

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 1 de 8

16.

FECHA viernes, 19 de enero de 2018

Señores
UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA
 BIBLIOTECA
 Ciudad

UNIDAD REGIONAL	Extensión Facatativá
TIPO DE DOCUMENTO	Trabajo De Grado
FACULTAD	Ciencias Sociales, Humanidades Y Ciencias Políticas
NIVEL ACADÉMICO DE FORMACIÓN O PROCESO	Pregrado
PROGRAMA ACADÉMICO	Psicología

El Autor(Es):

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS	No. DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN
ÁVILA PIÑEROS	DAYANNY	1.073.247.346
GRACIA OSORIO	DANIELA ROCIO	1.031.161.909
PIÑEROS SIERRA	PAOLA ANDREA	1.074.188.317

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
 Teléfono (091) 8281483 Línea Gratuita 018000976000
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
 NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
 Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 2 de 8

Director(Es) y/o Asesor(Es) del documento:

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS
RAFAEL LEONARDO	CORTES LUGO

TÍTULO DEL DOCUMENTO
RELACIÓN ENTRE LAS DIMENSIONES DEL BURNOUT Y LOS DOMINIOS DE LA CALIDAD DE VIDA EN DOCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE FACATATIVÁ.

SUBTÍTULO (Aplica solo para Tesis, Artículos Científicos, Disertaciones, Objetos Virtuales de Aprendizaje)

TRABAJO PARA OPTAR AL TÍTULO DE: Aplica para Tesis/Trabajo de Grado/Pasantía Psicólogo (a).

AÑO DE EDICIÓN DEL DOCUMENTO	NÚMERO DE PÁGINAS
30/12/2017	82p

DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS (Usar 6 descriptores o palabras claves)	
ESPAÑOL	INGLÉS
1. Burnout.	Burnout.
2. Calidad de vida.	Quality of life.
3. Docentes.	Teachers.
4. Salud psicológica.	Psychological health.

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
Teléfono (091) 8281483 Línea Gratuita 018000976000
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 3 de 8

RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS

(Máximo 250 palabras – 1530 caracteres, aplica para resumen en español):

Resumen

El síndrome de Burnout es una enfermedad laboral que trae consigo efectos negativos para quien la padece. Entendiendo que éste puede llegar a afectar la calidad de vida del individuo, la presente investigación se realiza con el objetivo identificar la relación entre las dimensiones del Burnout y los dominios de la calidad de vida en 38 docentes de una institución educativa del municipio de Facatativá. Teniendo en cuenta lo anterior, este estudio es de tipo descriptivo-correlacional transversal donde se utilizaron el Maslach Burnout Inventory Human Services Survey (MBI-HSS) y el instrumento de calidad de vida de la organización mundial de la salud (WHOQOL-BREF). Se identificaron niveles medios de agotamiento emocional, bajos de despersonalización y altos de realización personal, además se hallaron niveles altos en los cuatro dominios de la calidad de vida. De acuerdo con los resultados obtenidos, se encontraron relaciones inversamente proporcionales entre la dimensión de agotamiento emocional y los cuatro dominios de la calidad de vida, en el caso de la despersonalización solo se encontró una relación inversamente proporcional entre esta y los dominios de salud psicológica y relaciones sociales. Finalmente, en cuanto a la realización personal solo se obtuvieron relaciones directamente proporcionales entre dicha dimensión y tres de los cuatro dominios de la calidad de vida (salud física, salud psicológica y ambiente), concluyendo así que, no hay una prevalencia del síndrome en dicho contexto, sin embargo, es relevante el desarrollo de programas de prevención con el fin de favorecer la calidad de vida del docente.

Abstract

Burnout syndrome is an occupational disease that has negative effects for those who suffer it. Understanding that this may affect the quality of life of the individual, this research is conducted with the aim of identifying the relationship between the dimensions of Burnout and the domains of quality of life in 38 teachers of an educational institution in the municipality of Facatativá. Taking into account the above, this study is descriptive-correlational cross-sectional where the Maslach Burnout Inventory Human Services Survey (MBI-HSS) and the quality of life instrument of the World Health Organization (WHOQOL-BREF) were used. Medium levels of emotional exhaustion, low depersonalization and high levels of personal fulfillment were identified, and high levels were found in the four domains of quality of life. According to the results obtained, inversely proportional relationships were found between the dimension of emotional exhaustion and the four domains of quality of life, in the case of depersonalization only an inversely proportional relationship was found between this and the domains of psychological health and social relationships. Finally, in terms of personal fulfillment, only directly proportional relationships were obtained between this dimension and three of the four domains of quality of life (physical health, psychological health and

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
 Teléfono (091) 8281483 Línea Gratuita 018000976000
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
 NIT: 890.680.062-2

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 4 de 8

environment), concluding that there is no prevalence of the syndrome in said context, however, is relevant to the development of prevention programs in order to promote the quality of life of the teacher.

AUTORIZACION DE PUBLICACIÓN

Por medio del presente escrito autorizo (Autorizamos) a la Universidad de Cundinamarca para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre mí (nuestra) obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que, en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autoriza a la Universidad de Cundinamarca, a los usuarios de la Biblioteca de la Universidad; así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado una alianza, son:

Marque con una "X":

AUTORIZO (AUTORIZAMOS)	SI	NO
1. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer.	X	
2. La comunicación pública por cualquier procedimiento o medio físico o electrónico, así como su puesta a disposición en Internet.	X	
3. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previa alianza perfeccionada con la Universidad de Cundinamarca para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones.	X	
4. La inclusión en el Repositorio Institucional.	X	

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
 Teléfono (091) 8281483 Línea Gratuita 018000976000
 www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
 NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
 Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16 PAGINA: 5 de 8

de lucro ni de comercialización.

Para el caso de las Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, de manera complementaria, garantizo(garantizamos) en mi(nuestra) calidad de estudiante(s) y por ende autor(es) exclusivo(s), que la Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi(nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestra) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, "*Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores*", los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Universidad de Cundinamarca está en la obligación de **RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR**, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

NOTA: (Para Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía):

Información Confidencial:

Esta Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de la investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado. **SI** ___ **NO** X_.
En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos), en carta adjunta tal situación con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

LICENCIA DE PUBLICACIÓN

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
Teléfono (091) 8281483 Línea Gratuita 018000976000
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 6 de 8

Como titular(es) del derecho de autor, confiero(erimos) a la Universidad de Cundinamarca una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, por un plazo de 5 años, que serán prorrogables indefinidamente por el tiempo que dure el derecho patrimonial del autor. El autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito. (Para el caso de los Recursos Educativos Digitales, la Licencia de Publicación será permanente).

b) Autoriza a la Universidad de Cundinamarca a publicar la obra en formato y/o soporte digital, conociendo que, dado que se publica en Internet, por este hecho circula con un alcance mundial.

c) Los titulares aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.

d) El(Los) Autor(es), garantizo(amos) que el documento en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro(aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

e) En todo caso la Universidad de Cundinamarca se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.

f) Los titulares autorizan a la Universidad para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

g) Los titulares aceptan que la Universidad de Cundinamarca pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

h) Los titulares autorizan que la obra sea puesta a disposición del público en los

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
 Teléfono (091) 8281483 Línea Gratuita 018000976000
 www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
 NIT: 890.680.062-2

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 7 de 8

términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en el "Manual del Repositorio Institucional AAAM003"

i) Para el caso de los Recursos Educativos Digitales producidos por la Oficina de Educación Virtual, sus contenidos de publicación se rigen bajo la Licencia Creative Commons: Atribución- No comercial- Compartir Igual.



j) Para el caso de los Artículos Científicos y Revistas, sus contenidos se rigen bajo la Licencia Creative Commons Atribución- No comercial- Sin derivar.



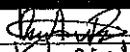
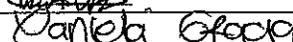
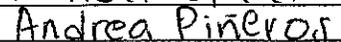
Nota:

Si el documento se basa en un trabajo que ha sido patrocinado o apoyado por una entidad, con excepción de Universidad de Cundinamarca, los autores garantizan que se ha cumplido con los derechos y obligaciones requeridos por el respectivo contrato o acuerdo.

La obra que se integrará en el Repositorio Institucional, está en el(los) siguiente(s) archivo(s).

Nombre completo del Archivo Incluida su Extensión (Ej. PerezJuan2017.pdf)	Tipo de documento (ej. Texto, imagen, video, etc.)
1. Relación-entre-las-dimensiones-del-burnout-y-los-dominios-de-la-calidad-de-vida-en-docentes-de-una-institución-educativa-de-Facatativá.pdf	Texto

En constancia de lo anterior, Firmo (amos) el presente documento:

APELLIDOS Y NOMBRES COMPLETOS	FIRMA (autógrafa)
DAYANNY ÁVILA PIÑEROS	
DANIELA ROCIO GRACIA OSORIO	
PAOLA ANDREA PIÑEROS SIERRA	

12.1.5

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca
Teléfono (091) 8281483 Línea Gratuita 018000976000
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
NIT: 890.680.062-2

Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional

**RELACIÓN ENTRE LAS DIMENSIONES DEL BURNOUT Y LOS DOMINIOS DE
LA CALIDAD DE VIDA EN DOCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE
FACATATIVÁ.**



DAYANNY ÁVILA PIÑEROS

DANIELA ROCIO GRACIA OSORIO

PAOLA ANDREA PIÑEROS SIERRA

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, HUMANIDADES, Y CIENCIAS

POLÍTICAS

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

FACATATIVÁ, 30 de noviembre de 2017.

**RELACIÓN ENTRE LAS DIMENSIONES DEL BURNOUT Y LOS DOMINIOS DE
LA CALIDAD DE VIDA EN DOCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE
FACATATIVÁ.**



DAYANNY ÁVILA PIÑEROS

DANIELA ROCIO GRACIA OSORIO

PAOLA ANDREA PIÑEROS SIERRA

ASESOR:

RAFAEL LEONARDO CORTES LUGO

PSICÓLOGO

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, HUMANIDADES, Y CIENCIAS
POLÍTICAS**

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

FACATATIVÁ, 30 de noviembre de 2017

Agradecimientos

A nuestro asesor, el psicólogo e investigador Rafael Leonardo Cortes Lugo por su acompañamiento y guía permanente en el desarrollo de esta investigación.

A la institución educativa municipal y al rector por aceptar nuestra propuesta de investigación y permitirnos desarrollarla con éxito.

A los docentes de la institución educativa municipal por su colaboración y apoyo en esta investigación.

A la psicopedagoga María Cristina Martínez Roldan por su colaboración en el proceso.

Al docente José Alfonso Olaya Benavides por su orientación y acompañamiento en este trabajo.

Y a las demás personas que día a día nos brindaron su conocimiento y apoyo en este proceso tan importante para nosotras.

GRACIAS

Dedicatorias

A mis queridos padres y mis hermanas por acompañarme y apoyarme incondicionalmente en mi formación personal y académica, a mis abuelos por sus enseñanzas, en especial a la memoria de Salomón Piñeros, por su paciencia y amor, a nuestro asesor por su orientación permanente, a mi amiga Dayanny Ávila, a mi compañera Daniela Gracia, amigos y demás personas que han estado presentes en este proceso. ¡Gracias a todos!

Andrea Piñeros Sierra.

A mi familia por apoyarme y acompañarme en mi formación académica, especialmente a mis padres por ser la Esperanza de mis días y la Gracia de mi vida. A mi compañero de vida Oscar, a mis 6 futuras colegas y a mis compañeras de trabajo.

¡ESTO ES PARA USTEDES!

Daniela Gracia Osorio

A mis hermosos padres, a mi querido hermano, a mi segunda madre Sara Cortes y a Santiago González, les agradezco por su acompañamiento e incondicional apoyo, sus valores infundidos han hecho esto posible y real. También, agradezco a mis compañeras de trabajo Daniela Gracia y en especial a mi gran amiga Andrea Piñeros Sierra y por último a nuestro asesor de monografía por su constante dedicación.

A todos, infinitas gracias...

Dayanny Ávila Piñeros.

Tabla de contenido

	Pág.
Resumen	x
Abstract	xi
Introducción.....	1
Justificación.....	2
Planteamiento del problema	6
Objetivos	9
Objetivo general	9
Objetivos específicos.....	9
Marco teórico.....	10
Síndrome de Burnout.....	10
Antecedentes históricos del síndrome de Burnout.....	10
Conceptualización del síndrome de Burnout.....	11
Dimensiones del síndrome de Burnout.	11
Factores de riesgo asociados al síndrome de Burnout en docentes.	13
Consecuencias del síndrome de Burnout.	14
Calidad de vida.....	15
Conceptualización de la calidad de vida.	15

Dominios de la calidad de vida.....	16
Antecedentes de investigación.....	19
Marco legal.....	26
Metodología.....	28
Paradigma epistemológico.....	28
Enfoque epistemológico.....	28
Enfoque metodológico.....	29
Diseño.....	29
Población y muestra.....	30
Criterios de inclusión.....	30
Criterios de exclusión.....	30
Instrumentos.....	32
Maslach Burnout Inventory Human Services Survey (MBI- HSS).....	32
Cuestionario WHOQOL-BREF para valoración de la calidad de vida.....	33
Lineamientos éticos.....	35
Procedimiento.....	36
Resultados.....	38
Discusión.....	48
Conclusiones y Recomendaciones.....	54
Referencias.....	56

ANEXOS.....	69
Anexo a. Maslach Burnout Inventory Human Services (MBI- HSS).	
Anexo b. Cuestionario WHOQOL-BREF para valoración de la calidad de vida.	
Anexo c. Contrato con la Organización Mundial de la Salud (OMS).	
Anexo d. Permisos para la realización del trabajo de investigación.	
Anexo e. Consentimiento informado.	
Anexo f. Formato de datos generales.	
Anexo g. Datos sociodemográficos.....	85

Lista de tablas

	Pág.
Tabla 1. Dimensiones del síndrome de Burnout.....	39
Tabla 2. Dominios de la calidad de vida	40
Tabla 3. Correlación entre las dimensiones del síndrome y los dominios de la calidad de vida	41
Tabla 4. Datos sociodemográficos	86

Lista de figuras

	Pág.
Figura 1. Valores de calificación del MBI	32
Figura 2. Correlación entre agotamiento emocional y salud física	41
Figura 3. Correlación entre agotamiento emocional y salud psicológica	42
Figura 4. Correlación entre agotamiento emocional y relaciones sociales	42
Figura 5. Correlación entre agotamiento emocional y ambiente	43
Figura 6. Correlación entre despersonalización y salud física	43
Figura 7. Correlación entre despersonalización y salud psicológica	44
Figura 8. Correlación entre despersonalización y relaciones sociales	44
Figura 9. Correlación entre despersonalización y ambiente	45
Figura 10. Correlación entre realización personal y salud física	45
Figura 11. Correlación entre realización personal y salud psicológica	46
Figura 12. Correlación entre realización personal y relaciones sociales	46
Figura 13. Correlación entre realización personal y ambiente	47

Resumen

El síndrome de Burnout es una enfermedad laboral que trae consigo efectos negativos para quien la padece. Entendiendo que éste puede llegar a afectar la calidad de vida del individuo, la presente investigación se realiza con el objetivo de identificar la relación entre las dimensiones del Burnout y los dominios de la calidad de vida en 38 docentes de una institución educativa del municipio de Facatativá. Teniendo en cuenta lo anterior, este estudio es de tipo descriptivo-correlacional transversal donde se utilizaron el Maslach Burnout Inventory Human Services Survey (MBI-HSS) y el instrumento de calidad de vida de la organización mundial de la salud (WHOQOL-BREF). Se identificaron niveles medios de agotamiento emocional, bajos de despersonalización y altos de realización personal, además se hallaron niveles altos en los cuatro dominios de la calidad de vida. De acuerdo con los resultados obtenidos, se encontraron relaciones inversamente proporcionales entre la dimensión de agotamiento emocional y los cuatro dominios de la calidad de vida, en el caso de la despersonalización solo se encontró una relación inversamente proporcional entre esta y los dominios de salud psicológica y relaciones sociales. Finalmente, en cuanto a la realización personal solo se obtuvieron relaciones directamente proporcionales entre dicha dimensión y tres de los cuatro dominios de la calidad de vida (salud física, salud psicológica y ambiente), concluyendo así que, no hay una prevalencia del síndrome en dicho contexto, sin embargo, es relevante el desarrollo de programas de prevención con el fin de favorecer la calidad de vida del docente.

Palabras clave: Burnout, calidad de vida, docentes, salud psicológica.

