

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA MENCIÓN PSICOTERAPIA

**RELACIÓN ENTRE EL SÍNDROME DE BURNOUT CON LA DEPRESIÓN Y
ANSIEDAD EN DOCENTES FISCALES DEL CANTÓN OTAVALO**

Proyecto del Trabajo de Titulación previo a la obtención del Título de Magíster
Psicología Clínica mención Psicoterapia

AUTORA: María Belén Franco Padilla

TUTOR: Dr. Marco Antonio Tafur Vásquez

IBARRA – ECUADOR

2023

DEDICATORIA

El presente trabajo está dedicado con todo cariño a mis padres Víctor Hugo y María por haberme forjado como la persona que soy en la actualidad; muchos de mis logros se los debo a ustedes, quienes me motivaron constantemente a alcanzar mis sueños.

A mi esposo David por siempre creer en mi capacidad y mostrar su apoyo en cada paso de mi vida.

Y con todo mi amor a mis hijos Matías y Martín por ser la fuente de mi motivación para superarme cada día, este logro también es de ustedes, por su paciencia y amor.

AGRADECIMIENTOS

A familia, quienes me brindaron el apoyo necesario para cumplir con esta anhelada meta en mi vida, el sacrificio y esfuerzo también es de ustedes.

Un agradecimiento especial la Universidad Técnica del Norte por abrir las puertas a la formación de grandes profesionales y a cada uno de los docentes participantes en el programa quienes fueron parte de este proceso integral de aprendizaje.

Agradezco a mi docente tutor Doctor Marco Tafur por la confianza que depositó en mí, su constante apoyo y orientaciones indispensables en el desarrollo de este trabajo; de la misma manera a mi asesora Mtra. Margarita Mantilla y a todos quienes colaboraron directamente en el proyecto.

Y para finalizar también a todos quiénes fueron mis compañeros de clase durante el proceso con quiénes se forjaron lazos de amistad.

Gracias infinitas a Dios y a la vida por este logro.



AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO		
CEDULA DE IDENTIDAD	1002461323	
APELLIDOS Y NOMBRES	Franco Padilla María Belén	
DIRECCION	Ibarra, Caranqui calle Princesa Cory-Cory 5-70	
EMAIL	mbfrancop@utn.edu.ec	
TELEFONO FIJO	062650844	TELEFONO MÓVIL: 0990467178

DATOS DE LA OBRA	
TITULO:	Relación entre el síndrome de burnout con la depresión y ansiedad en docentes fiscales del cantón Otavalo
AUTOR (ES):	Franco Padilla María Belén
FECHA: DD/MM/AAAA	23/02/2023
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA DE POSGRADO	Maestría en Psicología Clínica mención Psicoterapia
TITULO POR EL QUE OPTA	Magister en Psicología Clínica mención Psicoterapia
TUTOR	Dr. Marco Antonio Tafur Vásconez

2. CONSTANCIAS

El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 04 días del mes de abril del año 2023

EL AUTOR:

Firma

Nombre: María Belén Franco Padilla

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

RESOLUCIÓN 173-SE-33-CACES 2020

26 de octubre del 2020

FACULTAD DE POSGRADO

Ibarra, 23 de febrero del 2023



Dra. Lucía Yépez
DECANA
FACULTAD DE POSTGRADO

ASUNTO: Conformidad con el documento final

Señor(a) Director(a):

Nos permitimos informar a usted que revisado el Trabajo final de Grado “Relación entre el Síndrome de burnout con la depresión y ansiedad en docentes fiscales del Cantón Otavalo” de la maestrante María Belén Franco Padilla, de la Maestría en Psicología Clínica mención Psicoterapia, certificamos que han sido acogidas y satisfechas todas las observaciones realizadas.

Atentamente,

	Apellidos y Nombres	Firma
Director/a	Dr. Marco Antonio Tafur Vasconez	
Asesor/a	Mgtr. Ines Margarita Mantilla Posso	

ÍNDICE DE CONTENIDOS

1. CAPÍTULO I -EL PROBLEMA

1.1.Planteamiento del Problema	11
1.2.Antecedentes	13
1.3.Objetivos	22
1.3.1. Objetivo General.....	22
1.3.2. Objetivos Específicos.....	22
1.3.3. Hipótesis.....	23
1.4.Justificación	24

2. CAPÍTULO II – MARCO REFERENCIAL

2.1. Marco teórico.....	26
2.1.1. El rol del docente en la actualidad.....	26
2.1.2. Síndrome de Burnout.....	30
2.1.2.1.Historia y definición.....	30
2.1.2.2.Bases neurobioquímicas del Burnout.....	33
2.1.2.3.Elementos del Síndrome de Burnout.....	34
2.1.2.4.Causas laborales del Síndrome de Burnout.....	37
2.1.2.5.Consecuencias sobre la salud.....	38
2.1.3. Depresión.....	39
2.1.3.1.Definición.....	39
2.1.3.2.Síntomas	40
2.1.4. Ansiedad.....	41
2.1.4.1.Definición.....	41

2.1.4.2.Síntomas	42
2.1.5. Relación entre el Síndrome de Burnout, depresión y ansiedad.....	44
2.1.6. Síndrome de Burnout y comorbilidades (depresión y ansiedad).....	45
3. CAPÍTULO III – MARCO METODOLÓGICO	
3.1. Descripción del área de estudio.....	47
3.2. Enfoque y tipo de investigación.....	47
3.2.1. No experimental	47
3.2.2. Descriptiva-Relacional.....	47
3.3. Población y muestra	48
3.4. Instrumentos de evaluación	48
3.5. Procedimientos.....	50
3.5.1.Diseño de la investigación	50
3.5.1.1. Fase 1: Evaluación del proceso.....	50
3.5.1.2. Fase 2: Sistematización de resultados.....	50
3.5.1.3. Fase 3: Conclusiones de estudio	50
3.6. Consideraciones Bioéticas	50
4. CAPÍTULO IV – RESULTADOS Y DISCUSIÓN	
4.1. Resultados	52
4.2. Discusión.....	62
CONCLUSIONES.....	65
RECOMENDACIONES	66
BIBLIOGRAFÍA.....	67

ÍNDICE DE FIGURAS Y TABLAS

Tabla 1 Etapas del Síndrome de Burnout

Tabla 2 Consecuencias de Burnout sobre la salud

Tabla 3 Relación entre el Síndrome de Burnout, depresión y ansiedad

Tabla 4 Pruebas de normalidad de datos

Tabla 5 Estadísticas descriptivas

Tabla 6 Resultados de las encuestas ah doc

Tabla 7 Resultados de la encuesta de percepción de calidad laboral educativa

Tabla 8 Resultados de las encuestas Burnout y Zung

Tabla 9 Análisis de los resultados de las encuestas según el género y el nivel al que da clases el docente.

Tabla 10 Correlaciones de variables ah doc con las variables MBI, EAMD y EAA (Resultados de interpretación).

Tabla 11 Correlaciones de variables ah doc con las variables MBI, EAMD y EAA (Resultados en bruto).

Tabla 12 Prueba D de Cohen

Tabla 13 Prueba U de Mann Whitney

RESUMEN

En la actualidad se logra identificar la presencia del síndrome de Burnout en el ámbito laboral como un reflejo a una exposición de diversos factores estresores, produciendo con ello una alteración en el estado integral de salud del individuo y en su bienestar; existen trabajos en los que este estrés laboral implica una mayor prevalencia dentro de ellos está la labor docente, quienes con su desempeño y funciones deben no solamente desarrollar su práctica en la enseñanza sino también en las relaciones interpersonales con la comunidad educativa y en la solución de conflictos presentados dentro y fuera de las instituciones educativas. Con igual magnitud se presenta la depresión como un trastorno mental frecuente presentando un estado de ánimo mental afectivo con síntomas cognitivos, emocionales y físicos que afectan el normal desarrollo del individuo, añadiéndose a ello la ansiedad definida como esta respuesta anticipatoria hacia una amenaza futura y que surge como la percepción a diversos estímulos del entorno los cuales no han podido ser controlado. Debido a la presencia de factores psicosociales en el cual se desarrollan los docentes se pueden presentar cualquiera de estas tres patologías tanto individuales como correlacionadas afectando grandemente su desenvolvimiento laboral. El objetivo principal de la investigación es evaluar la relación entre los niveles del síndrome de Burnout, con la depresión y ansiedad en docentes; realizado en el cantón Otavalo, con docentes fiscales de algunas instituciones educativas; la muestra estuvo conformada por 151 profesores, de diferente edad género y años de servicio al igual que desempeñó en área urbana o rural del cantón El diseño de la investigación es cuantitativa correlacional tratando de determinar la relación entre las variables establecidas. Se utilizó la Escala burnout inventory de Mashlach y las escalas de Zung de ansiedad y depresión. Como resultado obtenido de la investigación se identifica que dentro de las áreas de síndrome de Burnout los docentes tienen altos índices de insatisfacción en la realización personal, no existe niveles altos de presión y en relación a la ansiedad presentan un resultado de afectación moderada.

Palabras: burnout, depresión, ansiedad, docentes.

ABSTRACT

At present, it is possible to identify the presence of Burnout syndrome in the workplace as a reflection of exposure to various stressors, thereby producing an alteration in the individual's overall health status and well-being; There are jobs in which this work stress implies a greater prevalence within them is the teaching work, who with their performance and functions must not only develop their practice in teaching but also in interpersonal relationships with the educational community and in solving problems. Conflicts presented inside and outside educational institutions. With equal magnitude, depression is presented as a frequent mental disorder presenting an affective mental state of mind with cognitive, emotional and physical symptoms that affect the normal development of the individual, adding to this anxiety defined as this anticipatory response towards a future threat and that it arises as the perception of various environmental stimuli which could not be controlled. Due to the presence of psychosocial factors in which teachers develop, any of these three pathologies, both individual and correlated, can present, greatly affecting their work performance. The main objective of the research is to evaluate the relationship between the levels of Burnout syndrome, with depression and anxiety in teachers; carried out in the Otavalo canton, with fiscal teachers from some educational institutions; The sample consisted of 151 teachers, of different ages, gender and years of service, as well as those who worked in urban or rural areas of the canton. The research design is quantitative correlational, trying to determine the relationship between the established variables. The Maslach burnout inventory scale and the Zung anxiety and depression scales were used. As a result obtained from the investigation, it is identified that within the areas of Burnout syndrome, teachers have high rates of dissatisfaction in personal fulfillment, there are no high levels of pressure and in relation to anxiety they present a result of moderate affectation.

Words: burnout, depression, anxiety, teachers.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del Problema

Evidentemente el estrés crónico que experimentamos en el área laboral puede generar graves afectaciones en nuestra salud mental, una de ellas y la más identificada en estos últimos años como consecuencia de una situación profesional de gran estrés, ha sido el Síndrome de Burnout, desarrollado específicamente en los profesionales de la educación como son los docentes, quienes al estar en relación directa con padres de familia, estudiantes y en la resolución de conflictos, han llegado a generar una carga laboral significativa; sumando a esta condición la presencia de la pandemia con el Covid-19, hecho que llegó a agravar la presencia de estos factores estresores; los maestros en la actualidad afrontan un sinnúmero de retos y con ello un desafío como es el dar respuesta a los cambios en la realidad social y familiar de los estudiantes, además de la afectación en el aprendizaje de niños, niñas y adolescentes (Mora et al., 2021).

El desarrollo del Síndrome de burnout en los profesionales docentes puede aparecer como consecuencia de la exposición del sujeto a las fuentes de estrés propias del ámbito escolar (Moreno Jiménez, 2000). Según Guerrero-Barona et al. (2018), en los últimos años ha aumentado considerablemente el número de profesores que se sienten desmoralizados, impotentes ante los problemas que les plantea el ejercicio de la docencia y que pierden interés por continuar en la enseñanza. Condiciones que en algunos casos ha llegado a generar Depresión, según Velásquez (2013) esta patología afecta a la vida laboral de las personas y genera disminución en su efectividad laboral y son más susceptibles a padecer el trastorno depresivo.

En el contexto de la emergencia socio sanitaria, el trabajo del Docente sufrió un impacto considerable. El cambio de modalidad presencial a virtual, la propuesta de un currículo priorizado y el planteamiento de alternativas de solución ante los diversos problemas de la comunidad educativa modificaron los horarios y carga laboral, generando que los profesores dediquen más tiempo de lo común a las diversas demandas de estudiantes y padres de familia. Sin duda alguna, el rol del Docente también estuvo dirigido a apoyar procesos de prevención del COVID-19, brindar protección y contención emocional. (Ministerio de Educación del Ecuador, 2020). Cuando existen situaciones de emergencia, las instituciones educativas son un lugar fundamental para el apoyo emocional de los usuarios, el monitoreo de riesgos en las familias, la continuidad de los aprendizajes y el apoyo social niños, niñas y adolescentes y sus familias (Mora et al., 2021). Situaciones que han llegado a poner a prueba la salud mental de cada uno de los docentes; incluso a generar comorbilidad del Burnout con la depresión y ansiedad, condiciones solapadas, que se podía mencionar, comparten sintomatología, pero siendo a la vez enfermedades específicas que han llegado a posesionarse de muchos docentes quienes se encuentran en vulnerabilidad ante su salud.

1.2 Antecedentes

En los últimos años y debido a la complejidad del mundo laboral se han realizado algunos estudios sobre el Síndrome de burnout, mismo que han llevado a fundamentar la presente investigación.

