



UNAP



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

TESIS

**SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES EN ÉPOCA DE PANDEMIA
COVID.19 DE DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS ESTATAL DEL
NIVEL PRIMARIA, DISTRITO DE BELÉN 2020**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

PRESENTADO POR:

MARIA ANTONIA SANCHEZ VALLES

ASESORA

Lic. NILDA MANUELA RODRIGUEZ MERA DE FABABA, Dra.

IQUITOS, PERÚ

2021

ACTA DE SUSTENTACIÓN



FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PRIMARIA

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS N°088-CGT-FCEH-UNAP-2021

En Iquitos, en el auditorio de la Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades a los 11 días del mes de octubre de 2021 a horas 11.00 a.m. se dio inicio a la sustentación pública de la Tesis titulada: **SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES EN ÉPOCA DE PANDEMIA COVID 19. DE DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS ESTATAL DEL NIVEL PRIMARIA, DISTRITO DE BELÉN 2020**, aprobado con R.D.N°1040-2021-FCEH-UNAP del 05/10/2021, presentado por la bachiller: **MARIA ANTONIA SANCHEZ VALLES**, para optar el Título Profesional de **Licenciada en Educación Primaria**, que otorga la Universidad Nacional de acuerdo a Ley y Estatuto.





El Jurado Calificador y dictaminador designado mediante R.D. N° 951-2021-FCEH-UNAP, del 17/09/21, está integrado por:

Dra. LINDOMIRA VERTIZ ALARCON	Presidente
Mgr. CELIA MARIA BABILONIA REATEGUI	Secretaria
Mgr. SELVA LIBERTAD DIAZ VASQUEZ	Vocal

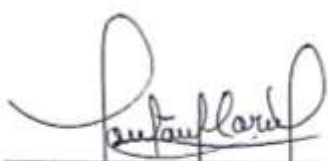
Luego de haber escuchado con atención y formulado las preguntas necesarias, las cuales fueron respondidas: *Satisfactoriamente*

El Jurado después de las deliberaciones correspondientes, llegó a las siguientes conclusiones:
La Sustentación Pública y la Tesis han sido *Aprobada*.... con la calificación *muy buena*.
Estando la bachiller apta para obtener el Título Profesional de **Licenciada en Educación Primaria**.

Siendo las *12:30* se dio por terminado el acto *sustentación*

 Mgr. CELIA MARIA BABILONIA REATEGUI Secretaria	 Dra. LINDOMIRA VERTIZ ALARCON Presidente	 Mgr. SELVA LIBERTAD DIAZ VASQUEZ Vocal
 Dra. NILDA MANUELA RODRIGUEZ MERA DE FABABA Asesora		

JURADO Y ASESOR



Lic. LINDOMIRA VERTIZ ALARCON, Dra.
PRESIDENTE



Lic. CELIA MARIA BABILONIA REATEGUI
SECRETARIA



Lic. SELVA LIBERTAD DIAZ VASQUEZ, Mgr.
VOCAL



Lic. NILDA MANUELA RODRIGUEZ MERA DE FABABA, Dra.
ASESORA

DEDICATORIA

A Dios por ser mi guía y mi fortaleza en cada paso de mi vida. A mí, a mi esposo Rubén, a mis hijos Mateo y Philipp por creer en mí y darme todo su apoyo en la culminación de la Tesis.

Maria Antonia

AGRADECIMIENTO

La autora de la presente tesis, agradece de todo corazón a las siguientes personas:

A todos los Docentes de la Carrera Profesional Educación Primaria de la Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades-UANP, que contribuyeron en mi formación profesional, con exigencia y orientación académica.

A los directores y docentes de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas, por su valiosa colaboración en la diligencia de las encuestas que hicieron posible la culminación de la investigación.

A mi maestro, Fernando Guevara Torres, por el apoyo incondicional y guiarme en este proceso de mi formación profesional.

Con mucha gratitud a mi asesor de tesis Dra. Nilda Manuela Rodríguez Mera, por apoyarme en el diseño, proceso y culminación de la tesis.

ÍNDICE

	Paginas
PORTADA	i
ACTA DE SUSTENTACIÓN	ii
JURADO Y ASESOR	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
ÍNDICE	vi
INDICE DE TABLAS	vii
INDICE DE GRÁFICOS	viii
RESUMEN	ix
ABSTRACT	x
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO	3
1.1 Antecedentes	3
1.2 Bases teóricas	6
1.3 Definiciones de términos básicos	21
CAPÍTULO II: HIPÓTESIS Y VARIABLES	22
2.1 Formulación de la hipótesis	22
2.2 Variables y su Operacionalización	22
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	23
3.1 Tipo y Diseño	23
3.2 Diseño muestral	23
3.3 . Procedimientos de recolección de datos	24
3.4 Procesamiento y análisis de datos	25
3.5 Aspectos éticos	26
CAPITULO IV: RESULTADOS	27
CAPITULO V: DISCUSIÓN	36
CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES	39
CAPÍTULO VII: RECOMENDACIONES	40
CAPITULO VIII: FUENTES DE INFORMACIÓN	41
Referencias	41
ANEXOS	44
MATRIZ DE CONSISTENCIA	45
INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	48
INFORME DE VALIDÉZ Y CONFIABILIDAD	50

INDICE DE TABLAS

	Paginas
Tabla 1. Factores sociodemográficos de los profesores	27
Tabla 2. Nivel del síndrome de Burnout en los docentes	28
Tabla 3: Nivel de cansancio emocional en los docentes	29
Tabla 4: Nivel de despersonalización emocional en los docentes	30
Tabla 5: Nivel de baja realización personal en los docentes	31
Tabla 6: Síndrome de Burnout y Factores sociodemográficos	32

INDICE DE GRÁFICOS

	Paginas
Figure 1. Nivel del síndrome de Burnout en los docentes	29
Figure 2. Nivel de cansancio emocional en los docentes	30
Figure 3. Nivel de despersonalización en los docentes	31
Figure 4. Nivel de baja realización personal en los docentes	32

RESUMEN

La enfermedad COVID.19, está afectando el desempeño laboral de los docentes, básicamente en su estado emocional, por tal motivo se realizó la investigación titulada Síndrome de Burnout en docentes en época de pandemia COVID.19 de dos Instituciones educativas estatal del nivel Primaria Distrito de Belén – 2020; el objetivo fue determinar el nivel del síndrome de Burnout en los docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas; el tipo de investigación es descriptiva y el diseño no experimental del tipo descriptiva simple con una población de 41 docentes y la muestra el 100% de la población , es decir los 41 docentes; el instrumento utilizado para el recojo de datos fue el Test de Síndrome de Burnout; llegando a las siguiente conclusión: existe un nivel alto de síndrome de Burnout en los docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas; los aspectos más importante para que suceda este alto nivel de Burnout; los niños no cumplen con la tareas asignadas, padres de familia no están familiarizados con el manejo de los celulares, laptop, desconocimiento de las aplicaciones como el Zoom, el Google Meet entre otros, los papás no respetan el horario de consulta establecido y llaman en diferentes horarios a los docentes para preguntar sobre las tareas de su hijos, varios niños no cuenta con celulares, Laptop ni internet, este último según el INEI solo el 40 % de la población cuenta con este servicio, finalmente el internet en la ciudad de Iquitos es muy malo, más aun teniendo en cuenta que existen niños que no viven en la ciudad de Iquitos sino en comunidades cercanas donde el servicio de internet es peor o simplemente no existe.

Palabras claves: Síndrome de Burnout, Cansancio emocional, despersonalización y realización personal.

ABSTRACT

The COVID.19 disease is affecting the work performance of teachers, basically in their emotional state, for this reason the investigation entitled Burnout Syndrome in teachers in times of the COVID.19 pandemic was carried out from two state educational institutions at the District Primary level of Bethlehem - 2020; The objective was to determine the level of the Burnout syndrome in the teachers of the primary level of the Educational Institutions Enry Herber Linares Soto and San Lucas; the type of research is descriptive and the non-experimental design of the simple descriptive type with a population of 43 teachers and the sample is 100% of the population, that is to say, the 43 teachers; The instrument used for data collection was the Burnout Syndrome Test; reaching the following conclusion: there is a high level of Burnout syndrome in teachers at the primary level of the Educational Institutions Enry Herber Linares Soto and San Lucas; the most important aspects for this high level of burnout to happen; the children do not comply with the assigned tasks, parents are not familiar with the handling of cell phones, laptop, ignorance of applications such as Zoom, Google Meet among others, parents do not respect the established consultation hours and call teachers at different times to ask about their children's homework, several children do not have cell phones, Lap top or internet, the latter according to the INEI only 40% of the population has this service, finally the internet in the city Iquitos is very bad, even more so considering that there are children who do not live in the city of Iquitos but in nearby communities where internet service is worse or simply does not exist.

KEYWORDS: Burnout Syndrome, Emotional fatigue, depersonalization and personal fulfillment.

INTRODUCCIÓN

La tesis titulada, Síndrome de Burnout en docentes en época de pandemia covid.19 de dos instituciones educativas estatal del nivel primaria Distrito de Belén – 2020; la investigación se realizó por las serias dificultades que viene experimentando los docentes de estas dos instituciones educativas en su desempeño laboral, básicamente en alteraciones de sus comportamientos. En las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas, se ha observado, a los docentes que enfrenta una serie de dificultades como, económicos por los bajos sueldos, están obligados a presentar informe diario de las actividades que realizan con sus estudiantes, para ello los docentes tiene que estar llamando a los padres de familia para que apoyen con las tareas a sus hijos, a esto se suma la falta de internet, celulares y otras herramientas para que los niños puedan cumplir con las tareas. El docente se ve muchas veces impotente cuando la gran mayoría de los niños no cumplen con las tareas, los monitores y directores, no entienden las limitaciones tanto de los estudiantes como de los docentes y exigen que cumplan con sus responsabilidades; todo ello se manifiesta en el agotamiento en su desempeño del docente, esto conlleva a que los docentes sufran el famoso Síndrome de Burnout. La pregunta de la investigación es la siguiente: ¿Cuál es nivel del Síndrome de Burnout en docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas? Los objetivos propuestos se presentan a continuación:

El objetivo general es Determinar el nivel del síndrome de Burnout en los docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas; los específicos:

- a) Identificar el nivel de cansancio emocional en los docentes del nivel primario de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas.
- b) Identificar el nivel de despersonalización en los docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas
- c) Identificar el nivel de baja realización personal en docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas.

En la metodología se presenta los siguientes aspectos:

Tipo de investigación, fue descriptivo; según (Sánchez & Reyes, 2006), este tipo de investigación “tiene como propósito recoger información de la realidad para enriquecer el conocimiento científico”; se adoptó por el diseño descriptivo simple de acuerdo a (Sánchez & Reyes, 2006), “este diseño busca y recoge información contemporánea con respecto a una situación previamente determinada”. Es por ello que con este diseño se pretende describir el nivel del síndrome de Burnout en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto. En cuanto a la población y muestra, es el siguiente: la población estará conformada por todos los docentes del nivel primario de dos instituciones educativas, siendo un número de 41 docentes; y la muestra será el 100% de la población, es decir; los 41 docentes del nivel primario.