Abstract

Burnout syndrome is an occupational disease that has negative effects for those who suffer it. Understanding that this may affect the quality of life of the individual, this research is conducted with the aim of identifying the relationship between the dimensions of Burnout and the domains of quality of life in 38 teachers of an educational institution in the municipality of Facatativá. Taking into account the above, this study is descriptive-correlational cross-sectional where the Maslach Burnout Inventory Human Services Survey (MBI-HSS) and the quality of life instrument of the World Health Organization (WHOQOL-BREF) were used. Medium levels of emotional exhaustion, low depersonalization and high levels of personal fulfillment were identified, and high levels were found in the four domains of quality of life. According to the results obtained, inversely proportional relationships were found between the dimension of emotional exhaustion and the four domains of quality of life, in the case of depersonalization only an inversely proportional relationship was found between this and the domains of psychological health and social relationships. Finally, in terms of personal fulfillment, only directly proportional relationships were obtained between this dimension and three of the four domains of quality of life (physical health, psychological health and environment), concluding that there is no prevalence of the syndrome in said context, however, is relevant to the development of prevention programs in order to promote the quality of life of the teacher.

Keywords: Burnout, quality of life, teachers, psychological health.

Introducción

El síndrome de Burnout se presenta en diferentes profesiones, en especial aquellas pertenecientes a los servicios de la salud y humanos como es el caso de los docentes, a quienes se les puede ver afectada su calidad de vida en caso de padecer dicho síndrome (Olaya, 2015). A pesar de ello, en la población Facatativeña no se evidencia una cantidad significativa de estudios respecto a dichas temáticas, por lo que es importante relacionar estas variables.

En este sentido, se hizo un acercamiento respecto a la importancia que tiene el estudio de dichas variables en la profesión docente, posteriormente se realizó una descripción de la problemática, delimitando así la pregunta problema y los objetivos que rigen este estudio. Para una mayor comprensión de las temáticas de investigación estas fueron abordadas dentro de un marco teórico, que permitió contextualizar la historia de las mismas, su definición, las consecuencias, los factores de riesgo, y las dimensiones y dominios que las conforman; así mismo se tuvieron en cuenta estudios donde se evidencian los antecedentes empíricos hallados en la población docente con base en estos constructos.

Además, se explicó la base metodológica llevada a cabo a lo largo de la investigación, la cual incluye el paradigma epistemológico, el enfoque, el diseño, la población y muestra, el procedimiento y los instrumentos de investigación. Del mismo modo, se especificó el marco legal y los lineamientos éticos que la rigen. Para finalizar se expusieron, los resultados, la discusión, conclusiones y recomendaciones permitiendo hacer un análisis y comprensión del síndrome y su relación con la calidad de vida en los docentes de la institución educativa del municipio de Facatativá, aportando así una base empírica que incentive nuevas investigaciones en la región con base en dichas temáticas.

Justificación

En Colombia, de acuerdo con el Decreto 1477 de 2014, el Burnout se entiende como una enfermedad laboral dentro de los trastornos mentales y del comportamiento que se evidencia principalmente en profesiones del servicio social, de la salud y del sector educativo. En este último, se encuentran los docentes presentando una alta vulnerabilidad debido a las demandas físicas, mentales, emocionales y relacionales que se presentan a la hora de interactuar con los diferentes agentes que conforman la comunidad educativa, generando consecuencias negativas en la salud del mismo, como es el estrés que, al llegar a un estado crónico, puede desencadenar el síndrome de Burnout (Oramas, Almirall & Fernandez, 2007).

Este síndrome psicológico trae consigo múltiples consecuencias para el individuo, como trastornos de tipo psicossomático que implican cansancio, fatiga crónica y alteraciones en el organismo; trastornos de la conducta, como despersonalización y absentismo laboral, alteraciones emocionales, entre las que se encuentran agotamiento emocional, ansiedad y sentimientos de culpabilidad, además, está relacionado con trastornos de la actitud por ejemplo apatía, cinismo y hostilidad; trastornos sociales y de relaciones interpersonales que implican actitudes negativas hacia la vida y la disminución de la calidad de vida de quien lo padece (Fernández, 2013).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2000 citado por Saborío & Murillo, 2015), considera que el síndrome de Burnout es un factor de riesgo laboral por sus implicaciones en el individuo, en especial en la calidad de vida y la salud mental del mismo. En relación con lo anterior, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2005), en su proyecto regional de América Latina y el Caribe establece que, en Argentina, Chile, Ecuador, México, Perú y Uruguay el 65% de los docentes

puntuaron bajo en la distribución en el índice de desgaste emocional de la escala de Burnout, lo cual refiere que el síndrome no presentó una prevalencia alta en dicha época, a pesar de evidenciar índices medios y altos en el porcentaje restante de la población estudiada. En consecuencia, en investigaciones de países latinoamericanos, como Perú y Argentina evidenciaron la presencia del mismo en docentes (Fernández, 2008; Ponce, Bulnes, Aliaga, Atalaya, & Huertas, 2005; Bergadá, Neudeck, Parquet, Tisiotti, & Dos Santos, 2005; Tisiotti & Parquet C, 2007).

En Colombia, el Ministerio de la Protección Social (2007), encontró que, en diecisiete grupos de actividades económicas relacionadas con el comercio y administración, servicios sociales y de la salud, educación y servicios comunitarios, entre otros, muestran que el 20% y el 33% de estos trabajadores colombianos presentan altos niveles de estrés, dato que es relevante, debido a que como se mencionó anteriormente, el estrés crónico puede desencadenar el Burnout (Marchena & Torres, 2011). De acuerdo con Restrepo, Colorado & Cabrera (2006), una de las primeras investigaciones en el país acerca del estudio del Burnout con docentes, identificó que el 23,4% de la población estudiada tenía la probabilidad de padecer esta enfermedad; además, un porcentaje igual de los participantes fueron catalogados con riesgo, demostrando que dicho síndrome en algún momento podría llegar a afectar al 46,8% de la población total estudiada.

En el departamento de Cundinamarca no se encuentran informes estadísticos acerca de este padecimiento en donde se incluya una muestra representativa de toda la población. No obstante, se han llevado a cabo investigaciones en poblaciones específicas como personal médico y de enfermería, profesionales de la salud, docentes, entre otros (Alfonso & Moreno,

2009; Jofré & Valenzuela, 2005; Rodríguez, Rodríguez, Riveros, Rodríguez & Pinzón, 2011; Aguilar, Barros & Caro, 2011; Olaya, 2015).

En el municipio de Facatativá, se encontró un estudio sobre el síndrome de Burnout en personal de enfermería, en el cual se evidenció que los participantes respondieron en forma afirmativa a más del 50% de las preguntas del formato de seguimiento, lo que para los autores demostró un alto riesgo de presentar dicho síndrome (Picco & Garay, 2015). Por otro lado, en el diagnóstico realizado por Castro & Pineda (2015), en una institución educativa municipal de Facatativá, sugieren investigar el síndrome de Burnout en docentes, en relación con diferentes variables en una muestra poblacional amplia, ya que, con el instrumento utilizado para identificar los factores psicosociales, no se pudo realizar la medición del síndrome. De acuerdo con las investigaciones descritas acerca del Burnout, se entiende que éste, puede llegar a afectar la calidad de vida en las diferentes esferas del individuo como lo son la psicológica, la física, la social y la familiar (Salas, 2016).

En consecuencia, la relevancia de la presente investigación radica en aportar conocimiento de dicho tema al municipio, ya que en estadísticas de Facatativá no se evidencia un contenido amplio acerca del mismo, además servirá de base para la comunidad UDECINA y en especial para el programa de Psicología, en el cual no se encuentran investigaciones respecto al síndrome, hallando un vacío de conocimiento en cuanto a esta temática. De igual manera, es importante para la institución educativa, puesto que no se encuentra actualmente información que sirva de soporte para el desarrollo de programas de prevención e intervención, mediante convenios con la secretaria de educación que proporcionen los recursos necesarios para dichos procesos.

Con base en lo anterior, el presente estudio se enmarca dentro de la línea de investigación de desarrollo humano de la Universidad de Cundinamarca, ya que este busca correlacionar variables que influyen en el desarrollo del individuo dentro de los diversos ámbitos en los que se desenvuelve, teniendo en cuenta el desarrollo óptimo del ser humano, en relación con la calidad de vida y el bienestar de los docentes tanto físico como psicológico. Razón por la cual, se pretende estudiar el Burnout y su relación con la calidad de vida en dicha población, tema relevante por sus implicaciones en el desempeño de sus actividades personales y profesionales y, por ende, en los procesos de enseñanza y aprendizaje del alumnado, favoreciendo los derechos de los maestros, la formación de los beneficiarios y aportando a los procesos de calidad en el entorno educativo (Medrano, 2014).

Así mismo, esta investigación genera un impacto científico desde la psicología, proporcionado a nivel nacional, departamental y municipal conocimientos empíricos que incentiven a futuras investigaciones y proyectos, contribuyendo así en lo académico y demostrando la relevancia de las variables dentro del marco de la salud mental, por sus repercusiones para el individuo y la sociedad.

Para cumplir con el objetivo de la investigación se abordará el Burnout desde la perspectiva psicosocial, teniendo como referente las tres dimensiones que lo conforman agotamiento emocional, despersonalización y realización personal, que de acuerdo con sus consecuencias negativas en cada una de ellas puede estar relacionado con la calidad de vida entendida desde la salud física, la salud psicológica, las relaciones sociales y el ambiente, afectando al individuo a nivel personal y profesional, involucrando a la organización a la que pertenece y los usuarios.

Planteamiento del problema

El síndrome de Burnout desde hace aproximadamente cuatro décadas, empezó a tener relevancia en el campo investigativo, debido a las consecuencias negativas que conlleva para el individuo en los diferentes ámbitos en los que se desarrolla y sus implicaciones en la salud física y psicológica de quien lo padece, estudiándose en un comienzo en profesionales de la salud, docentes, psicólogos y desplazándose a otras profesiones como administrativos y policías (Bustamante, Bustamante, Gonzales & Bustamante, 2016).

Al momento de definir el síndrome de Burnout, este tiende a confundirse con el estrés laboral y aunque comparten ciertas características en la sintomatología, en el estrés laboral, de acuerdo con Rodríguez & Rivas (2011), se experimentan reacciones físicas y emocionales negativas en situaciones específicas debido a una carga laboral por encima de las capacidades o recursos del trabajador, recuperándose en un tiempo determinado, pero si éste prevalece podría llevar a el estrés crónico y posteriormente al síndrome de Burnout que según Maslach (2009), se caracteriza por afectar tres dimensiones que son, el agotamiento emocional, el cinismo y la realización personal, dándose en el contexto laboral por factores estresores del ambiente. Por lo cual, se entiende que el estrés laboral se presenta de forma intermitente en la rutina del individuo, por su preocupación ante ciertas problemáticas de la organización, pero con el tiempo este puede convertirse en estrés crónico que desencadena el síndrome de Burnout, produciendo un desinterés por parte del individuo en los diferentes procesos en que está involucrado profesionalmente.

Este síndrome se da principalmente en profesionales a cargo de servicios humanos, como profesionales de la salud y docentes, respecto a esta última población se ha evidenciado que están propensos a padecer el Burnout. En ocasiones puede estar relacionado con una

disminución de la calidad de vida, entendida como “la percepción del individuo sobre su posición en la vida dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive y con respecto a sus metas, expectativas, normas y preocupaciones” (OMS, 1994, citado por Botero de Mejía & Pico, 2007, p.16), puesto que los profesores están encargados de proporcionar una educación de calidad, lo cual implica un mayor esfuerzo, dedicación, tiempo y creatividad, no sólo dentro del contexto laboral, si no también fuera del mismo, lo cual lleva a que la vida personal y laboral interfieran una en la otra, interrumpiendo las actividades que realizan en su tiempo libre y por ende influyendo en sus relaciones interpersonales, afectando así su estilo de vida en los diferentes ámbitos, además que no cuentan con una remuneración proporcional a los esfuerzos demandados por los diferentes entes involucrados con el entorno educativo (Díaz, López & Varela, 2012).

En consecuencia, se hace pertinente investigar dicha problemática, puesto que es un factor de riesgo no solo para la salud física, sino también para la salud mental del individuo, tema relevante para la psicología por sus secuelas en la vida laboral y el bienestar personal de quien lo padece (Oramas, 2013). La presente investigación se realiza desde la perspectiva psicosocial de Maslach (2009), caracterizando al síndrome de Burnout desde un modelo tridimensional compuesto por altos niveles de agotamiento emocional y despersonalización, y bajos niveles de realización personal, que se da desde el entorno laboral y la calidad de vida desde el modelo biopsicosocial abordando cuatro dominios como son la salud física, la salud psicológica, las relaciones sociales y el ambiente (OMS, 2001, citado por Arango, Bolaños & Fernández, 2012), implicando así un análisis integral respecto a la relación entre las dimensiones del síndrome y los dominios de la calidad de vida. A partir de esta problemática en la población docente, surge la siguiente pregunta de investigación

¿Cuál es la relación entre las dimensiones del Burnout y los dominios de la calidad de vida en los docentes de una institución educativa del municipio de Facatativá, Cundinamarca?

Objetivos

Objetivo general

Identificar la relación entre las dimensiones del Burnout y los dominios de la calidad de vida en docentes de una institución educativa municipal de Facatativá, Cundinamarca mediante los instrumentos MBI- HSS y el WHOQOL- BREF.

Objetivos específicos.

- Determinar la prevalencia del Burnout en cada una de las tres dimensiones en los docentes.
- Describir los resultados obtenidos en cada uno de los dominios de la calidad de vida en los docentes de la institución.
- Establecer la correlación entre las dimensiones del Burnout y los dominios de la calidad de vida de los docentes.

Marco teórico

Síndrome de Burnout

Antecedentes históricos del síndrome de Burnout.

En una clínica de la ciudad de Nueva York, el psiquiatra Freudenberger (1974, citado por Leiter, Bakker, & Maslach, 2014), observó una disminución en la motivación y agotamiento emocional de los voluntarios de la clínica, evento que le permitió utilizar por primera vez, el término de síndrome Burnout definiéndolo como “una sensación de fracaso y una experiencia agotadora que resulta de una sobrecarga por exigencias de energía, recursos personales o fuerza espiritual del trabajador” (Freudenberger, 1974, p.161, citado por Oramas, 2013, p. 28). Lo que quiere decir que este se presenta a causa del estrés laboral, provocando un desgaste emocional del individuo y, por ende, afectando su bienestar.

En 1976, Maslach dio a conocer el término en el Congreso Anual de la Asociación de Psicología (APA), mencionando que dicho síndrome se daba principalmente en trabajadores de servicios humanos (Quiceno & Vinaccia, 2007). En noviembre de 1981 se realizó la primera conferencia nacional en Filadelfia, permitiendo socializar las investigaciones realizadas acerca del síndrome (Álvarez & Fernández, 1991).

De las observaciones realizadas por Freudenberger y Maslach, nacen dos perspectivas para el estudio del Burnout. La primera, la perspectiva clínica que se enfatiza, en la sintomatología derivada del síndrome. La segunda, la perspectiva psicosocial que tiene en cuenta las condiciones laborales en relación con las variables personales, evidenciando deterioros en las esferas cognitiva, emocional y afectiva de quien lo padece. Esta última perspectiva, ha sido investigada por Maslach, debido a su importancia como fenómeno social, puesto que fueron los mismos empleados quienes expresaron la sintomatología del síndrome

por primera vez (Maslach, 2003 citado por Olivares- Faundez, 2016), por lo que, el término empezó a tener un acogimiento en la comunidad científica siendo investigado en Estados Unidos, Canadá y Gran Bretaña (Foz, 2009).

Conceptualización del síndrome de Burnout.

Entendiendo la importancia que ha cobrado este fenómeno desde su aparición, de acuerdo con Maslach (1993, citado por Maslach, 2009), el síndrome de Burnout se define como:

Un síndrome psicológico que implica una respuesta prolongada a estresores interpersonales crónicos en el trabajo. Las tres dimensiones claves de esta respuesta son un agotamiento extenuante, sentimiento de cinismo y desapego por el trabajo, y una sensación de ineficacia y falta de logros (p.37).

En este sentido, el síndrome es de carácter tridimensional evidenciando altos niveles de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, dándose principalmente en profesionales en contacto directo con clientes o pacientes.

En cuanto a la diferencia entre este síndrome y el estrés laboral, esta radica en que el primero solo tiene consecuencias negativas, mientras que el segundo puede tener tanto efectos positivos como negativos para el individuo (Farber, 1984, citado por Carlin, 2014). Teniendo en cuenta la definición de este síndrome desde la perspectiva psicosocial de Maslach, se hace necesario explicar a continuación las tres dimensiones que lo conforman.

Dimensiones del síndrome de Burnout.

El agotamiento emocional, alude a “sentimientos de estar sobreexigido y vacío de recursos emocionales y físicos. Los trabajadores se sienten debilitados y agotados, sin ninguna

fuente de reposición” (Maslach, 2009, p. 37). Es así que, debido a la sobrecarga laboral del individuo se ve afectada su esfera emocional, repercutiendo en su desempeño personal y profesional.

La despersonalización, hace referencia a un “componente del contexto interpersonal del Burnout. Se refiere a una respuesta negativa, insensible, o excesivamente apática a diversos aspectos del trabajo” (Maslach, 2009, p. 37). Por lo que, se evidencia un cambio conductual en el individuo, caracterizado por un distanciamiento respecto a sus responsabilidades y la interacción con personas de los diferentes entornos en que se desenvuelve.

