la Universidad Nacional de Loja por Astudillo Peña y Pineda Ochoa (2023), realizaron una investigación en donde obtuvieron una muestra de 137 estudiantes de

todos los ciclos de la carrera de enfermería en el periodo académico abril – septiembre 2021, consiguieron los siguientes resultados: el 46,94% de los estudiantes han obtenido puntajes que afectan a más de tres dimensiones de Burnout, el 28,47% han obtenido puntajes altos en el agotamiento emocional, el 10,22% en despersonalización y el 26,28% tienen valores positivos para el síndrome de Burnout en la dimensión de eficacia académica.

La presente investigación determina que no están afectadas las tres dimensiones, en contraste se vieron afectadas dos como es, el cansancio emocional y la despersonalización, mientras que el 22% de los estudiantes tienen indicios de Burnout. Además, el 59,85% de los estudiantes de enfermería de la UNL tienen un rendimiento académico muy bueno, el 38,69% bueno y 1.46% deficiente. El síndrome de Burnout no afecta en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera técnicos en enfermería del ISTMS.

El síndrome de Burnout en el contexto académico afecta de manera significativa a los estudiantes de enfermería, ya que esta se muestra como una amenaza emocional que afecta de manera directa e indirecta en la salud de los estudiantes y esto trae consigo consecuencias en el rendimiento y desenvolvimiento académico. Se puede evidenciar que existen pocos estudios referentes al tema de investigación realizada, esto se da porque no se brinda mucha importancia a estos estudios, sin embargo, en la actualidad es un problema de salud pública frecuente que se presenta tanto en profesionales como en estudiantes.

CAPITULO V

1. CONCLUSIÓN O CONCLUSIONES

El síndrome de Burnout es un trastorno emocional común, donde los profesionales y estudiantes de las diversas áreas se ven afectados por el estrés laboral, la sobrecarga de trabajo, y falta de apoyo emocional, se caracteriza por la combinación de tres dimensiones de alto impacto como son: el cansancio emocional, la despersonalización y la falta de realización personal.

En la presente investigación se determina que los estudiantes del tercer y cuarto ciclo de la carrera Técnico en Enfermería del ISTMS no presentan síndrome de Burnout y por ende no afecta en el rendimiento académico, por lo cual no se comprueba la hipótesis, difiriendo de los resultados encontrados en otras investigaciones realizadas en países de América Latina.

El Burnout afecta significativamente al ámbito académico en los estudiantes de enfermería, debido a diversas razones como: la exigencia y carga del trabajo clínico, estrés asociado a la atención de los pacientes. En esta investigación dos de las dimensiones se ven afectadas, como son: el cansancio emocional con un 44% y la despersonalización con un 59%, mientras que el 22% tienen indicios de Burnout, para determinar la presencia del Burnout se requiere una puntuación alta en dos primeras subescalas y baja en la tercera, en este caso en la investigación realizada en las tres dimensiones se obtuvieron puntajes altos.

La detección temprana del síndrome de Burnout es importante, ya que así se puede mejorar el bienestar general de los profesionales y estudiantes, si no se actúa a tiempo esto puede traer consigo varios problemas en su vida diaria tanto laboral como académica, ya que el sector salud se encuentra más expuesto de padecer el síndrome de Burnout.

2. RECOMENDACIONES

En virtud de lo expuesto, se sugiere que el área de psicología de la institución promueva programas de detección y tratamiento a los estudiantes que presenten altos niveles de cansancio emocional, despersonalización e indicios del síndrome de Burnout, para que se desarrollen estrategias de afrontamiento que les permitan mejorar su estado de salud mental.

De acuerdo con los resultados obtenidos en la investigación es importante que los docentes de la carrera Técnico en Enfermería implementen estrategias de prevención, para disminuir los factores desencadenantes que provocan el síndrome de Burnout, donde se realicen programas de consejería, actividades recreacionales, y se dé un asesoramiento dietético o nutricional a los estudiantes, para fortalecer el ambiente académico y laboral, en la realización de las actividades diarias.