El estudio denominado depresión, ansiedad y estrés y su relación con el burnout en profesorado no universitario desarrollado por Granados-Alós et al. (2020), quien estableció como objetivo principal establecer la relación y la capacidad predictiva entre factores de Depresión, Ansiedad y Estrés y variables del Burnout en personal docente con edades comprendidas entre 20 y 50 años de edad. Con ello pretendía analizar las diferencias en las puntuaciones de depresión, ansiedad y estrés entre profesorado con bajas y altas puntuaciones en los factores agotamiento emocional, realización personal y despersonalización y además comprobar la capacidad predictiva de las variables establecidas. La muestra de la investigación estaba compuesta con un total de 834 profesores de entre 20 y 50 años de edad. Los profesores pertenecían a 18 centros educativos, ubicados en España en las provincias de Albacete, Alicante, Castellón Murcia, Valencia y Zaragoza, que impartían desde Educación infantil hasta secundaria. Los instrumentos utilizados fueron la Escala depresión, ansiedad y estrés (DASS-21; Lovibond y Lovibond, 1999) y la escala Maslach Burnout Inventori (Maslach y Jackson, 1981). Los resultados obtenidos reflejaron que existen diferencias significativas en las variables de depresión, ansiedad y estrés en función de las altas y bajas puntuaciones en Burnout de los investigados; es decir, se ha obtenido que los profesores con altas puntuaciones en los factores ansiedad, depresión y estrés emocional han obtenido un nivel significativamente más alto en agotamiento emocional y despersonalización; estos indicadores resultaron ser predictores positivos de altos niveles de agotamiento emocional y despersonalización.

Una de las investigaciones realizadas en Latinoamérica denominada Comorbilidad entre síndrome de Burnout, depresión y ansiedad en una muestra de profesores de Educación Básica del Estado de México, desarrollada por Francisco Sánchez-Narváez y Juan Jesús Velasco-Orozco (2017), en la cual se formuló como objetivo evaluar la prevalencia y comorbilidad entre síndrome de burnout, la depresión y la ansiedad, y si la presencia de éstas se manifiestan por separado el uno del otro o están estrechamente entrelazados de forma que refleje el mismo fenómeno. La investigación desarrolló un estudio transversal, con una muestra no aleatorizada de profesores que laboran en escuelas públicas adscritos a la Subsecretaría de Educación básica y normal del Estado de México; incluyeron 459 docentes (61 por ciento del total fueron mujeres). Los instrumentos de evaluación seleccionados para el burnout fue la escala Maslach Burnout Inventory para educadores. La depresión y la ansiedad se evaluó con los Inventarios de Beck de Depresión y Ansiedad. Los resultados obtenidos en el estudio determinaron una prevalencia alta para el síndrome de Burnout y la ansiedad, y en menor proporción la depresión. Por otra parte, se consideró los tres trastornos en forma independiente más de la mitad de los profesores presentan entre SBO, ansiedad o depresión. El análisis de las comorbilidades establece estos trastornos como un problema de salud en los profesores. La comorbilidad entre el burnout y la depresión es baja, pero se incrementa ligeramente cuando se analiza la relación entre burnout y ansiedad. Se observó una comorbilidad alta entre la depresión y la ansiedad; indicando una mayor tendencia entre estos dos trastornos.

Otra investigación desarrollada fue la denominada Síntomas de depresión asociados al síndrome de burnout y a condiciones socio laborales de docentes de colegios públicos de Envigado (Colombia), elaborada por Quintero y Hernández (2021), en la cual establecieron como objetivo evaluar los síntomas de depresión en docentes de colegios

públicos del municipio de Envigado (Colombia) y su asociación con el síndrome de burnout y las condiciones socio laborales. Se desarrolló un estudio de enfoque cuantitativo, no experimental y transversal en el cual participaron un total de 194 docentes del municipio de Envigado, seleccionados mediante un muestreo probabilístico estratificado proporcionado. Como instrumentos de recolección de datos se utilizaron el SCL-90-R para evaluar los síntomas de depresión, el cuestionario Maslach para Burnout y una encuesta sociodemográfica. Los resultados muestran que 65,8 % de los docentes presentan síntomas de depresión, se identificó que la dimensión del síndrome de burnout agotamiento emocional incrementa los síntomas de depresión en los docentes. El estudio concluye que el 65,8 % de los docentes presentan síntomas de depresión, un 19,4 % de los docentes encuestados tenían un nivel moderado a severo en depresión, que además se asoció con ser mujer, presentar insatisfacción con el trabajo, el presentismo, el absentismo laboral, la poca habilidad para hablar con los colegas y con una asistencia baja; el 16 % presentaba depresión severa, asociado a mayores niveles de estrés, con afectación en las áreas familiar, social y laboral.

Malander (2019) en su investigación denominada Prevalencia de Burnout en docentes de nivel secundario, formuló como objetivo determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes de nivel secundario en diferentes instituciones de Argentina. El estudio correspondió a una investigación de tipo cuantitativo, descriptivo y transversal con una población total de 133 docentes de seis instituciones de gestión privada de nivel secundario de la provincia de Misiones. Para evaluar la prevalencia del Burnout se utilizó como instrumento de evaluación la escala Maslach Burnout Inventory (MBI) que mide los 3 aspectos del síndrome: cansancio emocional, despersonalización y falta de realización personal. Se compararon los resultados de la muestra con los puntos de corte de Maslach y Jackson para docentes de secundaria, extraídos del manual del

MBI, obteniendo como resultado una prevalencia del Síndrome del 2,44%; se comparó cada una de las dimensiones del Burnout, encontrándose que la dimensión más afectada en la presente muestra es la de Realización Personal, seguida de la de Despersonalización y Cansancio Emocional. La secuencia del proceso de trastorno Burnout en el estudio demuestra que primero se manifiesta el Cansancio Emocional y en la medida que avanza su evolución se llega a la Despersonalización.

En la misma línea Obrad, (2020) en su estudio denominado Restricciones y consecuencias de la enseñanza en línea, se propuso como objetivo averiguar en qué medida los profesores rumanos son capaces de cumplir con los nuevos requisitos de su actividad profesional y si el estado social actual puede influir en su implicación laboral. Para ello se realizó una investigación cuantitativa, no experimental, con un análisis longitudinal para capturar la relación causa-efecto; la evaluación se realizó mediante la recopilación de datos en línea con una muestra de 400 docentes, utilizando varios instrumentos de evaluación siendo seleccionados la dimensión de cambios a nivel profesional - PERSCHANGE, la dimensión de las condiciones limitantes y generadores de estrés - CONSTRESS, la dimensión de afectos negativos y síntomas de burnout - NEGAFF, la dimensión de los afectos positivos - POSAFF, la dimensión de resiliencia y conductas de afrontamiento – RESIL, la dimensión del compromiso con el trabajo – WORKENG y la dimensión de la ayuda socio profesional que reciben los docentes – APOYO. Como conclusión de la investigación realizada se dio a conocer que el estrés inducido por las nuevas tecnologías, las nuevas herramientas involucradas en la enseñanza en línea, el tiempo adicional dedicado a la transposición y adaptación de los materiales didácticos para este nuevo tipo de entrega, una pronunciada dinámica de cambios; todos estos cambios en un contexto de incertidumbre hicieron que los docentes sintieran los factores estresantes de manera más aguda. La intensidad de los estresores

que sintieron los docentes, desde el inicio de la pandemia COVID-19, fue de moderada a alta. Todos estos factores tienen un efecto inversamente proporcional en el grado de compromiso laboral. El estrés generado por la adaptación a las nuevas tecnologías tiene el efecto desmotivador más fuerte de todos los indicadores, además menciona que el efecto de los factores estresantes fue la mayor cantidad de tiempo disponible para que los maestros disfruten de las actividades personales, en el entorno personal del hogar junto con sus familias.

Uno de los principales estudios que consideramos en el trabajo de investigación es el desarrollado por Martínez et al. (2020), cuyo objetivo de investigación era identificar los diferentes perfiles de burnout que varían en los niveles de las tres dimensiones subyacentes (es decir; DE, EE y PA). Como segundo objetivo buscó examinar si los maestros con diferentes perfiles de agotamiento difieren significativamente en la sintomatología depresiva, las estrategias de afrontamiento y la calidad de las relaciones interpersonales en la escuela. Para ello, los autores desarrollaron un estudio cuantitativo, no experimental, aplicando una muestra formada por 300 profesores, que impartían los grados 1-4 de Educación Secundaria Obligatoria, en Murcia España. Para la evaluación de los constructos se aplicaron diferentes técnicas de recolección de datos, el Burnout se evaluó mediante la adaptación española (Seisdedos, 1997) del Maslach Burnout Inventory (MBI), que ha sido desarrollado por Maslach y Jackson (1986). Las estrategias de afrontamiento relacionadas con el estrés se evaluaron mediante el cuestionario desarrollado por Sandín y Chorot (2003). Para medir los síntomas conductuales del trastorno depresivo, se utilizó la Escala de depresión de autoevaluación (SDS) (Zung, 1965). Tras culminar la investigación los hallazgos encontrados mencionaron que los altos niveles de estrés docente, pueden afectar el proceso de enseñanza y aprendizaje y aumentar su probabilidad de desarrollar problemas de salud o absentismo.

La propuesta de Sánchez y Velazco (2017), se enfocó en describir y estimar la comorbilidad del síndrome de Burnout, depresión y ansiedad en una muestra de profesores de educación básica del Estado de México. La investigación realizada fue cuantitativa, no experimental, con una muestra no aleatorizada de profesores que laboran en escuelas públicas adscritos a la Subsecretaría de Educación Básica y Normal del Estado de México, pertenecientes a la Subdirección Regional de Amecameca y que trabajan en el municipio de Valle de Chalco Solidaridad en los niveles de primaria y secundaria, con un total de 476 docentes evaluados. Como técnicas de recolección de datos utilizaron el inventario de Burnout de Maslach para educación (MBI-Ed), El Inventario de Depresión de Beck (BID) y el Inventario de Ansiedad de Beck (BIA). Los resultados obtenidos en este estudio muestran una prevalencia alta para el síndrome de Burnout y la ansiedad, y en menor proporción la depresión, aunque es mayor que la 4 Metodología de la Investigación Científica | Actividad 2 reportada en la población general. Por otra parte, al considerar los tres trastornos en forma independiente más de la mitad de los profesores presentan entre SBO, ansiedad o depresión. Otra investigación importante fue la realizada por Méndez et al. (2020), quienes como objetivo se plantearon analizar los diferentes perfiles de burnout y verificar si existen diferencias entre los perfiles de burnout en la sintomatología depresiva y en la autoestima de los docentes en la escuela. Su investigación fue cuantitativa, no experimental, con una muestra 300 profesores de Educación Secundaria Obligatoria (EIS), en Murcia España. Utilizaron un conjunto de reactivos psicológico, seleccionando el MBI (inventario de agotamiento de Maslach), La segunda escala fue la SDS (escala de autoevaluación de la depresión) de Zung para medir los síntomas conductuales del trastorno depresivo y como última escala se utilizó la RES (escala de autoestima de Rosenberg). En sus resultados principales encontraron con sus estudios que la baja satisfacción laboral está relacionada con el

agotamiento, la disminución de la autoestima, la ansiedad y la depresión, así como una asociación entre el agotamiento y la depresión. Las personas que tienen un alto nivel de burnout suelen presentar síntomas depresivos en la etapa final del burnout.

En el Ecuador la investigación realizada por Mora et al. (2021), denominado Impacto de la pandemia de covid-19 en los docentes: burnout, ansiedad y depresión, elaborado por Mora et al. (2021), la cual tuvo como objetivo analizar la situación actual de los docentes, desde los factores vinculados con la pandemia, burnout, ansiedad y depresión, investigación que se fundamentó en una metodología cuantitativa. Los datos se recogieron mediante instrumentos con preguntas de caracterización sociodemográfica, ocupacional y de hábitos de vida, los instrumentos utilizados fueron el cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI) y las escalas de automedición de la depresión y ansiedad de W. Zung y Zung, la muestra estuvo formada por ciento treinta y dos docentes, de diferente género y estado civil, de diferentes sostenimientos del sistema de educación de la ciudad de Quito; 103 pertenecen a instituciones fiscales, 26 a particulares y 3 a fiscomisionales. Se planteó un muestreo no probabilístico, tipo bola de nieve, tomando los datos mediante Google Forms. Como resultados de la investigación se menciona que el 62,12 % de docentes consideran que la situación laboral es peor que antes la transición de un modelo de educación presencial a uno virtual ha generado estrés laboral; el teletrabajo en los docentes ha provocado que deban realizar simultáneamente sus rutinas laborales y familiares, trabajando además con una diversidad de estudiantes que enfrentan problemáticas socioeconómicas, además han descubierto una brecha de inequidad social y de aprendizajes.

En la investigación denominada Síndrome de burnout en docentes de una Unidad Educativa Ecuador, elaborada por Manzano (2020), enunció analizar el nivel de burnout que muestra el personal docente, midiendo la prevalencia de despersonalización,

cansancio emocional y realización personal. La investigación recopila información importante sobre las condiciones y consecuencias del síndrome de burnout experimentado por docentes con la finalidad de generar posibilidades de atención mediante la creación de espacios donde el profesorado pueda compartir sus experiencias y ser capacitados para encontrar un equilibrio saludable entre su trabajo y su salud mental. El diseño de la investigación fue cualitativo y descriptivo; el instrumento de recolección de datos determinado fue el cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI). Entre los principales hallazgos en el estudio se encontró que el 29% de los docentes de la unidad educativa padecen de cansancio emocional; la despersonalización fue del 17%; y el 85% de los docentes presenta un alto nivel de realización. Se concluyó con ello que los docentes poseen una prevalencia baja del síndrome de Burnout, existen docentes ubicados en la escala media del síndrome y una población relativamente pequeña con una prevalencia alta quienes podrían encontrarse en riesgo. En cuanto a las dimensiones del síndrome se encontró que la mayoría de docentes, tanto de instituciones públicas como privadas, presentan niveles normales de Agotamiento Emocional, Despersonalización y Falta de Realización Personal, y un porcentaje bajo presentan niveles moderados de estos.

