

Artículo de Investigación Científica o Tecnológica

Asociación del burnout y calidad de vida en docentes de nivel superior durante la Covid-19

Association of burnout and quality of life in higher level teachers during Covid-19

Diana Tamara Villamarín Semblantes¹, Darwin Raúl Noroña Salcedo²

Recibido: 22 junio 2022

Aceptado: 1 diciembre 2023

Abstract

Objetivo: Determinar la asociación del Burnout y la calidad de vida de docentes de nivel superior durante la pandemia por la Covid-19.

Métodos: El estudio tiene un enfoque cuantitativo, de corte transversal, no experimental, de alcance descriptivo y correlacional. En una población de 78 docentes, los participantes fueron evaluados a través del cuestionario Maslach de Burnout Inventory (ES) Educators Survey y la escala GENCAT de Calidad de Vida. Además, se realizó tres análisis: descriptivo, inferencial y de asociación. Los datos fueron recogidos por medio de la plataforma Google forms durante la pandemia por Covid 19.

Resultados: Se obtuvieron correlaciones significativas inversas y directas entre las dimensiones de burnout: cansancio emocional con bienestar personal, bienestar físico e índice de calidad de vida y realización personal con todas las dimensiones de calidad de vida e índice de calidad de vida en general. Sin embargo, no existe asociación entre la escala de despersonalización y calidad de vida.

Conclusiones: Las escalas cansancio emocional y realización personal pertenecientes al síndrome de agotamiento emocional (burnout) influyó significativamente en la calidad de vida de los docentes al ser evaluados de tal manera que los docentes perciben de manera negativa su desempeño dentro de la institución, lo que incrementa la probabilidad de tener un deterioro en su calidad de vida. Sin embargo, la escala de despersonalización no se ha visto afectada de manera significativa en esta población siendo independiente de la variable calidad de vida.

Palabras clave: Burnout, dimensiones, calidad de vida, cansancio emocional, realización personal, docentes, COVID-19.

Resumen

Objective: To determine the association between Burnout and the quality of life of higher education teachers during the Covid-19 pandemic.

Methods: The study has a quantitative, cross-sectional, non-experimental, descriptive, and correlational approach. In a population of 78 teachers, the participants were evaluated through the Maslach Burnout Inventory (ES) Educators Survey and the GENCAT Quality of Life scale. In addition, three analyses were performed: descriptive, inferential and association. Data were collected through the Google forms platform during the pandemic by Covid 19.

Results: Significant inverse and direct correlations were obtained between the burnout dimensions: emotional exhaustion with personal well-being, physical well-being and quality of life index and personal accomplishment with all dimensions of quality of life and quality of life index in general. However, there is no association between the depersonalization scale and quality of life.

Conclusions: The emotional exhaustion and personal fulfillment scales belonging to the emotional exhaustion syndrome (burnout) significantly influenced the quality of life of teachers by being evaluated in such a way that teachers negatively perceive their performance within the institution, which increases the probability of having a deterioration in their quality of life. However, the depersonalization scale was not significantly affected in this population and was independent of the quality-of-life variable.

Key words: Burnout, dimensions, quality of life, emotional exhaustion, self-fulfillment, teachers, COVID-19

¹ Pontificia Universidad Católica del Ecuador, PUCE. Latacunga, Ecuador

² Universidad Regional Autónoma de los Andes, UNIANDES, Quito, Ecuador

Autor de correspondencia: Diana Tamara Villamarín Semblantes. psc5dvillamarinsem@gmail.com

Introducción

En la década de los setenta del siglo anterior con el auge del estrés laboral, las organizaciones y los sistemas públicos de salud se encontraron con la discusión de poder descubrir cuál era la etiología de una variedad de padecimientos que tenían los trabajadores como, ideas persistentes, presencia de ineficacia profesional, sentimientos de agotamiento emocional, carga laboral entre otros. Años más tarde, Cristina Maslach realizó un estudio acerca de las respuestas emocionales en profesionales prestadores de ayuda y utiliza el término burnout, hay que resaltar que estos padecimientos lo presentaban quienes laboraban en diversos lugares de servicio a la comunidad de forma directa con los clientes, es decir que este síndrome se presenta en cualquier profesional que mantiene contacto directo con personas y con más frecuencia el personal sanitario y docente, después se elabora un esquema interpretativo del burnout bajo tres premisas importantes: cansancio emocional, despersonalización y dificultad para el logro o realización personal.¹

