

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

[DOI 10.35381/cm.v8i1.682](https://doi.org/10.35381/cm.v8i1.682)

## **Síndrome de Burnout y funcionamiento familiar**

### **Burnout syndrome and family functioning**

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos  
[dvdelgadoc65@est.ucacue.edu.ec](mailto:dvdelgadoc65@est.ucacue.edu.ec)  
Universidad Católica de Cuenca, Azuay  
Ecuador  
<https://orcid.org/0000-0003-0528-093X>

Andrés Ernesto Cañizares-Medina  
[acanizaresm@ucacue.edu.ec](mailto:acanizaresm@ucacue.edu.ec)  
Universidad Católica de Cuenca, Azuay  
Ecuador  
<https://orcid.org/0000-0001-8717-4967>

Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña  
[nfernandez@ucacue.edu.ec](mailto:nfernandez@ucacue.edu.ec)  
Universidad Católica de Cuenca, Azuay  
Ecuador  
<https://orcid.org/0000-0001-9137-5104>

Recibido: 15 de octubre 2021  
Revisado: 10 de diciembre 2021  
Aprobado: 15 de enero 2022  
Publicado: 01 de febrero 2022

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

## **RESUMEN**

El presente estudio se enfocó en determinar el Síndrome de Burnout y su incidencia en el funcionamiento familiar en docentes de la Unidad Académica de Ciencias Sociales de la UCACUE, Cuenca, Ecuador; el proceso metodológico es de tipo descriptivo con un enfoque cuantitativo. Las herramientas de recolección de información que se utilizaron fueron el cuestionario de Maslash Burnout Inventory (MBI). la funcionalidad familiar está comprendida por la interacción entre cada uno de los miembros de la familia, mediante el test FF-SIL que evalúa varias categorías que permiten determinar un diagnóstico de la funcionalidad familiar, mediante la evaluación del mismo se identifica que la funcionalidad familiar no está correlacionada con el síndrome de Burnout puesto que se identifica que el 84.38% y 12.5% de docentes tienen una familia funcional y moderadamente funcional y tan solo el 3,12% presenta a familia severamente disfuncional.

**Descriptores:** Salud mental; psicología de la educación; profesor especializado. (Tesauro UNESCO).

## **ABSTRACT**

The present study focused on determining Burnout Syndrome and its incidence on family functioning in teachers of the Academic Unit of Social Sciences of UCACUE, Cuenca, Ecuador; the methodological process is descriptive with a quantitative approach. The data collection tools used were the Maslash Burnout Inventory (MBI) questionnaire. Family functionality is comprised by the interaction between each of the family members, through the FF-SIL test that evaluates several categories that allow determining a diagnosis of family functionality, through its evaluation it is identified that family functionality is not correlated with Burnout syndrome since it is identified that 84.38% and 12.5% of teachers have a functional and moderately functional family and only 3.12% present a severely dysfunctional family.

**Descriptors:** Mental health; educational psychology; special education teachers. (UNESCO Thesaurus).

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

## **INTRODUCCIÓN**

En una sociedad cambiante que exige estar a la vanguardia, un enemigo silencioso asecha, oculto en excesos, exigencias, trámites burocráticos, carga laboral, agenda dual trabajo-familia, horarios extendidos, recorte de personal, entre otros. No existe alerta ni tiempo establecido que permita evitar una extensa exposición a este sin número de riesgos ocasionados por el trabajo.

El síndrome de Burnout o síndrome del trabajador quemado, exterioriza diversas consecuencias en el desarrollo, bienestar y desenvolviendo de un individuo (docente) y este a su vez en el ambiente académico, enseñanza-aprendizaje; este síndrome está vinculado directamente con el estrés laboral mismo que afecta la calidad de vida laboral, el estado de salud física y mental del individuo provocando agotamiento emocional en el espacio laboral y actitudes negativas que pueden afectar a los estudiantes, compañeros de trabajo o a la misma institución; sumado a ello se puede manifestar ausentismo, disminución de la productividad y calidad de la educación, desmotivación o insatisfacción personal del individuo. Dichos aspectos pueden repercutir en el ambiente familiar y esto a su vez puede alterar la armonía familiar y afectar su funcionalidad (Contreras et al. 2013).