En concordancia la investigación denominada la ansiedad y su relación con el síndrome burnout en docentes universitarios, elaborada por Ocaña y Gavilanes-Gómez (2022), quienes formularon como objetivo identificar la relación entre ansiedad y el síndrome burnout en docentes universitarios, la población participante fue de 90 docentes del área de Salud, quienes de manera voluntaria respondieron las escalas de evaluación seleccionadas para la recolección de datos, para medir el Síndrome de Burnout se utilizó Maslach Burnout Inventory (MBI); mientras que la ansiedad se evaluó mediante el Inventario de Ansiedad de Beck. En los resultados obtenidos se pudo

comprobar la correlación significativa entre variables investigadas, comparando los resultados con las diferentes carreras. Predominó la ansiedad junto con la despersonalización, seguido por cansancio emocional y finalmente la realización personal, evidenciando correlaciones bilaterales en las subescalas.

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo General

Evaluar la relación entre los niveles del síndrome de burnout con la depresión y ansiedad en docentes fiscales del cantón Otavalo.

1.3.2 Objetivos específicos

- Examinar los niveles de Burnout presentados en los docentes del Distrito 10D02 mediante el Cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI).
- Identificar los niveles de Depresión y ansiedad en docentes a través de las escalas de Zung.
- Comparar los niveles de Síndrome de burnout con la depresión y ansiedad en los docentes.
- Establecer la existencia de diferencias significativas entre los niveles del Síndrome de Burnout, depresión y ansiedad con el género, edad, años de servicio y nivel educativo desempeñado.

1.3.3 **Hipótesis**

- A mayores años de servicio profesional y edad de los docentes, es mayor el nivel de Burnout, ansiedad y depresión.
- El nivel de educación impartido por los docentes influye en el nivel de Burnout.
- Existen mayores niveles de Burnout en el género femenino.

1.4 Justificación

El desgaste emocional en los docentes no es algo nuevo, este ha estado presente en la comunidad educativa de toda Latinoamérica, debido, entre otros factores, a los bajos salarios, intensos horarios de trabajo, desgaste cognitivo y afectivo, y precario ambiente laboral en el cual deben desempeñarse. No obstante, las condiciones actuales han generado mayores cambios por la amenaza mortal de la pandemia (Párraga-Párraga y Escobar-Delgado, 2020). Se pretende conocer más acerca de este fenómeno, el estrés relacionado al trabajo, los aportes de Gil-Monte (2009), se cree que el número de personas que sufren estrés por la exposición a los riesgos psicosociales en el trabajo va a ir en aumento, dado que los cambios en el mundo laboral están elevando el nivel de exigencias a los trabajadores.

La manifestación del síndrome de burnout en los profesionales docentes puede tener su aparición como una consecuencia de la exposición prolongada del sujeto a las fuentes de estrés propias del ámbito escolar (Moreno Jiménez, 2000). Según Guerrero-Barona et al. (2018), en los últimos años ha aumentado considerablemente el número de profesores que se sienten desmoralizados, impotentes ante los problemas que les plantea el ejercicio de la docencia y que pierden interés por continuar en la enseñanza.

Según Martínez-Monteagudo et al. (2019) tras la revisión literaria se observa que existe abundante investigación científica sobre los efectos negativos que el Estrés crónico o Burnout tiene sobre la salud, y cómo los docentes están en constante contacto con riesgos psicosociales asociados a las demandas de su labor profesional. Según Hermosa (2006) y Restrepo (2005), en Colombia, algunas investigaciones han evidenciado la relación del síndrome de burnout con la docencia. En un estudio con docentes oficiales

en la ciudad de Medellín se identificó que el 46.8 % de ellos presentaban burnout o estaban en alto riesgo de presentarlo. En Ecuador, con la llegada de la pandemia los docentes debían garantizar el apoyo a la comunidad educativa, llegando a mantener jornadas fuera del horario de clases. Las nuevas exigencias requeridas de capacitación tecnológica, elaboración de material y planificaciones para estudiantes con y sin conectividad, y adaptación a esta nueva realidad ha generado estrés laboral (Mora et al. 2021).

Tras la revisión bibliográfica se determinan numerosas investigaciones sobre el síndrome de burnout y las implicaciones que generara sobre la salud docente y la relación de éste con comorbilidades de Depresión, ansiedad y otro tipo de trastornos, afectando considerablemente su desempeño laboral y generando condiciones que llevan a exacerbar sus estados y a afectar su salud mental.

La investigación desarrollada reflejará la realidad actual de los profesionales de la educación desde una visión científica, permitiendo reconocer los índices de estrés laboral y las afectaciones que este ha generado en la salud mental de los docentes.

CAPÍTULO II – MARCO REFERENCIAL

2.1.Marco teórico

2.1.1. El rol del docente en la actualidad

Hablar del docente en tiempo actual es ingresar a un mundo que traslada la profesión docente al ejemplo y al servicio de los demás; hecho que demuestra que el rol del maestro va más allá del contexto educativo de guía o generador de conocimientos, sino que lo trasciende hacia muchas áreas más. El docente debe garantizar, el derecho constitucional a la educación, con todo lo que ello implica y además debe brindar el servicio educativo durante las diferentes fases de vida y escenarios que sean necesarios. (Mora et al., 2021).

La práctica docente ha sido considerada actualmente de carácter social, como objetiva e intencional. En este rol intervienen todas las acciones hacia las personas implicadas en la comunidad educativa (estudiantes, docentes, padres de familia, autoridades, etc.). Los docentes son responsables de generar procesos de aprendizaje, crear espacios recreativos y mantener una comunicación directa entre los estudiantes y los padres de familia, demás docentes y autoridades institucionales. La institución educativa se configura como el escenario de formación continua tomando en cuenta todos los aspectos de la vida humana, el conjunto de valores personales, sociales e instruccionales, con el propósito de formar un modelo de sociedad (Fiero et al., 1999).

Las demandas actuales han llegado a incidir directamente en una redefinición del trabajo del docente, tanto en la formación, como en el desarrollo profesional. El rol del docente se ha transformado, existen cambios generados en el contexto macro, donde el docente debe asumir cada vez más responsabilidades dentro de sus funciones; cambios en la evolución de los valores y en las actuales concepciones sociales (Vaillant, 2010).

La motivación del docente ha tenido que conjugarse a diferentes contextos, que plantean un reto con el surgimiento de nuevas funciones en su desempeño, el uso de TICs y manejo de redes y la enseñanza con la atención a necesidades educativas especiales y diferencias culturales; como también la necesidad de resolver problemas comportamentales y disciplinarios; además de los altos niveles de deserción escolar y fracaso académico (Gómez et al., 2010; León et al., 2011; Fernández et al., 2012; Rodríguez et al., 2019).

Actualmente las funciones propias de la labor docente en su desempeño laboral se extralimitan; la sociedad y los padres otorgan al maestro diferentes objetivos de cumplimiento, siendo estas competencias transferidas, mismas que debían ser cubiertas y solucionadas por la sociedad y la familia. Debiendo ser un instructor experto de una materia, atendiendo a cada una de las necesidades de aprendizaje; un solucionador de problemas quien debe estar para dar respuesta a todos los conflictos presentes dentro y fuera de la institución; debe ser un nexo familiar supliendo el afecto que el estudiante no tiene en su familia; debe ser un mediador ante situaciones conflictivas, conociendo la realidad de cada una de las familias, asesorando a las diversas situaciones presentadas. Sin lugar a dudas, todas estas situaciones laborales van a determinar el desempeño y motivación docente (Prieto-Jiménez, 2008).

Las nuevas demandas laborales y las condiciones de trabajo en docentes han llegado a generar afectaciones en su salud y con ello el desarrollo en su actividad laboral. En las últimas décadas se ha observado que los permisos médicos debidos a diferentes problemas psicológicos en los docentes y desgaste laboral han superado a otras afecciones en años antes identificados (Darrigrande y Durán, 2012; Gioberchio, 2006).

Los enfoques desarrollados para las prácticas educativas no son estáticos, se renuevan y se transforman a lo largo del tiempo y sobre todo en función de cada uno de los cambios sociales por los que atravesamos, como también de los avances en el conocimiento y en la experiencia desarrollada; por ello son productos sistemáticos y fundamentados que se van generando en el marco de condiciones históricas concretas en las que vivimos (Davini, 2015).

Los cambios identificados en el sistema educativo actual están demandando de una mayor capacidad de adaptación para el docente. Se están requiriendo mayores exigencias a nivel cognitivo, físico y emocional; que en muchas ocasiones desencadenan en estrés laboral, manifestaciones relacionadas directamente con niveles crónicos de estrés y con ello atribuidas al síndrome de burnout. Como consecuencia de los cambios atravesados en la Pandemia la estructura educativa tradicional transformó la modalidad de estudios generando una serie de transformaciones y adaptaciones emergentes que pueden propiciar indicativos del síndrome (Camacho, 2021).

Actualmente están consideradas como del alto riesgo algunas profesiones como mineros, policías, pilotos aéreos, doctores, enfermeros, dentistas, vendedores y profesores, considerados como profesiones generadoras de estrés. (WYTV 2006). Para dicha calificación se toma en cuenta la carga laboral, horario de servicio, el nivel de participación, el contexto laboral, las relaciones interpersonales y además el balance de la vida laboral y extralaboral; condiciones que repercuten en la salud y ejercicio laboral. Por lo tanto, en la práctica docente se pueden determinar factores negativos que resultan de experiencias laborales dañinas para su salud mental (Zabala, 2008).

La labor docente, siempre se ha caracterizado por presentar una sobrecarga horaria con actividades académicas y extracurriculares exhaustivas, siendo este un factor

desencadenante para la aparición del síndrome. La sobrecarga laboral en un corto tiempo desarrolla una incapacidad de satisfacción de sus labores, presentando agotamiento emocional, fatiga y depresión (García et al., 1994). Cuando el profesional responde al estrés laboral como un conflicto crónico insuperable y con espacios de presentación prolongado, implican a su estado agotamiento emocional, desmotivación, sensación de fracaso, bajo rendimiento, entre varios otros; descrita esta condición como el Síndrome del Desgaste, del malestar docente o del profesor quemado (Bakker et al., 2000). Por otra parte, Gil (2005) añade que con la presencia del síndrome se producen varios cambios de conducta en el docente por su insatisfacción en el trabajo en comparación a las expectativas creadas al inicio; generando estrés crónico. Por consiguiente, el Síndrome de Burnout en la labor docente, se caracteriza por las manifestaciones de actitudes generadas por estrés crónico laboral, y su origen dependerá del ambiente en el cual el profesional se desenvuelva, ya que pueden originarse debido a factores psicosociales del contexto institucional o debido a las condiciones socio-organizativas (Camacho, 2021).

Mencionar la educación y sus procesos en el contexto ecuatoriano requiere identificar que a pesar de los progresos realizados y avances establecidos en las últimas décadas, en nuestro medio la evolución en el área educativa no ha tenido mayor logro, las metodologías que se aplican siguen siendo obsoletas; y a raíz de lo vivido en los últimos años, se pudo marcar un antes y un después en el sistema con la diferencia de la educación y la labor docente, de acuerdo a las responsabilidades y atribuciones (Barrera et al., 2017).

Los avances tecnológicos, los procesos de globalización y economía, han transformando el mundo laboral. Se han identificado riesgos y trastornos psicosociales; que inciden en la eficacia y eficiencia laboral, impactando en la salud física y emocional

produciendo en gran demanda ansiedad y una falta de realización personal, que sumado a otros componentes han llegado a generar desencadenantes estrés crónico o síndrome de burnout (Dorantes-Nova et al., 2016).

2.1.2 Síndrome de Burnout

2.1.2.1 Historia y definición

La presencia del estrés surgió desde el inicio de la humanidad misma, desde el nombre primitivo en donde presentaba dos alternativas en su vida, el luchar o huir, permitiendo liberar la energía generada hacia el peligro. Actualmente el estrés se ha convertido en uno de los términos más usados por la sociedad moderna, aplicable a todo ámbito; fundamentándose también en el área laboral con el conocido síndrome de burnout (Delgadillo et al., 2020).

El Síndrome de Burnout fue introducido por primera vez por Herbert J. Freudenberger (1974) mencionándolo como un desgaste o sentir exhausto debido a las diferentes demandas excesivas de energía, fuerza y recursos. Esto ocurre cuando un individuo, por algunas razones en su trabajo y luego de muchos intentos, se vuelve ineficaz en sus funciones; encubriendo con ello el estrés laboral o la fatiga crónica, conocido como el síndrome del “quemado”. Para 1979 Maslach & Jackson el síndrome de burnout era una respuesta psicológica al estrés laboral crónico que compromete tres dimensiones como son: Agotamiento Emocional, Despersonalización y Pérdida de Logro o Realización Personal.

Por su parte Schaufeli y Enzmann (1998) mencionaron en varios reportes a nivel mundial que el Burnout era uno de los principales síndromes que infiere en la salud de

trabajadores, estando la docencia en segundo lugar con mayor prevalencia a padecerlo con un 27% luego de los profesionales de la salud. Luego de estas evidencias y los numerosos casos presentados por el de Burnout, la Organización Mundial de la Salud en el 2000 catalogo al síndrome como un factor de riesgo laboral, debido a que afecta la calidad de vida de los individuos y su salud mental. Considerando los antecedentes mencionados Gil-Monte (2002) refiere que el Burnout es una respuesta al estrés laboral, el mismo que no genera implicaciones negativas únicamente en la esfera organizacional, sino que además compromete diversas áreas de funcionamiento de la persona que lo sufre. Para Lasalvia et al. (2011) esta condición se ha venido presentando en diversas profesiones uno de ellos en sectores administrativos, profesionales del área de salud, profesionales de la educación, psicólogos, trabajadores sociales, funcionarios de prisiones y policías.

El Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST) define al burnout como la consecuencia de una exposición de diversos estresores laborales produciendo con ello una alteración en el estado de la salud (Saborío Morales e Hidalgo Murillo, 2015). Un acuerdo general entre el estudio de varios autores revela que el Burnout es una respuesta al estrés crónico en el trabajo, en un largo plazo y con factores acumulativos, presentando consecuencias negativas que se reflejan a nivel personal y organizacional, y que tiene relación con atención directa a colectivos bien sean estos enfermos de gran dependencia, o también alumnos conflictivos (Martínez, 2010).