Años más tarde, se estandarizó “Maslach Burnout Inventory” que se ha estudiado y aplicado en profesionales de atención directa con el usuario y en el año 1981 presentan la primera versión Maslach Burnout Inventory (MBI), después se desarrollan nuevas adaptaciones en otro tipo de profesionales ligadas a al área educativa al que se denominó MBI- Educators Survey. En el año 2022 entro en acción la última clasificación de enfermedades de salud mental en la cual el burnout fue considerado por la Organización Mundial de la salud como factores que influyen en el estado de salud y contacto con los servicios sanitarios los mismos que pueden codificarse dependiendo el problema al cual se encuentra conexo como, por ejemplo: relacionado con dificultad en el control de la vida o relacionado con el empleo y el desempleo.¹

Es decir que, al padecer del síndrome de agotamiento emocional dicho individuo preste un servicio deficiente, su desempeño laboral sea ineficaz, poco profesional hacia sus clientes u alumnos, además que pueda ocasionar perdidas a la organización a la que pertenece y no se produzca los resultados deseados de la empresa o institución a la cual pertenece.

En la actualidad, el síndrome de burnout se puede presentar en todos los individuos desde el gerente de una empresa, hasta un ama de casa, lo que implica que el síndrome de cansancio emocional se podrá dar en cualquier profesión u oficio, e incluso en estudiantes; además, cabe destacar la vigencia del estudio del síndrome de agotamiento emocional para resolver y mitigar problemas de orden psicosocial ligados a síntomas como estrés, depresión, ansiedad, trastornos del sueño, sensación de inutilidad, sentimientos de estar acabado profesionalmente, culpa ante un mal rendimiento laboral.

Estudios recientes han puesto de manifiesto que la labor de los docentes demanda de habilidades y compromisos para el buen desarrollo de sus actividades laborales para con sus alumnos y la institución y el impacto que el agotamiento emocional genera en los docentes varios síntomas psicológicos como el sentirse desvalorado y poco competente. Esto repercute en la salud física

y mental, conllevando a que muestren un menor interés, bajo desempeño laboral, actitudes negativas con sus estudiantes e incluso con los compañeros de trabajo.²

Es evidente que el burnout tiene una influencia y una relación negativa con la salud de los docentes o trabajadores en general. Esto se evidencia a través de la estimación y evaluación de los indicadores de salud positiva, uno de estos indicadores es “la calidad de vida”. La calidad de vida es definida como la sensación subjetiva satisfactoria de cada sujeto, considerando como la satisfacción personal que tiene cada persona con su vida en el área física, psicológica y social, lo que incluye intimidad, expresión de emociones, seguridad, productividad, salud, relaciones interpersonales y medio ambiente.³ La calidad de vida se relaciona como una condición, un modo de vida, con la educación, la salud, el ambiente, las dimensiones socioculturales y económicas y un nivel de satisfacción personal.

Con base a la investigación realizada durante la pandemia por Covid 19, se evidenció que el estado de calidad de vida del personal de salud y educativo se deterioró durante la pandemia. Se manifestó en una serie de reacciones emocionales como el miedo, el estrés, la ansiedad y el temor⁴ debido al riesgo por tener que laborar, sumado también al aislamiento social.⁵

Las escasas actividades y protocolos de intervención psicológica hicieron que todas las organizaciones no contaran con los recursos suficientes para enfrentar la situación de pandemia, la que ocasionó un gran impacto psicológico al que se vieron enfrentados la mayoría de la población mundial y a los mayores niveles de estrés, agotamiento mental, emocional, irritabilidad, apatía, insomnio, trastornos emocionales, depresión dificultades de concentración y bajo rendimiento laboral.⁴ Todas estas afecciones se presentaron con mayor intensidad en el personal de salud al estar expuestos con pacientes que ese encontraba contagiados. Sin embargo, en el resto de las organizaciones como en el área educativa los docentes se enfrentaron a cambios no solo a nivel emocional y psicológico sino a nivel tecnológico con el nuevo cambio de una modalidad presencial a una virtual. Así también, al igual que los docentes los estudiantes se enfrentaron a mayores niveles de estrés, problemas de adaptación y aprendizaje.⁶