Realización personal, caracterizada por puntuaciones bajas, asociándose a la autoevaluación, incluyendo “sentimientos de incompetencia y carencia de logros y productividad en el trabajo. Este sentido disminuido de autoeficacia es exacerbado por una carencia de recursos de trabajo, así como por una falta de apoyo social y de oportunidades para desarrollarse profesionalmente” (Maslach, 2009, p. 37). Por lo tanto, el trabajador se evalúa negativamente, afectando sus habilidades y competencias profesionales.

Haciendo un breve resumen de lo anterior, Maslach & Leiter (1997), describen las dimensiones de la siguiente manera:

La primera dimensión se caracteriza porque el individuo a pesar de haber descansado la noche anterior, amanece con la misma fatiga, pues es considerada como la primera reacción ante el estrés como consecuencia de la carga laboral. Haciendo referencia a la segunda dimensión, el trabajador toma una actitud negativa hacia su trabajo y las personas, además deja de aportar sus ideas, emplea menos esfuerzo y tiempo en el desarrollo de sus actividades

laborales, por ende, disminuye su productividad y en algunos casos afecta la de sus compañeros, y por último, la baja realización se manifiesta cuando el trabajador pierde confianza en sí mismo, en cuanto a sus conocimientos y habilidades, además se siente insatisfecho con su quehacer profesional y experimenta frustración. Atendiendo a las características que determinan la presencia de estas dimensiones es importante entender los factores de riesgo asociados a las mismas respecto a la profesión docente.

Factores de riesgo asociados al síndrome de Burnout en docentes.

Algunos de los factores de riesgo que desencadenan el síndrome de Burnout en la labor docente según Rivero & Cruz (2010 citados por Aranda, 2011) son: “permanecer de pie, elevar y forzar la voz, jornadas extenuantes, recibir órdenes confusas, (...), permanecer en la institución en horas “muertas”, supervisión estricta, el excesivo control de calidad, el revisar tareas, concentración excesiva, (...), escribir en exceso en cuadernos y pizarrones” (p.48); estos factores repercuten en la salud del docente disminuyendo su motivación, satisfacción laboral, el compromiso con su trabajo y a su vez afectan la calidad de vida. Además, esta profesión tiene una exigencia más amplia respecto a otras profesiones, puesto que la jornada de trabajo no finaliza al salir de la institución, sino que continua en su hogar, aumentando la carga laboral sin una remuneración extra (Marrau, 2004). De igual forma, la presencia del síndrome como se ha dicho con anterioridad conlleva una serie de consecuencias negativas que afecta al individuo en los diferentes ámbitos en que se desenvuelve.

Consecuencias del síndrome de Burnout.

De acuerdo con Gómez (2008), estas se clasifican de la siguiente manera.

1. Consecuencias físicas, las cuales se manifiestan a través del cansancio, pérdida de apetito, dolores de espalda, alergias, hipertensión arterial, jaquecas, crisis asmáticas, gastritis, diarrea, trastornos del sueño y trastornos menstruales.
2. Consecuencias emocionales se presentan por medio del agotamiento, vacío y fracaso, baja tolerancia a la frustración, impotencia ante el problema, nerviosismo, dificultad de concentración con olvidos frecuentes, falta de atención y de memoria, tristeza con tendencia a la depresión, baja autoestima y despersonalización.
3. Consecuencias conductuales, se caracterizan por consumo de sustancias tóxicas, cambios bruscos de humor, aislamiento, agresividad, cinismo, absentismo laboral, tricotilomanía y disminución en la capacidad de toma de decisiones.
4. Consecuencias familiares y sociales, se evidencia un desgaste tanto de la vida familiar, como de la vida en pareja, aislamiento por parte del individuo y, por ende, un deterioro de las relaciones sociales.
5. Consecuencias organizacionales, aluden a conflictos con compañeros y beneficiarios de su trabajo que conlleva insatisfacción por parte de los mismos respecto al trato, influyendo a su vez en el desempeño de las actividades diarias.

Entendiendo la relevancia de la evaluación de este padecimiento en la población docente, y comprendiendo la gravedad de las consecuencias, este puede llegar a influir en la calidad de vida de los mismo, para lo cual es necesario hacer un abordaje de esta variable.

Calidad de vida

Conceptualización de la calidad de vida.

El concepto de calidad de vida ha cambiado con los años, cobrando importancia para las ciencias sociales y de la salud, por lo que han sido planteadas varias definiciones, pero para el desarrollo de la presente investigación se tomará como referencia la de la OMS, (1994, citado por Botero de Mejía & Pico, 2007), entendiéndola como:

La percepción del individuo sobre su posición en la vida dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive y con respecto a sus metas, expectativas, normas y preocupaciones. Es un concepto extenso y complejo que engloba la salud física, el proceso psicológico, el nivel de independencia, las relaciones sociales, las creencias personales y la relación con las características sobresalientes del entorno (p.16).

Es decir que, el individuo hace una valoración subjetiva sobre sus condiciones de vida generando un significado a partir de las mismas, permitiéndole evaluar su satisfacción en relación a la calidad de vida en diversas áreas (salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente).

Dentro de este orden de ideas, para afirmar que una persona tiene una buena calidad de vida, se debe contemplar todas las áreas a las que pertenece, una de las más representativas es la salud; que, hasta mediados del siglo XX comienza a mencionarse en relación con la calidad de vida; cuando la OMS en su Asamblea de 1946, adopta la definición de salud como "un estado de completa salud física, mental y Bienestar social y no sólo la ausencia de enfermedad o dolencia " (United Nations,1948, p. 100).

En concordancia con lo anterior, Patrick & Erickson (1993, citados por Romero, Vivas-Consuelo & Alvis-Guzmán, 2013) definen a la calidad de vida relacionada con la salud como el deterioro de las funciones físicas, psicológicas, y sociales que afectan al individuo en sus labores cotidianas, aumentando el hecho de padecer alguna enfermedad y deteriorando progresivamente su salud.

En este sentido el concepto de calidad de vida estaría “modulado por los procesos cognitivos vinculados a la evaluación que la persona realiza tanto de sus condiciones objetivas de vida, como del grado de satisfacción con cada una de ellas” (Urzúa & Caqueo-Úrizar, 2012, p. 65). Lo cual implica que el individuo realice una valoración subjetiva de sus condiciones actuales de vida pues, estas son dinámicas y varían según el nivel de satisfacción que el sujeto perciba en los diferentes dominios que la componen.

Dominios de la calidad de vida.

Para evaluar la calidad de vida, la OMS cuenta con un cuestionario denominado The World Health Organization Quality of Life (WHOQOL), traducida en español como “Calidad de Vida de La Organización Mundial de la Salud”, la cual está conformada por 4 áreas o dominios, que, según la World Health Organization (OMS, 1996), se especifican como:

Salud física: Está contempla el dolor y malestar, sueño y descanso, energía y fatiga, movilidad, actividades diarias, dependencia en sustancias médicas y ayudas médicas y capacidad de trabajo.

Psicológica: Evalúa los sentimientos negativos, sentimientos positivos, autoestima, imagen corporal y apariencia, espiritualidad /Religión/Creencias personales y pensamiento, aprendizaje, memoria y concentración.

Relaciones sociales: Determina las relaciones personales, apoyo social y actividad sexual.

Ambiente: En esta se encuentra la libertad, seguridad física, ambiente del hogar, recursos económicos, sistemas sanitario y social: accesibilidad y calidad, oportunidades para adquirir información y habilidades nuevas, participación en/ y oportunidades de descanso, recreo/actividades de ocio, ambiente físico (polución/ ruido/ tráfico/ clima) y transporte.

Teniendo en cuenta las dimensiones y las consecuencias del síndrome de Burnout, se evidencia un deterioro progresivo del trabajador que puede llegar a afectar su calidad de vida, como lo demuestra un estudio realizado por Acevedo (2015), encontrando que cuando los niveles del Burnout son altos, el empleado no se siente satisfecho con su trabajo, por el contrario, si los niveles son bajos las personas se sienten relativamente cómodas con su labor, reflejándose en su calidad de vida, pues se perciben con más salud física, mental o psicológica, con mejores relaciones interpersonales y con su entorno.

De acuerdo con las variables del estudio el enfoque que rige la presente investigación es el cognitivo ya que, como lo expresa Golembiewski, Hills & Daly (1979, citados por Álvarez & Fernandez, 2014), la teoría cognitiva hace referencia a que la percepción que un sujeto tiene ante determinada situación, es diferente a la de los demás sujetos que lo rodean, siendo un aspecto determinante para que algunos individuos presenten o no el síndrome. De igual forma, dichas percepciones influyen en la evaluación que la persona hace sobre sus condiciones de vida y la satisfacción respecto a estas, viéndose afectada o no la calidad de vida (Shevington, O'Connell & the WHOQOL Group, 2004 citado por Urzúa & Caqueo-Urizar, 2012).

De igual forma, las cogniciones del individuo determinan la forma de percibir los acontecimientos, incidiendo en el modo de interpretar las relaciones con los beneficiarios de sus servicios y las personas en los diferentes entornos en que se desenvuelve, modificando así sus acciones de acuerdo con las consecuencias que traen para sí mismo y para los demás. Igualmente, las creencias del sujeto tienen un impacto sobre la apreciación de sus capacidades (Bandura, 1989), es por estas razones que, tanto el síndrome de Burnout, como la calidad de vida van a depender de las valoraciones que el sujeto haga de sus habilidades, emociones, acciones, de situaciones que desencadenen estresores, de su relación con el otro y con su entorno próximo, como es el caso de la organización a la cual está vinculada.

Antecedentes de investigación

A continuación, se presenta un rastreo de antecedentes empíricos respecto a las variables de investigación, teniendo en cuenta la metodología, los instrumentos de investigación, los resultados y conclusiones de los mismos, para lo cual se inicia con estudios correspondientes a la variable del síndrome de Burnout, luego calidad de vida y finalmente, la relación entre dichas variables.

Olaya (2015), en su investigación, estableció como objetivo identificar las variables intervinientes para la presentación del síndrome de Burnout o síndrome de agotamiento profesional en docentes distritales de la localidad de Usme. Para cumplir con este fin tomó una muestra intencional de 50 profesores, conformada por 34 mujeres y 16 hombres con edades entre 18 y 65 años, quienes laboraban en la jornada de la mañana y tarde, en la Unidad de Planeamiento Zonal 57 Gran Yomasa de instituciones distritales de esta localidad. Para realizar la investigación aplicaron los siguientes instrumentos: un cuestionario sociodemográfico y el cuestionario de Maslach Burnout Inventory – General Survey (MBI-GS), el cual evalúa tres dimensiones: agotamiento, cinismo y eficacia profesional.

Los resultados arrojaron que el 12% de los docentes presentaban el síndrome, de los cuales un 8% eran mujeres y un 4% hombres, frente a un 88% que no lo presentaba. Además, encontraron un 10% de los docentes en riesgo de padecerlo; refiriendo un porcentaje de manifestación del síndrome de Burnout bajo en esta muestra. Así mismo, evidenciaron que los docentes distritales estaban expuestos a diferentes variables emocionales, laborales y personales que contribuían en la aparición del mismo.

Sandoval (2013), en su estudio diagnóstico, busco analizar e identificar los niveles del síndrome de Burnout presentes en los docentes de la Universidad de los llanos del municipio

de Villavicencio, aplico la prueba Maslach Burnout Inventory (MBI) a 142 docentes universitarios. En el estudio se tuvieron en cuenta variables como el género, la zona residencial, el estrato, la edad, el estado civil, la escolaridad (pregrado, postgrado), el tipo de posgrado, tipo de vinculación laboral y ocupaciones diferentes a las asignadas en la institución. Los resultados demostraron que los profesionales de planta y tiempo completo presentaban un nivel medio de Burnout, caracterizado especialmente por niveles medios de despersonalización y agotamiento emocional, y niveles altos de autoestima profesional. Además, evidenciaron que el estado civil, tener o no hijos y pareja no se relacionaba con el Burnout, sin embargo, el sexo y la edad sí.

Muñoz & Correa (2012), realizaron una investigación con el fin de identificar la prevalencia del síndrome de Burnout y su relación con las estrategias de afrontamiento en docentes de primaria y secundaria de varias instituciones educativas públicas y privadas. Para tal propósito contaron con una muestra de 120 maestros (78 mujeres y 42 hombres) entre los 23 y 56 años. Llevando a cabo dicho estudio mediante un método cuantitativo correlacional no experimental de tipo transversal, empleando como instrumentos el MBI, conformado por 22 ítems que permite medir dicha variable. Además, utilizaron la Escala de Estrategias de Coping modificada, compuesta por 14 escalas con 98 ítems en total, mediante una escala Likert.

Los resultados de la investigación, demostraron la presencia de Burnout en la población docente mediante la siguiente distribución: 19 (16%) con un nivel alto, 52 (43%) con un nivel medio y 49 (41%) con un nivel bajo, hallando una mayor prevalencia en docentes solteros. Además, encontraron mayores porcentajes en cuanto a las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización en profesores de secundaria y un mayor nivel de falta de realización personal en educadores de primaria. En cuanto a la relación entre el

síndrome de Burnout y las estrategias de afrontamiento, evidenciaron que estrategias cognitivo-conductuales como la búsqueda de alternativas y el apoyo en otras personas disminuyen dicho padecimiento.

La investigación elaborada por Aguilar et al. (2011), fue realizada con el objetivo principal de identificar las variables de la profesión docente que están asociadas a la presencia del síndrome de Burnout en profesores de colegios públicos de la ciudad de Bogotá. Para tal fin, contaron con una muestra de 300 docentes de instituciones distritales (221 mujeres y 79 hombres), empleando un tipo de estudio descriptivo con estrategia metodológica de asociación, en el cual utilizaron como instrumentos el MBI y un instrumento elaborado por ellos mismos acerca de variables relacionadas al rol docente, conformado por 18 ítems.

Los resultados del estudio mostraron que, hay una relación entre el síndrome de Burnout y variables como: el número de estudiantes a quienes enseñan y las actividades del trabajo que el docente realiza en casa. A pesar de que no encontraron una asociación significativa entre las demás variables estudiadas y el síndrome, evidenciaron una mayor prevalencia del mismo en docentes desde los 36 años en adelante, pertenecientes a un estrato social medio, solteros, de zona urbana, aquellos que enseñan en secundaria o aquellos que no tenían hijos. Además, encontraron que la participación en programas de inducción y el conocimiento de las funciones del cargo se relaciona con una menor presencia del síndrome. Con dicho estudio, pudieron concluir que el síndrome de Burnout está asociado a algunas variables de la profesión docente, identificando que del 100% de los profesores, el 6% presentó el síndrome, el 18% tuvo riesgo de padecerlo y el 76% restante no lo presentó en dicho momento.

Parada, Vargas & Velandia (2014) llevaron a cabo un estudio cuyo objetivo fue determinar la prevalencia del Síndrome de Agotamiento Profesional y su relación con la Calidad de Vida en Salud en el personal docente de Chía. En una muestra de 295 docentes del sector oficial del municipio aplicaron los siguientes cuestionarios: el MBI, con el cual determinaron la presencia del síndrome de agotamiento profesional, el cuestionario de datos sociodemográficos (personales y laborales) y el cuestionario de Calidad de Vida en salud SF-36.

En dicho estudio evidenciaron que en los docentes de Chía el síndrome de agotamiento profesional se manifiesta en el 18,5% de la muestra estudiada, además la subescala del cuestionario de Maslach con mayor puntuación fue la de agotamiento emocional. En cuanto a las escalas del cuestionario de calidad de vida en la salud SF-36, encontraron una correlación directamente proporcional entre la escala de realización personal de Maslach con la escala de salud mental, en cuanto a las escalas de despersonalización y agotamiento emocional evidenciaron una relación inversa con las escalas de salud mental del cuestionario SF-36. Concluyendo así que el número de docentes que padecen el síndrome de agotamiento profesional en Chía, es bajo. Sin embargo, la población objetivo tiene un posible riesgo del 21,01% a corto plazo de padecer el síndrome; convirtiéndose en un riesgo epidemiológico del 39,5%.

En la investigación de Acevedo (2015), realizó un estudio que buscaba establecer una relación entre el síndrome de Burnout y la calidad de vida en docentes de secundaria. Esta investigación se realizó en la ciudad de Medellín con una muestra de 55 maestros, de los cuales 37 continuaron como parte del estudio, 10 hombres y 27 mujeres respectivamente, a los cuales se les aplicaron el Cuestionario Breve de Burnout (CBB) y el WHOQOL- BREF. Los

resultados de la aplicación de las pruebas arrojaron que los maestros no presentan alto niveles de Burnout, pero en cuanto a las dimensiones las puntuaciones se situaron en la media, a su vez los resultados de la prueba de calidad de vida fueron significativamente altos. Demostrando que existe una relación inversamente proporcional entre el Burnout y la calidad de vida.