Finalmente se presenta la estructura de la tesis

Capítulo I: Antecedentes, bases teóricas y definición de términos básicos; Capítulo II: Hipótesis, Variables y operacionalización de variables. Capítulo III: Metodología: Tipo y diseño de investigación, población y muestra, técnicas e instrumentos de recojo de información y procesamiento, análisis de datos y aspectos éticos; Capítulo IV: Los resultados, con el análisis descriptivo de las variables, análisis inferencial y demostración de la hipótesis; Capítulo V: La discusión y Capítulo VI: Conformada por conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

1.1 Antecedentes

1.1.1 Nivel Internacional

En el 2020, se realizó la investigación sobre el Estrés en docentes en el contexto de la pandemia de covid-19 y la educación, FENOB UNA - Filial Coronel Oviedo El 10 de marzo, en Paraguay; el objetivo de la investigación fue Determinar el nivel de estrés en docentes de la Facultad de Enfermería, por causa de la pandemia COVID.19; de diseño descriptivo simple, para el recojo de información utilizaron el Test de Burnout. La investigación determinó la COVID-19 ha afectado de distintas maneras, así como el área educativa, el mismo que nos ha llevado a reinventarnos en una nueva forma de conllevar la educación y pasar de un nivel a otro, así también ha afectado la salud emocional y laboral a cada docente, teniendo que realizar un gran cambio pasar de lo presencial a prepararse a la clase virtual el cual ha sido un factor estresante. El cambio de la estrategia de enseñanza siendo esto un desafío más para todos los sectores educativos. (Gómez & Rodriguez, 2020)

En el 2018, también se realizó una investigación de tipo descriptivo correlacional, teniendo como población a Docentes de Primaria y secundaria del municipio de Soacha y de Bogotá, para esta muestra se contó con la participación de 30 docentes. La Investigación determinaron que los docentes presentan síndrome de Burnout, concluyendo que el factor que más afecta a los profesores es el agotamiento emocional, seguido de la despersonalización y por último la realización personal, Como consecuencia de la prueba diagnóstica realizada evidenciaron que los profesores encuestados se limitan a realizar su trabajo, pierden el interés de seguir adquiriendo nuevas experiencias para transmitir a sus alumnos, también observaron que la calidad de vida de los docentes se fue desmejorando, lo cual se ve reflejado en el deterioro de las prácticas educativas; los docentes presentan una despersonalización, frente a sus estudiantes, a su entorno, sus compañeros de trabajo, su ámbito laboral, todo esto se debe a una baja autoestima a sentirse que lo que hace no tiene relevancia para algunos, la presión de las directivas, entre otros factores están llevando a que los maestros sufran de este síndrome. Cabe

recordar que los síntomas de este síndrome son silenciosos y son asociados a enfermedades comunes. (Bermudez, Noy, & Riaño, 2018)

1.1.2 Nivel Nacional

En el 2017, se realizó un estudio sobre el Nivel de Síndrome de Burnout en docentes del Nivel Inicial de Instituciones Educativas Privadas del Distrito de Pilcomayo – Huancayo; cuyo objetivo fue determinar el nivel del síndrome de Burnout en docentes del nivel inicial de Instituciones Educativas Privadas del distrito de Pilcomayo, con un Diseño de investigación descriptivo simple, con una población de 53 docentes y una muestra de 21 docentes pertenecientes a 7 Instituciones Educativas privadas del nivel inicial y aplicaron un cuestionario de 22 ítems que se valora con una escala tipo Likert de siete puntos los cuales miden las dimensiones de cansancio emocional, despersonalización y baja realización personal; la investigación concluyeron que existe un nivel alto de síndrome de Burnout en docentes de nivel Inicial de Instituciones Educativas Privadas del distrito de Pilcomayo con un 95% de confianza, cuyo resultado de la $T_c > T_t$ ($2,4 > 1,65$) nos muestran que un gran porcentaje de docentes padecen el síndrome de Burnout, en consecuencia, podemos aseverar que actualmente se sienten cansados, despersonalizados y muestran baja realización personal. (Garay & Meza, 2017)

En el 2018, se realizó un estudio sobre el Desempeño Docente y su relación con el Síndrome de Burnout en las Profesoras de Educación Inicial UGEL Arequipa Norte, la investigación tuvo como objetivo determinar la relación significativa entre el desempeño docente y el Síndrome de Burnout en las profesoras de Educación Inicial de la UGEL Arequipa Norte- 2016; Para lograr dicho propósito, la investigación se realizó mediante el diseño no experimental, de tipo correlacional y de corte transversal, se empleó el método científico deductivo e inductivo, lo cual nos permitió sistematizar dos instrumentos de investigación suministrada a una muestra de 64 docentes de Educación Inicial Estatal de la UGEL Arequipa Norte; la investigación concluye que se ha determinado que 49% de las docentes de Educación Inicial Estatal del área urbana de la UGEL Arequipa Norte, presentan

alto nivel de Síndrome de Burnout, y 43% en el nivel medio. Lo que significa que dicho grupo porcentual de docentes presentan el agotamiento emocional la despersonalización y baja realización personal. (Corrales, 2018)

En el 2016, Se hizo una investigación sobre el Síndrome de Burnout y desempeño laboral docente en Educación Básica Regular, Ayacucho. 2016; su objetivo general fue describir el síndrome de burnout y su relación con el desempeño laboral docente en Educación Básica Regular, Ayacucho; para lo cual se ha utilizado el diseño correlacional en la medida que se buscó establecer relaciones entre variables de estudio. El diseño de investigación es correlacional y ha exigido la aplicación de instrumentos de medición, para ambas variables, cuyos resultados ha permitido comprobar la hipótesis de investigación. Asimismo, para el caso del análisis inferencial han requerido la aplicación del estadígrafo Tau b de Kendall a partir de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov en 30 muestras con 21 indicadores para la variable síndrome de burnout y para la variable Desempeño docente en 7 desempeños. Los resultados obtenidos, a partir de la prueba de hipótesis, demuestra que el coeficiente de correlación es 0,781 que se ubica en el nivel de alta correlación, lo que significa que existe relación alta y significativa en el nivel 0,01 (2 colas). Entre la variable Síndrome de Burnout y Desempeño laboral Docente (Tau B de Kendall: 0,781; $p < 0,05$) con un nivel de significancia del 5% y un intervalo de confianza del 95%. (Alfaro, 2016)

En el 2019). Se realizó un estudio sobre el Síndrome de Burnout y satisfacción laboral en los profesores de educación primaria de la I.E. N° 57001-792 del distrito de Sicuani, Canchis. Cusco - 2018; La investigación se realizó con el propósito de: Determinar cuál es la relación entre el Síndrome de Burnout y la Satisfacción Laboral en los profesores de educación primaria de la I.E. No 57001-792 de Sicuani. Canchis. Cusco; cuya población estuvo conformada por 33 docentes del nivel primario de la Institución Educativa N° 57001, cumpliendo con los criterios de inclusión. Se empleó como técnica la encuesta. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Burnout de Maslach para Docentes (MBI-Ed), que mide las tres dimensiones: Cansancio Emocional, Despersonalización, y realización personal. Además, se aplicó el Cuestionario Escala de Opiniones. SL-Sonia Palma Carrillo. Los resultados obtenidos se sometieron a análisis estadístico. Se determinó que

existe relación entre el Síndrome de Burnout y la Satisfacción Laboral en los profesores de educación primaria de la I.E. No 57001-792 de Sicuani. Canchis. Cusco. Periodo 2018, mediante el nivel de significancia de la prueba R de Pearson, que indico una relación significativa ($p\text{-valor}=0.003<0.05$), siendo además negativa media (-0.504). (Huamaní, 2019)

1.2 Bases teóricas

Inicios del término del Síndrome de Burnout

Freudenberger, en su investigación señala que los trabajadores en salud después de su labor como voluntario en una clínica para personas adictas a las drogas, observó que el personal que laboraba presentaban al cabo de un año de iniciar su trabajo cambios en su actitud y desempeño en la labor que realizaban, mostrando una progresiva pérdida de energía, desmotivación por el trabajo, cambios en el comportamiento hacia los pacientes, con poca sensibilidad, poca comprensión, trato distanciado y frío hacia ellos, con tendencia a culparlos de los propios problemas que padecían, todos estos síntomas característicos de la ansiedad y la depresión. (Freudenberger, 1974)

Los síntomas expuestos por el autor, lo llamo "Burnout", quien también lo padecía, este término lo empleaban al consumo excesivo de medicamentos y otras sustancias nocivas, el mismo que lo denomino como; una agrupación de síntomas médico-sociales no específicos que se manifiestan por el estrés y exceso de trabajo.

(Olivares, 2016) cita a (Maslach C. , 1976), psicóloga quien investigó y oficializó el término "Burnout" refiriéndose a un síndrome clínico caracterizado por el agotamiento que se observó en profesionales de la salud mental, identificó los aspectos emocionales que están inmersos en este síndrome, aduciendo que la tensión laboral interviene significativamente en el proceso de estrés y agotamiento psíquico, y si estos individuos utilizaban estrategias adecuadas de afrontamiento podían cambiar su identidad profesional y conductas laborales. A raíz de la aparición del término Burnout éste ha sido definido de muchas maneras,

sin embargo la más significativa definición de este conocido fenómeno psicológico, posteriormente (Ayala, 2013) cita a (Maslach & Jackson, MBI: Maslach Burnout Inventory Manual., 1981), precisan al “síndrome de Burnout como un síndrome de estrés crónico de aquellas profesiones que se caracterizan por una atención intensa y prolongada con personas que están en situación de necesidad o dependencia caracterizadas por agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal”. (pág. 59).

El síndrome Burnout, es el resultado del aumento de carga laboral y el cansancio, respuesta a esto, son los cambios repentinos de comportamientos, bajo rendimiento laboral y malas relaciones en el trabajo.

(Olivares, 2016) cita a (Evans & Fisher, 1993), donde consideran al Burnout como “la respuesta al estrés laboral manifestada en individuos cuyo trabajo se caracteriza por generar situaciones de ayuda a otras personas, situación que daría sentido a la aparición de la despersonalización como uno de los elementos definitorios del Burnout y no así del estrés laboral”. (pág. 5), así misma cita a (Maslach C. , 2003), señala que Burnout es una enfermedad laboral emergente, que con frecuencia lo manifiestan los profesionales que prestan servicio, ya que la mayoría de estudios realizados han empleado muestras de profesionales de la salud y la educación.

De acuerdo a más estudios e investigaciones acerca del síndrome, han ido surgiendo otras definiciones, con bastantes similitudes entre ellas: (Bosqued, 2008) cita a (Cherniss, 1980) “Un proceso en el que las actitudes y las conductas de los profesionales cambian de forma negativa en respuesta al estrés laboral” (pág. 20)

Gil-Monte, fue un reconocido profesor de psicología quien trabajo en lo mismo y participo de las organizaciones de la Universidad de Valencia, en su presente investigación explica que el desgaste de energía es a causa del exceso de carga laboral, ocasionando el bajo rendimiento en las labores que desempeña generando también actitudes que no favorecen en las relaciones interpersonales. En algunas ocasiones presentan comportamientos pocos favorables hacia las personas que utilizan el servicio que ofrecen (Gil, Carretero, Roldán, & Nuñez, 2005, pág. 20)

De igual manera, (Bosqued, 2008) refiere a (Martinez, 2010), el mismo que también fue coordinador del área de psicología de investigación y desarrollo en ergonomía y psicología del instituto de investigación en Ingeniería de Aragón indica que el proceso de despersonalización experimenta una serie de afecciones que termina por desmoralizar de forma personal a cada individuo. individual o colectiva en el ámbito laboral.