Es importante realizar intervenciones para prevenir el síndrome de Burnout, donde se pueda brindar una atención integral a la salud mental y emocional en los estudiantes de la carrera Técnicos en Enfermería del ISTMS, ya que es muy fundamental para que puedan desarrollar con excelencia las actividades académicas, laborales y familiares para que a futuro sean profesionales competentes y capacitados.

Es necesario la socialización de los resultados de esta investigación, con el propósito de motivar a otros autores a seguir realizando investigaciones con respecto a este tema en diferentes carreras, como medio para que las instituciones educativas brinden apoyo a la salud mental y el bienestar de los estudiantes, y se pueda prevenir el síndrome de Burnout.

3. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez Mena, J., Cobo Molina, N., Parra Osorio, L., Gómez Salazar, L., & Acosta Fernández, M. (01 de Junio de 2019). Prevalencia del síndrome de Burnout en médicos iberoamericanos entre 2012 y 2018: una revisión sistemática*. *Diálogos de saberes*(50), 39-60. <https://doi.org/10.18041/0124-0021/dialogos.50.2019.5551>
- Alzate Cardona, D., & Quiroz Palacio, C. M. (2021). Revisión bibliográfica sobre el síndrome de burnout en los profesionales de la salud en Latinoamérica según la literatura disponible en los últimos 5 años. (3, Ed.) *Facultad Nacional de Salud Pública*, 1-30. <https://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/25159>
- Astudillo Peña, J. A., & Pineda Ochoa, R. A. (5 de Julio de 2023). Síndrome de Burnout y rendimiento académico en estudiantes de la Carrera de Enfermería de la Universidad Nacional de Loja. *Universidad Nacional de Loja*, 1-61. <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/27479>
- Avecillas Cazho, J. A., Mejía Rodríguez, I., Contreras Briceño, J. I., & Quintero de Contreras, Á. M. (01 de Junio de 2021). Burnout académico. Factores influyentes en estudiantes de enfermería. *Revista Eugenio Espejo*, 15(2), 57-67. <https://doi.org/10.37135/ee.04.11.08>
- Baldeón Dávila, M. R., Janampa López, L. R., Rivera Lucas, J. A., & Santivañez Meza, L. M. (Febrero de 2023). Síndrome de burnout: Una revisión sistemática en Hispanoamérica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 1828. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.378>
- Camacho Vargas, M. A. (23 de Mayo de 2023). Medición del Síndrome de Burnout en policías: revisión de la literatura. *RECIAMUC*, 7(2), 422-437. [https://doi.org/10.26820/reciamuc/7.\(2\).abril.2023.422-437](https://doi.org/10.26820/reciamuc/7.(2).abril.2023.422-437)
- Caravaca-Sánchez, F., Barrera-Algarín, E., Pastor-Seller, E., & Sarasola-Sánchez-Serrano, J. L. (15 de Diciembre de 2019). Prevalencia y factores de riesgo asociados al síndrome de burnout entre los