De Lourdes & De Cássia (2017), realizaron un estudio en la ciudad de Cajazeiras (Brasil), el cual tuvo como objetivo evaluar la prevalencia del síndrome de Burnout y la calidad de vida en docentes de educación superior. Tomaron una muestra de 174 maestros de cuatro universidades diferentes, conformada por 107 mujeres y 67 hombres, en edades entre los 20 a los 70 años. Para identificar la prevalencia de las variables, utilizaron un cuestionario sociodemográfico, el WHOQOL - 100 y la prueba MBI- ES la cual evalúa las mismas dimensiones del MBI - HSS diferenciándose en que modifican la palabra maestro por estudiante.

Los resultados evidenciaron que la calidad de vida de los participantes en general fue de 65,83, sin embargo, las puntuaciones más bajas estuvieron en los dominios de salud física con una media de 56,80 y ambiente con 59,94 respecto a lo demás dominios. En cuanto al síndrome de Burnout solo 6 docentes (3,4%), de la muestra presentaron el síndrome, y sugieren darle seguimiento al padecimiento, puesto que 25,9% presentaron niveles medios y el 23,0 % niveles altos en la dimensión de agotamiento emocional, para la despersonalización se encontraron 31,6% en el nivel medio y 12,1% en el nivel alto, finalmente el 27 % se ubicaron con una baja realización personal. Concluyendo así que el entorno laboral tiene una relación directa con el desarrollo del Burnout.

Santos (2014), realizó un estudio con el objetivo de verificar los niveles de estrés, el agotamiento que se deriva del ejercicio de tareas de enseñanza y las variables que más contribuyen a dicho ejercicio, además como esto puede estar asociado con la calidad de vida de los maestros. La muestra de este estudio fue no probabilística y estuvo conformada por 168 docentes de 12 instituciones del distrito de Braganca. Esta investigación se hizo mediante un diseño descriptivo observacional transversal, utilizando como instrumentos el Maslach Burnout Inventory- MBI (Maslach y Jackson, 1997), el cual le permitió medir la variable del síndrome de Burnout e implemento la escala de evaluación de la calidad de vida – WHOQOL BREF, el Breve Inventario de Síntomas- BSI, usándolo para evaluar los síntomas psicopatológicos y por último el Breve Cope- R que sirve para valorar los estilos y estrategias de afrontamiento.

Los resultados muestran que los maestros puntuaron medio en la dimensión de agotamiento emocional, en despersonalización puntuaron igualmente medio y en realización personal presentan un valor alto, siendo uno de los mejores resultados de las dimensiones, respecto al – WHOQOL BREF se halló que dicha población se encuentra por encima del nivel medio en cada dominio (físico, psicológico, relaciones sociales y ambiente), pero el dominio de ambiente obtuvo el resultado menos favorable dentro de la puntuación media , en cuanto a los datos obtenidos por el BSI arrojó que las dimensiones de somatización y la ansiedad en función de índice fóbico, y el total de síntomas positivos (TSP) son los promedios más altos. Concluyendo así que el síndrome de Burnout no se presenta en los docentes que participaron en la investigación y la calidad de vida es favorable.

Porto, Tomasi & Facin (2011), establecieron como objetivo de su estudio investigar los niveles de calidad de vida entre docentes de escuelas estatales y municipales, de enseñanza

fundamental y media, y relacionarlos con características sociodemográficas y del proceso de trabajo. Utilizando una muestra de 601 docentes de Rio Grande Do Sul, Brasil con un diseño metodológico de tipo transversal, aplicando el WHOQOL-BREF que les permitió identificar índices de 69,2 para el dominio físico, 70,6 para el psicológico, 72,5 para relaciones sociales y 60,7 para ambiente y, el MBI encontrando que el 63% presentaba niveles medios de agotamiento emocional y un 21% niveles altos en esta misma dimensión, el 30% evidenciaron puntuación alta en despersonalización y, el 58% y el 14% obtuvieron niveles medios y bajos de realización personal, respectivamente, con un prevalencia total del 31% del síndrome en dicha población. Demostrando con los resultados la importancia de realizar acciones de prevención respecto al síndrome y de promoción de la calidad de vida en el trabajo.

Marco legal

Para el desarrollo de esta investigación psicológica, se tienen en cuenta las siguientes leyes que apoyan su implementación, de acuerdo a las variables y la población del estudio.

El Decreto 1477 de 2014, establece la tabla de enfermedades laborales, donde se encuentra el Síndrome de Burnout en el grupo IV (Trastornos mentales y del comportamiento), especificando:

Los agentes etiológicos / factores de riesgo ocupacional como: condiciones de la tarea, que contribuyen al padecimiento son: (Demandas de carga mental (velocidad, complejidad, atención, minuciosidad, variedad y apremio de tiempo); el contenido mismo de la tarea que se define a través del nivel de responsabilidad directo (por bienes, por la seguridad de otros, por información confidencial, por vida y salud de otros, por dirección y por resultados); las demandas emocionales (por atención de clientes); especificación de los sistemas de control y definición de roles (p.55).

Las ocupaciones/ industrias: Las ocupaciones que se ven afectadas con el síndrome son: Actividades del sector educativo, servicios sociales y de salud. Atención a niños y adolescentes en circunstancias de vida difíciles, a personas privadas de la libertad, a farmacodependientes. Atención a usuarios, atención a víctimas, personas con discapacidad, pacientes terminales, personas que trabajan en levantamiento de cadáveres (p. 55).

Resolución 002646 (2008), la cual de acuerdo con el artículo 1 regula “la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a los factores de riesgo psicosocial en el trabajo, así como el estudio y determinación de origen de patologías presuntamente causadas por estrés ocupacional” (párr. 4).

El artículo 5, especifica que los factores psicosociales “Comprenden los aspectos intralaborales, los extralaborales o externos a la organización y las condiciones individuales o características intrínsecas del trabajador, los cuales, en una interrelación dinámica, mediante percepciones y experiencias, influyen en la salud y el desempeño de las personas” (párr. 26).

Además, esta resolución contempla factores psicosociales intralaborales, extralaborales e individuales, que pueden tener efectos negativos tanto para el individuo, como para la organización en sus diferentes áreas, entre otros aspectos.

Decreto 1278 (2002), el cual regula las relaciones del Estado con los educadores a su servicio, garantizando que la docencia sea ejercida por educadores idóneos, partiendo del reconocimiento de su formación, experiencia, desempeño y competencias como los atributos esenciales que orientan todo lo referente al ingreso, permanencia, ascenso y retiro del servidor docente y buscando con ello una educación con calidad y un desarrollo y crecimiento profesional de los docentes (p. 1).

De acuerdo con lo anterior, este decreto tiene en cuenta las funciones del docente, sus derechos, sus deberes y demás disposiciones para el desarrollo de esta profesión.

Metodología

Paradigma epistemológico

La presente investigación se llevó a cabo mediante un paradigma positivista; ya que, se enmarca dentro de un método y unos instrumentos que permiten observar, cuantificar y medir las variables objeto de estudio, permitiendo describir la complejidad de las mismas de forma objetiva, y a su vez comprobar la veracidad o falsedad de las hipótesis previamente planteadas mediante análisis estadísticos (Meza, 2003). Es por ello que se tomaron las variables de síndrome de Burnout y la calidad de vida describiendo sus resultados y verificando o negando la relación entre las mismas.

Enfoque epistemológico

De acuerdo con las variables del estudio el enfoque que rige la presente investigación es el cognitivo ya que, como lo expresa Golembiewski, Hills & Daly (1979, citados por Álvarez & Fernandez, 2014), la teoría cognitiva hace referencia a que la percepción que un sujeto tiene ante determinada situación, es diferente a la de los demás sujetos que lo rodean, siendo un aspecto determinante para que algunos individuos presenten o no el síndrome. De igual forma, dichas percepciones influyen en la evaluación que la persona hace sobre sus condiciones de vida y la satisfacción respecto a estas, viéndose afectada o no la calidad de vida (Shevington, O'Connell & the WHOQOL Group, 2004 citado por Urzúa & Caqueo-Urizar, 2012).

De igual forma, las cogniciones del individuo determinan la forma de percibir los acontecimientos, incidiendo en el modo de interpretar las relaciones con los beneficiarios de sus servicios y las personas en los diferentes entornos en que se desenvuelve, modificando así

sus acciones de acuerdo con las consecuencias que traen para sí mismo y para los demás. Igualmente, las creencias del sujeto tienen un impacto sobre la apreciación de sus capacidades (Bandura, 1989), es por estas razones que, tanto el síndrome de Burnout, como la calidad de vida van a depender de las valoraciones que el sujeto haga de sus habilidades, emociones, acciones, de situaciones que desencadenen estresores, de su relación con el otro y con su entorno próximo, como es el caso de la organización a la cual está vinculada.

Enfoque metodológico

El enfoque metodológico del presente estudio es cuantitativo, caracterizado por ser objetivo, secuencial y probatorio, en el cual se miden y analizan una o más variables mediante métodos estadísticos que permitan llegar a una serie de conclusiones, con el fin de comprobar o rechazar las hipótesis previamente planteadas (Hernández, Fernandez y Baptista, 2014). Se tomaron las variables de estudio y mediante el coeficiente de correlación de Pearson y la tabla t de Student con un nivel de significancia del 0,05, se concluyó la relación existente entre las mismas.

Diseño

El presente proyecto se realizó mediante un diseño no experimental, de tipo transversal con un alcance descriptivo-correlacional, lo cual quiere decir que no se manipularon las variables del estudio y los datos fueron recolectados en un único momento, permitiendo describir las características de las variables de la investigación en una población específica y establecer la relación entre las mismas, haciendo de este el diseño más apropiado para cumplir con los objetivos del proyecto (Hernández, Fernandez & Baptista, 2014). La aplicación se realizó en una jornada laboral, donde los docentes contestaron los dos test, los cuales

permitieron describir los resultados de las variables, determinar la prevalencia del síndrome y establecer la relación entre los constructos.

Población y muestra

La población se conforma por 46 docentes, 11 hombres y 35 mujeres de la institución educativa municipal, los cuales están distribuidos en dos sedes; la sede 2, conformada por los grados de cero a tercero a cargo de 7 docentes de la jornada de la mañana y 7 de la jornada de la tarde para un total de 14 docentes, y la sede principal la cual cuenta con grados de 4 de primaria a 11 de bachillerato, con 16 docentes en la jornada de la mañana y 16 en la jornada de la tarde, para un total de 32 docentes.

Para la realización de la investigación, se eligió una muestra no probabilística ya que la selección de los docentes no se llevó a cabo mediante fórmulas probabilísticas si no que, por el contrario, se tuvieron en cuenta unos criterios de inclusión y de exclusión para determinar la participación en el estudio, contribuyendo así en el logro de los objetivos del mismo (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). Teniendo en cuenta lo anterior, dicha muestra estuvo conformada por 38 docentes de las dos sedes de la institución, 9 hombres y 29 mujeres.

Criterios de inclusión.

- Personal docente de ambos sexos que se encuentren laborando con grupos mínimo hace tres meses en la institución educativa municipal en cualquiera de las dos sedes en la jornada de la mañana o tarde.

Criterios de exclusión.

- Docentes que se nieguen a participar.
- Docentes que no diligencien completamente los instrumentos de investigación.

- Docentes en periodo de licencia o incapacitados en las fechas de recolección de datos.
- Docentes eventuales o de reemplazo.

Hipótesis de investigación

- H₁ Hay una correlación inversamente proporcional entre la dimensión de agotamiento emocional y cada uno de los dominios de la calidad de vida (salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente).
- H₂ Hay una correlación inversamente proporcional entre la dimensión de despersonalización y cada uno de los dominios de la calidad de vida (salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente).
- H₃ Hay una correlación directamente proporcional entre la dimensión de realización personal y cada uno de los dominios de la calidad de vida (salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente).

Hipótesis nulas

- H₀ No hay una correlación inversamente proporcional entre la dimensión de agotamiento emocional y cada uno de los dominios de la calidad de vida (salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente).
- H₀ No hay una correlación inversamente proporcional entre la dimensión de despersonalización y cada uno de los dominios de la calidad de vida (salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente).
- H₀ No Hay una correlación directamente proporcional entre la dimensión de realización personal y cada uno de los dominios de la calidad de vida (salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente).

Instrumentos

Para la realización de la presente investigación, se utilizaron dos instrumentos acordes a las variables de estudio, los cuales se describirán a continuación.

Maslach Burnout Inventory Human Services Survey (MBI- HSS)

El Maslach Burnout Inventory Human Services Survey (MBI-HSS – Inventario de Burnout de Maslach- Cuestionario para servicios humanos, ver anexo a), es un instrumento elaborado por Maslach y Jackson, a partir de la definición del Burnout, como un síndrome caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y bajo logro personal (Schaufeli, Leiter & Maslach, 2008).

Está compuesto por 22 ítems con una escala tipo liker, con siete opciones de respuesta, calificables de 0 nunca a 6 todos los días, los ítems se distribuyen de la siguiente manera en las tres dimensiones: Agotamiento emocional, conformada por 9 ítems (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20) y una puntuación máxima de 54, despersonalización, conformada por 5 ítems (5, 10, 11, 15, 22) y una puntuación máxima de 30 y Realización personal, compuesta por 8 ítems (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21), con puntuación máxima de 48, puntuaciones altas en las dos primeras dimensiones y bajas en la última definen el síndrome (Facal-Fondo, 2012). En este sentido, los dominios del burnout se presentan progresivamente en el orden en que se explicó anteriormente (Leiter, 1993 citado por Grau, 2008).

Los valores de calificación de la prueba son los siguientes:

	CE	DP	RP
Alto	≥ 27	≥ 13	≤ 31
Medio	17-26	7-12	32-38
Bajo	≤ 16	≤ 6	≥ 39

Figura 2. Valores de calificación del MBI (Maslach & Jackson 1981, citadas por Rodríguez, 2012).

En cuanto a la confiabilidad de las subescalas del MBI- HSS, han encontrado un alpha de Cronbach de 0,82 para agotamiento emocional, 0,80 para despersonalización y 0,85 para realización personal (Manso, 2006). De acuerdo con investigaciones realizadas por Jackson y otros (1986, citados por Buzzetti, 2005), la consistencia interna de la prueba se ha encontrado entre 0,75 y 0.90, de igual manera, se han llevado a cabo estudios de validación en países de habla hispana como Chile, encontrando una fiabilidad general del instrumento mediante el alpha de Cronbach de 0,74 y en cada una de las dimensiones de 0,86 para agotamiento emocional, 0,76 para realización personal y 0,72 para despersonalización, apoyando así la estructura de las tres dimensiones de la escala y la validez y fiabilidad en adaptaciones al español (Olivares-Faúndez, Mena-Miranda, Macía-Sepulveda & Jélvez- Wilke, 2014). Razón por la cual, ha sido utilizado en estudios colombianos con población docente (Gil, Martínez y Zapata, 2015; Sandoval, 2013; Muñoz & Correa, 2012; Aguilar, Barros & Caro, 2011).

Cuestionario WHOQOL-BREF para valoración de la calidad de vida

El World Health Organization Quality of Life Instrument – Short Form (WHOQOL-BREF- instrumento de calidad de vida de la organización mundial de la salud, ver anexo b), es una versión corta del WHOQOL-100, el cual fue diseñado a partir de la definición que ofrece la OMS respecto a la calidad de vida mediante un enfoque intercultural, lo que ha permitido que este sea utilizado en diversos países y haya sido validado y traducido en varios idiomas, entre ellos al español, cuentan con una traducción para Colombia la cual puede ser obtenida con el permiso de la OMS (ver anexo c).

Este es un instrumento autoadministrable y consta de 26 ítems con una escala tipo liker con cinco opciones de respuestas, calificables entre 1 y 5, está conformado por dos preguntas relacionadas con la percepción general de la calidad de vida y el estado de salud del individuo

(1 y 2) y 24 preguntas distribuidas en 4 dominios que evalúan salud física (3, 4, 10, 15, 16, 17 y 18), salud psicológica (5, 6, 7, 11, 19 y 26), relaciones sociales (20, 21 y 22) y, ambiente (8, 9, 12, 13, 14, 23, 24 y 25), de estos ítems tres son inversos 3, 4 y 26, dato a tener en cuenta al momento de la calificación del instrumento (OMS, 1998). Para efectos de esta investigación se tuvieron en cuenta 3 niveles de calidad de vida dentro de la escala de 0 a 100 comprendidas como: Baja con puntuaciones de 0 a 33,33; media con puntuaciones entre 33,34 a 66,66 y, alta con resultados entre 66,67 y 100.