De acuerdo a las opiniones de los autores ya antes mencionado y las definiciones a despersonalización, el autor (Martínez Gamarra), señala lo siguiente:

- El estar desmotivado y sin ganas de seguir trabajando, pese a sentirse “quemado” frente a “estar quemado” lo que supone una forma de subrayar la subjetividad del síndrome.

El autor define que sentirse desmoralizado es perder el sentido de vivir y la existencia se refiere al estado físico emocional del individuo que involucra muchos aspectos de su coexistencia. El poco interés en las responsabilidades, el poco temperamento que demuestra en sus acciones es un referente a la desmoralización que lo define.

1.2.1 Síndrome de Burnout

La primera definición es atribuida a Freudenberg (1974), fue quien introdujo el término “Burnout” y lo definió como fallar, agotarse, o llegar a desgastarse debido a un exceso de fuerza, demandas excesivas de energía o de recursos, señalando lo que ocurre cuando un profesional de servicios de ayuda “se quema” y fracasa en alcanzar sus objetivos.

Por otro lado (Maslach & Pines, 1977) citado por (Salas, 2010), define el síndrome de quemarse por el trabajo SQT como un síndrome de agotamiento físico y emocional que implica el desarrollo de actitudes negativas para el trabajo, pobre auto concepto y pérdida del interés por los clientes que aparece en los profesionales de las organizaciones de servicio (pág. 40). el mismo autor cita

Maslach y Jackson (1979), el SQT es un síndrome de agotamiento emocional y de cinismo que ocurre con frecuencia en los individuos que trabajan con personas, y que dedican mucho tiempo a las relaciones personales de carácter confidencial con estas personas bajo condiciones crónicas de estrés y tensión (p.40).

Desde una perspectiva psicosocial (Maslach & Jackson, 1981) considera al Burnout como un síndrome tridimensional derivado de un estrés crónico y cuyos rasgos más sobresalientes son el cansancio físico / psicológico junto con la sensación de no poder dar más de sí mismo (agotamiento emocional), una actitud fría y despersonalizada en relación con los demás (despersonalización), y un sentimiento inadecuado al puesto de trabajo y a las tareas que se desempeñan, acompañado de la percepción de que se han logrado pocos o nulos éxitos personales y profesionales (ausencia de realización profesional).

Los autores que mencionamos a continuación como Maslach, son aquellos quienes elaboraron la investigación inicial del Burnout Inventory, la cual estuvo compuesta por tres dimensiones; la realización personal en el trabajo, agotamiento emocional y la despersonalización. Sin embargo:

(Perlman & Hartman, 1982), hicieron una revisión bibliográfica de las definiciones hechas entre 1974 y 1980 sobre el síndrome de Burnout o el síndrome de quemarse por el trabajo SQT, definiéndola como una respuesta al estrés emocional crónico con tres componentes: agotamiento emocional y/o físico, baja productividad laboral, y un exceso de despersonalización.

Los siguientes autores coinciden en algunos términos que definen las dimensiones similares del síndrome de Burnout.

(Gil, Carretero, Roldán, & Nuñez, 2005), en su tesis define al síndrome de Burnout o Síndrome del quemado por el trabajo (SQT) como un agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización del personal staf en el trabajo donde se desarrollan como son las organizaciones de servicio al público, donde tienen contacto directo con los clientes o usuarios en su centro de trabajo. También señala que el agotamiento emocional es un estado que las personas atraviesan a causa del estrés y carga laboral, en donde muestran un desgaste físico y poco sentimiento

emocional, así como también poca empatía por los demás. Sintiendo que no dan más en la vida; y la despersonalización lo define como un aumento de sentimientos negativos hacia otras personas debido a la falta de sensibilidad afectiva, haciéndolos culpables o merecedores de lo que pueda acontecerles. Del mismo modo indica que la falta de realización personal en el trabajo tiene como consecuencia el autoevaluarse de forma negativa, creando insatisfacción ante cualquier desempeño realizado, imposibilitando las relaciones con sus compañeros de trabajo.

Bosqued (2008), en su tesis define al síndrome de Burnout o Síndrome del quemado por el trabajo (SQT) como un agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización del personal staf en el trabajo donde se desarrollan como son las organizaciones de servicio al público, donde tienen contacto directo con los clientes o usuarios en su centro de trabajo. También señala que el agotamiento emocional es un estado que las personas atraviesan a causa del estrés y carga laboral, en donde muestran un desgaste físico y poco sentimiento emocional, así como también poca empatía por los demás. Sintiendo que no dan más en la vida; y la despersonalización lo define como un aumento de sentimientos negativos hacia otras personas debido a la falta de sensibilidad afectiva, haciéndolos culpables o merecedores de lo que pueda acontecerles. Del mismo modo indica que la falta de realización personal en el trabajo tiene como consecuencia el autoevaluarse de forma negativa, creando insatisfacción ante cualquier desempeño realizado, imposibilitando las relaciones con sus compañeros de trabajo

1.2.2 SINTOMAS DEL SÍNDROME DE BURNOUT

Bosqued (2005), ha estudiado los síntomas del síndrome en diferentes áreas del ser humano, que van desde lo mental hasta la conducta.

En el que señala que los síntomas cognitivos o mentales, son el sentimiento de fracaso, impotencia, desamparo, frustración e inadecuación profesional y algunas actitudes que muestra una persona que padece el síndrome de Burnout, y además

indica que en ocasiones se muestra como una impresión negativa de los aciertos, haciéndolos ver siempre como errores, dificultando la atención y concentración en sus actividades cotidianas, que causa la baja autoestima el que afecta con pensamientos negativos de su desenvolvimiento en el ámbito laboral y personal causando también que este sienta frustración al no creer conseguir el logro que desea.

En lo referente a los Fisiológicos señala, que las personas se sienten con cansancio y fatiga crónicos que no se solucionan con el descanso de fines de semana, puentes y vacaciones, puesto que el simple hecho de la vuelta al trabajo provoca que reaparezcan y en ocasiones con mayor intensidad que antes, constantemente le cuesta conciliar el sueño por lo que cae en el problema del padecimiento de insomnio, también el padecimiento de cefaleas, dolores músculo esqueléticos (lumbalgias y cervicalgias), taquicardias, Alteraciones gastrointestinales, como gastritis, estreñimiento o diarreas, aumento de la presión arterial, entre otras, que causa el deterioro físico del educador que se vuelven constantemente barreras para que se desarrolle adecuadamente dentro del trabajo.

En algunos casos los pacientes presentan síntomas comportamentales, que afecta el comportamiento como también se ve afectado a través del descenso del rendimiento laboral y de la calidad del trabajo realizado, lo que realizaba antes con tantas energías ya no lo realiza, o simplemente no realiza el rol que le corresponde, muchas personas pueden llegar a las adicciones o aumentar el consumo de tabaco, café, fármacos u otras drogas que perjudican el comportamiento del mismo, esto sucede por la falta de estabilidad emocional; el profesional comienza a tener frecuentes bajas laborales y ausencias injustificadas, dificultades en la relación con los receptores de sus servicios profesionales y con los compañeros de trabajo, que llegan en ocasiones a comportamientos agresivos con los mismos.

Con respecto a los Emocionales, López (2011), agrega que los síntomas emocionales dentro del síndrome de burnout, de los cuales destaca la baja autoestima, ansiedad e irritabilidad, muestran distanciamiento respecto a las personas que demandan los servicios, no existe ya la empatía, ni tolerancia hacia los problemas y comportamiento de quienes lo rodean. Por lo tanto, La persona

cada día más disminuye la capacidad para memorizar datos, para realizar razonamientos abstractos, juicios, entre otros.

Así también el autor refiere sobre la Imagen personal, en el que los sujetos presentan pocos cuidados en los hábitos de higiene personal como; bañarse, cepillarse los dientes, peinarse, maquillarse, entre otros, no encuentran el sentido o la razón para realizarlo, no se interesa el cómo viste y por lo tanto que imagen proyecta con ello, muchas personas quizás no le ponen importancia a este aspecto, pero es una alerta para las personas que rodean al profesional.

1.2.3 Factores que Disminuyen el Síndrome de Burnout

La edad y los años de experiencia profesional:

En esta etapa las personas experimentan un papel moderador del desarrollo del desgaste profesional, ya que esto le da más seguridad en las tareas que desempeña, y por consecuencia le resta la probabilidad de padecer en algún momento el desgaste laboral y el estrés en general, además, es en los primeros años de ejercicio profesional cuando se produce el choque entre las altas expectativas e idealismo y la distinta realidad cotidiana del día a día laboral. Una persona que tiene poco tiempo en el trabajo se comprueba que no se cansa ni se acomoda en lo que hace, al contrario de las personas que trabajan por más de cinco años en un mismo puesto y en un máximo de aquellas que son de avanzada edad.

Posesión de estrategias adecuadas para manejar más eficazmente el estrés y las situaciones conflictivas:

Es en esta siguiente etapa se adquieren habilidades para afrontar el estrés, esto hace que disminuya las posibilidades de llegar a padecer un síndrome de burnout porque, supone una mayor probabilidad de afrontar las situaciones difíciles y adversas de una manera acertada y con el menor coste personal en términos de estrés, cuando el experto tiene el control de cada una de estas áreas dentro y fuera del trabajo encuentra la solución para resolver esas situaciones conflictivas que en lugar de convertirse en estrés se convierten en experiencia profesional, por ende

se posiciona en una situación de poder manejar situaciones que lo afecte en lo personal.

Capacidad para aceptar y analizar los problemas que se plantean en el desempeño profesional, en lugar de negarlos:

En esta etapa la persona demuestra ser un conocedor, es capaz de ver y asumir los problemas que se tiene en el trabajo, por lo general intenta darle una solución, mientras que en algunos casos se niega y permanecen ocultos, lo que es peor terminan sin resolver el problema, de manera que continúan el estrés, malestar y motivos para quemarse profesionalmente.

También cabe señalar que, un trabajador por naturaleza tiene ciertas habilidades, pero, también cometerá errores, por lo que es importante que se reconozcan en el momento para que así no entre la negación y la introyección, que lo único que hacen dentro del conocedor es cargarlo más de la cuenta y cada vez se hace más pesada la carga.

Tolerancia a la frustración:

Es la habilidad que tienen las personas para enfrentar desafíos, obstáculos como el sufrimiento, fracaso, etc. Que conlleva a superar con una actitud tolerante para tomar decisiones correctas que busca resolver esas dificultades y que permite salir con expectativas renovadas de esas situaciones que al final tienden a extinguirse.

Ante esta circunstancia un factor fundamental es el esfuerzo personal que cada quien lo pone, para no llegar a un nivel alto del síndrome de Burnout, en lo profesional cabe recalcar que exceso de trabajo desenfrenado es un detonante para padecer el síndrome o estar quemado.

1.2.4 Técnicas Preventivas del Estrés en la Psicología

Charles (2005) comenta que muchos expertos en la psicología han creado técnicas para prevenir el estrés como para manejarlo, para evitar que las personas lleguen a presentar síntomas crónicos del mismo, y así lograr tener una vida saludable.