Actualmente, las exigencias de un mundo globalizado y cambiante en aras del desarrollo científico y tecnológico, genera cambios a nivel estructural y sobre todo en cuanto a condiciones, factores de riesgo y desencadenamiento de síndromes en el trabajo, mismos que pueden comprometer la seguridad y salud de los trabajadores. En este sentido se desprende de manera clara que el futuro no se simplifica hacia a un dónde vamos, más bien es aquello que se crea; por lo tanto, implica el importante papel de las autoridades, en cuanto al fomento de una cultura de prevención del estrés (Andrade-Rodríguez & Landero-Hernández, 2015).

Por ello es preciso analizar, investigar, y desarrollar estudios en pos del bienestar colectivo de los trabajadores y sus familias con el fin de construir ejes que aporten

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

conocimientos y contribuyan a tener mayor conciencia en autoridades, familia y la sociedad en general sobre lo vulnerable que puede estar una persona al estar expuesto a altos niveles de estrés y como a su vez este puede influir en el funcionamiento familiar. Con este sustento, el estudio realizado busca determinar la incidencia del Síndrome de Burnout y el funcionamiento familiar en docentes de la Unidad Académica de Ciencias Sociales de la UCACUE, Cuenca, Ecuador; para ello se aplicó la encuesta “Maslach Burnout Inventory” (MBI) misma que se enfoca en tres indicadores: cansancio emocional, despersonalización y realización personal, por otro lado para medir la funcionalidad familiar se aplicó el test de percepción del funcionamiento familiar (FF-SIL) mismo que presenta una serie de situaciones que pueden pasar o no dentro del círculo familiar, se presenta a través de una escala que permite generar niveles de funcionamiento familiar en términos de diagnóstico.

## **Referencial teórico**

### **El estrés**

Esta determinado como una respuesta fisiológica del organismo en los que están involucrados diversos mecanismos de defensa que hacen frente a situaciones que se perciben como amenazantes; sin embargo el exceso, produce una sobrecarga de tensión que se manifiesta a través del cuerpo como enfermedades y anomalías patológicas que impiden el correcto funcionamiento del cuerpo, por cuanto sus efectos inciden en la salud física y mental y a su vez en el rendimiento laboral, extra laboral y académico de un individuo; es por ello que el estrés puede acarrear trastornos personales, problemas familiares y sociales (García-Campayo et al. 2015).

Por consiguiente los factores psicosociales están presentes en el ambiente laboral y se encuentran relacionados con la organización del trabajo, es por ello que un adecuado acompañamiento, flexibilidad horaria, optimas instalaciones, entre otros factores protegerían a los trabajadores; muy por el contrario si estas condiciones presentaran un

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

problema y se materializaran podrían desatar un factor de riesgo psicosocial.

### **El Síndrome de Burnout**

El Síndrome de Burnout o también denominado como síndrome de desgaste ocupacional, profesional o síndrome del trabajador quemado es un padecimiento que se desarrolla como respuesta al estrés crónico en el trabajo y se manifiesta con consecuencias negativas a nivel personal y organizacional, caracterizados por el agotamiento pesado, sensaciones de cinismo en el área de trabajo y a su vez a nivel personal un sentido de ineficiencia y falta de realización.

En este sentido, (Pérez-Fuentes et al. 2020) indican que el Síndrome de Burnout es una respuesta al estrés laboral crónico, conformado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja, y hacia el rol profesional. El agotamiento emocional suele presentarse en el individuo como sentimientos de estar emocionalmente sobrecargados o saturados, mientras que la despersonalización abarca la negatividad y cinismo en las actitudes del individuo, generando sentimientos de distanciamiento con otras personas; la falta de realización personal en este nivel se evidencia la disminución de sentimientos de competitividad y éxito, de tal manera que se manifiesta en el individuo como autoevaluaciones negativas de sí mismo.