Farber (2000) describe al Burnout como un reflejo de la mayor parte de los ambientes de laborales actuales, ya que la competencia laboral exige generar cada vez mejores resultados en un menor tiempo y con los mínimos recursos posibles. A partir de esto el autor indica cuatro variables para la presentación del síndrome: 1) la presión de satisfacer las demandas de los otros, 2) la presencia de una intensa competitividad, 3) el

deseo de obtener más dinero o mejor remuneración y 4) la sensación de ser despojado de algo que se merece.

Dentro de la tendencia para aplicar el Burnout, Maslach y Schaufeli (1993) reflejaron una ampliación del concepto aceptando destacando las siguientes características: 1. Predominan en el síndrome más los síntomas mentales o conductuales que los físicos. Entre los síntomas están, el cansancio mental o emocional, la fatiga y depresión; 2. Los síntomas se manifiestan en personas que no habrían sufrido anteriormente ninguna Psicopatología. 3. Se lo clasifica como un síndrome clínico-laboral. 4. El síndrome es consecuencia de un desencadenamiento de una inadecuada adaptación al trabajo, que lleva consigo una disminución del rendimiento laboral junto a la sensación de baja autoestima

El síndrome de burnout por ello se define como una entidad patológica, que a través del tiempo y los años ha experimentado diferentes cambios en su definición, estableciendo con precisión sus criterios diagnósticos y a la vez diferenciándolo de otras entidades relacionadas como el estrés laboral y la depresión. (Orosz, 2012). El síndrome de Burnout se caracteriza por una sintomatología que resalta de un cansancio promedio laboral, implicando un insuficiente desempeño, que se presenta como consecuencia de prolongados episodios de estrés, afectando exclusivamente la actitud hacia el trabajo, y sin que se presente relación con la depresión clínica (Bakker et al., 2000). El desarrollo del síndrome de Burnout según los estudios realizados depende, de la personalidad del trabajador, como también de la organización o institución donde labora y el ambiente de ésta. (Terrones et al., 2016).

Actualmente el burnout mantiene el reconocimiento como síndrome y además como una enfermedad laboral, durante el año 2005 la Organización mundial de la salud

(OMS) junto a la Asociación Americana de psiquiatría (APA) empezaron tomar en cuenta a la problemática, pero no fue sino hasta el 2010 cuando la Organización Internacional del Trabajo (OIT) incluyéndolo en la lista de enfermedades profesionales.

La OIT indica que el Síndrome de burnout es una enfermedad que pone en riesgo la economía de los países y hace que se resienta la productividad de los mismos al afectar su salud física y mental de los trabajadores (OIT, 2010).

2.1.2.2. Bases neurobioquímicas del Burnout

El síndrome de burnout es una entidad que a inicios fue apreciada como una variante del estrés laboral, pero que actualmente se lo considera como una entidad única; su diagnóstico se basa en los síntomas presentados y en los resultados de las diferentes escalas psicométricas establecidas para ello. Varios autores identifican la existencia de que este síndrome puede generar alteraciones neurobioquímicas específicas, tales como son las cifras de cortisol, las alteraciones del eje hipotálamo-hipófisis suprarrenal (eje HSS), alteraciones en el ritmo cardíaco y alteraciones en la presión sanguínea, (Danhoff et al., 2011).

El burnout ha generado estudios en el sistema nervioso autónomo, tanto en la rama simpática como en la rama parasimpática, sistema encargado de controlar las funciones corporales involuntarias, como los movimientos ventilatorios, el control de la motilidad intestinal, además de la presión sanguínea y del ritmo cardíaco (Komissarova et al., 2011).

Unas de las áreas más estudiadas en padecimiento de Síndrome de Burnout es la presencia de alteraciones en el sistema inmunológico y también en los mecanismos de la

inflamación, que como consecuencia explican la causa por el cual el individuo es propenso a las manifestaciones clínicas definidas clásicamente en este síndrome.

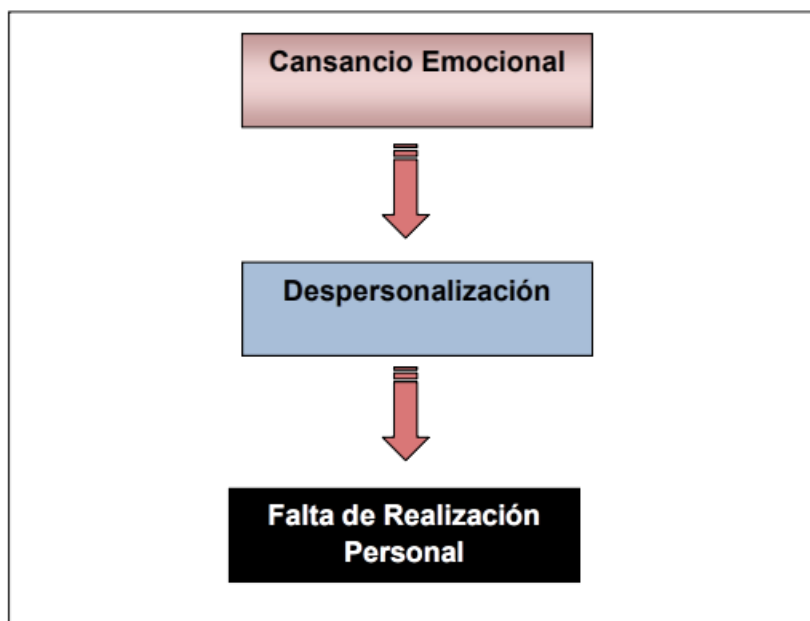
Se han identificado algunos factores de riesgo, que hacen susceptible al individuo para generar el síndrome de Burnout, entre los cuales están:

- **Componentes personales:** la edad (relacionada con la experiencia en el área laboral desempeñada), el género (las mujeres sobrellevan mejor las situaciones conflictivas en el trabajo), variables familiares (como la armonía y la estabilidad familiar que llevan a formar el equilibrio necesario para enfrentar situaciones conflictivas), personalidad (por ejemplo, las personalidades extremadamente competitivas impacientes o perfeccionistas).
- **Inadecuada formación profesional o laboral:** excesivos conocimientos teóricos, escaso entrenamiento práctico y falta de manejo de técnicas de autocontrol emocional.
- **Factores laborales o profesionales:** condiciones deficientes o precarias en cuanto al medio físico en el que se desenvuelve, entorno humano conflictivo, desorganización laboral, bajos salarios, sobrecarga de trabajo.
- **Factores sociales:** como la necesidad de reconocimiento por parte de los demás, necesidad de alta consideración social y familiar y un alto estatus económico.
- **Factores ambientales:** presencia de crisis o cambios significativos en la vida del individuo como, muerte de familiares, matrimonios, divorcio, nacimiento de hijos (Saborio e Hidalgo, 2015).

2.1.2.3. Elementos del síndrome de Burnout

Maslach y Jackson, sostienen que en la presencia del síndrome de Burnout existen 3 etapas del síndrome: en la primera aparece el cansancio emocional, como consecuencia del fracaso al intentar modificar situaciones que le generan estrés, posteriormente surge la despersonalización, como un mecanismo de defensa construido por el individuo por el fracaso ante la fase anterior. En la tercera aparece el abandono de la realización personal, el individuo piensa que su trabajo no amerita más esfuerzos (Caplan, 2000).

Tabla 1



Fuente: Etapas del Síndrome de Burnout según Maslach y Jackson (2002).

1. Cansancio o agotamiento emocional: presentando una pérdida progresiva de energía, evidenciando desgaste y fatiga.
2. Despersonalización: con una construcción realizada por parte del individuo como una defensa para protegerse de los sentimientos de impotencia y frustración.
3. Abandono de la realización personal: donde el área laboral pierde el valor que tenía para el sujeto.

Dichos componentes se presentan de forma paulatina, cíclica; de modo que una persona puede experimentar los tres componentes varias veces en diferentes épocas de su vida y en el mismo o en otro trabajo. (Saborio e Hidalgo, 2015). Se presentan además varios tipos de manifestaciones que se pueden considerar como signos de alarma como:

- **A nivel físico:** fatiga crónica, habituales dolores de cabeza, espalda, cuello y dolores musculares, alteraciones del sueño, insomnio, alteraciones respiratorias, hipertensión, problemas gastrointestinales, enfermedades coronarias, hiperhidrosis, náuseas, taquicardia y aumento de enfermedades virales.
- **A nivel conductual:** presentando un comportamiento paranoide, inflexibilidad y rigidez, superficialidad en las relaciones interpersonales, aislamiento social, actitud cínica, incapacidad de concentración, quejas constantes, comportamientos de alto riesgo y de baja gestión emocional, como conductas agresivas hacia las demás personas y absentismo.
- **A nivel emocional:** manifestándose un agotamiento emocional, expresiones de hostilidad, irritabilidad y odio hacia los demás, dificultad para controlar y expresar emociones, aburrimiento, desorientación, sentimientos depresivos.
- **A nivel cognitivo:** cogniciones asociadas a una baja autoestima, baja realización personal en el ámbito laboral, incapacidad para desempeñar el rol profesional y fracaso profesional.
- **A nivel familiar:** presentándose una marcada tensión al llegar al hogar, un agotamiento físico y también psicológico, irritabilidad y cansancio relacionado con la poca recepción de escuchar problemas de los demás. (Saborio e Hidalgo, 2015)

2.1.2.4. Causas Laborales del Síndrome de Burnout

Rivera, et al. (2018), refiere que las causas para desarrollar el síndrome son:

- Falta de medios para realizar las tareas encomendadas: cuando el individuo no cuenta con los medios necesarios e indispensables para realizar las tareas que le corresponden en sus funciones, debido a no poder conseguir los objetivos que se quieren alcanzar, por lo que esto causa una gran frustración e insatisfacción con su rol establecido, teniendo así la sensación que no hace nada y no llega a nada.
- Falta de definición del rol profesional: sin que el empleado tenga definido su función o lo que se espera de él, lo que produce incertidumbre e inseguridad generando con el tiempo surgimiento de estrés. Dentro de las profesiones identificadas que están más expuestas a padecer el síndrome de burnout, se exige más al maestro y al médico.
- Falta de control sobre el propio trabajo: identificadas por las exigencias y demandas que su función requiere, todo ello viene determinado iniciativa y responsabilidad.

La clínica del síndrome se esquematizó en cuatro niveles:

- **Nivel Leve:** presentándose quejas vagas, cansancio, dificultad para levantarse a la mañana.
- **Nivel Moderado:** presentando cinismo, aislamiento, suspicacia, negativismo
- **Nivel Grave:** identificando enlentecimiento, automedicación con psicofármacos, ausentismo, aversión, abuso de alcohol o drogas.
- **Nivel Extremo:** con la presencia de aislamiento muy marcado, colapso, cuadros psiquiátricos, suicidios. (Saborio e Hidalgo, 2015).

2.1.2.5. Consecuencias sobre la salud

Las consecuencias en los individuos que padecen el síndrome de burnout, identifican que pueden presentar distintos síntomas, a diferentes niveles como son físico, afectivo y actitudinal, identificados en la siguiente tabla:

Tabla 2

Físicos:
Taquicardia, dolor y opresión precordial Dispepsia, micciones frecuentes Impotencia sexual o falta de libido, alteraciones del ciclo menstrual Parestesias, tensión muscular, mialgias Cefalea persistente, migraña, diplopía.
Afectivos:
Repentinos y frecuentes cambios de humor Incapacidad de sentir compasión por otras personas Interés excesivo por su salud física. Introversión, cansancio y falta de concentración Astenia, aumento de la irritabilidad, angustia
De comportamiento:
Indecisión y descontento injustificado Aumento de ausentismo Tendencia a sufrir accidentes automovilísticos Trabajo ineficaz y uso de recursos para evitarlos Tendencia a consumir alcohol y drogas Exceso de comidas, aumento de la dependencia a tranquilizantes. Trastornos en el sueño Disminución de la calidad de vida y la cantidad de trabajo

Fuente: *Síndrome de Burnout: relación con otros trastornos emocionales* (2020).

En la última etapa del síndrome surge la idea de abandonar el trabajo; los olvidos se hacen cada vez más frecuentes. Se incrementan los pensamientos negativos sobre sí mismo y sobre su futuro, como evaluación negativa de lo vivido. Se presentan sobregeneralizaciones; altos niveles de la suspicacia y la sospecha o falta de credibilidad sobre su trabajo. Se desarrolla lo que podría llamarse “mentalidad de víctima”. Hay una preocupación excesiva por las propias necesidades y supervivencia (Perel, 2000).

2.1.3 Depresión

2.1.3.1 Definición

La depresión se define en la historia y según Hipócrates (S. IV a.C) como un estado mental, corporal y espiritual, al cual se le denominaba como melancolía. Por su parte Sigmund Freud, en 1917 publica sus estudios de Duelo y Melancolía, buscando alguna condición universal, que pudiera esconderse detrás de la depresión y sus diferentes formas. Consideró entonces que la depresión es la reacción a la pérdida de un objeto real o imaginario creada por el individuo. En 1970 Aarón Beck acuñó la tríada cognitiva de la depresión: definiendo como una visión negativa de sí mismo, con una percepción hostil del mundo y el ambiente, y una visión de futuro sufrida o fracasada.

La Organización Mundial de la Salud (2000) define a la depresión como un trastorno mental afectivo, que es común y tratable, muy frecuente en el mundo y que se caracteriza por cambios de ánimo con la presencia de síntomas tanto cognitivos como físicos, siendo estos de etiología primaria y secundaria al presentarse con enfermedades de base. Mientras que según la quinta edición del "Diagnostic Statistical Manual of Mental Disorders" (DSM-5), 2013 la depresión es un trastorno del estado de ánimo, el cual su principal característica es una alteración del humor y que, según su temporalidad y su origen sintomático, tiene una clasificación particular; de esta manera como principales se distingue el trastorno depresivo mayor, trastorno distímico y trastornos bipolares.