1.2.5 Dimensiones del síndrome de Burnout

Cansancio Emocional

Bosqued (2008), señala que es la disminución de los recursos emocionales del profesional para enfrentarse con los retos que su labor lo requiera, se concreta en una continua y creciente fatiga a nivel mental, físico y emocional, además de generar irritabilidad, malhumor, insatisfacción laboral, con descontento y pesimismo en su trabajo, sintiendo que no tiene nada que ofrecer.

En tal sentido indica, el cansancio emocional de los docentes se produce a consecuencia de un estado de estrés que lo agobia contantemente. En los actuales sistemas de enseñanza el agotamiento emocional del docente se ha convertido en un riesgo y afrontarlos correctamente es una de las necesidades primordiales.

Es por ello que el autor también sostiene que, aparece como consecuencia del estrés laboral crónico asociado con bajos índices de salud física, inclinación a abandonar el trabajo, ausentismo, retrasos en la productividad e insatisfacción laboral, es así que el estrés percibido en el ámbito laboral desencadena en el individuo un agotamiento emocional que tiene como consecuencias síntomas como: ansiedad, enfado, suspicacia, agresividad verbal o física, fatiga, desaliento, miedo, enojo, aislamiento y enfermedades somáticas, acompañados de problemas en la institución debido a actitudes negativas contra sus compañeros o personas que atiende, problemas de adaptación al rol o actividades que desempeña, incumplimiento de sus tareas, retardos en el puesto, ausentismo o accidentes de trabajo.

De acuerdo a lo expuesto líneas arriba podemos decir que, el cansancio emocional es el desinterés a la actividad laboral, disminución o pérdida de recursos intrapersonales, el cual no les permite entender las situaciones de otras personas que también tienen emociones y sentimientos que son transmitidos durante la vida laboral, el trabajador desarrolla sentimientos de estar exhausto tanto física como psíquicamente, hasta el punto que ya no puede dar más de sí mismo, siente impotencia y desesperanza.

Arís (2005), en su investigación menciona que el cansancio emocional o agotamiento emocional se caracteriza por sentimientos de desamparo y desesperanza. Es común la sensación de vacío y se precisa de toda la energía emocional para desarrollar las más elementales tareas de la vida cotidiana. Por ende, esto puede conducir a un estado depresivo (p.37)

Mena (2010), define al cansancio emocional como una característica central del desgaste profesional y manifestación más evidente de este síndrome, entendida como la pérdida de atractivo, tedio, y disgusto provocado por el trabajo, junto con una disminución el interés y satisfacción laboral. (p.11)

Arias y Jiménez (2013), citan a **Moriana y Herruzgo** (2004), los cuales señalan que el cansancio emocional se relaciona con la depresión, la baja autoestima, la culpa, los sentimientos de inferioridad, la falta de autorrealización, la irritabilidad, las somatizaciones y la pérdida de ideales de los profesores. En otras palabras, el agotamiento emocional vulnera la salud física y mental de los profesores. (p.59)

Despersonalización

Bosqued (2008), refiere que es un mecanismo de defensa del propio afectado, el profesional decide inconscientemente crearse una barrera entre él y el usuario del servicio que presta como una forma de autoprotección, en su práctica laboral se manifiesta como disminución en la eficacia de trabajo y en actitudes de insensibilidad y deshumanización hacia los receptores de su servicio: pacientes, alumnos, clientes, etc. (p.126).

Por su parte Sierra (2009) citado por Cruzado, Nuñez y Rojas, (2013), aseveran que:

La despersonalización es un cuadro frecuente en la práctica psiquiátrica y neurológica sin embargo una gran proporción de individuos normales puede experimentarla en situaciones ordinarias de agotamiento físico o emocional, estrés o privación del sueño. Así como también ha sido definida como una alteración de la conciencia del yo, de tal forma que el individuo despersonalizado se siente como extraño y distante, mero observados de sus procesos mentales y su ámbito

corporal; es oportuno enfatizar que las definiciones usuales como, la sensación de irrealidad que el paciente experimenta y la comparación que hace de sus experiencias usando la expresión “como si” , por la dificultad inherente a la descripción de ellas y que además denota la claridad que el sujeto despersonalizado mantiene sobre la naturaleza anormal de su estado.

Arís (2005), define a la despersonalización como el desarrollo de actitudes distantes, insensibles y negativas hacia los destinatarios como en este caso los alumnos con estas actitudes, intenta protegerse y aislarse, puesto que para suplir su falta de energía emocional precisa tratar a los demás como objetos más que como personas. (p.38)

Mena (2010) el autor manifiesta que la despersonalización "es el intento por poner distancia entre el profesional y los usuarios del servicio, donde los primeros ignoran las cualidades, personales únicas de cada una de sus beneficiarios, puesto que sus demandas son manejables cuando son considerados de manera impersonal". También sostiene que el profesional decide crearse una barrera entre él y el usuario del servicio, haciendo su trabajo menos eficiente como actitudes de insensibilidad y deshumanización, con acciones negativas, que le hacen actuar con cinismo hacia los receptores de su servicio, en este caso los estudiantes.

El estudio se acerca al concepto de Mena (2010) debido a que los ítems están relacionados con el trato indiferente a los estudiantes, la insensibilidad ante las personas y la dureza emocional que muestra la docente en las interrelaciones con sus estudiantes y la percepción del trabajo que realiza.

Baja realización personal

Bosqued (2008), señala que es la sensación subjetiva que nace como consecuencia de los dos factores anteriores esto hace, que el profesional se sienta frustrado por la forma en que realiza su propio trabajo y los resultados obtenidos con él, que tienden a vivenciarse de manera negativa y como resultado de una insuficiencia profesional, lo que tiene como resultado es la disminución en su autoestima. (p.126)

Para el autor, es la autoevaluación negativa del individuo hacia su propio trabajo, asimismo presenta insuficiencia profesional, tiene temor a superarse

profesionalmente, baja autoestima, evita las relaciones interpersonales, baja productividad, no soporta la presión laboral, todo ello lo lleva a desarrollar un deterioro progresivo de su desempeño profesional y pierde todo tipo de sentimiento de gratificación personal.

Mena (2010), menciona que la falta de realización personal o también lo denomina reducción del logro personal son sentimientos negativos de competencia y éxito en el trabajo, los que se manifiestan en estados de ánimo negativos, insatisfacción laboral, dificultades en las relaciones laborales y de amistad. (p.11)

Arís (2005), el autor en su investigación sostiene que la baja realización personal en el trabajo se caracteriza por una dolorosa desilusión y fracaso en la significación personal, experimentándose sentimientos de fracaso personal (falta de competencia, de esfuerzo o de conocimientos), falta de expectativas y una insatisfacción generalizada. Esta situación puede llevar finalmente a las siguientes consecuencias: necesidad de huir del trabajo, absentismo, impuntualidad e incluso abandono de la profesión. (p.38)

1.2.6 Fases del síndrome de Burnout

López (2013), cita a **Edelwich y Brodsky** (1980), define a cuatro fases del síndrome de Burnout, asimismo en su obra mencionan lo siguientes.

- **Fase de entusiasmo o luna de miel:** en esta fase el autor lo define como el periodo inicial de apasionamiento en el que la persona quiere dar cada día, más de sí misma. El trabajo parece estupendo, lo es todo y la persona se encuentra plétórica de energías para afrontarlo, de manera que todo parece posible. Además, el trabajador cree que su empleo satisfará todas sus necesidades y solucionará todos sus problemas y generalmente está satisfecho tanto con los compañeros como con la empresa.
- **Fase de estancamiento (el despertar):** en esta siguiente hace alusión como ocurre con la luna de miel en otras situaciones de la vida, está no dura eternamente y el trabajador comienza a darse cuenta de que lo que se había planteado en el inicial periodo idílico, no responde exactamente a la realidad.

Se produce una percepción de que las recompensas personales, profesionales y materiales, no son las que se esperaban. Todo empieza a verse de otro color y se empiezan a encontrar problemas. Es una fase positiva en el sentido de que es mucho más realista y objetiva que la anterior y a la vez que hay que llegar a ella en algún momento de la vida laboral. El inconveniente es comenzar a deslizarse hacia la siguiente fase, empezando así el lento e insidioso desgaste profesional.

- **Fase de Frustración (tostamiento):** en esta fase el autor enfatiza el entusiasmo y energía se han ido transformando en una fatiga crónica e irritabilidad. Empiezan aparecer repercusiones a través psicofisiológico, perdiendo la motivación que justificaba la dedicación y esfuerzos anteriores. En el desempeño laboral, el individuo se vuelve indeciso y baja la productividad, con el consiguiente deterioro tanto en la cantidad como en la calidad del trabajo, comenzando a percibir este cambio tanto los compañeros como los superiores. Si la frustración se mantiene las actitudes y comportamientos negativos van derivándose hacia la etapa más avanzada, sintiéndose el profesional más frustrado e irritado, percibiendo que tiene que esforzarse cada vez más para hacer el mismo trabajo que antes encontraba fácil, mostrándose cínico distanciado y abiertamente crítico con la organización, el tipo de trabajo, los superiores y los compañeros. Problemas como la depresión, ansiedad o enfermedades físicas empiezan aparecer, así como el consumo de fármacos, alcohol o drogas.
- **Fase de la Apatía (El Burnout ya está instalado):** en esta última fase el autor lo define como si la anterior fase no es interrumpida por la acción del propio afectado, o por otra persona de su entorno, la frustración se convierte en apatía en un periodo de tiempo que oscila para cada trabajador, siendo la desesperanza la nota predominante de la última etapa del síndrome de Burnout. El profesional experimenta un abrumador sentimiento de fracaso y una devastadora pérdida de autoestima y autoconfianza, sintiéndose deprimido y con ideación negativa acerca del futuro. Presenta alteraciones tanto físicas con mentales.

1.2.7 Síntomas del síndrome de Burnout

Mena (2010) cita a Thomae y otros (2006) donde señala que se presentan los síntomas físicos son: cefaleas, fatiga, agotamiento, insomnio, trastornos gastrointestinales, dolores generalizados. Los síntomas psíquicos son: Falta de entusiasmo e interés, dificultad para concentrarse, permanente estado de alerta, irritabilidad, impaciencia, depresión, negativismo, frustración, desesperanza y los síntomas laborales son: no comparten ni delegan trabajo y ausentismo laboral. (P.19-20).

(Paine, 1982), en su investigación establece cinco categorías para atribuir los síntomas, las que a continuación menciona:

1. Síntomas físicos (aumento de fatiga física y agotamiento físico, aumento de molestias y dolores musculares y aparición de alteraciones funcionales en el organismo).
2. Desarrollo de conductas de exceso (consumo de sustancias estimulantes café, tabaco, alcohol y otras sustancias, conductas de riesgo para la propia integridad, conductas agresivas).
3. Problemas de ajuste emocional (agotamiento emocional, paranoia depresión, sentirse atrapado, miedo a perder la razón, etc.).
4. Alteración de las relaciones interpersonales (aislamiento, negativa a comunicarse con los demás, peleas y conflictos constantes por la indiferencia y frialdad en sus relaciones interpersonales laborales).
5. Síntomas actitudinales y cambios en los valores y creencias del individuo (cinismo, ironía hacia las personas con las que labora, sensación de impotencia y fracaso).