- profesionales del trabajo social en servicios sociales municipales en España. *Revista de la Universidad de Granada*, 9(17), 89-109. <https://doi.org/10.30827/tsg-gsw.v9i17.8284>
- Carrera-Freire, E. A., Lema-Chamorro, J. J., & Cueva-Moncayo, M. F. (10 de Mayo de 2023). Prevalencia de síndrome de burnout en estudiantes de medicina de Ecuador. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 27, 1-7. <http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/5989>
- Castro Romero, O. S., & Romero Urrea, H. E. (1 de Julio de 2022). Factores de riesgos psicosociales que inciden en el desarrollo del síndrome de burnout en profesionales de enfermería. *REVISTA DE CIENCIAS DE LA SALUD*, 4(2), 31-49. <https://doi.org/10.47606/ACVEN/MV0127>
- Durán Rodríguez, R., Gamez Toirac, Y., Toirac Sánchez, K., Toirac Fuentes, J., & Toirac Terrero, D. (2021). Síndrome de burnout en enfermería intensiva y su influencia en la seguridad del paciente. *MEDISAN*, 25(2), 278-291. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192021000200278&lng=es&tlng=es.
- Espinosa Pire, L., Hernández Bandera, N., Tapia Salinas, J. A., Hernández Coromoto, Y., & Rodríguez Placencia, A. (17 de Jun de 2020). Prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes de medicina. *Revista Cubana de Reumatología*, 22(1), e127. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-59962020000100005
- Fernández-Suárez, I., García-González, M. A., Torrano, F., & García-González, G. (11 de Septiembre de 2021). Estudio de la prevalencia de burnout en profesores universitarios en el periodo 2005-2020. *Investigación Educativa Internacional*, 10. <https://doi.org/10.1155/2021/7810659>
- González-Arteta, I., Rocha-Carrascal, M., & Álvarez-Barboza, F. (1 de Agosto de 2023). Prevalencia de Síndrome de Burnout en estudiantes de medicina de una institución universitaria de Cartagena-Colombia. *Revista Médica de Risaralda*, 29(1), 27-37. <https://doi.org/10.22517/25395203.25088>

- Gutiérrez Briones, J. A., & Retamal Contreras, E. R. (2020). Síndrome de burnout y burnout académico: Una revisión de su historia, conceptos e implicancia en América y Europa. *RED DE REPOSITARIOS LATINOAMERICANOS*, 1-69. <http://dspace.usalca.cl/handle/1950/12428>
- Gutiérrez Carrillo, M. E., & Guerra Guerra, M. P. (10 de Febrero de 2020). CLIMA ORGANIZACIONAL Y SU INFLUENCIA CON EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS COLABORADORES DE DILIPA, EN EL AÑO 2019. *Universidad Tecnológica Indoamérica*, 1-88. <http://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/1586>
- Gutiérrez Cuadrado, V. A., Hernández Valderrama, L. V., Jaimes Moreno, N. A., & Serrano Ruiz, M. T. (14 de Enero de 2021). Síndrome de Burnout y su asociación con el rendimiento académico en estudiantes del programa de enfermería de dos instituciones de educación superior. *Repositorio Institucional*, 1-86. <https://hdl.handle.net/20.500.12494/32655>
- León Corzo, C. A. (31 de 05 de 2022). Influencia del síndrome de burnout en la efectividad del desempeño laboral en la municipalidad distrital de Jesús Nazareno 2022. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 6(3), 1090-1108. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2276
- Linares Parra, G. d., & Guedez Salas, Y. S. (Mayo de 2021). Síndrome de burnout enfermedad invisible entre los profesionales de la salud. *Atención Primaria*, 53(5), 102017. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2021.102017>
- Lovo, J. (30 de Diciembre de 2020). Síndrome de burnout: Un problema moderno. *Revista Entorno*, 70, 110-120. <https://doi.org/10.5377/entorno.v0i70.10371>
- Merchán-Galvis, Á. M., Albino Matiz, A. Y., Bolaños-López, J. E., Millán, N., & Arias-Pinzón, A. A. (2018). Síndrome de Burnout y factores asociados en estudiantes de Medicina. *Educación Médica Superior*, 32(3), 172-180. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21412018000300014&script=sci_arttext

Miravalles, J. (2018). Cuestionario de Maslach Burnout Inventory.

<http://www.javiermiravalles.es/sindrome%20burnout/Cuestionario%20de%20Maslach%20Burnout%20Inventory.pdf>

Morones Padilla, S. G., Carrillo Chávez, A. M., Hernández Hernández, R. R., & Álvarez Monterrubio, A. J.