### **El Síndrome de Burnout en docentes**

En una sociedad reinante, cambiante y acelerada, los docentes se ven inmersos a constantes cambios que den sostén a una educación de calidad, según (Rivera-Guerrero et al. 2018), la educación es considerada una de las profesiones más estresantes, de tal manera que las causas del estrés en el ámbito educativo es reconocido como un riesgo ocupacional crónico, que puede ser producido por constantes cambios en el contexto educativo, innovación curricular, mantenerse a la vanguardia, brindar atención de calidad a los estudiantes, entre otros aspectos; así pues es necesario mencionar los constantes

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

cambios laborales que apuntalan a una intensificación de la labor docente y claramente son puntos que desatan el estrés en la educación acarreando consigo resultados negativos e incluso suponer una amenaza para la calidad de vida, bienestar físico y psicológico del docente.

Al no apalear esta problemática se pueden desatar diversidad de problemas en los docente como, insatisfacción laboral, ausentismo, mala salud mental, accidentes y sobretodo problemas familiares, sin contar con los problemas físicos como dolores de cabeza, problemas de espalda, agotamiento, fatiga entre otros problemas que pueden afectar severamente la salud.

### **Factores que disminuyen el Síndrome de Burnout**

El Síndrome de Burnout surge como una respuesta a la colosal exigencia laboral, es reconocida como una enfermedad y caracterizada por su efecto multidimensional, que traspasa las barreras de un cansancio habitual, es por ello que puede comprometer la esfera fisiológica, física y social del individuo. Sin embargo existen varios factores que pueden disminuir esta problemática como es: 1) la edad y los años de experiencia profesional, puesto que la experiencia genera seguridad en las tareas que se desempeña por consiguiente reduce la probabilidad de padecimiento de estrés o desgaste laboral, 2) manejo de estrategias adecuadas que permitan enfrentar de manera eficaz el estrés y situaciones conflictivas, 3) desarrollar capacidades que den paso al análisis y aceptación de problemas, en lugar de entrar en negación y a su vez evitar la introyección, que la única respuesta que desata es una sobrecarga de estrés, 4) tolerancia a la frustración, esto se puede desarrollar en el sentido de no poder alcanzar aquello que se desea y espera, esto se puede desatar especialmente en personas que desafían el trabajo desde el idealismo.

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

## **La familia y su funcionalidad**

La familia es un sistema que está establecida por una red de relaciones y sistemas que permite a cada miembro evolucionar, adaptarse e interactuar con factores internos (biológicos, psicológicos, emocionales) y externos (sociales) siendo indispensable el establecimiento de normas, reglas, límites y sobretodo jerarquías que permitan el correcto funcionamiento de un ambiente familiar, de tal manera que existe diferentes tipos y estructuras familiares, que a su vez permiten evidenciar la funcionalidad y disfuncionalidad familiar (Meler, 2008).

Partiendo de la concepción de (Olson et al. 1979) determinan que el funcionamiento familiar es la interacción de vínculos afectivos de la familia (cohesión) y que pueda ser capaz de cambiar su estructura con el fin de superar las dificultades evolutivas familiares (adaptabilidad). Esta teoría abarca situaciones y cambios que la familia puede atravesar durante la vida; la cohesión familiar son los vínculos emocionales que existen dentro del círculo familiar y se correlacionan con el bienestar y satisfacción individual, por otro lado, la adaptabilidad hace referencia al liderazgo, organización, roles, y reglas que se establecen en la familia; considerando que la comunicación es el punto clave que ayudara a las familias a alterar los niveles de cohesión y adaptabilidad.

Por otro lado el funcionamiento familiar es considerado como una dinámica relacional participativa y holista que se desarrolla entre miembros de un mismo núcleo familiar y se evalúa a partir de siete categorías que son: cohesión, refiere a la unión familiar tanto física como emocional al enfrentar diversas situaciones y decisiones en la cotidianidad; armonía, señala el equilibrio emocional y positivo de la familia hacia los intereses y necesidades individuales; comunicación, capacidad de transmitir de manera clara y directa sus experiencias a los miembros de la familia; permeabilidad, refiere a la capacidad que tiene la familia de brindar y recibir experiencias de otras familias; afectividad, es la capacidad que tienen los miembros de la familia de vivenciar y expresar sentimientos y emociones positivas unos a otros; roles, refiere a las responsabilidades y

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

funciones que ejerce cada miembro de la familia mismas que fueron negociadas por el núcleo familiar; adaptabilidad, ligada a la comunicación a la habilidad para cambiar de estructura de poder, relaciones de roles y reglas ante situaciones que lo requieran dentro de la familia. (Ortega-Veitía et al. 1999).