Cuestionario de Maslach Burnout Inventory.

Miravalles, sostiene en su investigación como una forma de medir el nivel del síndrome de Burnout, por medio del cuestionario Maslach de 1986, el mismo que es el instrumento más utilizado en todo el mundo, Esta escala tiene una alta consistencia interna y una fiabilidad cercana al 90%, está constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su

trabajo y hacia los pacientes y su función es medir el desgaste profesional. (Trillo Miravalles, 2010)

El autor indicó que el cuestionario Maslach se realizó en 10 a 15 minutos y midió los 3 aspectos del síndrome: Cansancio emocional, despersonalización, realización personal. Con respecto a las puntuaciones se consideraron bajas los que se encontraban por debajo de 34, altas puntuaciones en las dos primeras subescalas y bajas en la tercera permiten diagnosticar el trastorno.

1. Sub-escala de agotamiento emocional. Constó de 9 preguntas. Valoró la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo. Puntuación máxima 54.
2. Subescala de despersonalización. Estuvo formado por 5 ítems. Valoró el grado en que cada uno reconoció actitudes de frialdad y distanciamiento. Puntuación máxima 30.
3. Subescala de realización personal. Estuvo compuesto por 8 ítems. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/revfacmed/article/view/19641> de 8 ítems. Evalúa los sentimientos de autoeficacia y realización personal en el trabajo. Puntuación máxima 48.

La clasificación de las afirmaciones fue la siguiente: Cansancio emocional: 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20. Despersonalización: 5, 10, 11, 15, 22.

Realización personal: 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21. La escala se midieron los sigui según los siguientes rangos:

0 = Nunca

1 = Pocas veces al año o menos

2 = Una vez al mes o menos

3 = Unas pocas veces al mes o menos

4 = Una vez a la semana

5 = Pocas veces a la semana

6 = Todos los días

Se consideran que las puntuaciones del MBI son bajas entre 1 y 33. Puntuaciones altas en los dos primeros y baja en el tercero definen el síndrome.

Este test pretende medir la frecuencia y la intensidad con la que se sufre el Burnout. Las respuestas a las 22 preguntas miden tres dimensiones diferentes: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

1.3 Definiciones de términos básicos

Síndrome: En medicina el síndrome es una constelación de síntomas y/o signos relacionados con un mecanismo anormal, que conduce al diagnóstico de la enfermedad que afecta al paciente, el origen del síndrome corresponde a un esquema que implica: causa, daño sistemático, déficit funcional o falla y presión clínica. (Reverend, 2000)

Síndrome de Burnout: en esta definición el autor realiza que la más aceptada es la de Maslach, que lo puntualiza como una forma inadecuada de afrontar el estrés crónico, cuyos rasgos marcados son el agotamiento emocional, despersonalización y la disminución del desempeño personal. A su vez Gil-Monte lo define como: “Una respuesta al estrés laboral crónico integrado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que trabaja y hacia el propio rol profesional, así como la vivencia de encontrarse agotado”. Se puede distinguir que ambas definiciones coinciden en apuntar que es una inadecuada respuesta al estrés crónico el detonante de este padecimiento.

CAPÍTULO II: HIPÓTESIS Y VARIABLES

2.1 Formulación de la hipótesis

Hipótesis general

Existe un nivel alto de síndrome de Burnout en los docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas.

Hipótesis específicas

- Existe un nivel alto de cansancio emocional en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas.
- Existe un nivel alto de despersonalización en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas.
- Los docentes del nivel primaria de la institución educativa Enry Herber Linares Soto y San Lucas presentan una baja realización personal.

2.2 Variables y su Operacionalización

Variable: Síndrome de Burnout

Operacionalización de las variables

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	Escala de medición
Síndrome de Burnout	Cansancio Emocional	- Agotamiento - Estrés - Frustración	Escala ordinal
	Despersonalización	- Insensibilidad - Sentimientos de culpa	Escala tipo Likert
	Baja realización personal	- Afrontamiento de problemas - Satisfacción laboral	

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 Tipo y Diseño

Tipo de investigación

El tipo de investigación fue descriptivo; según (Sánchez & Reyes, 2006), este tipo de investigación “tuvo como propósito recoger información de la realidad para enriquecer el conocimiento científico”.

Diseño de investigación

La investigación adoptó el diseño descriptivo simple de acuerdo a (Sánchez & Reyes, 2006), “este diseño buscó y recogió información contemporánea con respecto a una situación previamente determinada”. Es por ello que con este diseño se describió el nivel del síndrome de Burnout en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas.

Representación del diseño de investigación

Investigación Descriptiva simple

M-----O

Donde:

M = representó a las docentes del nivel primaria.

O = representó la información que se obtiene de la variable del síndrome de Burnout.

3.2 Diseño muestral

3.2.1 Población

La población estuvo conformada por todos los docentes del nivel primaria de dos instituciones educativas, siendo un número de 41 docentes.

3.2.2. Muestra

Siendo la población relativamente pequeña, la muestra fue el 100% de la población, es decir; los 41 docentes del nivel primaria.

3.3. Procedimientos de recolección de datos

Para (Sánchez & Reyes, 2006) indica que técnica de recolección de datos son los medios por los cuales el investigador procede a recoger información requerida de una realidad o fenómeno. Se emplearon la técnica indirecta, la aplicó un cuestionario de Maslach Burnout Inventory a los docentes de las instituciones educativas primaria estatal Enry Herber Linares Soto y San Lucas.

Técnica.

TECNICAS E INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACION

Técnicas	Instrumentos
Encuesta	Cuestionario de preguntas
Test tipo Likert	Ítems

Validez

El instrumento fue sometido a juicio por 3 expertos en el área de estudio para la prueba de validez de contenido, de acuerdo a los instrumentos revisados por los jueces se obtuvo una validez del 81% en el cuestionario: encontrándose dentro del parámetro del intervalo establecido.

Confiabilidad

Para la confiabilidad del cuestionario se realizó por el método de intercorrelación de ítems cuyo coeficiente es el alfa de Cronbach, luego de una prueba piloto se obtuvo 0.9 de confiabilidad, resultado confiable para su aplicación.

Procedimientos para recoger datos

- Se Solicitó permiso al director de la institución educativa
 - La tesista fue la única persona que aplicó los instrumentos
 - A las familias encuestadas se les garantizó el anonimato de la información.
- El análisis de datos se realizó mediante el Programa estadístico SPPS.V.19, cuyos resultados se presentaron en tablas y gráficos.

3.4 Procesamiento y análisis de datos

3.4.1 Procesamiento de datos

Se procedió de la siguiente forma:

- a) Coordinación con los directores y docentes de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas del Distrito de Belén.
- b) Aplicación del Test de Burnout a los docentes.
- c) Verificación de las respuestas y recojo de los test.
- d) Tabulación de los datos, determinación de frecuencias, análisis de los datos obtenidos y representación gráfica de los resultados obtenidos.

3.4.2 Análisis de datos

Una vez obtenidos los datos se procedió a su análisis de acuerdo a los siguientes pasos:

Codificación. La información fue seleccionada y se asignó códigos para cada uno de los sujetos muestrales.

Calificación. Se asignaron un puntaje o valor según los criterios establecidos en la matriz del instrumento para la recolección de datos.

Tabulación de datos. - En este proceso se elaboró una data donde se encontraron todos los códigos de los sujetos muestrales y en su calificación que se aplicó estadígrafos que permitió conocer las características de la distribución de los datos, por la naturaleza de la investigación se utilizó la media aritmética y desviación estándar.

Discusión de los resultados: después las etapas antes mencionadas se realizó la discusión mediante la triangulación del marco teórico, los antecedentes y los resultados obtenidos.

3.5 Aspectos éticos

Se respetó la información brindada por los docentes y la confidencialidad de los mismos.

CAPITULO IV: RESULTADOS

Factores sociodemográficos

Factores sociodemográficos: edad, sexo, estado civil, tiempo de servicio, en los profesores de dos instituciones educativas estatal del nivel primaria distrito de Belén 2020

Tabla 1. Factores sociodemográficos de los profesores

Edad:	Frecuencia (fi)	Porcentaje (%)
Media = 46,37 DE = 9,28 años		
Adulto joven (< 25 años)	0	0,0
Adulto (25 a 50 años)	24	58,5
Adulto maduro (> 50 años)	17	41,5
JSexo	Frecuencia (fi)	Porcentaje (%)
Masculino	13	31,7
Femenino	28	68,3
Estado Civil	Frecuencia (fi)	Porcentaje (%)
Casado(a)	17	41,5
Soltero(a)	19	46,3
Conviviente	3	7,3
Viudo(a)	2	4,9
Tiempo de Servicio	Frecuencia(fi)	Porcentaje (%)
< 5 años	20	23,8
De 5 a 20 años	10	11,9
> 20 años	17	20,2

Fuente: Encuesta con MBI para el estudio de Prevalencia del SB en profesores de dos instituciones educativas estatal del nivel primaria distrito de Belén – 2020

Interpretación:

De los **Factores sociodemográficos**: edad, sexo, estado civil, tiempo de servicio

Edad

Se observó que el grupo etario con mayor porcentaje fue el de Adulto, 25 a 50 años (58,5%), seguido del Adulto maduro > 50 años (41,5%). La edad media fue de 46,37 años con una desviación de 9,28 años y rango de 28 a 62 años.

Sexo

Se observó que el sexo femenino fue el más frecuente (68,3%) y los de sexo masculino fueron 31,7%.

Estado Civil

Se observó que el estado civil soltero (a) fue el más frecuente (46,3%), luego Casado (a) (41,5%) y conviviente (7,3%).

Tiempo de Servicio

Se observó que en el **Tiempo de** servicios de los profesores es: Menor de 5 años (23,8%); De 5 a 20 años (11,9%) y mayor de 20 años (20,2%).

- Determinar el nivel del síndrome de Burnout en los docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas.

Tabla 2. Nivel del síndrome de Burnout en los docentes

Nivel del síndrome de Burnout	Frecuencia f_i	Porcentaje %	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
No presenta el síndrome	8	19,5	19,5	19,5
Presencia del Síndrome	33	80,5	80,5	100,0
Total	41	100,0	100,0	

Fuente: Matriz de datos

De los docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas, en estudio, en lo referente al nivel del síndrome de Burnout: 19,5% no presentan el Síndrome de Burnout, mientras que el 80,5% presentan Síndrome de Burnout.