Cabe mencionar que al revisar varias fuentes de consulta primarias se puede referir que la mayoría de estudios del síndrome de agotamiento emocional (burnout) se asocia con mayor recurrencia con indicadores de enfermedad, antes que con indicadores positivos de la calidad de vida en el trabajo; por lo cual, se pierde la oportunidad de contar con registros de verdaderas acciones de mitigación psicosocial, desde el punto de vista de la psicología clínica.

Es importante saber que en materia de prevención de enfermedades mentales la institución donde se realizó el estudio no ha tomado en cuenta esta afección en sus trabajadores, es un inconveniente, que se encuentra latente en esta población de estudio, por ello, hay mayor probabilidad de que en cualquier momento las personas que son parte de esta institución generen enfermedades de salud mental. Las mismas que pueden estar ligadas a trastornos de la afectividad como la depresión, ansiedad, trastornos de

personalidad, trastornos cuantitativos y cualitativos, trastornos de la voluntad y el pensamiento que afectarán de manera significativa a la calidad de vida de los docentes.

El impacto de la pandemia por la Covid 19 en la salud mental de las personas y como esto afecta a la calidad de vida. A partir de la crisis de pandemia por coronavirus se pueden considerar factores de riesgo para el padecimiento de enfermedades psicológicas como: el aislamiento social, la presencia de enfermedades, la muerte de seres queridos, el cambio de modo de escolaridad, dificultades tecnológicas, pérdida de empleos, el teletrabajo, miedo al contagio, medidas estrictas de bioseguridad, rapidez y alto riesgo de propagación del virus, cambios en la rutina diaria, dificultades económicas y laborales.⁷

En la actualidad la situación en la que se vio expuesta la población mundial ante la pandemia por la Covid 19, ha llevado a muchos gobiernos a realizarse cuestionamientos sobre como sobrellevar tan grande fenómeno como es el coronavirus, dado escasos estudios y explicaciones del mismo y de sus variantes, siendo este un hecho complejo a la hora de tomar medidas que prevención, sin dejar de lado la salud física y mental de las personas, viéndose afectada dos áreas muy importantes la salud y la educación, la misma que ha sufrido muchos cambios en su modalidad de presencial a virtual a causa de la pandemia.

En el Ecuador la situación en la que se encuentra la modalidad de escolaridad ha sido un reto para los docentes y estudiantes, ya que una de las estrategias que los gobiernos han visto factible para el funcionamiento de las instituciones ha sido el teletrabajo, sin embargo, como es de conocimiento este método tiene muchas limitaciones ya que se pierde la actividad e interacción dinámica y práctica entre los dos sistemas y ha forzado a acciones pedagógicas y de enseñanza aprendizaje poco convencionales con el fin de mejorar la calidad de vida ante la crisis sanitaria. La dificultad en el uso de plataformas virtuales, tecnología, población docente envejecida y mala conexión a internet ha demostrado que muchos países como el Ecuador no estaban listos para enfrentar este tipo de situaciones.⁸

Dichos factores no solo han afectado la educación sino también han expuesto a los docentes afrontar retos en cuanto al uso de tecnología, para lo cual no se encontraban preparados, lo que ha llevado a que los profesionales tengan una mejor preparación tecnológica y científica. Lo que provoca un desgaste tanto físico como mental en los docentes y en muchos de los casos padecer el síndrome de burnout. El mismo que no puede ser solo ocasionado por el cambio de modalidad de trabajo sino puede estar ligado a varios factores como bajos salarios, excesiva carga horaria, desgaste mental, problemas emocionales, mal ambiente laboral, problemas familiares, los cuales ocasionan enfermedades de salud mental.