La OMS (1998), identificó mediante el alpha de Cronbach para cada uno de los dominios una consistencia interna de 0,80 para salud física, 0,76 para salud psicológica, 0,66 para relaciones sociales y 0,80 para ambiente. En Colombia han demostrado que la prueba para población adulta tiene un alpha de Cronbach superior a 0,8 (Cardona, Ospina & Eljadue, 2015) y en población chilena evidenciaron un puntaje total de 0,88 en el alpha de Cronbach para los 24 ítems que conforman los cuatro dominios del cuestionario (Espinoza, Osorio, Torrejón, Lucas- Carrasco & Bunout, 2011). Teniendo en cuenta estos datos, se demuestra que las características del instrumento son apropiadas para medir la calidad de vida en la población objeto de estudio.

En cuanto a la calificación de la prueba la OMS (1998), establece los siguientes parámetros: verificar que todos los ítems estén contestados, se procede a invertir la calificación de los ítems 3, 4 y 26, se suman las puntuaciones obtenidas por cada dominio, se obtiene el promedio de las mismas y luego se multiplica por cuatro, para obtener una calificación total del dominio entre 0 y 20 y finalmente, se aplica la siguiente formula (calificación total del dominio - 4) * (100/16), con el fin de obtener un puntaje entre 0 y 100.

Entre más alta sea la puntuación en cada uno de los dominios denotara una mayor calidad de vida en el individuo.

Los instrumentos anteriormente mencionados, se utilizaron con un carácter netamente académico y sin ánimo de lucro.

Lineamientos éticos

La presente investigación se realiza a partir de la Ley 1090 (2006), teniendo en cuenta los principios que reglamentan el quehacer del psicólogo, tales como el respeto y la responsabilidad con que se maneja la información suministrada por los participantes, en este caso los resultados de las pruebas. Además, se hace énfasis en la confidencialidad de los datos obtenidos, por lo cual cada docente firmó un consentimiento informado en el que se asegura la no revelación de la identidad del individuo a terceros ajenos a la investigación a menos de que sea estrictamente necesario.

De igual manera, se llevaron a cabo procesos adecuados, utilizando correctamente la metodología, los materiales y se realizó un análisis pertinente de las conclusiones y resultados, así como como de la divulgación de los mismos, para ello se utilizaron instrumentos teniendo en cuenta su confiabilidad y consistencia interna, así mismo se dio a conocer a la institución el objetivo de la investigación y los resultados generales, sin etiquetar o provocar dilemas en el entorno laboral de los docente a causa de los mismos.

También se tuvo en cuenta, la importancia del acompañamiento permanente por parte de un asesor de la universidad que se encargó de verificar todos los procesos efectuados por las psicólogas en formación. Igualmente, se contempla que, todo profesional de psicología tiene derecho a la propiedad intelectual sobre los trabajos elaborados en forma individual o

colectiva, de acuerdo con los derechos de autor establecidos en Colombia, razón por la cual este trabajo no podrá ser divulgado, publicado o reproducido en su totalidad sin la debida autorización de las autoras, pues fue realizado estrictamente con fines académicos, siempre salvaguardando la identidad de los participantes.

Procedimiento

Fase 1.

En la primera fase del proyecto investigativo, se inició con la construcción de los objetivos general y específicos, posteriormente se realizó la recolección de los datos para la elaboración del planteamiento del problema, pregunta problema y la justificación.

Fase 2.

Para la elaboración del marco teórico y los antecedentes de investigación, se realizó un rastreo documental y posteriormente se seleccionó la información para el contenido del marco legal. En el marco metodológico, se definió el paradigma, el enfoque y el diseño de la investigación, se contempló la población, muestra y los criterios que se tendrían en cuenta para la participación o exclusión en el estudio; se establecieron las hipótesis de trabajo y las hipótesis nulas, se describieron los instrumentos de investigación y finalmente, se determinó los lineamientos éticos que rigen el presente estudio.

Fase 3.

Se realizó la presentación del trabajo de investigación a los directivos de la institución educativa, explicando el objetivo del estudio, la forma de aplicación de los instrumentos y la aprobación de la propuesta (ver anexo d). Además, se realizó la firma de los consentimientos informados (ver anexo e), la respectiva aplicación del formato de datos generales (ver anexo f)

y las pruebas (WHOQOL BREF y MBI- HSS) suministradas y retiradas por los investigadores con un tiempo máximo de 20 minutos para cada prueba.

Fase 4.

Después de la aplicación de las pruebas, se organizó la información recolectada para comenzar con la calificación de las mismas en Microsoft Excel 2016. Posteriormente, se realizó la tabulación y descripción de los resultados obtenidos en las dimensiones del Burnout y los dominios de la calidad de vida. Se realizaron las correlaciones entre las dimensiones de Burnout y los dominios de la calidad de vida, mediante el coeficiente de correlación de Pearson y para una mayor comprensión de la relación entre las variables estudiadas se utilizó la tabla de distribución t de Student. Finalmente, se llevó acabo el análisis de los datos, la discusión, las conclusiones y las recomendaciones de acuerdo con los resultados de investigación.

Resultados

La muestra para la presente investigación estuvo compuesta por 38 docentes, 29 mujeres y 9 hombres (Ver anexo g) de una Institución Educativa Municipal de Facatativá Cundinamarca, distribuidos en dos sedes, a quienes se les aplicaron dos instrumentos (MBI-HSS y WHOQOL-BREF), obteniendo los resultados que se presentan a continuación.

Síndrome de Burnout

A continuación, se describirán los resultados de las tres dimensiones que conforman el síndrome de Burnout, siendo estas el agotamiento emocional, la despersonalización y la realización personal. Además, se tuvo en cuenta la desviación estándar de los datos que nos permite identificar la dispersión de los mismos respecto a la media (ver tabla 2). Los docentes puntuaron en agotamiento emocional con un 52,3%, en un nivel bajo, el 31,58% se encuentra dentro de un rango medio y el 15,79% se ubica en la categoría alta. Además, el promedio la dimensión de agotamiento emocional para la muestra de esta población fue de 16,34, es decir en un rango medio, ya que este valor es superior a 16.

En la dimensión de despersonalización el 68,42% puntuó bajo, el 26,32% medio y el 5,26% alto, la media obtenida dentro de la investigación para esta dimensión fue de 4,47 equivaliendo a un rango bajo. En cuanto a la realización personal los docentes puntuaron 68,4% en un nivel bajo, 23,68% en un rango medio y 7,89% dentro de la categoría alta, evidenciando un promedio de 40,5, con un rango medio. Analizando los datos arrojados por el instrumento se puede deducir que, el 61% de la muestra (23 docentes) no presentan el síndrome, sin embargo, el 39% (15 docentes) probablemente están en riesgo de padecerlo, ya que el 21% de ellos (8 docentes) presentan niveles medios en 2 o 3 de las dimensiones y el 18% restante (7 docentes) puntuaron alto en por lo menos 1 de las dimensiones.

Tabla 1. Dimensiones del síndrome de Burnout

	Agotamiento emocional	Porcentaje	Despersonalización	Porcentaje	Realización personal	Porcentaje
Alto	6	15,79%	2	5,26%	3	7,89%
Medio	12	31,58%	10	26,32%	9	23,68%
Bajo	20	52,63%	26	68,42%	26	68,40%
Media	16,34		4,47		40,5	
Desviación	10,01		5,06		5,43	

Fuente: propia.

Valoración de la calidad de vida

En este apartado se explicarán los resultados obtenidos en los cuatro dominios de la calidad de vida, que corresponden a la salud física, la salud psicológica, las relaciones sociales y el ambiente (ver tabla 3). En cuanto a la salud física, se evidenció que los docentes puntuaron con un 55,26% en un nivel alto y, el 44,74% restante se ubica en un rango medio, con una media de 77,15 dentro de una escala de 0 a 100. En el dominio de salud psicológica, el 87,47% puntuó alto y el 10,53% medio, obteniendo un promedio de 78,40.

En las relaciones sociales el 71,05% puntuó alto, el 26,32% medio y el 2,63% bajo, obteniendo una media de 71,93 para la muestra de estudio. Respecto a el ambiente, se encontró que, el 55,26% se encuentra en un rango alto y el 44,74% dentro de la categoría media, evidenciando un promedio de 70,39. Demostrando así que, todos los promedios de estas dimensiones se hallan dentro de un nivel medio. Además, los docentes calificaron la percepción general de su calidad de vida y de su salud como bastante buena, con un promedio de 4 sobre 5 en cada uno de estos ítems.

Tabla 2. Dominios de la calidad de vida

	Salud física	Porcentaje	Salud psicológica	Porcentaje	Relaciones sociales	Porcentaje	Ambiente	Porcentaje
Alto	21	55,26%	34	89,47%	27	71,05%	21	55,26%
Medio	17	44,74%	4	10,53%	10	26,32%	17	44,74%
Bajo	0	0,00%	0	0,00%	1	2,63%	0	0,00%
Media	71,15		78,4		71,93		70,39	
Desviación	15,54		13,38		18,12		12,35	

Fuente: propia.

Síndrome de Burnout en relación con la calidad de vida.

El análisis correlacional permite identificar el comportamiento relacional entre las variables de estudio, en este caso las dimensiones del síndrome de Burnout (Agotamiento emocional, despersonalización y realización personal) y los dominios de la calidad de vida (salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente). Para ello se utilizó el Coeficiente de Correlación de Pearson (r) entre dichas variables, teniendo en cuenta los puntajes de la distribución de la tabla t de Student para dos colas con una significancia de 0,05 que en este caso corresponden a -2,03 y 2,03.

A continuación, se presenta la tabla de los consolidados de las correlaciones entre las variables, y para una mejor visualización se presenta cada una de las gráficas de dichas relaciones.

Tabla 3. Correlación entre las dimensiones del síndrome y los dominios de calidad de vida

	Salud física	Salud psicológica	Relaciones sociales	Ambiente
Agotamiento emocional	-0,573 P = 0,05 (Inversa)	-0,591 P = 0,05 (Inversa)	-0,367 P = 0,05 (Inversa)	-0,473 P = 0,05 (Inversa)
Despersonalización	-0,293 No hay relación	-0,48 P = 0,05 (Inversa)	-0,342 P = 0,05 (Inversa)	-0,265 No hay relación
Realización personal	0,461 P = 0,05 (Directa)	0,569 P = 0,05 (Directa)	0,178 No hay relación	0,387 P = 0,05 (Directa)

Fuente: propia.

Agotamiento emocional.

La figura 2, permite evidenciar una correlación inversamente proporcional entre la dimensión de salud física y el dominio de agotamiento emocional con una puntuación de -0,57 (ver tabla 4), es decir que a medida que una de las variables aumenta (agotamiento emocional) la otra disminuye (salud física).

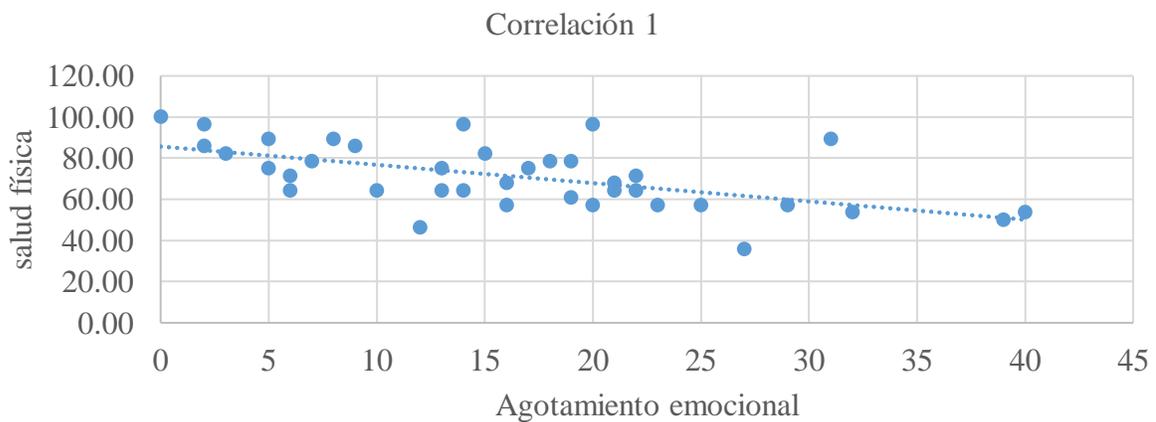


Figura 2. Correlación entre agotamiento emocional y salud física. Fuente: propia.

En la figura 3, se muestra una correlación inversamente proporcional entre la dimensión de salud psicológica y el dominio de agotamiento emocional con una puntuación de -0,59 (ver tabla 4), de lo cual se infiere que a medida que, el agotamiento emocional aumenta la salud psicológica disminuye.

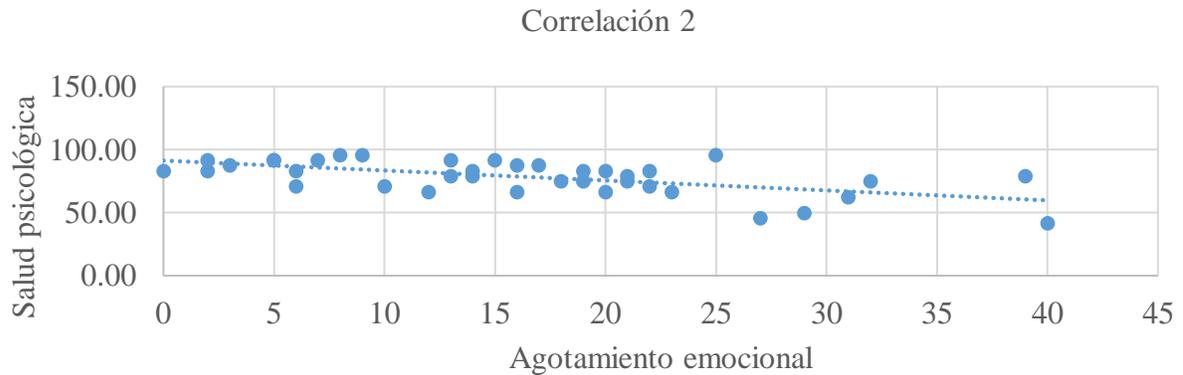


Figura 3. Correlación entre agotamiento emocional y salud psicológica. Fuente: propia.

Se halló una correlación inversamente proporcional entre la dimensión de relaciones sociales y el dominio de agotamiento emocional con una puntuación de -0,36 (ver tabla 4), concluyendo que, a mayores niveles de agotamiento emocional, menores niveles de relaciones sociales. (ver figura 4)

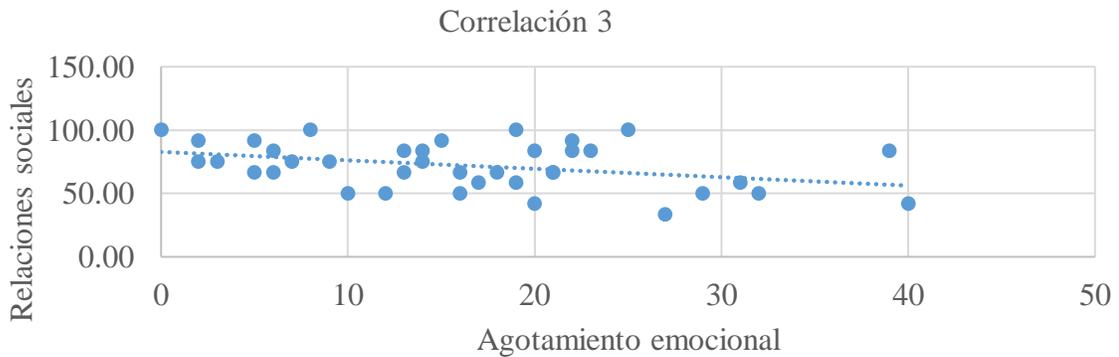


Figura 4. Correlación entre agotamiento emocional y realciones sociales. Fuente: propia.

La figura 5, demuestra una correlación inversamente proporcional entre la dimensión de ambiente y el dominio de agotamiento emocional con una puntuación de -0,47 (ver tabla 4), es decir que a medida que una de las variables aumenta (agotamiento emocional) la otra disminuye (salud física).

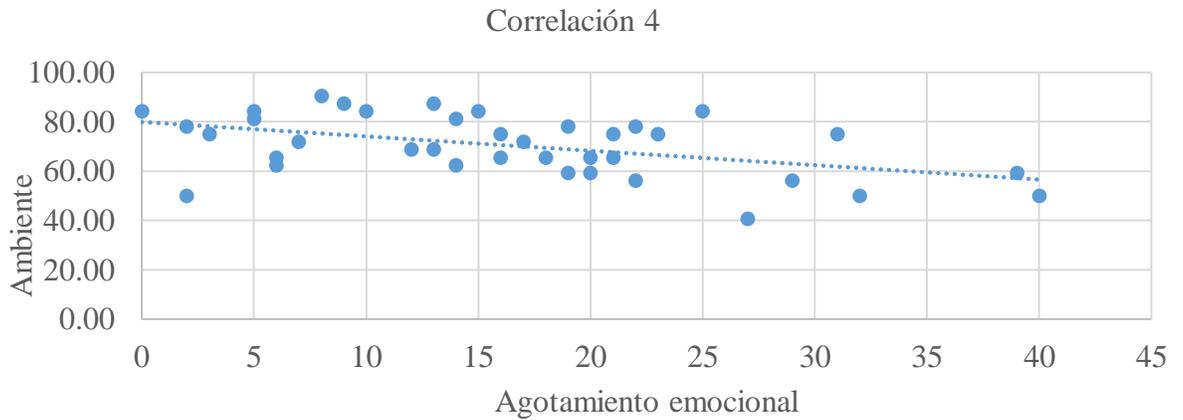


Figura 5. Correlación entre agotamiento emocional y ambiente. Fuente: propia.