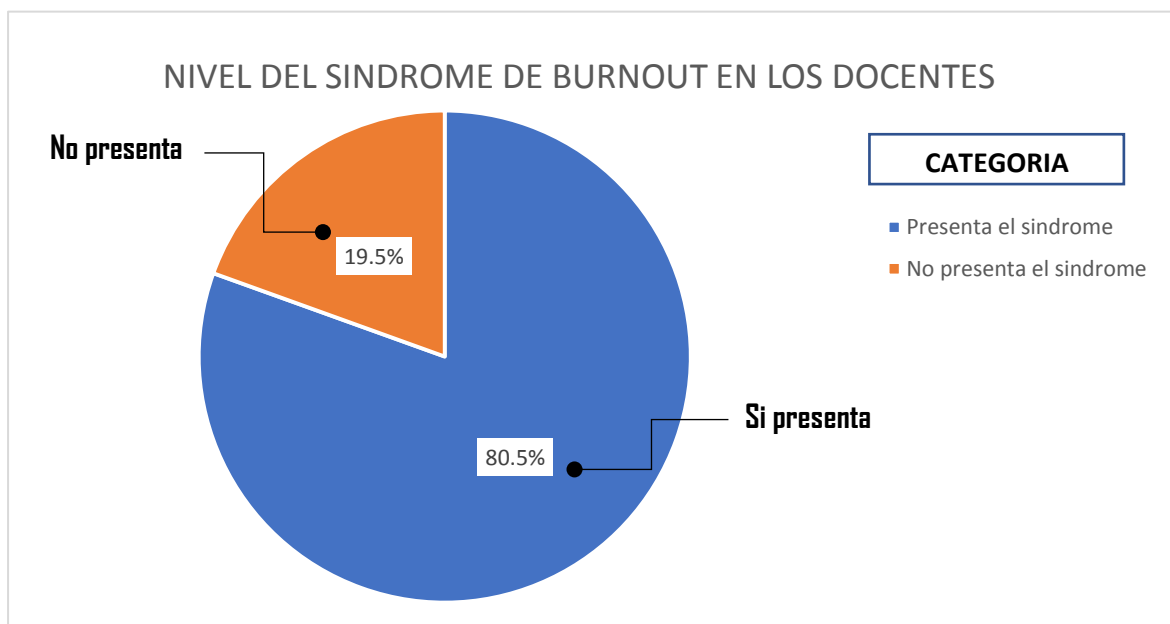


Figure 1. Nivel del síndrome de Burnout en los docentes
Fuente: Tabla 02

Identificar el nivel de cansancio emocional en los docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas

Tabla 3: Nivel de cansancio emocional en los docentes

Nivel de cansancio emocional	Frecuencia fi	Porcentaje %	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	7	17,1	17,1	17,1
Medio	18	43,9	43,9	61,0
Alto	16	39,0	39,0	100,0
Total	41	100,0	100,0	

Fuente: Matriz de datos

De los docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas, en estudio, en lo referente al nivel de cansancio emocional: 17,1% presentan nivel bajo, 43,9% presentan nivel medio, y en el 39,0% hay presencia de nivel alto.

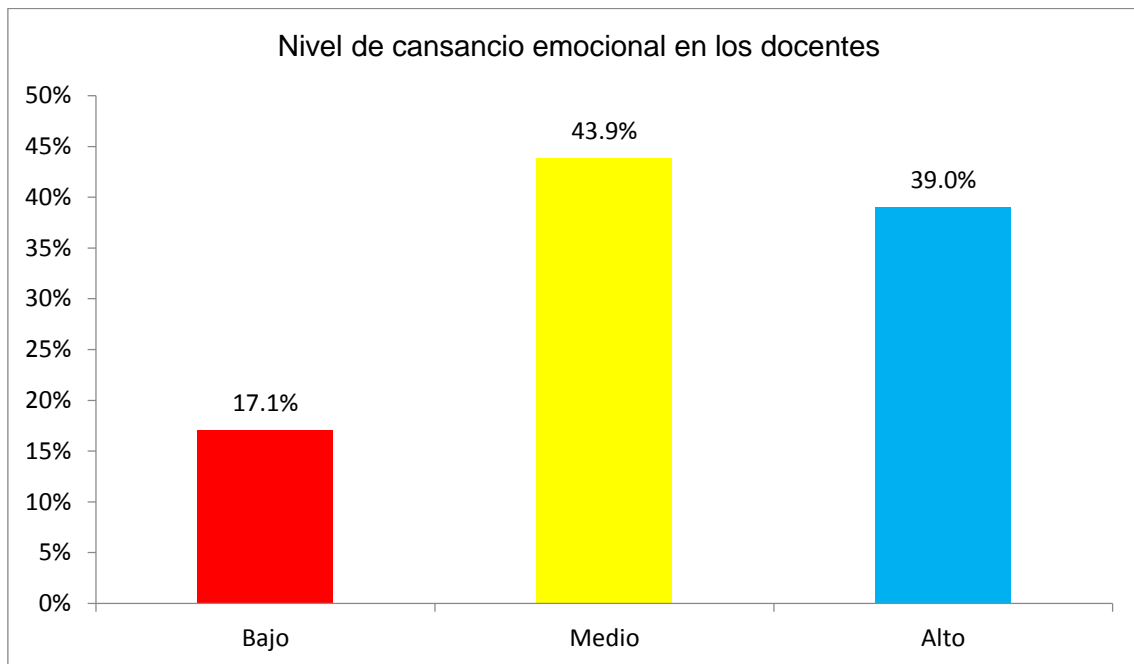


Figure 2. Nivel de cansancio emocional en los docentes

Fuente: Tabla 03

Identificar el nivel de despersonalización en los docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas

Tabla 4: Nivel de despersonalización emocional en los docentes

Nivel de cansancio emocional	Frecuencia f_i	Porcentaje %	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	9	22,0	22,0	22,0
Medio	20	48,8	48,8	70,7
Alto	12	29,3	29,3	100,0
Total	41	100,0	100,0	

Fuente: Matriz de datos

De los docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas, en estudio, en lo referente al nivel de despersonalización: 22,0% presentan nivel bajo, 48,8% presentan nivel medio, y en el 29,3% hay presencia de nivel alto.

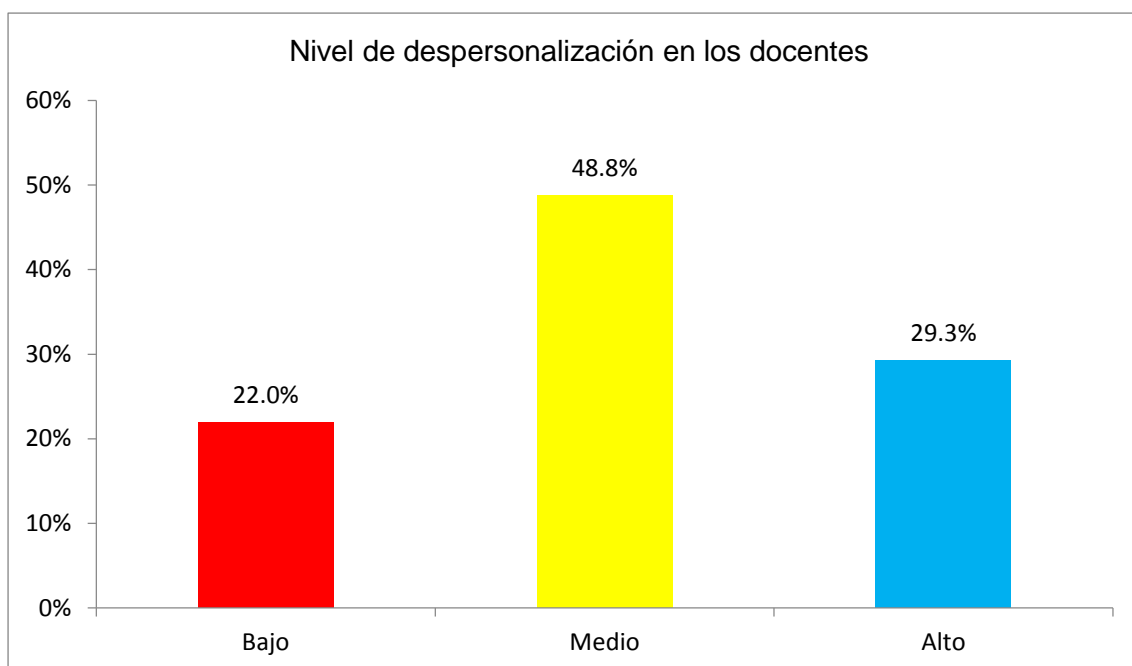


Figure 3. Nivel de despersonalización en los docentes

Fuente: Tabla 04

Identificar el nivel de baja realización personal en docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas

Tabla 5: Nivel de baja realización personal en los docentes

Nivel de baja realización personal	Frecuencia f_i	Porcentaje %	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	32	78,0	78,0	78,0
Medio	4	9,8	9,8	87,8
Alto	5	12,2	12,2	100,0
Total	41	100,0	100,0	

Fuente: Matriz de datos

De los docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas, en estudio, en lo referente al nivel de baja realización personal: 78,0% presentan nivel bajo de baja realización personal, 9,8% presentan nivel medio de baja realización personal, y en el 12,2% hay presencia de nivel alto de baja realización personal.

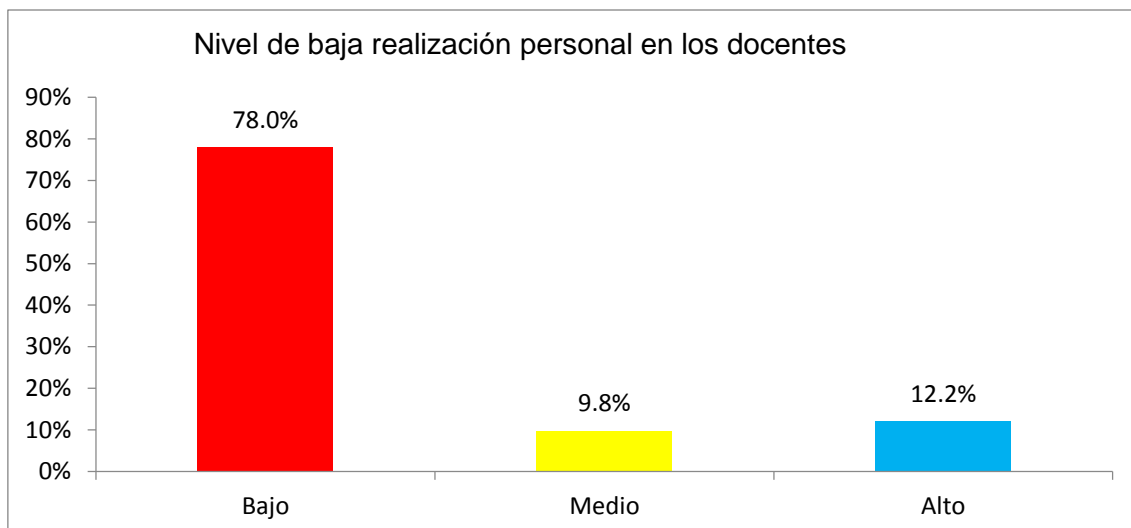


Figure 4. Nivel de baja realización personal en los docentes

Fuente: Tabla 05

Análisis Inferencial

Síndrome de Burnout vs Factores sociodemográficos

Tabla 6: Síndrome de Burnout y Factores sociodemográficos

Síndrome de Burnout/ Factores sociodemográficos	Chi cuadrado	p valor	Tau-b de Kendall
Síndrome de Burnout/ Edad	756,79	0,465	0,183
Síndrome de Burnout/ Estado civil	30,61	0,384	0 ,185
Síndrome de Burnout/ Sexo	84,68	0,550	0,084
Síndrome de Burnout/ Tiempo de Servicio	574,00	0,562	0,083

Fuente: Matriz de datos

Interpretación:

En la tabla N°06 se aprecia que entre las variables sociodemográficos en estudio y el Síndrome de Burnout, no existe una relación significativa, ($p > 0.05$).

La última columna de la Tabla 06 muestra el coeficiente de correlación Tau-b de Kendall de cada una de las relaciones entre factores sociodemográficos y Síndrome de Burnout, que indican asociación muy Baja (Tau-b de Kendall $< 0,20$).