(22 de Noviembre de 2022). Síndrome de Burnout en estudiantes de enfermería de nivel superior. *Revista Enfoques*, 4(1), 299-311. <https://doi.org/10.24267/23898798.899>

Palacios Nava, M. E., & Paz Román, M. d. (7 de Septiembre de 2021). El Síndrome de Burnout: una

enfermedad laboral de los profesionales de la salud y la pandemia por COVID-19#. *Boletín sobre COVID-19*, 2(21), 9-14. <https://dsp.facmed.unam.mx/wp-content/uploads/2022/03/COVID-19-No.21-04-El-Sindrome-de-Burnout.pdf>

Popa-Velea, O., Diaconescu, L. V., Mihailescu, A., Sfetcu, R., Vladescu, C., Galati, G., & Merlo, S. (2023).

MANUAL DE BURNOUT. Erasmus. https://benditeu.eu/manual/Burnout%20Manual_Spanish.pdf

Quintero-Febles, J. M., Reyes-Abreu, G., Suárez-Daroca, P., & Rodríguez-García, M. Á. (31 de Diciembre

de 2020). ESTRÉS Y BURNOUT, EVOLUCIÓN HISTÓRICA. *Revista de Historia de los Cuidadores Profesionales y de las Ciencias de la Salud*, 7(16), 92-104.

<https://www.revistaegle.com/index.php/eglerev/article/view/122>

Quispe Odeña, W. G., Rodríguez Galán, D. B., Salazar Quispe, P. J., Torres Retamozo, M. I., & Condori

Araujo, E. I. (25 de Noviembre de 2021). SÍNDROME DE BURNOUT Y SU IMPACTO EN EL EJERCICIO DOCENTE. *Revistas Venezolanas de Ciencia y Tecnología*(53), 36-47.

<https://revista.grupocieg.org/wp-content/uploads/2021/12/Ed.5336-47-Quispe-et-al.pdf>

Rodrigues, H., Cobucci, R., Oliveira, A., Cabral, J. V., Medeiros, L., Gurgel, K., Souza, T., & Goncalves, A. K.

(12 de Noviembre de 2018). Síndrome de burnout entre médicos residentes: una revisión

sistemática y metaanálisis. *PLOS ONE*, 13(11), 1-17.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0206840>

Saldivar Tapia, T. L., & Alanya Beltran, J. E. (2022). Síndrome de Burnout y Rendimiento Académico en Estudiantes de Enfermería de una Universidad Privada de Cusco, 2022. *UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO*, 1-62. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/96590>

Vergara-Robalino, J., & Moreno-Rueda, V. (14 de Junio de 2022). Síndrome de burnout, en el personal médico del hospital general Riobamba. *Polo del conocimiento*, 7(6), 2579-2602.

<https://doi.org/10.23857/pc.v7i6>

Vidotti Amaral, K., Quina Galdino, M. J., & Trevisan Martins, J. (29 de Octubre de 2021). Burnout, somnolencia diurna y calidad del sueño en estudiantes de enfermería de nivel técnico. *Revista Latinoamericana de Enfermagen*, 29, e3487. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5180.3487>

Vidotti, V., Trevisan Martin, J., Quina Galdino, M. J., Perfeito Ribeir, R., & Cruz Robazzi, M. L. (09 de Julio de 2019). Síndrome de burnout, estrés laboral y calidad de vida en trabajadores de enfermería. *Revista electrónica trimestral de Enfermería*, 18(3), 344-376.

<https://doi.org/10.6018/eglobal.18.3.325961>

ANEXOS

Anexo 1 Oficio presentado al Comité de ética

Cariamanga, 05 de enero de 2024

Lcda.

Andrea Fernanda Analuisa González

PRESIDENTA DEL COMITÉ DE ÉTICA DEL ISTMS.

De nuestras consideraciones:

Por medio del presente, reciba un saludo, deseándole éxitos en las actividades que desempeña diariamente.