Estas afecciones se han presentado de manera generalizada, sin embargo, no se han investigado con mayor profundidad los problemas de salud mental presentes en los docentes durante el tiempo de pandemia. Además, no se ha tratado de mitigar la exposición del síndrome de agotamiento emocional para que el mismo no repercuta en enfermedades, y al contrario, mejore la calidad de vida de las personas.

Esta investigación se realizó con el fin de prevenir enfermedades que afecten la salud mental de los docentes, además, podría permitir que las autoridades de la institución en la que se realizó el estudio tome decisiones y la Unidad de Salud y Seguridad Ocupacional pueda escalar acciones y de esta manera atenuar las posibles enfermedades a desencadenarse y mejorar las condiciones de sus trabajadores, así también, a realizar diagnósticos e intervenciones pertinentes. Además, este estudio en el campo científico arroja información que explica de mejor manera la relación entre el burnout y la calidad de vida.

En tal virtud, la presente investigación tiene el objetivo de determinar el grado de asociación entre el burnout y la calidad de vida de los docentes en un Instituto Superior, para lo cual, se fundamentaron los aspectos teóricos de las dos variables, se evaluó el síndrome de burnout y la calidad de vida, también se realizó un análisis estadístico con base a pruebas correlacionales que determinaron su asociación.

Materiales y Métodos

Este estudio tiene un enfoque cuantitativo, con una muestra no probabilística y de corte transversal con un diseño no experimental, de alcance descriptivo y correlacional, con criterios de inclusión y exclusión.

Instrumentos

Se aplicaron dos instrumentos para la realización de este estudio los mismos que están detallados a continuación.

Cuestionario Maslach Burnout Inventory versión (ES) Educators Survey

Es un instrumento dirigido a profesionales de la educación, está compuesto por 22 ítems y 3 dimensiones: cansancio emocional (valora la experiencia de sentirse exhausto emocionalmente ante demandas laborales), despersonalización (estima el grado con el que cada participante reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento), realización personal (evalúa emociones de autoeficiencia y realización personal en el campo laboral), y de cada una de estas escalas se obtiene una puntuación entre bajo, medio, alto.⁹

Es ampliamente utilizado en organizaciones en el tratamiento de problemas de salud ocupacional y pretende medir la frecuencia y la intensidad con el que se presenta el agotamiento emocional (burnout) en trabajadores de una empresa, el mismo que puede provocar resultados negativos en el trabajador con un bajo desempeño, baja productividad, baja calidad de servicio y atención a los usuarios, por otra parte, la confiabilidad del cuestionario tiene un Alfa de Cronbach de 0.84 (validez alta) con una escala de Likert de siete opciones (del 0 al 6) desde nunca hasta diariamente en referencia a la frecuencia con la que los encuestados apreciaron molestias en las dos últimas semanas.¹⁰

Para la valoración de puntuaciones se suma el número de respuestas de las preguntas (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20) pertenecientes a la dimensión de cansancio emocional y si su valor total obtenido es mayor o igual a 27 hay un nivel alto de burnout, si la suma es

igual o mayor a 19 hay presencia media de burnout y si la suma es menor o igual a 18 hay un nivel bajo de burnout. Por otro lado, el número de respuestas de las preguntas (5, 10, 11, 15, 22) pertenecientes a la dimensión despersonalización son sumadas y si su valor total obtenido es mayor o igual a 10 hay un nivel alto de burnout, si la suma es igual o mayor a 6 hay presencia media de burnout y si la suma es menor o igual a 5 hay un nivel bajo de burnout. Finalmente, El número de respuestas (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21) pertenecientes a la dimensión de realización personal son sumadas y si su valor total obtenido es mayor o igual a 40 hay un nivel alto de burnout, si la suma es igual o mayor a 34 hay presencia media de burnout y si la suma es menor o igual a 33 hay un nivel bajo de burnout.

Escala "GENCAT" - calidad de vida

Es una escala de medición de calidad de vida ¹¹ pensada como un instrumento para el mejoramiento de los servicios sociales y la atención personalizada de los usuarios en la práctica clínica. Tiene 69 ítems distribuidos en 8 escalas: bienestar personal (estado de ánimo que se caracteriza de sentirse bien, en armonía, paz consigo mismo y el exterior), bienestar material (sentirse satisfecho con las cosas que necesita y desea en su vida), relaciones interpersonales (necesidad de establecer vínculos que le permitan estar dentro de una sociedad), inclusión social (proceso que garantiza a personas que se encuentran en riesgo), desarrollo personal (capacidad de desarrollar habilidades emocionales), autoderminación (capacidad de auto cumplirse necesidades psicológicas básicas) y derechos (considerado con igualdad al resto de las personas).