Hipótesis general

Existe un nivel alto de síndrome de Burnout en los docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas.

Prueba de Hipótesis

1. Elaborar las hipótesis nula y alterna

Ho: No existe un nivel alto de síndrome de Burnout en los docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas: mediana \leq 60 puntos

Ha: Existe un nivel alto de síndrome de Burnout en los docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas: mediana $>$ 60 puntos

2. Nivel de Significancia $\alpha = 0.05$

3 estadístico de la prueba

El programa SPSS calculó mediana = 63 puntos

4. Regla de decisión

Si mediana \leq 60 puntos se acepta la hipótesis nula

Si mediana $>$ 60 puntos se rechaza la hipótesis nula

5. Decisión

Como mediana = 63 puntos se acepta la hipótesis planteada en el estudio,

Ha

Es decir:

“Existe un nivel alto de síndrome de Burnout en los docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas

Hipótesis específicas

Existe un nivel alto de cansancio emocional en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas.

Prueba de Hipótesis

1. Elaborar las hipótesis nula y alterna

Ho: No Existe un nivel alto de cansancio emocional en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas: mediana \leq 20 puntos

Ha: Existe un nivel alto de cansancio emocional en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas: mediana $>$ 20 puntos

2. Nivel de Significancia $\alpha = 0.05$

3 estadístico de la prueba

El programa SPSS calculó mediana = 63 puntos

4. Regla de decisión

Si mediana ≤ 20 puntos se acepta la hipótesis nula

Si mediana > 20 puntos se rechaza la hipótesis nula

5. Decisión

Como mediana = 21 puntos se acepta la hipótesis planteada en el estudio,

Ha

Es decir:

“Existe un nivel alto de cansancio emocional en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas”.

Existe un nivel alto de despersonalización en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas.

Prueba de Hipótesis

1. Elaborar las hipótesis nula y alterna

Ho: No Existe un nivel alto de despersonalización en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas: mediana ≤ 10 puntos

Ha: Existe un nivel alto de despersonalización en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas: mediana > 10 puntos

2. Nivel de Significancia $\alpha = 0.05$

3 Estadístico de la prueba

El programa SPSS calculó mediana = 63 puntos

4. Regla de decisión

Si mediana ≤ 10 puntos se acepta la hipótesis nula

Si mediana > 10 puntos se rechaza la hipótesis nula

5. Decisión

Como mediana = 14 puntos se acepta la hipótesis planteada en el estudio,

Ha

Es decir:

“Existe un nivel alto de despersonalización en docentes del nivel primaria de las

instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas”

Los docentes del nivel primaria de la institución educativa Enry Herber Linares Soto y San Lucas presentan una baja realización personal.

Prueba de Hipótesis

1. Elaborar las hipótesis nula y alterna

Ho: Los docentes del nivel primaria de la institución educativa Enry Hrber Linares Soto y San Lucas no presentan una baja realización personal: mediana ≤ 20 puntos

Ha: Los docentes del nivel primaria de la institución educativa Enry Hrber Linares Soto y San Lucas presentan una baja realización personal: mediana > 20 puntos

2. Nivel de Significancia $\alpha = 0.05$

3. Estadístico de la prueba

El programa SPSS calculó mediana = 27 puntos

4. Regla de decisión

Si mediana ≤ 20 puntos se acepta la hipótesis nula

Si mediana > 20 puntos se rechaza la hipótesis nula

5. Decisión

Como mediana = 27 puntos se acepta la hipótesis planteada en el estudio,

Ha

Es decir:

“Los docentes del nivel primaria de la institución educativa Enry Hrber Linares Soto y San Lucas presentan una baja realización personal”

CAPITULO V: DISCUSIÓN

El coronavirus es un grupo de virus que causan enfermedades que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como neumonía; COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto recientemente el 2019 en china. La orden de inamovilidad en todo el país, los aislamientos y el cumplimiento de las normas de higiene han generado una serie de modificaciones en la forma de vida y el cumplimiento de las actividades en los diferentes sectores y uno de ellos es el proceso de enseñanza y aprendizaje en los diferentes niveles educativos. La falta de equipos de aprendizaje vía remota en los niños, el mal servicio de internet en la región Loreto y los problemas emocionales en los estudiantes y padres familia, hacen que un buen porcentaje de niños del nivel primaria no cumplan con sus tareas escolares; todos estos aspectos mencionados empezó a generar cansancio, estrés emocional y despreocupación en el cumplimiento de sus actividades en los docentes de las instituciones educativas, todo esto ha generado un “desgaste profesional” más conocido como el síndrome de Burnout en los docentes.

En referencia a los resultados de la investigación la hipótesis general concluye que existe un nivel alto de síndrome de Burnout en los docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Hrber Linares Soto y San Lucas; estos resultados se asemejan con la investigación en Huancayo de (Garay & Meza, 2017), quien la tesis referida al titulada Nivel de síndrome de burnout en docentes del nivel inicial de instituciones educativas privadas del distrito de Pilcomayo; concluye que existe un nivel alto de síndrome de Burnout en docentes de nivel Inicial de Instituciones Educativas Privadas del distrito de Pilcomayo con un 95% de confianza, cuyo resultado de la $T_c > T_t$ ($2,4 > 1,65$). Aspectos importante para que suceda este alto nivel de Burnout en los docenes, es que los niños no cumplen con la tareas asignadas, padres de familia no están familiarizados con el manejo de los celulares o lat top y por el desconocimiento de la aplicaciones como el Zoom, el Google Meet entre otros, los papas no respetan el horario de consulta establecido y llaman en diferentes horarios a los docentes para preguntar sobre las tareas de su hijos, varios niños no cuenta con celulares, Lap top e internet, este según el INEI solo el

40 % de la población cuenta con este servicio, finalmente el internet en la ciudad de Iquitos es muy malos, más un teniendo en cuenta que existen niños que no viven en la ciudad de Iquitos sino en comunidades cercanas donde el servicio de internet es peor.

En referencia a la primera hipótesis, los resultados indican que existe un nivel alto de cansancio emocional en los docentes de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas; el resultado concuerda con la investigación realizado por (Bermudez, Noy, & Riaño, 2018). Investigación Síndrome de Burnout en profesores de primaria y secundaria del municipio de Soacha y sus estrategias de afrontamiento 2018, quienes concluyen que el factor que más afecta a los profesores es el agotamiento emocional; los docentes se encierran en sus propios sentimientos, alejándose de su entorno familiar y amigos.

Igualmente, estos resultados coinciden con (Garay & Meza, 2017) en la Investigación Nivel de Síndrome de Burnout en docentes del Nivel Inicial de Instituciones Educativas Privadas del Distrito de Pilcomayo – Huancayo; concluyen que existe un nivel alto de cansancio emocional en los docentes de estas dos instituciones educativas.

Con respecto a la segunda hipótesis, expresan que existe un nivel alto en la despersonalización en los docentes de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas; este resultado guarda relación con los resultados de la investigación de (Bermudez, Noy, & Riaño, 2018). Investigación denominada Síndrome de Burnout en profesores de primaria y secundaria del municipio de Soacha y sus estrategias de afrontamiento 2018, quienes observaron que los docentes presentan una despersonalización, frente a sus estudiantes a sus compañeros de trabajo, su ámbito laboral, todo esto se debe a una baja autoestima al sentirse que lo que hace no tiene relevancia, la presión de las directivas en la institución educativa.

Finalmente, con respecto a la tercera hipótesis, indica que existe una baja realización personal en los docentes de las instituciones educativas Enry Hrber Linares Soto y San Lucas, este resultado guarda relación con los resultados de la investigación de (Corrales, 2018), en su Tesis Desempeño Docente y su relación

con el Síndrome de Burnout en las Profesoras de Educación Inicial UGEL Arequipa Norte, quien dice que los docentes presentan baja realización personal; según (Bosqued, 2008), el profesional se siente frustrado por la forma en que realiza su propio trabajo y los resultados obtenidos, tienden a vivenciarse de manera negativa y como resultado de una insuficiencia profesional, lo que tiene como resultado es la disminución en su autoestima.

CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES

En referencia a los objetivos definidos y los resultados obtenidos, mediante el instrumento aplicado a los docentes, se llegó a las siguientes conclusiones:

Según el objetivo General:

Existe un nivel alto de síndrome de Burnout en los docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas; con una mediana > 60 puntos, en ese sentido se rechaza la hipótesis nula.

Según los objetivos Específicos:

- 1- Existe un nivel alto de cansancio emocional en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas: mediana > 20 puntos; con una mediana > 20 puntos; en razón se rechaza la hipótesis nula.
- 2- Existe un nivel alto de despersonalización en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas: Con una mediana > 10 puntos, en tal sentido se rechaza la hipótesis nula
- 3- : Los docentes del nivel primaria de la institución educativa Enry Herber Linares Soto y San Lucas presentan una baja realización personal: con una mediana > 20 puntos, en ese sentido se rechaza la hipótesis nula planteada.

CAPÍTULO VII: RECOMENDACIONES

1. Se recomienda a los directores de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas, desarrollar talleres sobre afrontamiento al estrés en los docentes, en un horario que no interfiera las actividades académicas de la institución, con el propósito disminuir el cansancio emocional, despersonalización y realización personal del docente.
2. Los directores deben realizar talleres sobre el Síndrome de Burnout, con el objetivo de dar a conocer a los docentes sobre sus efectos negativos que puede generar en los docentes y como consecuencia de ellos en el trabajo técnico pedagógico.
3. Se recomienda a otros tesisistas realizar investigaciones sobre el Síndrome de Burnout, con otras variables para establecer relaciones con las mismas.

CAPITULO VIII: FUENTES DE INFORMACIÓN

Referencias

- Alfaro, B. F. (2016). *Síndrome de Burnout y desempeño laboral docente en Educación Básica Regular, Ayacucho. 2016. (Tesis de Maestría)*. Ayacucho-Perú: Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo.
- Ayala, E. (2013). *Síndrome de Burnout en el personal de enfermería de los servicios críticos del Hospital Central de la Fuerza Aérea del Perú, 2011 (Trabajo de Investigación de especialización)*. Lima-Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Facultad de Medicina Humana. Escuela de Post grado. Obtenido de https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/12861/Ayala_Cardenas_Elizabeth_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Bermudez, D., Noy, B., & Riaño, C. (2018). *Síndrome de Burnout en profesores de primaria y secundaria del Municipio de Soacha y sus estrategias de afrontamiento- 2018 (Tesis grado)*. Bogotá: Centro Regional Soacha Programa de Administración en Salud Ocupacional.
- Bosqued, M. (2008). *Quemados, El Síndrome del Burnout, qué es y cómo superarlo*. . Barcelona: Paidós Ibérica.
- Cherniss, C. (1980). *Professional Burnout in Human Service Organizations*. . Estados Unidos de América: Praeger.
- Corrales, D. R. (2018). *Desempeño Docente y su relación con el Síndrome de Burnout en las profesoras de Educación Inicial UGEL Arequipa Norte, 2016. (Tesis de Maestría)*. Moquegua-Perú: Universidad José Carlos Mariategui. Escuela de Post Grado. Maestría en Docencia en Educación Superior e Investigación.
- Evans, B., & Fisher, D. (1993). The nature of burnout: a study of the three factor model of burnout in human service and non-human service samples. *J Occup Organ Psych.*, 1(66), 29-38.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 159-165.