La OMS estableció dentro de su programa de salud mental que la atención a la depresión debe ser prioritaria además, afirmó que para el año 2020, la depresión será la segunda causa de incapacidad del mundo. La depresión es uno de los trastornos que puede ser fácilmente diagnosticado por los médicos generales desde el primer nivel de atención,

la OMS establece que entre el 60 y 80% de las personas con depresión puede ser tratado por un tipo de terapia breve y el uso de antidepresivos; sin embargo se establece que en algunos países sólo el 10% recibe tales tratamientos (Calderon, 2021).

La depresión es un trastorno mental frecuente, que se muestra como un estado de infelicidad permanente y abatimiento, que puede tratarse de algo situacional o quedar adherido de forma constante y permanente.

La depresión tiene muchas causas, las cuales incluyen:

Factores genéticos

- Factores químicos: alteraciones de neurotransmisores
- Factores psicosociales como: experiencias adversas en la infancia: dificultades cotidianas y crónicas, eventos indeseables en la vida, red social limitada, baja autoestima.

En la mayoría de los pacientes los episodios depresivos surgen de la combinación de factores familiares, biológicos, psicológicos y sociales, los cuales operan a través del tiempo y progresivamente incrementan su capacidad patogénica (Calderon, 2021).

2.1.3.2 Síntomas de depresión:

El individuo que padece de trastorno depresión, manifiestan un conjunto de síntomas afectivos, cognitivos, conductuales y físicos. Sintomatología que va desde un estado de ánimo bajo a alteraciones de la conducta tan graves como autolesiones la o de suicidio o las.

- **Síntomas afectivos/cognitivos:** irritabilidad, estado de ánimo deprimido, ansiedad, nerviosismo, dificultades en atención u concentración, pérdida de interés y motivación, sobre todo en gustos anteriores; incapacidad para disfrutar,

anhedonia), distorsiones cognitivas, baja autoestima, sentimientos de inutilidad e ineptitud, ideación suicida.

- **Síntomas físicos:** fatiga constante, pesadez en extremidades, problemas de sueño, problemas alimenticios, aumento/pérdida de peso, problemas sexuales, dolor de cabeza, tensión muscular/ rigidez, problemas gastrointestinales, palpitaciones, falta de aire, sensación de quemazón.
- **Síntomas conductuales:** labilidad emocional, confrontación interpersonal, aislamiento social, evitación de intimidad, uso/abuso de sustancias, evitación de situaciones, rituales o compulsiones, reducción de producción laboral, reducción de actividades de ocio y placer, autolesiones, intentos de suicidio, conductas violentas hacia los demás.

2.1.4 Ansiedad

2.1.4.1 Definición

La ansiedad por su parte ha sido definida como una respuesta anticipatoria del individuo a una amenaza futura, la cual surge de la percepción a los diferentes estímulos del entorno; siendo este un mecanismo de respuesta tanto fisiológica y como conductual la cual es generada para impedir o imposibilitar un daño. Considerando un punto de vista evolutivo se considera a la ansiedad como una conducta adaptativa, que promueve la supervivencia, alejando al individuo de lugares y situaciones establecidas como peligro potencial. (Macías-Carballo, 2019). La ansiedad alude a un estado con predominio de síntomas psíquicos y con la continua sensación de catástrofe o de peligro inminente, es

decir, la prevalencia de la combinación entre síntomas cognitivos y fisiológicos, evidenciándose una reacción de sobresalto. (Bresó-Esteves et al 2019).

La ansiedad es un estado emocional subjetivamente desagradable para el individuo; el cual se caracteriza por la presencia de sentimientos negativos como tensión y acompañado de síntomas fisiológicos como palpitaciones, temblor, entre otras; la situación que valoramos como amenaza alerta al cerebro, el cual promueve la respuesta adecuada; y la cual es utilizar al máximo nuestros recursos para enfrentarse a ese problema; teniendo como fondo el instinto de supervivencia (Schlatter, 2003).

Sin embargo la ansiedad puede generar un trastorno mental, cuando esta surge como una conducta recurrentemente a una respuesta anticipatoria involuntaria e intensa ante una o varias amenazas potenciales, sea esta real o supuesta. (Macías-Carballo, 2019). Cuando el individuo excede la capacidad de adaptación al ambiente, la ansiedad se vuelve patológica y es acompañada de varias alteraciones psicológicas y psicosomáticas. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, 15 % de la población mundial puede tener ansiedad y 20 % puede desarrollarla. (Puig-Lagunes et al., 2021).

Los trastornos de ansiedad afectan a cerca de 40 millones de adultos en Estados Unidos de entre 18 años de edad o más cada año. Los trastornos de ansiedad ocurren usualmente junto con otras enfermedades mentales o físicas, incluyendo por ejemplo el abuso del consumo de alcohol o de otras sustancias, lo cual pueden enmascarar los síntomas presentes de la ansiedad o empeorarlos (Calderón, 2021).

2.1.4.2 Síntomas:

Los síntomas de ansiedad pueden alcanzar niveles muy elevados, la mayor parte de los individuos sufren dos o más de estos trastornos al mismo tiempo. Las manifestaciones de ansiedad se dan en tres niveles:

- **Dimensión cognitiva-subjetivo:** relacionado con el mundo interno de cada individuo incluyen variables como la recepción y evaluación subjetiva de cada uno de los estímulos recibidos y los estados asociados con la ansiedad. Los síntomas que se presentan son preocupación, temor, inseguridad, miedo, pensamientos negativos sobre sí mismo, temor hacia la crítica de los demás, sobre nuestra actuación ante los otros, a la pérdida del control, dificultades para pensar, estudiar, o concentrarse, etc.
- **Dimensión fisiológico- somática:** la ansiedad está determinada por la actuación de ciertas estructuras cerebrales como la actuación del hipotálamo. Desde un punto de vista fisiológico, la aparición está condicionada por descargas de adrenalina 41. Los síntomas de tipo externo son: sudoración, tensión muscular, taquicardia, palpitaciones, temblor, molestias en el estómago, otras molestias gástricas, dificultades respiratorias, sequedad de boca, dificultades para tragar, dolores de cabeza, mareo, náuseas, etc.
- **Dimensión motor-conductual:** son aquellos cambios observables en expresión facial, movimientos y posturas corporales; aunque principalmente se refiere a las respuestas de evitación y escape del individuo ante la situación generadora de ansiedad. Entre los principales síntomas tenemos: evitación de situaciones temidas, comer o beber en exceso, fumar, inquietud motora, ir de un lado para otro sin una finalidad concreta, tartamudear, llorar, quedarse paralizado, etc.

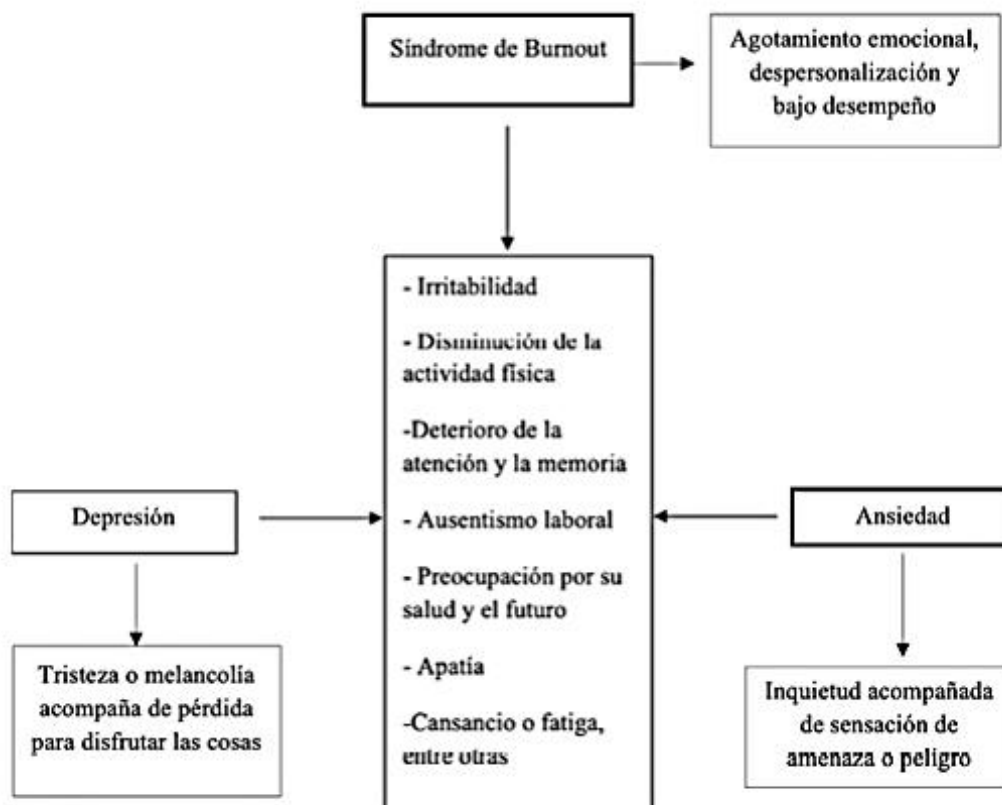
2.1.5 Relación entre el síndrome de burnout, depresión y ansiedad

Existen dos variables importantes que pueden producirse como consecuencia del padecimiento del síndrome de burnout o que incluso pueden darse conjuntamente. Dichas variables son la ansiedad y la depresión que no siempre surgen aisladas y que generan confusión en la presencia del síndrome, al igual que el estrés; existiendo una comorbilidad asociada entre estos conceptos junto con el burnout. (Ramírez, 2019).

Existen varios autores quienes consideran que entre las características que comparten estos padecimientos se pueden encontrar varias características que comparten como: cansancio, irritabilidad, deteriora en el desempeño, sensación de angustia en la vida o en la vida personal, ausentismo laboral, una disminución de su actividad física, un deterioro de la atención y memoria entre otros (Feuerhahn, Stamov-Roßnagel, Wolfram, Bellingrath & Kudielka, 2008; Jonsdottir et al., 2013). Existen claramente síntomas compartidos pero que conceptualmente son distintos; algunos provocan síntomas, sin que esto signifique que sean lo mismo por su reacción. Cada trastorno tiene peculiaridades que lo distinguen uno de otro, pero los padecimientos están relacionados conceptualmente y clínica entre ellos.

Lo que singulariza al síndrome de burnout es que en su definición incluye tres aspectos clínicos como agotamiento emocional, despersonalización y bajo desempeño, los mismos que agrupan varios rasgos de otros trastornos. En síntesis, la respuesta emocional en el burnout está determinada por factores sociales y ambientales que establecen la presencia o aparición del síndrome; dependiendo también de los recursos psicológicos individuales para hacer frente a esa situación.

Tabla 3



Fuente: *Síndrome de Burnout: relación con otros trastornos emocionales (2020).*

2.1.6 Síndrome de Burnout y comorbilidades (depresión y ansiedad)

Como se ha mencionado los factores psicosociales del medio ambiente en el trabajo (fábrica, empresa o escuela) pueden intervenir de forma importante en el desarrollo del síndrome de burnout. Sin embargo, se cree que no es el único trastorno que generan estos factores, sino que, también se pueden producir otras alteraciones como son la depresión o la ansiedad, a partir de las condiciones generadas en el medio laboral. La relación entre el Síndrome de burnout, la depresión y la ansiedad no es muy clara, no existe un modelo que integre y explique la coexistencia de estos padecimientos. Esta

situación es generada por las características de los trastornos; el individuo puede presentar algunos síntomas depresivos o de ansiedad transitoriamente, sin tener la entidad patológica como tal. También existe una gran discusión si las dos entidades como la depresión como el burnout son entidades separadas o se sobreponen (Bianchi et al., 2013). La mayoría de los trabajos investigativos referentes al burnout, la depresión y la ansiedad son analizados de forma independiente, algunos evalúan simultáneamente la prevalencia de estos trastornos; sin embargo, son escasos. En un estudio realizado con las tres variables se concluyó que los individuos que presentaron síntomas ansiosos generan mayor riesgo para desarrollar el síndrome de Burnout (Calderón-Villota, 2010). En la actualidad, se ha determinado que las demandas laborales de los puestos de trabajo que mantiene un incremento en desarrollar el síndrome, no son los que requieren mucho esfuerzo físico, sino una mayor concentración mental, que por ello tienen menos control sobre su trabajo (Almirall, 2001).

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. Descripción del área de estudio

Para la ejecución del presente trabajo de investigación, se realizará la recolección de datos con el personal docente de instituciones fiscales pertenecientes al Distrito 10D02 Antonio Ante - Otavalo, para lo cual solicitará autorización escrita al director distrital y a las autoridades de cada una de las instituciones educativas, se dará a conocer a los docentes el fundamento de la investigación recalando su participación voluntaria y dando a conocer que los resultados serán con fines científicos. Los cuestionarios utilizados para la investigación se encontrarán de manera digital el Google Forms están diseñados para una ejecución de tiempo de 40 minutos en total. Se elaborará un consentimiento informado para que los docentes aprueben ser parte de la investigación dando a conocer que la participación es voluntaria y que pueden retirarse del estudio cuando así lo deseen sus datos personales se encontraban bajo resguardo, conforme a la ley.

3.2. Enfoque y tipo de investigación

3.2.1. No experimental

La investigación diseñada para la investigación fue No experimental debido a que las variables identificadas en la investigación no serán manipuladas, se las analizará en su estado natural (Sampieri, 2014).

3.2.2. Descriptiva-Relacional

El presente trabajo fue Descriptivo-Relacional porque se pretende conocer la prevalencia de las variables a estudiar en los estudiantes y conocer la relación que existe entre sí en un momento determinado (Sampieri, 2014).

Presenta un diseño de investigación cuantitativo; con base numérica con la que se realizará recolección de datos y análisis estadísticos para la comprobación de las hipótesis y relación de las variables. La recolección de datos se fundamentará en la medición de las variables de investigación, para ello se utilizarán procedimientos estandarizados y aceptados por la comunidad científica.