Yo, Alexandra Abigail Pinzón Tandazo con cédula Nro. 1105329534 y Lady Patricia Maza Sarango con cédula Nro. 1150766291, estudiantes del cuarto ciclo de la Carrera de Técnico en Enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego, solicitamos se proceda la revisión de los documentos de acuerdo de declaración de compromiso de confidencialidad y formulario de consentimiento informado de participación como parte del desarrollo del trabajo de fin de titulación asignado **“Síndrome de Burnout y su impacto en el rendimiento académico en los estudiantes del 3ro y 4to ciclo de la carrera Técnico Superior en Enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego período académico Octubre 2023 - Marzo 2024”** el tema planteado requiere la aplicación de encuestas en los estudiantes de la institución antes mencionada, la cual pretende recolectar datos acerca del grado de conocimiento del tema antes planteado, cabe destacar que se tendrá los principios éticos para velar por el bienestar y resguardar la salud, independencia, intimidad y confiabilidad de los estudiantes en la investigación.

Se adjuntan los documentos anteriormente descritos. Sin más que mencionar, le agradecemos la atención y el tiempo proporcionado.

Atentamente:



Alexandra Abigail Pinzón Tandazo
1105329534



Lady Patricia Maza Sarango
1150766291

Anexo 2 Oficio presentado al señor rector de la Institución

Cariamanga, 17 de enero de 2024

Padre Segundo Pardo Rojas
RECTOR DEL ISTMS.

De nuestras consideraciones:

Por medio del presente, reciba un saludo, deseándole éxitos en las actividades que desempeña diariamente.

Yo, Alexandra Abigail Pinzón Tandazo con cédula Nro. 1105329534 y Lady Patricia Maza Sarango con cédula Nro. 1150766291, estudiantes del cuarto ciclo de la carrera Técnico en Enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego, solicitamos se nos conceda el permiso correspondiente para aplicar el cuestionario **Malash Burnout Inventory** a los estudiantes de 3er y 4to ciclo como parte del desarrollo de trabajo de fin de titulación con el tema asignado **“Síndrome de Burnout y su impacto en el rendimiento académico en los estudiantes del 3ro y 4to ciclo de la carrera técnico superior en enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego período académico octubre 2023 - marzo 2024”** cabe destacar que se tendrá los principios éticos para velar por el bienestar y resguardar la salud, independencia, intimidad y confiabilidad de los estudiantes en la investigación.

Se adjunta el documento anteriormente descrito. Sin más que mencionar, le agradecemos la atención y el tiempo proporcionado.

Atentamente:


Alexandra Abigail Pinzón Tandazo
1105329534


Lady Patricia Maza Sarango
1150766291

Anexo 3 Cuestionario Maslach Burnout Inventory

Introducción:

Agradecemos sinceramente su participación en esta encuesta sobre el **Síndrome de Burnout y su impacto en el rendimiento académico en los en los estudiantes del 3ro y 4to ciclo de la carrera Técnico en Enfermería del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego**. Este estudio tiene como objetivo comprender los diversos elementos que pueden influir en el desarrollo de este síndrome que afecta a la población en todo el mundo. Se pretende recolectar los datos necesarios acerca de los factores de riesgo que se asocian hacia el trabajador quemado.

Su aporte es esencial, ya que permitirá desarrollar estrategias más efectivas de prevención y concientización.

Instrucciones:

Cuestionario Burnout

Este cuestionario **Maslach Burnout Inventory (MBI)**, está constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo. Su función es medir el desgaste profesional. Este test pretende medir la frecuencia y la intensidad con la que se sufre el Burnout.

Mide los 3 aspectos del síndrome de Burnout:

1. Subescala de agotamiento o cansancio emocional. Valora la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo. Consta de 9 preguntas (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20).

Puntuación máxima 54

2. Subescala de despersonalización. Valora el grado en que cada uno reconoce actitudes frialdad y distanciamiento. Está formada por 5 ítems (5, 10, 11, 15, 22).

Puntuación máxima 30

3. Subescala de realización personal. Evalúa los sentimientos de auto eficiencia y realización personal en el trabajo. Se compone de 8 ítems (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21).

Puntuación máxima 48

RANGOS DE MEDIDA DE LA ESCALA
0 = Nunca.
1 = Pocas veces al año o menos.
2 = Una vez al mes o menos.
3 = Unas pocas veces al mes.
4 = Una vez a la semana.
5 = Unas pocas veces a la semana.
6 = Todos los días.