- Garay, C., & Meza, P. (2017). *Nivel de Síndrome de Burnout en Docentes del Nivel Inicial de Instituciones Educativas Privadas del Distrito de Pilcomayo (Tesis de Licenciatura)*. Huancayo-Perú: Universidad Nacional del Centro del Perú. Facultad de Educación, Escuela Profesional de Educación Inicial.
- Gil, P. R., Carretero, N., Roldán, M., & Nuñez, R. (2005). Prevalencia del síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) en monitores de taller para personas con discapacidad. *Revista de Psicología del Trabajo y de las organizaciones*, 21(1-2), 107-123. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2313/231317039007.pdf>
- Gómez, N., & Rodríguez, P. (2020). *Estrés en Docentes en el Contexto de la Pandemia de Covid-19 y la educación, FENOB UNA: Filial Coronel Oviedo*. Paraguay: Academic Disclosure UNA FENOB. Obtenido de <https://www.semanticscholar.org/paper/ESTR%C3%89S-EN-DOCENTES-EN-EL-CONTEXTO-DE-LA-PANDEMIA-DE-D%C3%A1valos-Fern%C3%A1ndez/bb49f762ceab55a76f12af9c5fce0defdb00c3db>
- Huamaní, L. S. (2019). *Síndrome de Burnout y satisfacción laboral en los profesores de Educación primaria de la A.I.E. N° 57001-792 del Distrito de Sicuani. Canchis Cusco 2018. (Tesis de Maestría)*. Arequipa-Perú: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Escuela de Post grado. Facultad de Ciencias de la Educación.
- Martínez Gamarra, M. (2005). *Consideraciones éticas sobre el Burnout, en VV.AA, Quemarse en el trabajo (Burnout)*. Zaragoza: Egido.
- Martinez, A. (2010). Síndrome de Burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vitat Academia - revista de comunicación*, 14-17. Obtenido de <///C:/Users/08/Downloads/192-422-1-PB.pdf>
- Maslach, C. (1976). Burned-out. *Journal Human Behavior*(5), 16-22.
- Maslach, C. (2003). Job burnout: New directions in research and intervention. *Current Directions in Psychological Science*.(12), 189-192.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). *MBI: Maslach Burnout Inventory Manual*. E.E.U.U: Palo Alto: University of California, Consulting Psychologists Press.

- Maslach, C., & Pines, A. (1977). The Burnout Syndrome in the Daycare Setting. *Child Care Quarterly*,(62), 100-113.
- Olivares, V. (2016). Laudatio: Dra.Christina Maslach, comprendiendo el burnout. *Ciencia & Trabajo*(58), 59-63. Obtenido de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cyt/v19n58/0718-2449-cyt-19-58-00059.pdf>
- Paine. (1982). *Overview: Burnout stress syndromes and the 1980s*”, en W.S. London: Beverly Hills, CA: Sage.
- Perlman, B., & Hartman, E. (1982). Burnout: Summary and future research. *Human Relations*.(35), 283-385.
- Reverend, H. (2000). Guidelines for the submission of articles and formats required for the submission. *Revista de la Universidad Nacional de Colombia. Revista de la Facultad de Medicina.*, 48(4). Obtenido de <https://revistas.unal.edu.co/index.php/revfacmed/article/view/19641>
- Salas, J. J. (2010). *Bienestar psicológico y síndrome de Burnout en docentes de la UGEL N°7. (Tesis de Maestría)*. Lima-Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Obtenido de https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/616/Salas_dj.pdf?sequence=1
- Sánchez, H., & Reyes, C. (2006). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica*. Lima-Perú: Editorial Visión Universitaria.
- Trillo Miravalles. (2010). Integración de la educación vial en un curso OCW. *Educación*, [en línea], 69-84. Recuperado el 2021, de <https://raco.cat/index.php/Educación/article/view/244614> [Consulta: 8-10-2021].

ANEXOS

ANEXO 1
MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título	Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variable	Dimensiones	Metodología
Síndrome de Burnout en docentes del nivel primaria en época de pandemia del covid.19 institución educativa Enry Herber Linares Soto y San Lucas, distrito de Belén – 2020.	Problema general: ¿Cuál es nivel del Síndrome de Burnout en docentes del nivel primaria de la Institución Educativa Enry Herber Linares Soto y San Lucas, distrito de Belén – 2020?	Objetivo general: Determinar el nivel del síndrome de Burnout en los docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas, distrito de Belén – 2020.	Hipótesis general: Existe un nivel alto de síndrome de Burnout en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas, distrito de Belén – 2020.	Síndrome de Burnout.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cansancio emocional Despersonalización ▪ Baja realización personal 	Tipo de investigación: Descriptiva Diseño: Descriptivo simple. Población: Muestra: Instrumento de recojo de datos: Test de Síndrome de Burnout.

Título	Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variable	Dimensiones	Metodología
	<p>Problemas específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Cuál es el nivel de cansancio emocional de los docentes del nivel primaria de Institución Educativa Enry Herber Linares Soto y San Lucas, distrito de Belén – 2020? ▪ ¿Cuál es el nivel de despersonalización de los docentes del nivel primaria de Institución Educativa Enry Herber Linares 	<p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificar el nivel de cansancio emocional en los docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas, distrito de Belén – 2020. ▪ Identificar el nivel de despersonalización en los docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry 	<p>Hipótesis específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Existe un nivel alto de cansancio emocional en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas, distrito de Belén – 2020. ▪ Existe un nivel alto de despersonalización en docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry 			

Título	Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variable	Dimensiones	Metodología
	<p>Soto y San Lucas, distrito de Belén – 2020?</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Cuál es el nivel de baja realización personal de los docentes del nivel primaria de Institución Educativa Enry Herber Linares Soto y San Lucas, distrito de Belén – 2020? 	<p>Herber Linares Soto y San Lucas, distrito de Belén – 2020.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificar el nivel de baja realización personal en docentes del nivel primaria de las Instituciones Educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas, distrito de Belén – 2020. 	<p>Herber Linares Soto y San Lucas, distrito de Belén – 2020.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Los docentes del nivel primaria de las instituciones educativas Enry Herber Linares Soto y San Lucas, distrito de Belén – 2020. presentan una baja realización personal. 			

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA AMAZONIA PERUANA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y HUMANIDADES

ANEXO 2

**INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS
TEST DE SÍNDROME DE BORNHOUT**

DATOS GENERALES:

Edad: _____ años

Sexo: Femenino Masculino

Estado civil: _____

Tiempo de servicio: _____

INSTRUCCIONES

A continuación, se detalla serie de preguntas los cuales usted debe marcar con una X de acuerdo a su percepción.

ESCALA:

0 = Nunca

1 = Pocas veces al año o menos

2 = Una vez al mes o menos

3 = Varias veces al mes

4 = Una vez a la semana

5 = Varias veces a la semana

6 = Todos los días

N°	PREGUNTAS	0	1	2	3	4	5	6
CANSANCIO EMOCIONAL								
1	Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo							
2	Me siento cansado al final de la jornada de trabajo							
3	Me siento fatigado cuando me levanto por la mañana y tengo que trabajar							
4	Trabajar todo el día con los estudiante es un esfuerzo, es estresante							
N°	PREGUNTAS	0	1	2	3	4	5	6
5	Me siento desgastado, cansado por mi trabajo							

6	Me siento frustrado o aburrido en mi trabajo								
7	Creo que estoy trabajando demasiado								
8	Trabajar directamente con personas me produce estrés								
9	Me siento acabado, como si no pudiese dar más								
DESPERSONALIZACIÓN									
10	Creo que trato a los estudiantes de una manera impersonal, apática								
11	Me he vuelto impaciente con los estudiantes desde que se inició la pandemia el COVID.19.								
12	Me preocupa el hecho de que mi trabajo me endurezca emocionalmente								
13	Siento que me preocupa poco el incumplimiento de las tareas de mis estudiantes								
14	Yo siento que las otras personas que trabajan conmigo me acusan por algunos de sus problemas								
REALIZACIÓN PERSONAL									
15	Comprendo fácilmente como se sienten los demás								
16	Trato eficazmente los problemas de los estudiantes								
17	Creo que influyó positivamente mi trabajo en la vida de las personas								
18	Me siento muy activo								
19	Puedes crear fácilmente una atmosfera relajado con tus estudiantes								
20	Me siento estimulado después de trabajar con mis estudiantes								
21	He conseguido muchas cosas útiles en mi profesión								
22	En mi trabajo trato los problemas emocionales con mucha calma								

Anexo 3:

INFORME DE VALIDÉZ Y CONFIABILIDAD



INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I.

DATOS GENERALES:

1.1. Apellidos y Nombres del Informante: Lopez Vásquez Ana Rosana

1.2. Cargo e Institución donde labora: Universidad Nacional Amazonia Peruana

1.3. Nombre del Instrumento motivo de evaluación: Test. de Síndrome de Burnout.

1.4. Autor del Instrumento: María Antonia Sánchez Valles.

Estudiante de Educación Inicial de la Facultad de Educación "Universidad Nacional de la Amazonia Peruana".

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0 - 20				Regular 21 - 40				Buena 41 - 60				Muy Buena 61 - 80				Excelente 81 - 100			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Esta formulado con Lenguaje apropiado												X								
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en Conductas observadas													X							
3. ACTUALIDAD	Adecuado al mome																			X	
4. ORGANIZACIÓN	Existe una Organización lógica de Los Items.															X					
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.															X					
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar Las variables de estudio.															X					
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos Teóricos- científicos de la Psicología.																X				
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones																X				
9. PERTINENCIA	Mide lo que tiene lo Que tiene que medir.															X					

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: El instrumento cumple con los criterios de valoración

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

75

Lugar y fecha: Iquitos 29 de enero del 2021

Nombre y firma del Experto:
Ana Rosana Lopez Vásquez
 DNI: N° 05326600
 N° Celular: 990 530360



INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

- 1.1. Apellidos y Nombres del Informante: Guevara Torres, Fernando
- 1.2. Cargo e Institución donde labora: Docente - Facultad de Educación - UNAP.
- 1.3. Nombre del Instrumento motivo de evaluación: Test de Síndrome de Burnout
- 1.4. Autor del Instrumento: Mario Antonio Sánchez Valles (Maslach Burnout)

Estudiante de Educación Inicial de la Facultad de Educación "Universidad Nacional de la Amazonia Peruana".

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0 - 20				Regular 21 - 40				Buena 41 - 60				Muy Buena 61 - 80				Excelente 81 - 100			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Esta formulado con Lenguaje apropiado																			X	
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en Conductas observadas																			X	
3. ACTUALIDAD	Adecuado al mome																			X	
4. ORGANIZACIÓN	Existe una Organización lógica de Los Items.																			X	
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.																			X	
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar Las variables de estudio.																				X
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos Técnicos- científicos de la Psicología.																			X	
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones																				X
9. PERTINENCIA	Mide lo que tiene lo Que tiene que medir.																			X	

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: El instrumento cumplen con los criterios de Validación.

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 88

Lugar y fecha: Iquitos 28/01/2021

Nombre y firma del Experto: [Firma]
 DNE N°: 05204041
 N° Celular: 965822299