Desde un enfoque sistémico el funcionamiento familiar se establece como la capacidad para crear un entorno que propicie el desarrollo personal de cada uno de los miembros de la familia, de tal manera que comprende un conjunto de interrelaciones que se generan en el interior familiar y forjan identidad propia, teniendo como resultado familias que no sufren crisis. En este caso la funcionalidad y disfuncionalidad familiar se verá desplegada por la forma de manejar y enfrentar crisis; de tal manera que es pertinente asociar funcionalidad familiar con: vínculos, autonomía, flexibilidad, crecimiento individual, comunicación, manejo adecuado del estrés, conflictos y emociones y la tolerancia a diferencias individuales entre los miembros que conforman el círculo familiar.

### **Síndrome de Burnout y funcionamiento familiar**

Como bien lo señala Maslash, el Síndrome de Burnout se desarrolla debido a una forma impropia de afrontar el estrés crónico, desatando consigo agotamiento emocional, despersonalización y disminución del desempeño laboral, características que afectan no solo a nivel individual la vida laboral del trabajador sino también a nivel familiar. Por otro lado, Gil-Monte (2003) lo define como: “una respuesta al estrés laboral crónico integrado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional, así como por la vivencia de encontrarse agotado” (p. 2).

A nivel laboral el agotamiento en docentes se presenta como una preocupación latente dentro del sistema educativo puesto que el padecimiento del Síndrome de Burnout afecta a nivel personal y familiar de un individuo. En la esfera del desempeño laboral la familia es uno de los elementos más importantes es por ello que el funcionamiento familiar puede trascender en el desarrollo de patologías con respecto al Síndrome de Burnout. Este



Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

síndrome no discrimina género es por ello que cada individuo se enfrenta a conflictos que surgen cuando se desea ajustar el trabajo, la vida y las obligaciones familiares, esto se refleja como insatisfacción en el manejo de tiempo (trabajo-familia). El ambiente laboral desarrolla una presión continua, sumado a las exigencias del día a día que son cada vez más y hacen que una persona se exija en todos los ámbitos y niveles sin embargo el peso recae aún más en lo laboral. El conflicto trabajo-familia es considerado un riesgo psicosocial puesto que involucra a dos referentes primordiales en la vida de individuo, en este aspecto los docentes pueden presentar síntomas de malestar psicológico que pueden desatar el Síndrome de Burnout.

## **MÉTODO**

Esta investigación es de tipo descriptiva con un enfoque cuantitativo, se realizó mediante un estudio transversal que, según Álvarez-Hernández & Delgado De-la-Mora (2015) “es un estudio observacional que mide tanto la exposición como el resultado en un punto determinado de tiempo” (p. 26) este estudio implica un conjunto de procesos, de análisis y recolección de datos obteniendo una perspectiva amplia y objetiva sobre el tema.

En este estudio se utilizó el método deductivo mismo que permitió determinar conclusiones. En el desarrollo de la investigación se aplicó el cuestionario creado por Cristina Maslach en 1986 denominado “Maslach Burnout Inventory” (MBI) y el test de funcionamiento familiar (FF-SIL), mismos que son válidos y confiables y permitieron obtener resultados acertados.

Se encuestó a 32 docentes de la Unidad Académica de Ciencias Sociales correspondiente a las carreras de Trabajo Social, Derecho y Periodismo. El instrumento de desgaste profesional de Maslach consta de veintidós ítems con una escala de Likert, que comprende rangos de 0 a 6; donde 0 es nunca, 1 pocas veces al año, 2 una vez al mes, 3 pocas veces al mes o menos, 4 una vez a la semana, 5 pocas veces a la semana, 6 todos los días; generados en tres indicadores de medición: cansancio emocional,

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

despersonalización y realización personal.