3.3. Población y muestra

La investigación se desarrollará con un muestreo no probabilístico intencional, conformado por 151 participantes docentes de educación inicial, básica y bachillerato de diferentes Unidades Educativas Fiscales del cantón Otavalo, Unidad Educativa Sarance, CECIB Luis Ulpiano de la Torre, Unidad Educativa Otavalo y Unidad Educativa Miguel Egas Cabezas; instituciones tanto del área urbana como rural. Las características del grupo de estudio serán docentes de ambos sexos, de entre 25 años a 59 años de edad ubicados en el Distrito 10D02 - Educación.

3.4. Instrumentos de evaluación

El primer recurso utilizado será el Cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI) el cual es el instrumento más utilizado en todo el mundo para evaluar estrés laboral crónico, está constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo y su función es medir el desgaste profesional,

miden tres dimensiones diferentes: Subescala de agotamiento emocional. Subescala de despersonalización. Subescala de realización personal. Esta escala tiene una alta consistencia interna y una fiabilidad cercana al 90%, el coeficiente alfa de Cronbach en una muestra 1.316 casos se obtuvieron los siguientes índices: 0,90 en CE, 0,79 en DP 0,71 en RP, y sus correspondientes errores de medida (en puntuaciones directas). Se ha considerado este instrumento en varias investigaciones como la realizada en España por Martínez et al. (2020), identificando los diferentes perfiles de burnout y el agotamiento. En Ecuador también fue utilizada por Mora et al. (2021), investigando el burnout, ansiedad y depresión complementando con las Escalas de Zung.

Se utilizará la escala de depresión de Zung (1965), que consta de 20 preguntas que exploran los síntomas relacionados con los episodios depresivos, experimentados en el transcurso de las dos últimas semanas (estado de ánimo y síntomas cognoscitivos y somáticos). Cada pregunta de la escala tiene cuatro opciones de respuesta que van de 1 (muy pocas veces) a 4 (la mayoría de las veces); la suma de las 20 preguntas genera la puntuación que posteriormente permitirá identificar el nivel de depresión. Y la Escala de Ansiedad de Zung que consta de 20 frases, informes o relatos. Cada uno de los cuales se refieren a un síntoma o signo característico de la ansiedad.

En la investigación se agregarán preguntas ah-doc con la finalidad a investigar en el grupo de estudio Sexo (masculino / femenino), edad, Nivel educativo del que es docente (inicial / preparatoria / elemental / media / superior / bachillerato), años de servicio, área geográfica de trabajo (urbano/rural), calidad de las relaciones interpersonales con la comunidad educativa (estudiantes, padres de familia, docentes, autoridades).

3.5. Procedimientos

3.5.1. Diseño de la investigación

Se muestran en orden las fases para llegar a los objetivos específicos que se han planteado.

3.5.1.1.Fase 1: Evaluación del proceso: recopilación de información de fuentes científicas de cada una de las variables a estudiar. Recolección datos a través de los recursos establecidos.

Actividad 1: Investigación de la teoría referente a las tres variables establecidas; Síndrome de Burnout, ansiedad y depresión.

Actividad 2: Aplicación de reactivos psicológicos seleccionados para la recolección de datos; a través de Google forms.

3.5.1.2.Fase 2: Sistematización de resultados: recepción de resultados obtenidos de los tres recursos utilizados, análisis, correlación y evaluación de los mismos.

Actividad 1: Análisis de resultados

Actividad 2: Correlación de las variables.

3.5.1.3. Fase 3: Conclusiones de estudio:

Actividad 1: elaboración de conclusiones de estudio, aprobación de hipótesis y discusión de resultados finales.

3.6. Consideraciones Bioéticas

La presente investigación cumplió con las consideraciones bioéticas para su desarrollo y en función de la protección de la información recopilada en el grupo de participantes; aplicando un consentimiento informado, comprensivo, competente y voluntario de las personas que van a participar en la investigación; y guardando la confidencialidad de los datos y resultados obtenidos. En concordancia al Artículo 6 de la Ley Orgánica de transparencia y acceso a la información pública en donde establece que se considera información confidencial aquella información pública personal, que no está sujeta al principio de publicidad y comprende aquella derivada de sus derechos personalísimos y fundamentales.

RESULTADOS

Tras finalizar el estudio y haber analizado los resultados en el programa IMB SPSS v27.0.1, inicialmente se utilizó la prueba estadística de Kolmogorov-Smirnov, la cual se usó debido a la cantidad de sujetos de estudio (151 docentes) y como resultado se observa en la Tabla 4. que no existe normalidad en los datos.

Tabla 4.

Pruebas de normalidad de datos

Variable	Estadístico Kolmogorov-Smirnov	gl.	Sig.
<i>MBI</i>	,101	151	,001
<i>EAMD</i>	,080	151	,020
<i>EAA</i>	,110	151	,000
<i>Género</i>	,473	151	,000
<i>Edad</i>	,120	151	,000
<i>¿Docente de que nivel es?</i>	,181	151	,000
<i>Años de servicio</i>	,113	151	,000

Para tener una perspectiva global de las variables propuestas en el presente estudio, se observa en la **Tabla 5** los datos descriptivos, donde se evidencia que: existe mayor cantidad de mujeres que hombres en la muestra de estudio, el rango de edades es de 25 a 61 años, predominan los docentes que imparten clases a Bachillerato, los años de servicio oscilan de 0 a 54 años de los cuales la mayoría respondió que lleva 8 años de servicio en la institución educativa. con respecto a la evaluación de calidad de relaciones interpersonales se obtuvo que: los docentes en relación con los estudiantes la categorizan como muy buena, en tanto a la relación con los padres de familia la categorizan como buena, en la relación con las autoridades la categorizan como buena y con relación al DECE la categorizan como muy buena. Con lo que respecta a la evaluación del cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) se identificó 3 subcategorías las cuales

se evidencia que: la mayoría de los docentes presentan un agotamiento emocional bajo, una despersonalización baja y una realización personal alta, dando como resultado final de la MBI una media de 52,57 puntos, lo que indica un índice medio. En tanto a la escala de Autovaloración de Ansiedad y depresión de Zung, se obtuvo que: en AEMD una media de 34,35 puntos, indicando un estado de normal de depresión, y finalmente en EAA se obtuvo una media de 47,09 puntos, indicando un estado de ansiedad moderado.

Tabla 5.

Estadísticos descriptivos

Variable	Media	Moda	Desv. estándar	Varianza	Máximo	Mínimo
<i>Género</i>		Mujeres	0,428	0,183	115 M 36 H	
<i>Edad</i>	46,08	52	9,23	85,35	61	25
<i>¿Docente de que nivel es?</i>	4,19	Bachillerato	1,57	2,47	Bachillerato (6)	Inicial (1)
<i>Años de servicio</i>	17,27	8	10,17	103,39	54	0
<i>Cómo define la calidad de las relaciones interpersonales con estudiantes</i>	1,38	Muy Buena	0,53	0,28	Muy Buena	Muy Mala
<i>Cómo define la calidad de las relaciones interpersonales con padres de familia</i>	1,6	Buena	0,66	0,43	Muy Buena	Muy Mala
<i>Cómo define la calidad de las relaciones interpersonales con autoridades</i>	1,64	Buena	0,67	0,45	Muy Buena	Muy Mala
<i>Cómo define la calidad de las relaciones interpersonales con el DECE</i>	1,66	Muy Buena	0,72	0,52	Muy Buena	Muy Mala
<i>Subescala de Agotamiento Emocional</i>	8,37	Bajo	8,57	73,49	39	0

<i>Subescala de Despersonalización</i>	2,91	Bajo	3,96	15,64	21	0
<i>Subescala de Realización Personal</i>	40,28	Alto	7,78	70,41	48	13
<i>MBI</i>	52,57	Medio	11,31	127,97	87	20
<i>EAMD</i>	34,35	Normal	4,89	23,91	49	20
<i>EAA</i>	47,09	Moderada	4,26	18,2	56	32

En la **Tabla 6.** se indica los resultados de la encuesta a docentes indicando la cantidad de docentes clasificados según la instrucción educativa, el género, la tutoría, el nivel al cual imparte clases, el estado civil, y el área geográfica de trabajo. El 45% de los docentes pertenecen a la UE Otavalo, 19,2% a la UE Sarance, 19,2% a la UE Miguel Egas, 11,9% al Cebib. Luis Ulpiano De La Torre y el 4% a otras instituciones educativas. El 76,2% son mujeres y el 23,8 son hombres. El 27,8% pertenecen a bachillerato, el 20,5% pertenecen a básica superior, el 19,9% pertenecen a básica elemental, el 16,6% pertenecen a básica media, el 7,9% pertenecen a preparatoria y el 7,3% pertenecen a educación inicial. El 59,6% de los docentes son de estado civil casados, el 19,9% son solteros, el 16,6% son divorciados, el 2,6% son viudos y el 1,3% en otro. El 62,9% de los docentes trabajan en el sector urbano, mientras que el 37,1% trabaja en el sector rural.

Tabla 6.

Resultados de la encuesta a docentes.

Variable	Opción	Frecuencia	Porcentaje (%)
<i>Institución Educativa en la que trabaja</i>	UE Otavalo	68	45,0
	UE Sarance	29	19,2
	UE Miguel Egas	29	19,2
	Cebib. Luis Ulpiano De La Torre	18	11,9

	Otro	6	4,0
<i>Género</i>	Femenino	115	76,2
	Masculino	36	23,8
<i>¿Es usted docente tutor de grado o curso?</i>	No	23	15,2
	Si	128	84,8
<i>Tutor de que nivel</i>	Inicial	11	7,3
	Preparatoria	12	7,9
	Básica Elemental	30	19,9
	Básica Media	25	16,6
	Básica Superior	31	20,5
	Bachillerato	42	27,8
<i>Estado civil</i>	Soltero	30	19,9
	Casado	90	59,6
	Divorciado	25	16,6
	Viudo	4	2,6
	Otro	2	1,3
<i>Área geográfica de trabajo</i>	Rural	56	37,1
	Urbano	95	62,9
	Total de Casos	151	100,0

En la

Tabla 7. se observa los resultados obtenidos de la encuesta con referencia a la definición de calidad de las relaciones interpersonales tanto con los estudiantes, padres de familia, autoridades y DECE, siendo estas respuestas positivas en su gran mayoría.

Tabla 7.

Resultado de la encuesta de percepción de calidad laboral educativa

Pregunta	Opción	Frecuencia	Porcentaje
	Bueno	54	33,8

<i>Cómo define la calidad de las relaciones interpersonales con estudiantes</i>	Malo	1	0,6
	Muy Bueno	96	60,0
<i>Cómo define la calidad de las relaciones interpersonales con padres de familia</i>	Bueno	73	45,6
	Malo	1	0,6
	Muy Bueno	71	44,4
	Muy Malo	1	0,6
	Regular	5	3,1
<i>Cómo define la calidad de las relaciones interpersonales con autoridades</i>	Bueno	76	47,5
	Malo	1	0,6
	Muy Bueno	66	41,3
	Muy Malo	1	0,6
	Regular	7	4,4
<i>Cómo define la calidad de las relaciones interpersonales con el DECE</i>	Bueno	68	42,5
	Malo	4	2,5
	Muy Bueno	69	43,1
	Regular	10	6,3
	Total de casos	151	100,0

Luego de haber aplicado las encuestas de Burnout y Zung para identificar la presencia del síndrome de burnout, la depresión y ansiedad en docentes fiscales del cantón Otavalo, se obtuvieron que en MBI un 81,9% de los docentes tienen un síndrome de burnout medio, un 7,5% en estado alto y un 5,1% en estado bajo, mientras que en EAMD se obtuvo un 86,3% de los docentes en estado normal, y un 8,1 en estado leve, y finalmente en EAA se obtuvo un 64,4% de los docentes en estado moderado mientras que in 35,6 están en estado normal, como se muestra en la **Tabla 8**. De acuerdo a esta presentación de resultados se establece una hipótesis nula de acuerdo a lo planteado al inicio de la investigación.

Tabla 8.

Resultado de las encuestas de Burnout y Zung

Variable	Opción	Frecuencia	Porcentaje (%)
<i>Subescala de Agotamiento Emocional</i>	Alto	10	6,3

	Bajo	134	83,8
	Medio	7	4,4
	Alto	10	6,3
<i>Subescala de Despersonalización</i>	Medio	26	16,3
	Bajo	115	71,9
<i>Subescala de Realización Personal</i>	Alto	151	100
	Alto	12	7,5
<i>MBI</i>	Medio	131	81,9
	Bajo	8	5,1
	Leve	13	8,1
<i>EAMD</i>	Normal	138	86,3
	Moderada	103	64,4
<i>EAA</i>	Normal	48	35,6
Total de Casos		151	100

En la **Tabla 9.** se observa los resultados de las encuestas del síndrome de burnout, depresión y ansiedad donde se los clasifica según el género y el nivel al cual da clases el docente, dando como resultado que la mayoría del cuerpo de docentes está conformado por mujeres y que la mayoría de ellas da clases en bachillerato. Se presenta un MBI medio, EAMD normal y EAA moderada. Como resultado se puede mencionar que en relación al síndrome de burnout y depresión la hipótesis es Nula; mientras que en relación a la ansiedad se confirma la hipótesis en relación a los niveles de clases impartido.

Tabla 9.

Análisis de los resultados de las encuestas según el género y el nivel al que da clases el docente.