Despersonalización.

Entre la dimensión de la despersonalización y el dominio de salud física no se pudo evidenciar una relación para esta muestra, (ver figura 6) puesto que obtuvo una puntuación de -0,29 (ver tabla 4).

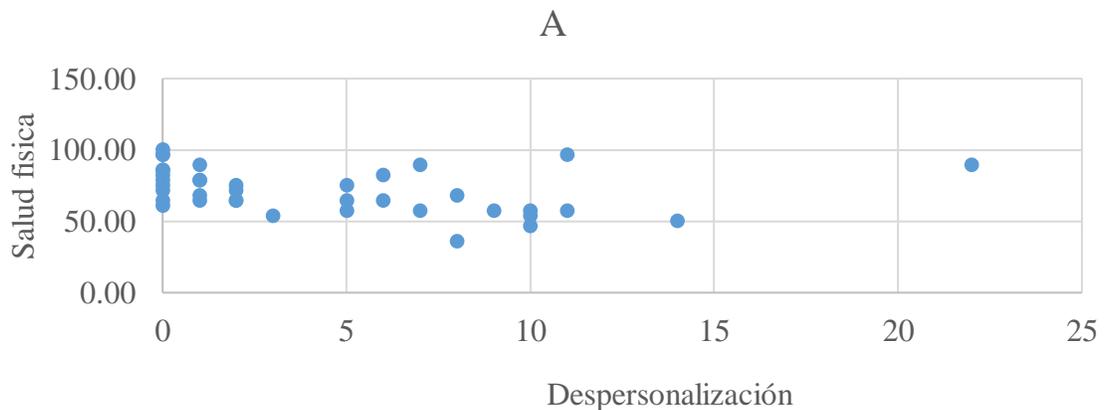


Figura 6. Correlación entre despersonalización y salud física. Fuente propia.

La figura 7, permite evidenciar una correlación inversamente proporcional entre la dimensión de salud psicológica y el dominio de despersonalización con una puntuación de -0,48 (ver tabla 4), es decir que a medida que una de las variables aumenta (despersonalización) la otra disminuye (salud psicológica).

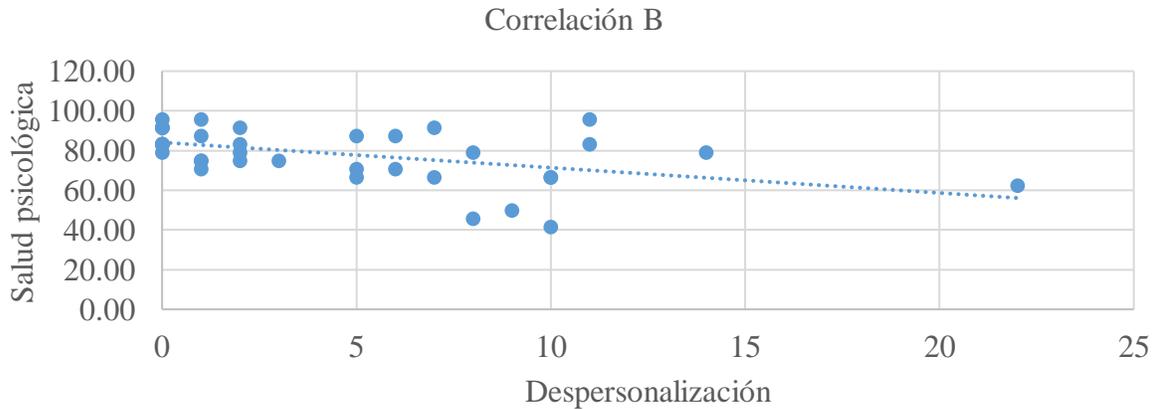


Figura 7. Correlación entre despersonalización y salud psicológica. Fuente: propia.

En la figura 8 se muestra una correlación inversamente proporcional entre la dimensión de relaciones sociales y el dominio de despersonalización con una puntuación de -0,34 (ver tabla 4), de lo cual se infiere que a medida que, la despersonalización aumenta las relaciones sociales disminuyen.

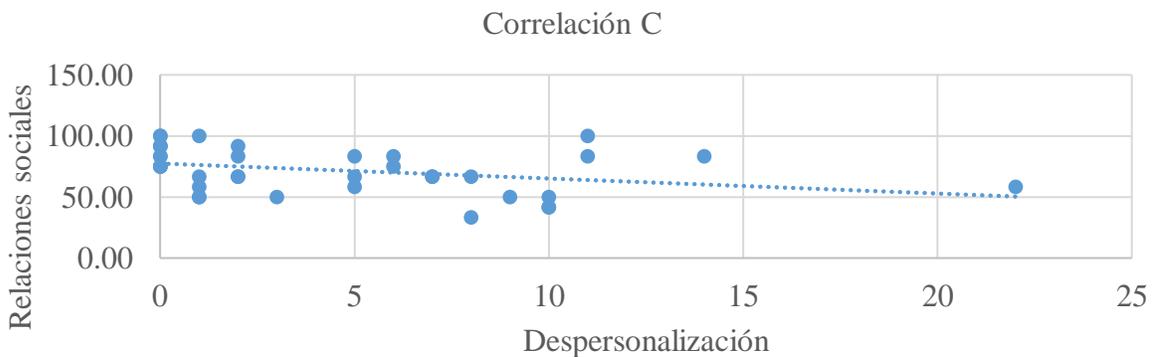


Figura 8. Correlación entre despersonalización y relaciones sociales. Fuente: propia.

Entre la dimensión de la despersonalización y el dominio de ambiente no se pudo evidenciar una relación para esta muestra, (ver figura 9) puesto que obtuvo una puntuación de -0,26 (ver tabla 4).

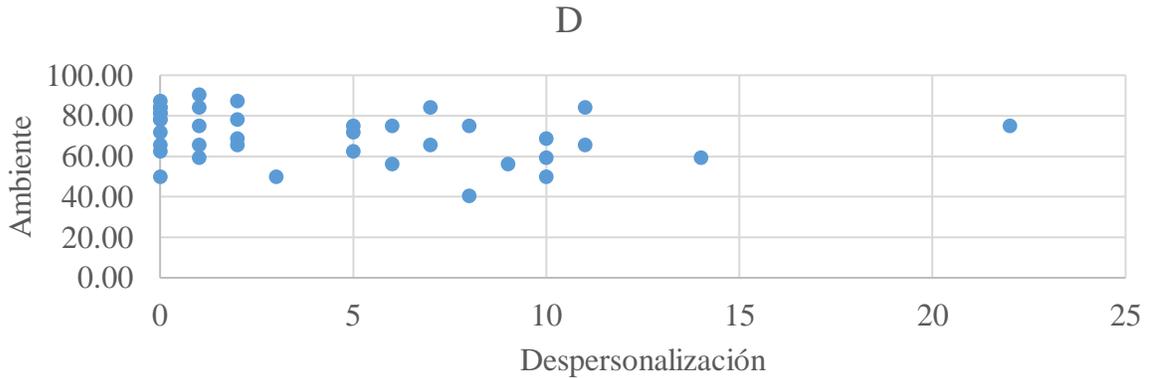


Figura 9. Correlación entre despersonalización y ambiente. Fuente: propia.

Realización personal.

Se halló una correlación directamente proporcional entre la dimensión de realización personal y el dominio de salud física con una puntuación de 0,46 (ver tabla 4), concluyendo que, a mayores niveles de realización personal mayores niveles de salud física. (ver figura 10).

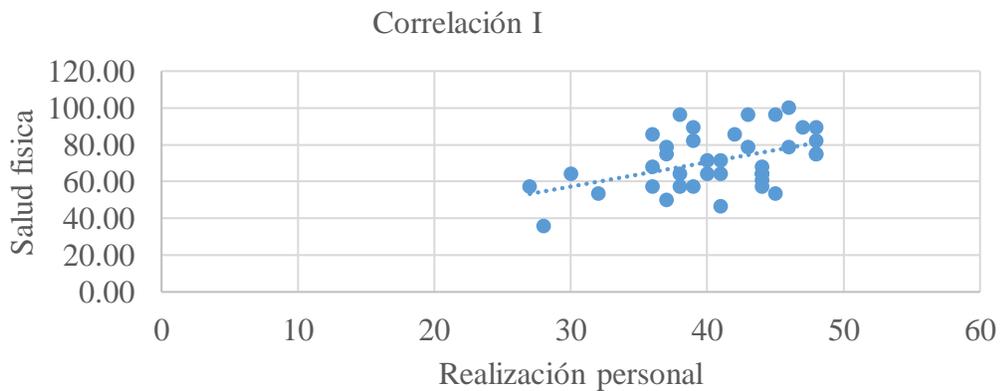


Figura 10. Correlación entre realización personal y salud física. Fuente: propia.

La figura 11, demuestra una correlación directamente proporcional entre la dimensión de realización personal y el dominio de salud psicológica con una puntuación de 0,56 (ver tabla 4), es decir que a medida que una de las variables aumenta (realización personal) la otra también (salud psicológica).

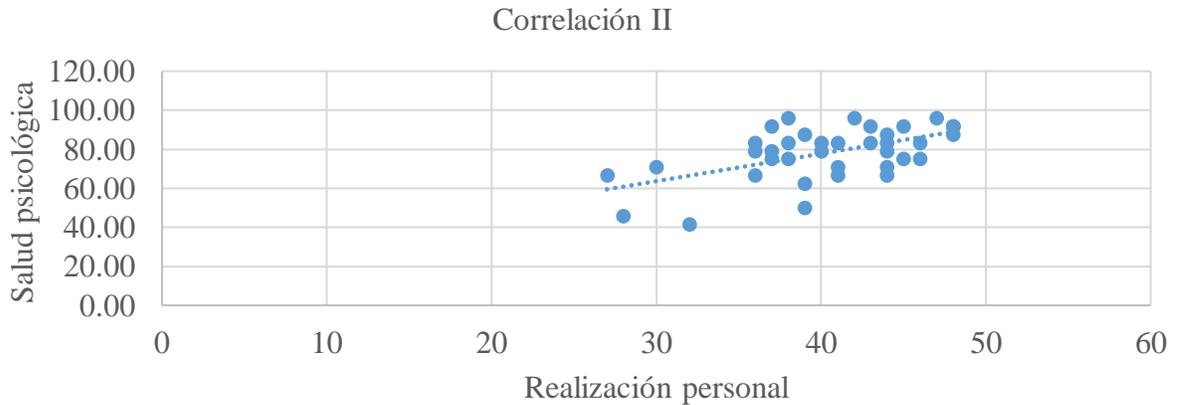


Figura 11. Correlación entre realización personal y salud psicológica. Fuente:propia.

Entre la dimensión de la realización personal y el dominio de relaciones sociales no se pudo evidenciar una relación para esta muestra, (ver figura 12) puesto que obtuvo una puntuación de 0,17 (ver tabla 4).

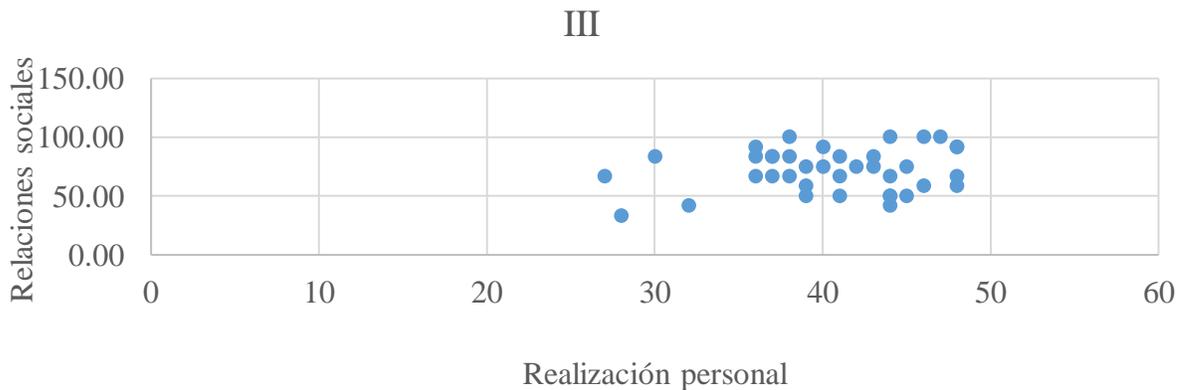


Figura 12. Correlación entre realización personal y relaciones sociales. Fuente: Propia.

En la figura 13 se muestra una correlación directamente proporcional entre la dimensión de realización personal y el dominio de ambiente con una puntuación de 0,38 (ver tabla 4), de lo cual se infiere que a medida que una variable aumenta la otra también.

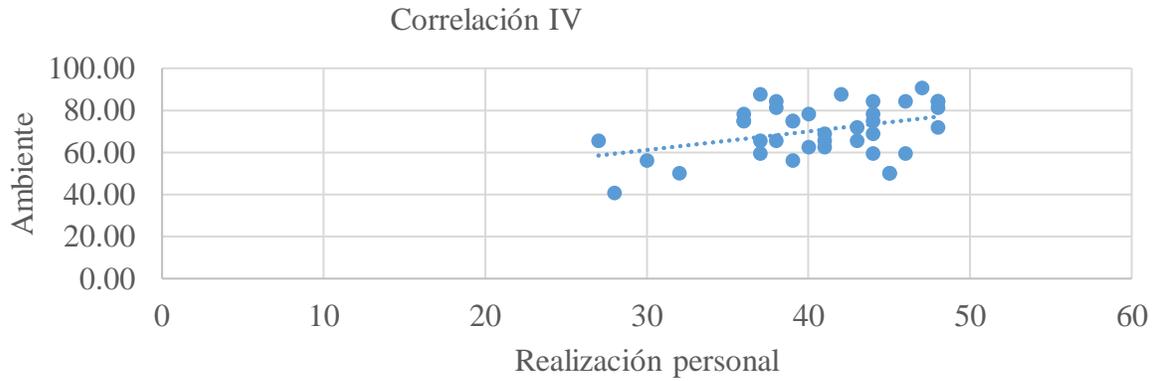


Figura 13. Correlación entre realización personal y ambiente. Fuente: propia.

Discusión

El docente como agente formador dentro de la sociedad, al ser el encargado de abordar diferentes problemáticas relacionadas con los entes que conforman la comunidad educativa, se ve expuesto a factores de riesgo psicosociales como es el caso del síndrome de Burnout, el cual se caracteriza por niveles altos de agotamiento emocional y de despersonalización y, una baja realización personal en el trabajo, por sus consecuencias este síndrome puede llegar a afectar la calidad de vida del individuo, entendida a partir de la valoración que el sujeto realiza respecto a sus condiciones de vida y a su satisfacción con la mismas en diversas áreas, influyendo así de forma negativa en los procesos realizados a nivel personal y profesional (Maslach & Leiter, 1997). Motivo por el cual, el objetivo general de este estudio se centró en identificar la relación entre las dimensiones del Burnout y los dominios de la calidad de vida en docentes de una institución educativa de Facatativá.

Para dar respuesta al primer objetivo específico, se analizaron las dimensiones del síndrome de Burnout, el agotamiento emocional tuvo una mayor incidencia dentro de las tres dimensiones, lo cual puede estar afectando en un nivel medio el bienestar de los docentes, su concentración y memoria, sintiéndose sobreexigido en su trabajo (Maslach, 2009; Gómez-Batiste, 2008), esto es acorde con el estudio de Parada, et al. (2014), en el que la dimensión mencionada obtuvo la mayor puntuación. De igual manera puede ser un primer indicador de padecer a futuro el síndrome, de acuerdo con el proceso manifestado por Leiter (1993, citado por Grau 2008), en el que primero se evidencia el agotamiento emocional, seguido por la despersonalización y finalmente la baja realización personal.

De acuerdo con las puntuaciones bajas arrojadas por la prueba en la dimensión de despersonalización, se puede decir que probablemente los docentes de la muestra no presentan

un trato deshumanizado hacia las personas a las cuales prestan sus servicios, ni tampoco actúan de manera apática en relación con las problemáticas del contexto, por lo que posiblemente se sientan comprometidos con su labor y su rol, lo que les permite una mayor productividad en el desarrollo de sus actividades, contrario a lo ocurrido en caso de evidenciar niveles altos en dicha dimensión (Maslach, 2009), diferenciándose así de los resultados hallados por Sandoval (2013), en su estudio con docentes universitarios, quienes obtuvieron puntuaciones medias para esta dimensión.