Después de obtener la sumatoria, se podrá comparar con la siguiente tabla los valores de referencia que indica el grado de intensidad del síndrome categorizando, en bajo, medio y alto

**Tabla 1.**  
Categorización del síndrome.

<b>Componente</b>	<b>Baj o</b>	<b>Medi o</b>	<b>Alt o</b>	<b>Indicios de Burnout - puntuació n-</b>
cansancio	0 –	19 -	<b>27</b>	Más de 26
emocional	18	26	<b>– 54</b>	
Despersonalizaci ón	0 - 5	6 – 9	<b>10 – 30</b>	Más de 9
Realización personal	<b>0 - 33</b>	34 – 39	40 – 56	Menos de 34

**Fuente:** Instrumento de desgaste profesional de Maslach.

Por otra parte, el test de funcionamiento familiar (FF-SIL) permitió evaluar la funcionalidad familiar, consta de 14 ítems que mide las variables cohesión, armonía, comunicación, permeabilidad, afectividad, roles y adaptabilidad. Los ítems se encuentran generados en una escala de Likert, medidos por rangos del 1 al 5 donde, 5 es Casi siempre, 4 Muchas veces, 3 A veces, 2 Pocas veces, 1 Casi nunca.

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

Después de obtener la sumatoria, se podrá obtener un diagnóstico del funcionamiento familiar según la puntuación de la prueba que esta categorizada de la siguiente manera:

**Tabla 2.**

Puntuación total de prueba FF-SIL.

<b>Familia</b>	<b>Puntuación</b>
Funcional	De 70 a 57
Moderadamente funcional	De 56 a 43
Disfuncional	De 42 a 28
Severamente disfuncional	De 27 a 14

**Fuente:** Evaluación del funcionamiento familiar según instrumento FF-SIL.

## RESULTADOS

Los siguientes datos son resultado de la aplicación de instrumentos de recolección de información a 32 docentes de la Unidad Académica de Ciencia Sociales de la UCACUE, correspondientes a las carreras de Derecho sección matutina con 21 participantes, Trabajo Social con 7 participantes y periodismo con 4 participantes. El estudio conto con participantes del género femenino y masculino correspondiente al 34.4% y 65.6% respectivamente; obteniendo como resultado la información que a continuación se detalla.

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

**Tabla 3.** Frecuencia y porcentaje de Síndrome de Burnout obtenidos del inventario de Maslach.

Variables		Frecuencia	Porcentaje
Cansancio emocional	Bajo	29	90.63%
	Medio	3	9.37%
	Alto	-	-
Despersonalización	Bajo	11	34.37%
	Medio	7	21.88%
	Alto	14	43.75%
Realización personal	Bajo	32	100%
	Medio	-	-
	Alto	-	-

**Fuente:** Encuesta.

De acuerdo con el instrumento de validación de Maslach se presenta la siguiente valoración para la consideración de indicios de Burnout: cansancio emocional (más de 26 puntos), despersonalización (más de 9 puntos) y realización personal (menos de 34 puntos). Bajo estos indicadores, se evidencia que, en cansancio emocional, el 90.63% presenta un índice bajo; en despersonalización se presenta un 43.75% en parámetro alto seguido por el 34.37% que presenta una escala baja; en realización personal el 100% presenta un parámetro bajo.

Mediante un análisis de manera generalizada se develan pocos indicios de Burnout; según lo establecido en el test de interpretación, si en las dimensiones de cansancio emocional y despersonalización las puntuaciones son altas es decir por encima de 34 puntos y en cuanto a realización personal la puntuación es baja, se puede considerar que el individuo padece Burnout.

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

**Tabla 4.**

Frecuencia y porcentaje de Síndrome de Burnout obtenidos del inventario de Maslach respecto al género.

Variables		Femenino		Masculino	
		N	%	N	%
Cansancio emocional-Colectiva-	Bajo	9	28.13	2	62.5
	Med	2	%	0	%
	io	-	6.25	1	3.12
	Alto	-	%	-	%
Despersonalización-Colectiva-	Bajo	1	34.37	-	-
	Med	1	%	7	21.88
	io	-	-	1	%
	Alto	-	-	4	43.75
Realización personal-Colectiva-	Bajo	1	34.37	2	65.63
	Med	1	%	1	%
	io	-	-	-	-
	Alto	-	-	-	-

**Fuente:** Encuesta.

Respecto al género se evidencia parámetros bajos en cansancio emocional, 62,5% con respecto al género masculino y 28,13% femenino, este parámetro valora en el individuo la vivencia de estar exhausto emocionalmente a causa de las demandas laborales. Despersonalización se enfoca en actitudes de frialdad y distanciamiento evidenciando que el 43.75% del género masculino se encuentra en una escala alta y el 34.37% del género femenino en una escala baja, se evidencia que esta problemática es más frecuentes en hombres que en mujeres; en cuanto a realización personal, evalúa sentimientos de autoestima y realización personal el 100% se encuentran en un parámetro bajo, de los cuales el 65.63% corresponde al género masculino y el 34,37% al género femenino.