La confiabilidad del cuestionario tiene un Alfa de Cronbach de 0.916 (muy alto), con una escala de Likert de cuatro opciones (nunca o casi nunca, algunas veces, frecuentemente, siempre o casi siempre) pertenecientes al valor 1, 2, 3, 4. En el proceso de calificación se obtiene la puntuación directa total de cada subescala y se suma las respuestas (1, 2, 3, 4) de cada uno de los ítems. Después, las puntuaciones directas totales se atontan en el cuadernillo en el valor de cada casilla y se hace el mismo proceso en todas las dimensiones. ¹²

Procedimiento

Los datos fueron recogidos de manera electrónica por medio de la plataforma Google Forms. Como parte de los aspectos éticos del trabajo investigativo se solicitó un consentimiento informado a los encuestados, en el cual se puntualizó el tema y el objetivo del estudio a tratarse, además, se estipuló la confiabilidad de los datos, el anonimato y la aceptación a ser encuestados, así también, los fines de sus de la información recolectada, los cuales serán netamente investigativos.

Además, se consideró que al ser una población menor a 100 de personas, se optó por trabajar con la totalidad de la población, no obstante, se emplearon criterios de inclusión: comprendieron en que los docentes debían ser personal de la institución a tiempo completo, en relación de dependencia de seis meses como mínimo en sus funciones. Como criterios de exclusión se contempló a todos aquellos participantes que en el momento del levantamiento de la información no se encontraban por que estaban en el período de vacaciones, calamidad doméstica, permiso de maternidad,

permiso médico y proceso de desvinculación. Se eliminaron a los informantes que entregaron los cuestionarios incompletos. Finalmente, los datos obtenidos fueron procesados por medio del programa estadístico SPSS 26.

Análisis de datos

Se hizo un análisis estadístico de los factores sociodemográficos de la población estudiada, en referencia a la edad sexo, estado civil y escolaridad, por otro lado, se realiza un análisis categórico de la variable burnout y de la variable calidad de vida. Por otra parte, se realizó la prueba de normalidad para saber la distribución de la muestra para ello se procedió a tomar la suma total de la escala burnout y la suma total de calidad de vida en base a la prueba de Kolmogorov Smirnov ya que los datos son mayores de 50, por otro lado, la significancia de las escalas fueron (0.000) y (0.004) menores a 0.05 lo que implica que los datos ocupados son no paramétricos. Por último, se realizó un análisis correlacional de las dimensiones de las dos variables burnout y calidad de vida a través del estadístico Rho Spearman.

Resultados

Tabla 1 se observa que se logró hacer la encuesta en una población de 78 docentes principalmente mujeres (60.3 %). Con una edad que oscila entre 29- 52 años. En cuanto al estado civil las personas casadas alcanzaron el porcentaje más alto del (52.6 %), seguida de

Tabla 1. Variables sociodemográficas (n= 78)

Variables Sociodemográficas	Frecuencia	Porcentaje
Sexo		
Hombre	31	39.7
Mujer	47	60.3
Edad		
≤28	5	6.4
29-34	27	34.6
35-40	31	39.7
41-46	10	12.8
47-52	5	6.4
Estado civil		
Casada/o	41	52.6
Divorciado	6	7.7
Soltera/o	24	30.8
Tiene Pareja	2	2.6
Unión libre	5	6.4
Escolaridad		
Estudio U incompleto	1	1.3
Estudio U completo	17	21.8
Posgrado completo	43	55.1
Posgrado en proceso	15	19.2
Técnico	1	1.3
Tecnológico	1	1.3

Tabla 2. Análisis de las dimensiones de la variable Burnout o agotamiento laboral

Burnout	Dimensiones del test		
	Alto n (%)	Medio n (%)	Bajo n (%)
Cansancio emocional	10 (12.8)	18 (23.1)	50 (64.1)
Despersonalización	63 (80.8)	13 (16.7)	2 (2.6)
Realización personal	59 (75.6)	12 (15.4)	7 (9.0)

las personas solteras con (30.8%). En referencia a la escolaridad el (55.1 %) ostentan postgrados completos y un (21.8 %) presentan estudio universitario completo.