Igualmente, se encontraron resultados contrarios respecto a lo descrito por Maslach (2009) en la dimensión de realización personal, debido a que los docentes presentan niveles altos en este aspecto, asociándose a pensamientos y sentimientos positivos respecto a su desempeño laboral y su interacción con los entes del entorno educativo, generando así seguridad en sus conocimientos, habilidades y, por ende, en su quehacer profesional, concordando así con la puntuaciones arrojadas en una población de docentes universitarios (Sandoval, 2013).

En relación con el segundo objetivo, la calidad de vida es entendida como el bienestar subjetivo en las diferentes áreas de ajuste del individuo, lo cual le permite un equilibrio entre sus condiciones de vida y su satisfacción con las mismas (OMS, 1998). El porcentaje medio de la muestra de docentes evalúan positivamente sus condiciones de vida y están satisfechos con las mismas, lo cual se evidenció mediante altos niveles en todos los dominios evaluados en este constructo, apoyando así la teoría cognitiva propuesta por Bandura (1989) ya que, las percepciones positivas frente al individuo en las diversas áreas favorecen las relaciones con otros, permitiendo justificar que, la interpretación de sus capacidades y las valoraciones positivas de sí mismos contribuyen a una mejor calidad de vida, y por ende, permiten

disminuir los niveles en cada uno de los dominios del síndrome, llegando incluso a no padecerlo.

En cuanto a lo planteado en el tercer objetivo los resultados muestran relaciones inversamente proporcionales entre el agotamiento emocional y todos los dominios de la calidad de vida, lo cual quiere decir que mientras disminuye el agotamiento emocional los niveles de la salud física, la psicológica, las relaciones sociales y el ambiente aumentan en el caso de este estudio, favoreciendo un menor riesgo de consecuencias negativas tanto físicas, como emocionales, conductuales, familiares, sociales y organizacionales (Gómez-Batiste, 2008). En la dimensión de despersonalización se observaron relaciones inversamente proporcionales entre esta y los dominios de salud psicológica y relaciones sociales, sin embargo, en esta investigación no se logró obtener relación alguna con los dominios de salud física y ambiente, es por esto que posiblemente no se presenta altos niveles de disfunciones de rol (carencia o sobrecarga), como desencadenantes de las actitudes despersonalizadas, pues puntuaciones altas en salud psicológica y relaciones sociales contribuirían a presentar esta dimensión dentro un rango bajo (Golembiewski et al. 1983, citado por Oramas, 2013).

Para la dimensión de realización personal, no se identificó relación alguna entre esta y las relaciones sociales, mientras que si se hallaron correlaciones directamente proporcionales entre dicha dimensión y la salud física, la salud psicológica y el ambiente esto quiere decir que, al incrementarse o disminuirse alguna de estas últimas variables la realización personal tendera a hacerlo en la misma dirección, demostrando así que los docentes de este estudio no presentan con frecuencia sentimientos de incompetencia, carencia de logros o baja productividad en el trabajo (Maslach,2009), siendo un indicador de los altos niveles presentados en los dominios de la calidad de vida.

Para esta investigación de acuerdo con los resultados obtenidos, se puede inferir que en esta muestra de docentes no hay una prevalencia del síndrome de Burnout, pero sí presentan niveles altos y medios en por lo menos dos de las dimensiones del síndrome, lo que quiere decir que el 61% de los docentes no lo padecen, pero una muestra significativa del 38% están en riesgo de presentarlo, adicionalmente se encontraron niveles altos en todos los dominios de la calidad de vida, lo cual puede contribuir a mitigar los factores de riesgo asociados al síndrome de Burnout en población docente como estar de pie por un tiempo prolongado, esforzar la voz, cumplir con actividades por fuera de su horario laboral, baja motivación en el trabajo, sobrecarga laboral, entre otros (Rivero & Cruz, citados por Aranda, 2011). A diferencia de estos datos en otras investigaciones si se ha evidenciado el síndrome, como es el caso de Olaya (2015), con un 12% de prevalencia, el estudio de Muñoz & Correa (2012), con una prevalencia alta del 16%, media del 43% y baja del 41% y, Aguilar, et al. (2011), con presencia del síndrome en un 6% de la muestra, un 18% estuvo en riesgo de padecerlo y un 71% no lo evidenció.

Los resultados hallados en la presente investigación comparten similitudes con la de Santos (2014) debido a que, no evidenciaron el síndrome de Burnout en los docentes y en cuanto a la calidad de vida encontraron resultados favorables, ya que los maestros puntuaron por encima del nivel medio, presentando una calidad de vida adecuada. Por el contrario, en el estudio De Lourdes & De Cássia (2017), encontraron una prevalencia baja del síndrome de Burnout, niveles medios en despersonalización y baja realización personal. Además, al igual que en esta investigación evidenciaron puntuaciones altas y medias en agotamiento emocional y, en relación con los resultados para la calidad de vida se encuentra similitud pues los puntajes más bajos se ubicaron en los dominios de salud física y ambiente. De igual forma, en

el estudio de Porto, Tomasi & Facin (2011), hallaron puntajes medios y altos en los dominios de calidad de vida y una prevalencia baja del síndrome, de lo cual se puede deducir que en comparación con ese esta investigación mejores condiciones de vida del docente, reflejadas en una óptima calidad de vida pueden incidir en la no aparición o prevalencia baja del Burnout.

Con lo expuesto anteriormente mediante el coeficiente de correlación de Pearson con un nivel de significancia del 0,05 y un nivel de confiabilidad del 95%, se acepta la hipótesis de trabajo para las relaciones inversamente proporcionales entre el agotamiento emocional y cada uno de los dominios salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente, lo cual quiere decir que, a mayor agotamiento emocional, menor calidad de vida, por lo que esto se puede asociar con la importancia de implementar estrategias de prevención del síndrome, como factor protector de la calidad de vida del docente (Medrano, 2014).

En cuanto a la segunda hipótesis, se acepta la de trabajo para las relaciones inversamente proporcionales entre la despersonalización y los dominios de salud psicológica y relaciones sociales, lo cual puede estar asociado a la teoría de cognitiva propuesta por Bandura (1989), en la que percepciones positivas frente a los individuos y la interacción con los mismos contribuyen a obtener una mejor salud psicológica, socializando así con el entorno mediante el desarrollo de relaciones personales satisfactorias. Mientras que esta se rechaza para las relaciones entre dicha dimensión y los dominios de salud física y ambiente, ya que no se logró hallar una relación entre las mismas, debido a la valoración subjetiva que cada individuo realiza de sus condiciones de vida y la satisfacción con las mismas (Golembiewski, Hills & Daly, 1979 citados por Álvarez & Fernandez, 2014), es decir que cada persona analiza de forma diferente el dolor, el malestar físico, las actividades diarias, la dependencia a sustancias médicas y su capacidad de trabajo, así mismo las condiciones del ambiente físico

como el ruido, el tráfico, el clima y el transporte y, también los recursos económicos con los que cuenta (OMS, 1996); es por esto que probablemente no se encuentra una relación significativa entre las variables por la dispersión entre los datos.

Además, en la realización personal se acepta la hipótesis de trabajo para las relaciones directamente proporcionales entre dicha dimensión y tres de los cuatro dominios de la calidad de vida (salud física, salud psicológica y ambiente), y se rechaza para la relación entre realización personal y relaciones sociales, esto puede deberse a que cada individuo interpreta de forma diferente las relaciones con sus beneficiarios y las personas con quienes convive a diario, dando a las mismas una valoración de acuerdo a sus percepciones y creencias, modificando así su actuar de acuerdo a las consecuencias para sí mismo y para los demás (Bandura, 1989), lo cual hace que los datos se dispersen dificultando así establecer una relación entre dichas variables. En consecuencia, en la investigación de Acevedo (2015) se halló que puntajes bajos en las dimensiones del síndrome de Burnout conllevan a una mayor calidad de vida lo que quiere decir que, entre más satisfecho se sienta el individuo con sus condiciones de vida el riesgo de padecer el Burnout disminuirá.

Finalmente, respecto al alcance de la investigación, está abarca únicamente a los docentes de la institución educativa municipal de las jornadas mañana y tarde en sus dos sedes para el segundo periodo académico del año 2017, midiendo solo las variables del síndrome de Burnout y la calidad de vida, entendidas desde sus dimensiones y dominios respectivamente y la relación entre las mismas. Las limitaciones que tuvo este estudio fueron la falta de participación de algunos docentes en el mismo e igualdad en la muestra respecto al sexo.

Conclusiones y Recomendaciones

En la muestra de docentes de la institución educativa municipal, no se encontró prevalencia del síndrome de Burnout puesto que, ninguno de ellos cumplió con los puntajes requeridos en las tres dimensiones. Sin embargo, en la dimensión de agotamiento emocional obtuvieron el puntaje más alto (rango medio), respecto a la despersonalización (rango bajo) y la realización personal (rango bajo), evidenciando así un riesgo para los docentes pues, la primera dimensión es un predictor para el inicio del síndrome (Leiter, 1993 citado por Grau, 2008).

En cuanto a la calidad de vida los docentes obtuvieron una puntuación alta en todos los dominios, lo cual refuerza el resultado medio y bajo en las dimensiones del Burnout. Se encontró que la salud física, la salud psicológica, las relaciones sociales y el ambiente tienen una relación inversamente proporcional con el agotamiento emocional, es decir que cuando alguna de las primeras variables mencionadas aumenta la otra disminuye, por lo que es probable que, si los docentes tienen un nivel significativamente alto en los dominios de calidad de vida, se tendera a disminuir el riesgo de presentar agotamiento emocional. Por el contrario, en esta muestra no se logró evidenciar relación entre los dominios de salud física y ambiente en relación a la despersonalización, mientras que, si existe una relación inversamente proporcional entre la salud psicológica y las relaciones sociales con dicha dimensión, entendiendo así que el fortalecimiento de estos dominios mediante programas de prevención permitirá mitigar la probabilidad de que los docentes de esta muestra exhiban conductas despersonalizadas.

Los dominios de salud física, salud psicológica y ambiente tuvieron una relación directamente proporcional con la realización personal, pues cuando alguno de los dominios

mencionadas aumenta o disminuye la dimensión del Burnout se comporta de la misma forma, pero para dicha dimensión y las relaciones sociales no se logró evidenciar relación alguna. Retomando los apartados anteriores se puede evidenciar que la relación existente entre el síndrome de Burnout y la calidad de vida depende de las dimensiones y los dominios de los mismos. De igual forma, los resultados de las correlaciones permiten evidenciar la relevancia de la prevención del Burnout como factor para la mejora de la calidad de vida de los docentes.

En estudios posteriores se recomienda la realización de correlaciones entre los datos sociodemográficos y otros factores psicosociales con las variables de este estudio y así obtener una visión más amplia de estas dentro de la población docente del municipio de Facatativá. También, es importante realizar estudios que permitan correlacionar los datos entre instituciones con diferentes características sociodemográficas y así determinar la prevalencia del síndrome a nivel municipal.

En cuanto a la institución educativa se recomienda promover programas de promoción y prevención que mitiguen la probabilidad de padecer Burnout y a su vez mejoren el bienestar y la satisfacción personal, fomentando el cuidado de la salud física y psicológica, generando habilidades de afrontamiento y resiliencia, favoreciendo así una comunicación asertiva entre los entes que conforman la comunidad educativa, proporcionando ventajas no solo para los docentes, sino también para los estudiantes y la comunidad en general permitiendo un proceso educativo de calidad (Medrano, 2014). Finalmente, es relevante en próximas investigaciones identificar e intervenir los factores estresores del ambiente que estén influyendo en el agotamiento emocional de los docentes de esta institución.

Referencias

- Acevedo, S. (2015). Síndrome de Burnout y calidad de vida en docentes de secundaria de la institución educativa villa del socorro. (Trabajo de grado). Recuperado de http://200.24.17.74:8080/jspui/bitstream/fcsh/299/1/AcevedoShirley_sindromeburnoutcalidadvidadocentessecundariainstitucioneducativavillasocorro.pdf
- Aguilar, C., Barros, L., & Caro, J. (2011). Variables de la profesión docente asociadas al síndrome de burnout en colegios de Bogotá. Universidad de San Buenaventura. Recuperado de http://bibliotecadigital.usbcali.edu.co:8080/bitstream/10819/726/1/Variables_%20profesi%C3%B3n_%20docente%20_Aguilar_2011.pdf
- Alfonso, N., & Moreno, L. (2009). Síndrome de Burnout en médicos internos en hospitales de Cundinamarca durante el segundo semestre de 2009. (Trabajo de grado). Recuperado de <http://repository.udca.edu.co:8080/jspui/bitstream/11158/518/1/202771.pdf>
- Álvarez G., E. & Fernández R., L. (1991). El Síndrome de "Burnout" o el desgaste profesional (1): revisión de estudios. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 11(39), pp.257-265. Recuperado de <http://revistaaen.es/index.php/aen/article/view/15231/15092>
- Aranda, C. (2011). El síndrome de Burnout o de quemarse en el trabajo: un conflicto en la salud de los profesionales. Revista IIPSI Facultad de Psicología UNMSM. 14 (2): 271-276.
- Arango, G. Bolaños, A., & Fernández. B. (2012). CALIDAD DE VIDA Y DISCAPACIDAD EN PERSONAS CON ENFERMEDAD DE PARKINSON DE LA CIUDAD DE

- CALI 2011. Tesis de Grado. Recuperado de <http://repositorio.autonoma.edu.co/jspui/bitstream/11182/619/1/TRABAJO%20FINAL%20AGOSTO%2012%20-2013.pdf>
- Bandura, A. (1989). Human agency in social cognitive theory. *American Psychologist*, 44 (9), 1175-1184. Recuperado de <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.152.23&rep=rep1&type=pdf>
- Bergadá, M. P., Neudeck, V. H., Parquet, C. A., Tisiotti, P. V. & Dos Santos, L. (2005). Salud Mental de los educadores: el síndrome de burnout en profesionales de una escuela diferencial de la ciudad de Corrientes. *Comunicaciones científicas y tecnológicas. Facultad de Medicina. Universidad Nacional del Noreste, Moreno, Argentina.* Recuperado de <http://www.unne.edu.ar/unnevieja/Web/cyt/com2005/3-Medicina/M-122.pdf>
- Botero de Mejía, B. & Pico, M. (2007). Calidad de vida relacionada con la salud (cvrs) en adultos mayores de 60 años: una aproximación teórica. *Hacia la Promoción de la Salud*, 12(1), 11-24. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772007000100002&lng=en&tlng=es
- Bustamante, E., Bustamante, F., González, G., & Bustamante, L. (2016). El burnout en la profesión docente: un estudio en la escuela de bioanálisis de la universidad de Carabobo sede Aragua, Venezuela. *Med. Secur. Trab*, 62 (2), 111- 121. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2016002200003

- Buzzetti, M. (2005). VALIDACIÓN DEL MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI), EN DIRIGENTES DEL COLEGIO DE PROFESORES A.G. DE CHILE. (tesis de grado). Universidad de Chile, Chile. Recuperado de http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2005/buzzetti_m/sources/buzzetti_m.pdf
- Cardona-Arias J., Ospina-Franco L., Eljadue-Alzamora A. (2015). Validez discriminante, convergente/divergente, fiabilidad y consistencia interna, del WHOQOL-BREF y el MOSSF-36 en adultos sanos de un municipio colombiano. Revista. Fac. Nac. Salud Pública; 33(1):50-57. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v33n1/v33n1a07.pdf>
- Carlin, M. (2014). El síndrome de Burnout: comprensión del pasado, análisis del presente y perspectivas del futuro. Wanceulen Editorial Deportiva, S. L. Recuperado de https://books.google.com.co/books?id=scmCgAAQBAJ&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Castro, I., & Pineda, L. (2015). Diagnóstico inicial de factores de riesgo psicosociales en la IEM Emilio Cifuentes de Facatativá en el segundo periodo de 2015. Universidad de ciencias aplicadas y ambientales U.D.C.A. Recuperado de <http://repository.udca.edu.co:8080/jspui/bitstream/11158/569/1/DIAGN%C3%93STICO%20INICIAL%20DE%20FACTORES%20DE%20RIESGO%20PSICOSOCIALES%20EN%20L.pdf>
- De Lourdes, M. & De Cássia, R. (2017). Quality of life and Prevalence of Burnput Syndrome in Higher Education Teachers. International Archives of Medicine, 10(242), 1-11. Recuperado de

https://www.google.com.co/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiQ4PK578_WAhVC7iYKHQyiC98QFggqMAA&url=http%3A%2F%2Fmedicalsociety.org%2Ffojs%2Findex.php%2Fiam%2Farticle%2Fdownload%2F2632%2F2276%2F&usg=AOvVaw20lmwVuvbB3djgyj9CjKSR