CALCULO DE PUNTUACIONES

Se suman las respuestas dadas a los ítems que se señalan:

Aspecto evaluado	Preguntas para evaluar	Valor total obtenido	Indicios de Burnout
Cansancio emocional	1-2-3-6-8-13-14-16-20	0	Mas de 26
Despersonalización	5-10-11-15-22	0	Mas de 9
Realización personal	4-7-9-12-17-18-19-21	0	Menos de 34

Valoración de puntuaciones

Altas puntuaciones en las dos primeras subescalas y bajas en la tercera definen el síndrome de Burnout.

Hay que analizar de manera detallada los distintos aspectos para determinar el grado del Síndrome de Burnout, que puede ser más o menos severo dependiendo de si los indicios aparecen en uno, dos o tres ámbitos; y de la mayor o menor diferencia de los resultados con respecto a los valores de referencia que marcan los indicios del síndrome. Este análisis de aspectos e ítems puede orientar sobre los puntos fuertes y débiles de cada uno en su labor docente.

Valores de referencia

	BAJO	MEDIO	ALTO
Cansancio emocional	0-18	19-26	27-54
Despersonalización	0-5	6-9	10-30
Realización personal	0-33	34-39	40-56

Datos personales de los estudiantes								
Edad:		18 A 25	26 A 30	31 A 40	mayor a 40	Sexo:		
Estado civil:		Soltero/a	Casado/a	Nivel de estudio:		Bachiller	Tercer Nivel	
Profesión:		Administración	Educación	Otro	En curso		Cuarto Nivel	
Ciclo:		Tercer	Cuarto	Horas diarias de estudio:		5 horas	6 horas o mas	
Usted trabaja:		Si	No	Tiene tiempo para actividades de recreación:		Si	No	
ITEMS		Nunca	Pocas veces al año o menos	Una vez al mes o menos	Unas pocas veces al mes	Una vez a la semana	Unas pocas veces a la semana	Todos los días
		0	1	2	3	4	5	6
1	Me siento emocionalmente agotado/a por el estudio/trabajo.							
2	Me siento/ cansado/a al final de la jornada de trabajo/estudio							
3	Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo/estudio me siento fatigado/a.							
4	Siento que puedo entender fácilmente a mis compañeros.							
5	Siento que estoy tratando a algunos compañeros de estudio/trabajo como si fueran objetos impersonales.							
6	Siento que trabajar/estudiar todo el día con los mismos compañeros me cansa.							
7	Siento que trato con mucha eficacia los problemas de mis compañeros.							
8	Siento que mi trabajo/estudio me está desgastando. Me siento quemado/a por mi trabajo/carrera.							
9	Siento que estoy influyendo positivamente en la vida de otras personas a través de mi trabajo/carrera							
10	Siento que tengo un comportamiento más insensible con mi familia desde que trabajo/estudio.							
11	Pienso que este trabajo/estudio me está endureciendo emocionalmente.							
12	Me siento con mucha energía en el estudio/trabajo.							
13	Me siento frustrado/a en mi estudio/trabajo.							
14	Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo/estudio.							
15	Siento que realmente no me importa lo que les ocurra a mis compañeros de estudio/trabajo.							
16	Siento que trabajar con mis compañeros de estudio/trabajo me produce bastante estrés.							
17	Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis compañeros de estudio/trabajo.							
18	Me siento estimulado/a después de haber trabajado intensamente con mis compañeros de estudio/trabajo.							
19	Creo que consigo muchas cosas valiosas en el estudio/trabajo.							
20	Me siento acabado en mi trabajo/carrera, como si estuviera al límite de mis posibilidades.							
21	Siento que en mi trabajo/estudio los problemas emocionales son tratados de forma adecuada.							
22	Creo que mis compañeros de estudio/trabajo me culpan de alguno de sus problemas.							