Variable	Opción	Género		¿Docente de que nivel es?						Total
		Mujeres	Hombres	1	2	3	4	5	6	
	Alto	8	4	1	1	0	0	5	5	12
<i>MBI</i>	Medio	101	30	10	11	27	25	24	34	131
	Bajo	5	3	0	0	3	0	2	3	8
<i>EAMD</i>	Normal	105	33	10	12	27	23	27	39	138
	Leve	10	3	1	0	3	2	4	3	13
	Normal	39	9	2	3	15	6	10	12	48
<i>EAA</i>	Moderada	76	27	9	9	15	19	21	30	103

Debido a la normalidad y naturaleza de los datos se utilizó la prueba de correlación de Spearman, donde se observa en la **Tabla 10**. que: existe una correlación inversa muy baja de -0,045 entre la variable de género y MBI, existe una correlación inversa casi nula de -0,006 entre el género y EAMD, existe una correlación muy baja de 0,082 entre género y EAA. En tanto a la edad y MBI se encontró una correlación muy baja de 0,078, la edad con EAMD se encontró una correlación inversa muy baja de -0,078 y con respecto a EAA se encontró una correlación inversa casi nula de -0,031. Con respecto al nivel al que da clases el docente se encontró: una correlación inversa muy baja de -0,065 en MBI, una correlación casi nula de 0,018 en EAMD y una correlación casi nula de 0.035 en EAA.

En tanto a los años de servicio se encontró: una correlación inversa casi nula de -0,048 en MBI, una correlación inversa casi nula de -0,062 en EAMD y una correlación inversa casi nula de -0,043 en EAA.

Mientras que en la correlación entre las variables de síndrome de Burnout, depresión y ansiedad se obtuvo que: MBI se obtuvo una correlación inversa casi nula de -0.108 con respecto a EAMD y una correlación inversa baja de -0,244 con respecto a EAA, mientras que EAMD con EAA se obtuvo una correlación casi nula de 0,007.

Tabla 10.

Correlaciones de variables ah doc con las variables de MBI, EAMD Y EAA (resultados de interpretaciones)

		Género	Edad	Docente de que nivel es?	Años de servicio	MBI	EAMD	EAA
Género	Rho de Spearman	1,000	0,006	,367**	0,016	-0,045	-0,006	0,082
	Sig.		0,943	0,000	0,843	0,580	0,947	0,319
Edad	Rho de Spearman	0,006	1,000	0,077	,699**	0,078	-0,078	-0,031
	Sig.	0,943		0,350	0,000	0,344	0,339	0,707
Docente de que nivel es?	Rho de Spearman	,367**	0,077	1,000	0,046	-0,065	0,018	0,035
	Sig.	0,000	0,350		0,574	0,430	0,824	0,672
Años de servicio	Rho de Spearman	0,016	,699**	0,046	1,000	-0,048	-0,062	-0,043
	Sig.	0,843	0,000	0,574		0,562	0,453	0,602
MBI	Rho de Spearman	-0,045	0,078	-0,065	-0,048	1,000	-0,108	-0,244**
	Sig.	0,580	0,344	0,430	0,562		0,188	0,003
EAMD	Rho de Spearman	-0,006	-	0,018	-0,062	-0,108	1,000	0,007
	Sig.	0,947	0,339	0,824	0,453	0,188		0,935
EAA	Rho de Spearman	0,082	-	0,035	-0,043	-,244**	0,007	1,000
	Sig.	0,319	0,707	0,672	0,602	0,003	0,935	

Debido a la normalidad y naturaleza de los datos se utilizó la prueba de correlación de Spearman, donde se observa que no existen correlaciones significativas entre las variables de género, edad, años de servicio y el nivel al que da clases el docente con las variables del síndrome de Burnout, autoevaluación de depresión y ansiedad.

Tabla 11.

Correlaciones de variables ah doc con las variables de MBI, EAMD Y EAA (Datos en bruto)

Variable	Estadístico	MBI	EAMD	EAA	Genero	Edad	Años de servicio	Docente de que nivel es?
----------	-------------	-----	------	-----	--------	------	------------------	--------------------------

<i>MBI</i>	Rho de Spearman	1,000	,208*	0,136	0,019	-0,063	0,098	0,038
	Sig.		0,010	0,097	0,816	0,442	0,232	0,644
<i>EAMD</i>	Rho de Spearman	,208*	1,000	,162*	-0,082	-0,017	0,117	0,043
	Sig.	0,010		0,047	0,318	0,839	0,151	0,602
<i>EAA</i>	Rho de Spearman	0,136	,162*	1,000	0,048	0,051	0,018	-0,007
	Sig.	0,097	0,047		0,554	0,537	0,827	0,935
<i>Genero</i>	Rho de Spearman	0,019	-0,082	0,048	1,000	0,006	0,016	,367**
	Sig.	0,816	0,318	0,554		0,943	0,843	0,000
<i>Edad</i>	Rho de Spearman	-0,063	-0,017	0,051	0,006	1,000	,699**	0,077
	Sig.	0,442	0,839	0,537	0,943		0,000	0,350
<i>Años de servicio</i>	Rho de Spearman	0,098	0,117	0,018	0,016	,699**	1,000	0,046
	Sig.	0,232	0,151	0,827	0,843	0,000		0,574
<i>Docente de que nivel es?</i>	Rho de Spearman	0,038	0,043	-0,007	,367**	0,077	0,046	1,000
	Sig.	0,644	0,602	0,935	0,000	0,350	0,574	

Para medir el tamaño de efecto existente en las variables de estudio se utilizó la prueba estadística D de Cohen, donde se refleja en la **Tabla 12.** que existen tamaños de efecto muy grandes siendo en MBI 11,322, en EAMD 4,886 y en EAA 4,274.

Tabla 12.

Prueba D de Cohen

Variable	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		
	D de Cohen	F	Sig.
<i>MBI</i>	11,322	3,992	0,048
<i>EAMD</i>	4,886	1,268	0,262
<i>EAA</i>	4,274	0,183	0,670

Para medir la diferencia de medias existentes en dos grupos de la misma muestra de estudio se utilizó la prueba estadística U de Mann Whitney, la cual se observa en la **Tabla 13**. y debido a que existen valores de significancia superiores a 0,05 se determina que no existen diferencias significativas en entre el género y las variables de estudio.

Tabla 13.

Prueba U de Mann Whitney

Variable	Género	N	Rango promedio	Suma de rangos	U de Mann-Whitney	Z	Sig.
<i>MBI</i>	Femenino	115	75,53	8686,50	2016,5	-0,234	0,815
	Masculino	36	77,49	2789,50			
<i>EAMD</i>	Femenino	115	77,99	8969,00	1841	-1,002	0,316
	Masculino	36	69,64	2507,00			
<i>EAA</i>	Femenino	115	74,82	8604,50	1934,5	-0,594	0,553
	Masculino	36	79,76	2871,50			

DISCUSIÓN

En el desempeño de las actividades profesionales existen varios factores que pueden desencadenar el estrés laboral, afectando a la salud mental del docente provocando el síndrome de Burnout, ansiedad y/o depresión. En el continente europeo se muestran varios estudios en los que revelan que los docentes de preparatoria presentan índices bajos en el síndrome de Burnout por lo que infiere que los docentes mantienen una buena salud mental (González y Regalado, 2022). De igual manera, en un estudio realizado en docentes de 23 provincias españolas y 10 Comunidades Autónomas revela que el 20,8% de los maestros presentan el síndrome de Burnout, donde se encontró una relación directa entre el agotamiento emocional y estrés (Blázquez et al., 2022). Por lo que se puede evidenciar que existen distintos factores que pueden desencadenar el síndrome de Burnout, como por ejemplo el clima laboral, el estrés o la sobrecarga de trabajo que son sometidos los docentes en cada institución educativa. En tanto a los resultados que se observó en el presente estudio los docentes parecen mantenerse en buenas condiciones laborales lo que se refleja en la salud mental que poseen.

En tanto a América Latina el panorama que se evidencia al respecto no es tan diferente del continente europeo, ya que estudios realizados en docentes Chile se mostró que existe un nivel de Síndrome de Burnout global medio o bajo y que el 34% presentan agotamiento emocional, pero en su gran mayoría mantienen una realización personal alta y la despersonalización baja (Zuniga y Pizarro, 2018). Por otro lado, un estudio en Colombia manifestó que la mayoría de los docentes son de género femenino y entre menor antigüedad de labor presentan se reportan mayores puntajes en agotamiento emocional (54 Puntos) y el puntaje promedio de MBI fue de 43,4 puntos (Bedoya et al., 2017). En tanto a los datos que se obtuvo en el presente documento, el personal docente también está conformado mayoritariamente por mujeres, pero no existió correlaciones

significativas con los datos sociodemográficos, además de que se presentaron índices bajos en agotamiento emocional y despersonalización, mientras que se presentó índices altos en la realización personal de MBI.

En estudios realizados en docentes de Ecuador se menciona que el 29% padecen de cansancio emocional, un 17% padecen despersonalización y el 85% de los docentes presenta un alto nivel de realización (Manzano, 2020). Así mismo, otro estudio realizado en docentes de la Zona 3 de Ecuador revelaron altos índices de estrés, pero no se encontró la presencia del síndrome de Burnout y que además estas variables son independientes (Aguilar y Mayorga, 2020). Mientras que en nuestro estudio se obtuvo que un 81,9% de los docentes mantienen un índice de MBI normal y que mantienen una independencia de variables.

En Perú, se utilizó la escala de depresión de Zung en docentes de secundaria, donde se observa que el 84.96 % no presentan depresión, mientras que un 15.04% muestran una ligera depresión (Zuñiga, 2017). Por otra parte, en Colombia el 42,2% del total de los docentes de los colegios Técnico Agropecuario y Enrique Olaya Herrera no reportaron síntomas depresivos; sin embargo, el 44,4% se presentaban ligeramente deprimidos (Benito y Perdomo, 2020). De igual manera en nuestro estudio se obtuvo que el 86,3% de los docentes no tenían signos de depresión, mientras que el 8,1% tenían depresión leve, mostrando que los docentes del distrito 10D02 presentan menor grado de depresión que en Colombia y que se encuentra en rangos similares en comparación con los estudios realizados en Perú.

En el año 2020 se realizó un estudio en docentes de Villavicencio – Colombia, donde se propone analizar la Escala Autoaplicada de Ansiedad de Zung como medida de auto reporte para identificar síntomas de ansiedad, en el que, se encontró que el 47,1% no

presentan y el 47,1% indicó presentar síntomas de ansiedad mínima a moderada y solo una persona refirió síntomas de ansiedad marcada a severa (Flechas, 2020).

En un estudio aplicado a docentes de la ciudad de Quito donde se evaluó en MBI, EAMD y EAA, en el cual, se encontró que un 47,3% presentan agotamiento emocional alto, 30,30% presentan despersonalización y un 61,36% presentan una realización personal alta; en tanto a la depresión existe un 26,52% y en la escala de ansiedad un 69,7% presentan ansiedad moderada y un 30.30 % un cuadro de ansiedad severa (Mora, et. al, 2021). Por otra parte, en el presente estudio se vio que un 64,4% presenta ansiedad moderada, por lo que se puede evidenciar que los niveles de ansiedad que se presentan en las instituciones educativas de Quito y Otavalo no son muy diferentes.

Hay que recalcar que existen muchos factores que pueden influir en el desarrollo de síndrome de burnout, depresión y/o ansiedad en los docentes de las instituciones educativas desde las iniciales hasta las de bachillerato. Para poder evitar estas psicopatologías es necesario mantener una buena relación entre todos los actores que conforman una institución educativa, tanto personal administrativo, docentes, estudiantes, padres de familia, entre otros (Peña et al., 2017). Así mismo es necesario mantener cierto orden y organización, empezando por las autoridades del establecimiento y seguido por los docentes, para tratar de reducir el estrés y los niveles de ansiedad que se puedan ocasionar (González, 2021). Una de las actividades que son necesarias para evitar estos problemas son las actividades recreativas, que deberían realizar tanto los docentes como los estudiantes, para poder salir de la rutina diaria y mejorar su estado de salud mental.

Conclusiones:

De acuerdo a los resultados presentados en la investigación se puede mencionar que los docentes no presentan niveles elevados de ninguna de las variables investigadas, existiendo casos aislado de la presentación de los mismos y afectación.

En tanto a la escala de Síndrome de Burnout presentaron niveles bajos en agotamiento y despersonalización, mientras que en la realización personal presentaron índices altos, lo que nos quiere decir que los docentes no sufren de demasiado estrés laboral ni tampoco se sienten agotados física y mentalmente, a su vez mantienen una actitud positiva con respecto a su vida cotidiana. Las condiciones de realización personal son las afectadas, teniendo en cuenta su satisfacción en el área laboral y cumplimiento de metas, sin alcanzar el máximo potencial y lograr el éxito.

Se puede inferir que los docentes participes de este estudio no presentan signos de depresión, pero tienen un nivel de ansiedad moderado. Esto puede deberse a temporadas donde requieren de más esfuerzo y presión como por ejemplo en temporada de parciales, exámenes o terminación del año lectivo.

Por otro lado, no se encontró una correlación significativa entre los niveles del Síndrome de Burnout, depresión y ansiedad con el género, edad, años de servicio y nivel educativo desempeñado, por lo que se puede deducir que en este caso las variables son independientes unas de otras.

Recomendaciones:

Se recomienda seguir realizando posteriores estudios en el tema con la población docente, especificando las razones de su agotamiento; identificando su orientación vocacional o condiciones exteriores, para implementar acciones de cambios organizacional y prevenir su aparición.

Para posteriores estudios se recomienda aplicar los test al inicio de año lectivo con evaluación de los niveles de estrés, depresión y ansiedad que sienten los docentes y también al finalizar el año lectivo, con la finalidad de conocer la diferenciación de su estado en estas condiciones.

Se recomienda realizar una propuesta de estrategias de afrontamiento al estrés, en base a gestión emocional y relaciones interpersonales para los docentes, que generen mejores estrategias individuales y bienestar integral.