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

**Tabla 5.**  
 Frecuencia y porcentaje del diagnóstico de funcionamiento familiar (FF-SIL).

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Funcional	27	84.38%
Moderadamente funcional	4	12.5%
Disfuncional	0	0
Severamente disfuncional	1	3.12%

**Fuente:** Encuesta.

De acuerdo con el instrumento de evaluación del funcionamiento familiar según el instrumento FF-SIL, se realizó la sumatoria de los 14 ítems, que permitió llegar a un diagnóstico según puntuación total de la prueba, este permite obtener un valor mínimo de entre 14 y 27 puntos que representa a familias severamente disfuncionales y máximas de 57 y 70 puntos que representa a familias funcionales.

Al agrupar los distintos valores se determina que el 84.38% de los docentes tienen una familia funcional, seguido del 12,5% que presenta una familia moderadamente funcional y el 3.12% que representa a severamente disfuncional.

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

**Tabla 6.**  
 Relación entre indicadores de MBI y funcionalidad familiar.

		Funcional		M. funcional		Disfuncional		S. disfuncional	
Variables		N	%		%				%
Cansancio emocional Colectiva-	Bajo	24	75%	4	12.5%	-	-	1	3.12%
	Medio	2	6.25%	1	3.12%	-	-	-	-
	Alto	-	-	-	-	-	-	-	-
Despersonalización -Colectiva-	Bajo	8	25%	2	6.25%	-	-	1	3.12%
	Medio	6	18.75%	1	3.12%	-	-	-	-
	Alto	12	37.5%	2	6.25%	-	-	-	-
Realización personal -Colectiva-	Bajo	26	81.25%		15.63%				3.12%
	Medio	-	-		-				-
	Alto	-	-		-				-

**Fuente:** Encuesta.

Con respecto a cansancio emocional se identifica que el 75% de familias funcionales se encuentran en un índice bajo respecto a Burnout seguido del 12.5% de familias moderadamente funcionales y del 3.12% severamente disfuncionales. En rango medio se encuentra el 6.25% de familias funcionales seguido de moderadamente funcionales con un 3.12%.

Despersonalización versus funcionalidad familiar se evidencia que el 37.5% de familias funcionales se encuentran en el rango algo según Burnout seguido de moderadamente funcional con 6.25%; En rango medio encontramos familias funcionales y moderadamente funcionales con 18,75% y 3,12% respectivamente; En el indicador bajo se encuentra el 25% de familia funcional seguido del 6.25% de familias moderadamente funcionales y un 3.12% de familias severamente disfuncionales.

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

En cuanto a realización personal el 100% se ubica en un rango bajo, sin embargo, el 81,25% representa a familias funcionales seguido del 15,63% moderadamente funcionales y del 3.12% de familias severamente disfuncionales.

### **Propuesta y atención de Burnout**

El síndrome de Burnout caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, es un mal que afecta de manera indiscriminada a la sociedad, hoy en día nos encontramos inmersos en una sociedad que busca mantenerse a la vanguardia, por ello es evidente el aumento de estresores psicosociales mismos que abren aristas causantes de respuesta al estrés. Según los resultados obtenidos en la investigación es pertinente plantear una respuesta eficaz que permita identificar el estrés en sus primeras etapas y que este no escale hasta transformarse en un síndrome como es el de Burnout, y a su vez este estado no afecte al docente y a su círculo familia, personal y social.