Decreto 1278. (19 de junio de 2002). Estatuto de Profesionalización Docente. Presidente de la República. Presidente de la república. (19 de junio de 2002). Colombia: Bogotá, D.C. Recuperado de http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-86102_archivo_pdf.pdf

Decreto 1477. (05 de agosto de 2014). Tabla de enfermedades laborales. Presidente de la República. Colombia: Bogotá, D.C. Recuperado de <http://www.mintrabajo.gov.co/normatividad-agosto-decretos-2014/3708-decreto-1477-del-5-de-agosto-de-2014.html>

Díaz, F., & Gómez, I. (2016). La investigación sobre el síndrome de Burnout en Latinoamérica entre 2000 y el 2010. *Psicología desde el Caribe*, 33 (1), 113- 131. Recuperado de <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/viewFile/6442/8065>

Díaz, F., López, A., & Varela, M. (2012). Factores asociados al síndrome de Burnout en docentes de colegios de la ciudad de Cali, Colombia. *Universitas Psychologica*. 11 (1), 217-227. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64723234018>

Espinoza, I., Osorio, P., Torrejón, M.J., Lucas- Carrasco, R., & Bunout, D. (2011). Validación del cuestionario de calidad de vida (WHOQOL-BREF) en adultos mayores chilenos. *Revista médica de Chile*, 139(5), 579-586. Recuperado de

http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-

[98872011000500003 https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872011000500003](https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872011000500003)

Facal- Fondo, T. (2012). Prevalencia del Síndrome de Burnout en trabajadores sociales de los servicios sociales comunitarios. *Revista Bibliid*, 12(1). pág. 59-69. Recuperado de http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/5740/Prevalencia_del_sindrome_de_Burnout.pdf?sequence=2

Fernández, M. (2008). Burnout, autoeficacia y estrés en maestros Peruanos: Tres estudios fácticos. *Ciencia y Trabajo*, 10(30), 120-125. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3219194>

Fernández, R. (2013). La productividad y el riesgo psicosocial o derivado de la organización del trabajo. Recuperado de https://books.google.com.co/books?id=AkPuDQAAQBAJ&dq=consecuencias+del+burnout&source=gbs_navlinks_s

Foz, G. (2009). El síndrome de desgaste profesional en los médicos de atención primaria. (Tesis de Maestría). Recuperado de https://www.upf.edu/documents/3192961/3207869/TFM_Gloria_Foz.pdf

Gil, D., Martínez, M., & Zapata, M. (2015). Relación entre motivación y síndrome de Burnout en docentes. Recuperado de <http://ridum.umanizales.edu.co:8080/xmlui/bitstream/handle/6789/2223/Relaci%C3%B3n%20entre%20motivaci%C3%B3n%20y%20s%C3%ADndrome%20de%20Burnout%20en%20docentes.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Gómez-Batiste, X. (2008). Guía de prevención de Burnout para profesionales de cuidados paliativos. Recuperado de https://books.google.com.co/books?id=defVRqO6xlQC&dq=Las+consecuencias+que+genera+el+s%C3%ADndrome+de+Burnout&source=gbs_navlinks_s
- Grau, E. (2008). El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) en profesionales de enfermería: un estudio longitudinal. (Tesis doctoral). Recuperado de <http://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/10197/grau.pdf?sequence=1>
- Hernández, R., Fernandez, C., & Baptista P. (2014). Metodología de la investigación. 6^a edición. México D.F.: McGRAW- HILL/ INTERAMERICANA EDITORES, S.A DE C.V.
- Jofré, A., & Valenzuela, S. (2005). Burnout en personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivo pediátricos. *Aquichan*, 5 (1), 56- 63. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/741/74150106.pdf>
- Leiter, M., Bakker, A., & Maslach, C. (2014). Burnout at work: A psychological perspective. Hove, East Sussex: Psychology Press.
- Leka, S., Griffiths, A. & Cox, T. (2004). La organización del trabajo y el estrés: estrategias sistemáticas de solución de problemas para empleadores, personal directivo, y representantes sindicales. Francia: Organización Mundial de la Salud. Recuperado de http://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf
- Ley 1090. (06 de septiembre de 2006). Código deontológico y bioético y otras disposiciones. Congreso de Colombia. Colombia: Bogotá, D.C. Recuperado de <http://www.sociedadescientificas.com/userfiles/file/LEYES/1090%2006.pdf>

- Manso, J. (2006). Confiabilidad y validez factorial del Maslach Burnout Inventory versión Human Services Survey en una muestra de asistentes sociales chilenos. *Revista Psicología Científica*. Recuperado de <http://www.psicologiacientifica.com/maslach-burnout-inventory-confiabilidad/#>
- Marchena, J., & Torres, D. (2011). Población a riesgo de desarrollar síndrome de Burn- out y cuáles sus factores de riesgo. (Trabajo de grado). Recuperado de http://bdigital.ces.edu.co:8080/repositorio/bitstream/10946/1518/2/Poblacion_riesgo_Sindrome.pdf
- Marrau, C. (2004). El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente. *Fundamentos en Humanidades*, V () 53-68. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/184/18401004.pdf>
- Maslach, C. & Leiter, M. (1997). *The truth about Burnout*. San Francisco: Jossey Bass
- Maslach, C. (2009). Comprendiendo el Burnout. *Ciencia y trabajo*. 11 (32), 37- 43. Recuperado de <http://www.vitoria-gasteiz.org/wb021/http/contenidosEstaticos/adjuntos/es/16/40/51640.pdf>
- Medrano, L. (2014). Prevención del síndrome de Burnout en el colectivo docente a través del desarrollo de las fortalezas personales. (Tesis). Recuperado de <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/5735/MedranoCeballosLucia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Meza, L. (2003). El paradigma positivista y la concepción dialéctica del conocimiento .*Revista digital matematica educación e internet*, (4)2, pág. 1-6 .Recuperado de <http://revistas.tec.ac.cr/index.php/matematica/article/view/2296/2087>

Ministerio de la protección social. (2007). Primera Encuesta Nacional de Condiciones de Salud y Trabajo en el Sistema General de Riesgos Profesionales. Recuperado de http://www.oiss.org/estrategia/IMG/pdf/I_encuesta_nacional_colombia2.pdf

Muñoz, C., & Correa, C. (2012). Burnout docente y estrategias de afrontamiento en docentes de primaria y secundaria. *Revista colombiana de ciencias sociales*, 3 (2), 226 – 242. Recuperado de <http://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/RCCS/article/view/887/836>

Olaya, C. (2015). Síndrome de Burnout o síndrome de Agotamiento Profesional (SAP) en el trabajo de los docentes distritales de la localidad de Usme. Recuperado de <http://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/10654/6691/1/SINDROME%20DE%20BURNOUT%20O%20SINDROME%20DE%20AGOTAMIENTO%20PROFESIONAL%20EN%20DOCENTES%20DISTRITALES.pdf>

Olaya, C. (2015). Síndrome de Burnout o síndrome de agotamiento profesional (SPA) en el trabajo de los docentes distritales de la localidad de Usme. (Trabajo de Maestría). Recuperado de <http://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/10654/6691/1/SINDROME%20DE%20BURNOUT%20O%20SINDROME%20DE%20AGOTAMIENTO%20PROFESIONAL%20EN%20DOCENTES%20DISTRITALES.pdf>

Olivares- Faúndez, V., Mena-Miranda, L., Macía-Sepulveda., & Jelvez-Wilke, C. (2014). Validez factorial del Maslach Burnout Inventory Human Services (MBI- HSS) en profesionales chilenos. *Universitas Psychological*, 13 (1), 1-28. Recuperado de revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/download/2919/7306

- Olivares-Faúndez, V. (diciembre de 2016). Christina Maslach, comprendiendo el Burnout. En *entrega del doctorado honoris causa a Christina Maslach*. Conferencia llevada a cabo en la Universidad de Valparaíso, Santiago de Chile. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/311611859_Christina_Maslach_comprendiendo_el_burnout
- Oramas, A. (2013). Estrés laboral y síndrome de Burnout en docentes cubanos de enseñanza primaria. (Tesis de grado). Recuperado de http://tesis.repo.sld.cu/680/1/Tesis_-_ARLENE_ORAMAS_VIERA.pdf
- Oramas, A., Almirall, P., & Fernandez, I. (2007). Estrés laboral y el síndrome de Burnout en docentes venezolanos. *Salud de los trabajadores*, 15 (2), 1- 17. Recuperado de http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1315-01382007000200002
- Parada, M., Vargas, K & Velandia, Y. (2014). Prevalencia del Síndrome de Agotamiento Profesional y su relación con la calidad de vida en salud de los docentes del municipio de Chía, Colombia. Recuperado de: <http://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/4904/52154240-2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Pico, L., & Garay, L. (2015). Estrategias educativas para prevenir el síndrome de agotamiento en el personal de enfermería en las unidades de cuidado intensivo del hospital San Rafael de Facatativá. Universidad de la Sabana. Recuperado de <http://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/20229/Luisa%20Fernanda%20Pico%20Pico%20%28tesis%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Ponce, C., Bulnes, M., Aliaga, J., Atalaya, M. C., & Huertas, R. E. (2005). El síndrome del “quemado” por estrés laboral asistencial en grupos de docentes universitarios. *Revista IIPSI, Facultad de Psicología*, 8(2), 87-112. Recuperado de <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/4050/3226>
- Porto, V., Tomasi, E., & Facin, S. (2011). Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de Ensino Médio e Fundamental no Sul do Brasil. *Revista Cad. Saúde Pública*, 12 (12), 2401- 2408. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/csp/v27n12/11.pdf>
- Quiceno, J., & Vinaccia, E. (2007). Burnout: síndrome de quemarse en el trabajo (SQT). *Acta Colombiana de Psicología*, 10(2), 117-125. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v10n2/v10n2a12.pdf>
- Resolución 002646 (2008), 17 de julio de 2008. Ministerio de la Protección Social. Colombia: Bogotá D.C. Se establecen disposiciones y responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional. Recuperado de <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=31607>
- Restrepo, N., Colorado, G., & Cabrera, G. (2006). Desgaste emocional en docentes oficiales de Medellín, Colombia, 2005. *Revista de Salud Pública*, 8 (1), 63-73. recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642006000100006

- Rodríguez, D. (2012) .Síndrome de burnout en profesionales sanitarios: prevalencia y determinantes situacionales y cognitivos.(Tesis Doctoral). Universidad de da Coruña, La Coruña, España. Recuperado de http://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/9972/RodriguezVeiga_David_TFM_2012.pdf;jsessionid=5285EBE4022C825147ABB43955575323?sequence=2
- Rodríguez, E. & Díaz, V. (2004). Diagnóstico del Síndrome de Burnout e identificación de los signos, síntomas y variables sociodemográficas que están asociadas a este síndrome, en los empleados del área de la salud de entidades públicas y privadas de la ciudad de Cartagena. (Tesis de Grado). Universitaria Tecnológica de Bolívar, Cartagena, Colombia. Recuperado de <http://biblioteca.unitecnologica.edu.co/notas/tesis/0026237.pdf>
- Rodríguez, M., Rodríguez, R., Riveros, A., Rodríguez, M. & Pinzón, J. (2011). Síndrome de burnout y factores asociados en personal de salud en tres instituciones de Bogotá en diciembre de 2010. (Tesis de especialización). Universidad del Rosario y Universidad CES. Bogotá, Colombia. Recuperada de <http://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/2389/52931143-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rodríguez, R., & Rivas, S. (2011). Los procesos de estrés laboral y desgaste profesional (burnout): diferenciación, actualización y nivel de intervención. *Medicina y Seguridad del trabajo*, 57 (1), 72- 88. Recuperado de scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X201100050000

- Romero, M., Vivas-Consuelo, D., & Alvis-Guzmán, N. (2013). Is Health Related Quality of Life (HRQoL) a valid indicator for health systems evaluation? *SpringerPlus*, 2(1), 664. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3866375/>
- Saborío Morales, L., & Hidalgo Murillo, L. (2015). Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(1), 119-124. Recuperado de http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152015000100014&lng=en&tlng=es.
- Salas, P. (2016). Frecuencia del síndrome de Burnout y el grado de satisfacción laboral en internos de medicina del hospital regional Honorio Delgado en el año 2015- Arequipa. (Tesis de grado). Recuperado de <https://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/5080/70.2055.M.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sandoval, D. (2013). Niveles del síndrome de Burnout en los docentes, de planta y tiempo completo de la universidad de los llanos en Villavicencio Meta. (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://stadium.unad.edu.co/preview/UNAD.php?url=/bitstream/10596/2176/1/Protecto.pdf>
- Santos, I. (2014). Burnout y Qualidade de Vida nos Professores. (Tesis de grado). Instituto universitario de Maia. Recuperado de <https://repositorio.ismai.pt/bitstream/10400.24/339/1/Burnout%20e%20Qualidade%20de%20Vida%20nos%20Professores-%20ISMAI%20-%20Vanda%20Palas.pdf>

- Schaufeli, W., Leiter, M., & Maslach, C. (2009). Burnout: 35 years of research and practice. *Career Development International*, 14 (3), 204 – 220. Recuperado de <http://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/311.pdf>
- Tisiotti, P. & Parquet, C. (2007). Prevalencia y dimensiones del burnout en profesionales de una escuela diferencial de la ciudad de Corrientes. *Revista de Posgrado de la VIA Cátedra de Medicina*, 172, 4-7. Recuperado de http://med.unne.edu.ar/revista/revista172/2_172.pdf
- UNESCO. (2005). Condiciones de Trabajo y Salud Docente: Estudios de caso en Argentina, Chile, Ecuador, México, Perú y Uruguay. Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0014/001425/142551s.pdf>
- United Nations. (1948). Official records of the world health organization No. 2. Recuperado de http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/85573/1/Official_record2_eng.pdf
- Urzúa, A., & Caqueo-Úrizar, A. (2012). Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto. *Terapia Psicológica*, 30 (1), 61- 71. Recuperado de http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082012000100006
- World Health Organization (OMS). (1996). WHOQOL-BREF: introduction, administration, scoring and generic version of the assessment: field trial version, December 1996. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization (OMS). (1998). Programme on mental health: WHOQOL User Manual. Geneva: World Health Organization.

ANEXOS

Nota: Se omiten algunos anexos para la publicación del trabajo de grado con el fin de favorecer la confidencialidad de los datos ofrecidos por parte de la institución educativa, de igual forma aquellos que son de uso exclusivo para el desarrollo del ejercicio académico.

Anexo g. Datos sociodemográficos

Durante la investigación se recolectaron los siguientes datos sociodemográficos, los cuales no fueron utilizados dentro la misma puesto que, no contribuían al desarrollo de los objetivos, pero pueden ser una base para futuras investigaciones y profesionales que deseen trabajar con esta muestra de docentes.

Descripción de los datos sociodemográficos: se analizaron 38 cuestionarios que corresponden al 100 % de la muestra (ver tabla 4), obteniendo una participación de 29 mujeres que equivale al 76% y 9 hombres al 24%. Lo cual indica una mayor prevalencia de mujeres en la institución educativa. El promedio de edad obtenido es de 44,87 años, observando que el rango de edad en el que están situados el mayor número de los participantes es de 42 a 47 años, con un 26% y, el menor porcentaje esta entre los 57 y los 62 años con un 3%. Además, un 18% de los participantes no respondieron a esta pregunta.

En cuanto al estado civil de los docentes, prevalece con un 42% los casados, en segundo lugar, están los solteros con un 18%, en seguida se encuentra al 16% que corresponde a las personas que no respondieron a esta pregunta, el 13% viven en unión libre, el 5% son viudos (as), el 3 % son separados y el 3% restante son divorciados. En relación al estrato socioeconómico sobresale con un 55% el estrato 3, luego el 21% pertenecientes al estrato 4, el 13% correspondiente a las personas que no respondieron la pregunta y por último se encuentra el estrato 2 con el 11%. Así mismo, se puede evidenciar que el 58% de los docentes laboran al día de 6 a 7 horas, el 24% entre 8 y 9 horas, el 10% no respondió a la pregunta, el 5% labora entre 10 horas y el 3% entre 4 y 5 horas.

Tabla 4. Datos sociodemográficos

Sexo	Total	Porcentaje	Edad	Total	Porcentaje	Estado civil	Total	Porcentaje	Estrato socioeconómico	Total	Porcentaje	Horas laboradas al día	Total	Porcentaje
Hombre	9	24	(32,37)	5	13%	Casado(a)	16	42%	2	4	11%	4_5	1	3%
Mujer	29	76	[37,42)	6	16%	Soltero (a)	7	18%	3	21	55%	6_7	22	57%
			[42,47)	10	26%	Viudo (a)	2	5%	4	8	21%	8_9	9	24%
			[47,52)	4	11%	Divorciado (a)	1	3%	No responde	5	13%	10	2	5%
			[52,57)	5	13%	Separado (a)	1	3%				No responde	4	11%
			[57,62)	1	3%	Unión libre	5	13%						
			No responde	7	18%	No responde	6	16%						

Fuente: propia.