Bibliografía:

- Aguilar, A., y Mayorga, M. (2020). Relación entre Estrés Docente y Síndrome de Burnout en docentes de la Zona 3 de Ecuador. Dialnet, 265-278.
- American Psychiatric Association - APA. (2014). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5 (5a. ed.)
- Arrom-Suhurt, CH., Samudio, M., Ruoti, M., y Orúe E.(2015). Síndrome depresivo en la adolescencia asociado a género, abuso sexual, violencia física y psicológica. Mem. Inst. Investig. Cienc. Salud, 13(3): 39-44.
[http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1812-95282015000300007&lng=es.](http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1812-95282015000300007&lng=es) [http://dx.doi.org/10.18004/Mem.iics/1812-9528/2015.013\(03\)39-044](http://dx.doi.org/10.18004/Mem.iics/1812-9528/2015.013(03)39-044)
- Barradas, M., Delgadillo R., Gutiérrez, L., Posadas, M., García, J., López J. y Rodríguez, E. (2018). *Estrés y burnout enfermedades en la vida actual*. Palibrio.
<https://es.scribd.com/read/524267270/Estres-Y-Burnout-Enfermedades-En-La-Vida-Actual>
- Barrera, H., Barragán, T y Ortega G. (2017). La realidad educativa ecuatoriana desde una perspectiva docente. *Revista Iberoamericana de Educación*, vol. 75, núm. 2 [(2017/12/31), pp. 9-20, ISSN: 1022-6508 / ISSNe : 1681-5653.
- Bedoya, E., Vega, N., Severiche, C., y Meza, M. (2017). Síndrome de Quemado (Burnout) en Docentes Universitarios: El Caso de un Centro de Estudios del Caribe Colombiano. Scielo, 51-58.
- Benito, M., y Perdomo, M. (2020). Caracterización de los docentes con síntomas depresivos de los colegios Técnico agropecuario y Enrique Olaya Herrera del municipio de Puerto Lopez, Meta. Universidad de Santo Tomas, 40-47.

- Blázquez, A., León, A., Patino, A., y Feu, S. (2022). Síndrome de burnout y apoyo social en maestros de Educación Primaria. ESTUDIOS SOBRE EDUCACIÓN, 42, 79-98.
- Bonilla-Guachamín, J., Jadán-Guerrero, J., Rojas-Londoño, D., y Ramos-Galarza, C. (2020). Relationship Between Technological Resources and Meaningful Learning in Secondary Students. (C. Springer, Ed.) 3rd International Conference on Human Systems Engineering and Design: Future Trends and Applications (IHSED 2020), 1269(3), 198-202. doi:https://doi.org/10.1007/978-3-030-58282-1_32.
- Bresó-Esteves E, Pedraza-Álvarez L, Pérez-Correa K. (2019). Síndrome de burnout y ansiedad en médicos de la ciudad de Santa Marta. 16(2 número especial): 259-269. Doi: <https://doi.org/10.21676/2389783X.2958>.
- Calderón, D. (2010.) Ansiedad y depresión en médicos residentes con síndrome de burnout, en Hospital de Niños Baca Ortiz, del Distrito Metropolitano de Quito.
- Camacho, R., Gaspar, M. y Rivas, C., (2021). Síndrome de burnout y estrés laboral por covid-19 en docentes universitarios Ecuatorianos. *Revista del Grupo de Investigación en Comunidad y Salud*. Volumen 6, N° 4.
- Cano García F. J., Rodríguez Franco L. y García Martínez J (2007), Adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento, Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos Facultad de Psicología Universidad de Sevilla, *Actas Esp Psiquiatr* 2007;35(1):29-39
- Caplan, N. Citado en Zaldúa G. Lodieu MT. El síndrome de Burnout. (2000) El desgaste profesional de los trabajadores de la salud. Un análisis desde la perspectiva de las ciencias sociales. Buenos Aires: Editorial Dunken.
- Darrigrande, J. y Durán, K. (2012). Síndrome de Burnout y sintomatología depresiva en profesores: Relación entre tipo de docencia y género en establecimientos

- educacionales subvencionados de Santiago de Chile. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 10 (3), 72-87.
- Davini, M. (2015). *La formación en la práctica docente*. Primera edición. editorial Paidós
- Dorantes - Nova, J., Hernández - Mosqueda, J. y Tobón - Tobón, S. (2016). Juicio de expertos para la validación de un instrumento de medición d el síndrome de burnout en la docencia. *Universidad Autónoma Indígena de México*, vol. 12, núm. 6, pp. 327-346.
- Fernández -López, O., Jiménez -Hernández, B., Alfonso- Almirall, R., Sabina-Molina, D., y Cruz-Navarro, J. 2020. Manual para diagnóstico y tratamiento de trastornos ansiosos. *Medisur*, 10(5): 466-479.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727897X2012000500019&lng=es
- Fierro, C., Fortoul, B. y Rosas, L. (1999). *Transformando la Práctica Docente. Una Propuesta Basada en la Investigación Acción*. México: Paidós. Capítulos 1 y 2.
- Flechas, A. (2020). Ansiedad y resiliencia en docentes de la universidad de Santo Tomas sede Villavicencio. *Universidad Santo Tomas*, 42-51.
- Gil-Monte, P. R. (2009). Algunas razones para considerar los riesgos psicosociales en el trabajo y sus consecuencias en la salud pública. *Revista Española de salud pública*, 169-173.
- Gonzáles, B. (2021). Síndrome de Burnout en profesores. *Nero Class*.
- Gonzáles, G., y Regalado, E. (2022). Comparativa del síndrome de Burnout en maestros, profesores de instituto y docentes universitarios. Congreso SFNN.
- Guerrero, A., Segarra, P. y Giler, G. (2018) Síndrome de Burnout en docentes de instituciones de educación superior *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, vol. 38, núm. 2, 2018 Sociedad Venezolana de Farmacología Clínica

y Terapéutica, Venezuela Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55960422004>

- Guerrero-Barona, E., Gómez-Del Amo, R., Moreno-Manso, J. M. y Guerrero-Molina, M. (2018). Factores de riesgo psicosocial, estrés percibido y salud mental en el profesorado [Psychosocial risk factors, perceived stress and mental health in teachers]. *Revista Clínica Contemporánea*, 9(1), 1-12. doi: [HYPERLINK "https://doi.org/10.5093/cc2018a2" https://doi.org/10.5093/cc2018a2](https://doi.org/10.5093/cc2018a2)
- Hermosa, A. (2006). Satisfacción laboral y síndrome de “burnout” en profesores de educación primaria y secundaria. *Revista Colombiana de Psicología*, 15, 81-89
- Javeriano, C. d. (2020). Normas APA. Obtenido de Pontificia Universidad Javeriana de Cali: <https://www2.javerianacali.edu.co/centro-escritura/recursos/manualde-normas-apa-septima-edicion#gsc.tab=0%C>
- Macías-Carballo, M., Pérez-Estudillo, C., López-Meraz, L., Beltrán-Parrazal, L. y Morgado-Valle, C. (2019) Trastornos de ansiedad: revisión bibliográfica de la perspectiva actual. Centro de Investigaciones Cerebrales, Universidad Veracruzana, campus Xalapa. www.uv.mx/eneurobiologia/vols/2019/24/24.html
- Manzano, A. (2020). Síndrome de burnout en docentes de una Unidad. *Scielo*, 499-511.
- Martínez-Monteaigudo, M.C., Inglés, C.J., Granados L., Aparisi, D., y García-Fernández, J.M. (2019) Trait emotional intelligence profiles, burnout, anxiety, depression, and stress in secondary education teachers. *Personality and Individual Differences*, 142, 53-61. doi: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.01.036>
- Martínez-Ramón, Juan Pedro, Méndez, Inamaculada, Ruiz-Esteban Cecilia y García-Fernández José (2020), Perfiles latentes de agotamiento, autoestima y sintomatología depresiva entre docentes, Departamento de Psicología Evolutiva

- del Desarrollo y de la Educación, Universidad de Murcia, Murcia, España,
<https://doi.org/10.3390/ijerph17186760>
- Maslach C. y Jackson S. E. (1997), MBI Inventario "Burnout" de Maslach – manual, Síndrome del quemado por estrés laboral asistencial, Madrid – España.
- Méndez Inmaculada, Martínez Juan Pedro, Ruiz-Esteban Cecilia, Fernández-Sogorb Aitana y García-Fernández José Manuel, (2020), Perfiles de Burnout, estrategias de afrontamiento y sintomatología depresiva, Departamento de Psicología del Desarrollo y Educación, Universidad de Murcia, España,
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00591>
- Mora, C., Bonilla, G. y Bonilla, J. (2021) Impacto de la pandemia de covid-19 en los docentes: burnout, ansiedad y depresión. *Revista Runae*, Edición No. 6, ISSN 2550-6846.
- Mora, C., Bonilla, G., y Bonilla, J. (2021). Impacto de la pandemia de COVID-19 en los docentes: Burnout, ansiedad y depresión. *RUNAE*, 42-57.
- Mora, Carmen, Bonilla Georgina y Bonilla, Johanna (2021) Impacto de la pandemia de covid-19 en los docentes: burnout, ansiedad y depresión. *Revista Runae*, Edición No. 6, Enero - Diciembre 2021, ISSN 2550-6846
- Moreno Jiménez Bernardo, (2000). La evaluación del estrés y el burnout del profesorado: el CBP-R . *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones* - Volumen 16, n.º2, 152.
- Obrad Ciprian, (2020), Restricciones y consecuencias de la enseñanza en línea, Departamento de Sociología, Universidad Occidental de Timișoara, Rumania, 12 (17), 6982; <https://doi.org/10.3390/su12176982>
- Organización Internacional del Trabajo (2010). Orígenes e historia. Recuperado de:
<http://www.ilo.org/global/about-the-ilo/history/lang--es/index.htm>

Organización Mundial de la Salud. (2005). World Health Statistics 2005. Ginebra, Suiza.

Recuperado de

http://www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/whostat2005en.pdf?ua=1

Organización Mundial de la Salud. (2006). Declaration on workers' health. Italia:

International Centre for Pesticides and Health Risk Prevention and the World Health Organization. Recuperado de [http://www.who.int/occupational health/Declarwh.pdf](http://www.who.int/occupational_health/Declarwh.pdf)

Pando, M., Castañeda, J., Gregoris, M. A., Ocampo, L., y Navarrete, R. (2006). . (2006).

Factores psicosociales y síndrome de burnout en docentes de la Universidad del Valle de Atemajac, Guadalajara, México. *Salud en Tabasco*, 523-259.

Párraga-Párraga Kléber Leonardo y Escobar-Delgado Gustavo Rafael (2020) Estrés

laboral en docentes de educación básica por el cambio de modalidad de estudio presencial a virtual. *Revista Científica Multidisciplinaria Arbitrada YACHASUN*. Volumen 4, Número 7 (Ed. Esp. noviembre) ISSN: 2697-3456. DOI: <https://doi.org/10.46296/yc.v4i7edesp.0067>.

Peña, P., Sánchez, J., & Menjura, M. (2017). SCHOOL COEXISTENCE. BETWEEN

THE OUGHT TO BE AND THE REALITY. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 129-15.

Perel de Goldvarg, N. (2000). El estrés y el síndrome de Burnout en los profesionales de

la salud. *Claves en Psicoanálisis y Medicina. Hacia la Interdisciplina*. 17/18.

Prieto-Jiménez, E. (2008). El papel del profesorado en la actualidad. su función docente

y social. *Universidad Pablo de Olavide de Sevilla*, Foro de Educación, n.o 10, 2008, pp. 325-345 ISSN: 1698-7799.

- Puig-Lagunes A, Ricaño-Santos KA, Quiroz-Rojas E, González-Gutiérrez RD, Puig-Nolasco A. (2021). Sintomatología de ansiedad y burnout al término de la licenciatura de médico cirujano. *Revista Fac Cien Med Univ Nac Cordoba*. Mar 12;78(1):25-28. Spanish. doi: 10.31053/1853.0605.v78.n1.28447.
- Restrepo-Ayalal,N.,Colorado, G. & Cabrera, G.(2005). Desgaste emocional en docentes oficiales de Medellín. *Revista de Salud Pública*, 8(1), 63-73.
- Saborío Morales, L. e Hidalgo Murillo, L. (2015). Síndrome de Burnout. On-line version ISSN 2215-5287Print version ISSN 1409-0015. *Med. leg. Costa Rica* vol.32 n.1
- Sánchez- Narváez, F. (2020). *Síndrome de Burnout: relación con otros trastornos emocionales*. Grupo Rodrigo Porrúa S.A. de C.V. <https://es.scribd.com/read/486564305/Sindrome-De-Burnout>
- Sierra, J., Ortega, V., y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal Estar e Subjetividade*, 3(1). <https://bit.ly/3ewdFuS>.
- Terrones, J., Cisneros, V. y Arreola, J. (2016). Síndrome de Burnout en médicos residentes del Hospital General de Durango, México. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 54(2), 242-248. <http://www.redalyc.org/pdf/4577/457745149016.pdf>.
- Vaillant, D. (2010). La identidad docente. La importancia del profesorado. *Revista Novedades Educativas*, 22(234), 1-17.
- Velásquez-Pérez Leora (2013). Afrontando la residencia médica: depresión y burnout . *Gaceta Medica de México*.
- Vélez, P., y Mayorga, L. (2013). Relación de los factores de riesgo psicosociales y el síndrome de burnout en docentes de planta de la Universidad Francisco de Paula Santander en el periodo del 2011-2012. *Dialnet*, 85-95.

- Wolfberg E. (2002). La salud de los profesionales de la salud: riesgos y prevención en
Prevención en Salud Mental. Buenos Aires: Lugar Editorial SA. 2002. 44.
American Medical Association .
- Zavala, J. (2008). Estrés y burnout docente: conceptos, causas y efectos Educación Vol.
XVII, N° 32, pp. 67-86 / ISSN 1019-9403.
- Zuniga, S., y Pizarro, V. (2018). Mediciones de Estrés Laboral en Docentes de un Colegio
Público Regional Chileno. Scielo, 171-180.
- Zuñiga, C. (2017). Resiliencia y depresión en docentes de la institución educativa
emblemática de la provincia del Inca. UAP, 64-80.