A continuación, se presentan varias alternativas para prevenir burnout y lineamientos que ayudaran a autoridades y docentes a detectar a tiempo este síndrome. Es pertinente comenzar desde la capacitación y comprensión que conlleva abarcar esta temática y de ahí partir con los siguientes factores:

- a) Revisión contante de objetivos laborales; determinara sin los mismos son alcanzables y realistas a su vez debe ser acompañado por evaluaciones de desempeño elaboradas de manera minuciosa, detalle de carga horaria todo ello con la participación del docente.
- b) Fortalecimiento de la creatividad y autonomía del docente en su trabajo; lo que conlleva a revisiones estructurales, niveles de enriquecimiento paralelos a los puestos de empleo y revisión de los mismos.
- c) Analizar niveles de estrés y carga mental que conlleva cada área.
- d) Desarrollar evaluaciones constantes enfocadas al clima, cultura laboral y aspectos



Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

enfanzados con el síndrome de Burnout.

Estos puntos ayudarán en la identificación de conductas o sentimientos que requieran y demanden una atención sistémica, a su vez se materializan percepciones, conductas o sentimientos que alerten riesgo.

Entre las estrategias para los docentes para la prevención del estrés y burnout están:

**Estrategias de indagación:** permite identificar posibles causas de estrés y niveles de agotamiento y a su vez que auto perciben los docentes. En esta etapa se puede realizar, un mapeo de docentes que se encuentren en situación de riesgo e identificar estresores; dando inicio en acciones que permitan identificar y evaluar causales de estrés partiendo de instrumentos simples tales como: listado de posibles estresores, evaluación de niveles de estrés o potencial burnout.

**Estrategias de afrontamiento:** permite apalear o tolerar a los estresores, en esta etapa se crean planes de acción conjunta, en este nivel se adquiere destrezas para el manejo y expresión de las emociones.

## **CONCLUSIÓN**

El síndrome de burnout es una problemática que afecta directamente la calidad de vida de un individuo en todos sus ámbitos, este se presenta a través de un estado de agotamiento tanto físico como mental, es por ello que el estrés se puede considerar un peligro latente para los docentes puesto que su labor diaria se enfoca en la interacción directa con personas.

Este estudio se desarrolló con docentes de la Unidad Académica de Ciencias Sociales de la UCACUE, mediante los datos obtenidos en la investigación se establecen las siguientes conclusiones:

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

El síndrome de burnout es un factor de riesgo laboral, ya que tiene la capacidad de afectar la calidad de vida de un individuo en todos sus niveles; este se presenta como una forma inadecuada de afrontar el estrés crónico. Al medir burnout nos centramos en tres aspectos que son:

- 1) Subescala de cansancio emocional: se identifica en el individuo como fatiga, y con pérdida progresiva de energía por las demandas del trabajo; al evaluar esta escala con respecto a los docentes de la Unidad Académica de Ciencias Sociales de la UCACUE se identifica que no hay indicios de cansancio emocional puesto que el 90.63% de encuestados se encuentran en un rango bajo correspondiente a puntuaciones de entre 0 y 18 puntos.
- 2) Subescala de despersonalización: Existe alto índice que representa el 43.75% sobre el total de los encuestados, este abarca el desarrollo de actitudes negativas, sónicas e insensibles que reducen el compromiso hacia el trabajo. Se identificó que existe más problemas de despersonalización entre hombres que entre mujeres.
- 3) Subescala de realización personal: del total de encuestados el mayor problema que se presenta es la falta de realización personal, esta escala evalúa los sentimientos de autoconfianza y realización personal del docente en su trabajo, siendo evidente que existe un nivel bajo de realización personal puesto que el 100% se encuentra en el umbral más bajo que comprende de 0 a 33 puntos.

Al tener dos subescalas alarmantes, despersonalización y realización personal según su categoría es posible señalar que existen indicios para que se desarrolle burnout; de tal manera que es importante identificar estrategias que permitan apalejar el estrés y este a su vez no escale al desarrollo del síndrome siendo importante detectar las causas del estrés, establecer prioridades, tener una mejor gestión del tiempo, tener un enfoque claro es decir no apresurarse a los resultados, generar espacios para el desarrollo personal y social de tal manera que se desarrolle una vida equilibrada entre lo laboral y extra laboral

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

de cada individuo.

Por otro lado, la funcionalidad familiar está comprendida por la interacción entre cada uno de los miembros de la familia, mediante el test FF-SIL que evalúa varias categorías que permiten determinar un diagnóstico de la funcionalidad familiar, mediante la evaluación del mismo se identifica que la funcionalidad familiar no está correlacionada con el síndrome de Burnout puesto que se identifica que el 84.38% y 12.5% de docentes tienen una familia funcional y moderadamente funcional y tan solo el 3,12% presenta a familia severamente disfuncional.

## **FINANCIAMIENTO**

No monetario.

## **AGRADECIMIENTO**

A la Universidad Católica de Cuenca; por motivar el desarrollo de la Investigación.

## **REFERENCIAS CONSULTADAS**

- Álvarez-Hernández, G., & Delgado De-la-Mora, J. (2015). Diseño de Estudios Epidemiológicos. I. El Estudio Transversal: Tomando una Fotografía de la Salud y la Enfermedad [Design of Epidemiological Studies. I. The Cross-sectional Study: Taking a Snapshot of Health and Disease]. *Departamento de Medicina y Ciencias de la Salud*, 32(1), 26 -34. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/bolclinhosinfson/bis-2015/bis151f.pdf>
- Andrade-Rodríguez, L. G., & Landero-Hernández, R. (2015). Bases teóricas del conflicto trabajo-familia [Theoretical basis of work-family conflict]. *Revista De Psicología Universidad De Antioquia*, 7(1), 185–197. Recuperado a partir de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/25270>
- Contreras, S., Avalos, M., Priego, H., Morales, M., & Cordova, J. (2013). Síndrome de Burnout, funcionalidad familiar y factores relacionados en personal médico y de enfermería de un hospital de Villahermosa, Tabasco, México [Burnout syndrome, family functionality and related factors in medical and nursing personnel of a hospital in Villahermosa, Tabasco, Mexico.]. *Horizonte Sanitario*, 12(2), 45-57. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/4578/457845144001.pdf>

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

- García-Campayo, J., Puebla-Guedea, M., Herrera-Mercadal, P., & Daudén, E. (2016). Burnout Syndrome and Demotivation Among Health Care Personnel. Managing Stressful Situations: The Importance of Teamwork. *Actas dermo-sifiliograficas*, 107(5), 400–406. <https://doi.org/10.1016/j.ad.2015.09.016>
- Gil-Monte, P. (2003). Burnout syndrome: ¿síndrome de quemarse por el trabajo, desgaste profesional, estrés laboral o enfermedad de Tomás? [Burnout syndrome: burnout syndrome, burnout, job burnout, job stress or Thomas disease?]. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 19(2), 181-197. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=231318052004>
- Meler, I. (2008). Las familias [Families]. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, (12), 158-188. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=339630251009>
- Olson, D. H., Sprenkle, D. H., & Russell, C. S. (1979). Circumplex model of marital and family system: I. Cohesion and adaptability dimensions, family types, and clinical applications. *Family process*, 18(1), 3–28. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1979.00003.x>
- Ortega-Veitía, T., Cuesta Freijomil, D., & Días Retureta, C. (1999). Propuesta de un instrumento para la aplicación del proceso de atención de enfermería en familias disfuncionales [Proposal of an instrument for the application of the nursing care process in dysfunctional families.]. *Revista Cubana de Enfermería*, 15(3), 164-168.
- Pérez-Fuentes, M. C., Molero-Jurado, M. M., Simón Márquez, M. M., Oropesa Ruiz, N. F., & Gázquez Linares, J. J. (2020). Validation of the Maslach Burnout Inventory-Student Survey in Spanish adolescents. *Psicothema*, 32(3), 444–451. <https://doi.org/10.7334/psicothema2019.373>
- Rivera-Guerrero, Á., Segarra, P., & Giler-Valverde, G. (2018). Síndrome de Burnout en docentes de instituciones de educación superior [Burnout syndrome in teachers of higher education institutions.]. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 38(2), 17-23. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55960422004>

**CIENCIAMATRIA**

**Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología**

Año VIII. Vol. VIII. Nro 1. Edición Especial. 2022

Hecho el depósito de ley: pp201602FA4721

ISSN-L: 2542-3029; ISSN: 2610-802X

Universidad Nacional Experimental Francisco de Miranda (UNEFM). Santa Ana de Coro. Venezuela

Daniela Vanessa Delgado-Cevallos; Andrés Ernesto Cañizares-Medina; Nancy Yolanda Fernández-Aucapiña

©2022 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).