Referente a la medición del Burnout, la Tabla 2 indica que un 35.9 % de la población presentó cansancio emocional, lo que significa que los docentes se encuentran con una sobrecarga psíquica que puede verse relacionada a demandas laborales, conflictos personales, autoexigencias, responsabilidades, dejando de lado su salud mental y emocional. En cuanto a la variable despersonalización, se obtuvo un 97.5 %, lo que se infiere que un porcentaje muy alto de los participantes presenta una actitud distante hacia las personas que prestan sus servicios o en el caso de los maestros hacia los estudiantes.

Por otro lado, en la dimensión realización personal se alcanzó un 91.0 % es decir que un porcentaje significativo de esta población no se sienten realizados, presentan una autoevaluación negativa de su propio trabajo, baja percepción de competencia y falta de logro personal. Para establecer el número de personas que presentaron burnout, con base a los estudios se consideraron a los participantes que tuvieron grado “alto” y “medio”, en al menos dos dimensiones. En tal virtud, el síndrome de agotamiento emocional se evidenció en 31 participantes que corresponden al 40 %.

Con respecto a la medición de la variable calidad de vida, la Tabla 3 indica cada una de sus dimensiones. En el área de bienestar emocional se obtuvo un porcentaje alto de 82.1 % lo que implica que en esta área la población se encuentra estable en cuanto al dominio de emociones, sin embargo, un 7.7 % presentó un porcentaje bajo lo que significa que hay cierta disminución en el control de emociones en parte de los participantes lo cual va a repercutir en su rendimiento laboral. Ahora bien, un 91.0 % de la población posee buenas relaciones interpersonales, lo que implica un buen ambiente laboral y un buen desempeño del trabajador y un 5.1 % presentó un nivel inferior a la norma. Lo que indica que un porcentaje pequeño de los encuestados presentó dificultad

para socializar y tener vínculos de relación con otras personas o en trabajar en equipo lo cual puede repercutir en su desempeño laboral.

En la dimensión bienestar material el 56.4 % que corresponde a un nivel bajo e inferior a la norma de la población estudiada presentó dificultad en sus condiciones de vida y problemas de acceso a una vivienda, salarios bajos e ingresos lo cual puede generar frustración, estrés y bajo rendimiento laboral. En desarrollo personal se obtuvo un 98.7 % que corresponde a muy alto y alto, lo que se interpreta que un porcentaje grande de los individuos poseen buenas habilidades y hábitos personales adecuados que les permiten mantener su calidad de vida y desenvolver de manera eficiente.

Por otro lado, en la dimensión bienestar físico se obtuvo un 60.2 % en el nivel muy bajo e inferior a la norma, es decir que un porcentaje considerable presenta problemas en esta área lo que implica la existencia de malas condiciones de salud, dificultad para conciliar el sueño, falta de actividad física y malos hábitos alimenticios, lo que repercutirá en el desempeño laboral y personal. En autoderminación se encontró un 93.6 % muy alto, lo que indica que la población tiene buena determinación en la toma y elección de decisiones de su vida.

En el área inclusión social se obtuvo un porcentaje muy alto de 76.9 % lo que implica que la población se siente satisfecha con las posibilidades y oportunidades que se les ha presentado y son participes en un ente social y un 9.0 % bajo e inferior a la norma presentó desventaja en cuanto al cumplimiento de sus habilidades y convivencia con la sociedad. En la dimensión derechos un porcentaje del 51.3% de la población presentó cubierta sus necesidades en la garantía de los derechos y condiciones de su vida.

En cuanto al análisis de correlación usando la correlación de Rho Spearman de las dimensiones de burnout y calidad de vida se

Tabla 3. Análisis de las dimensiones de la Variable Calidad de vida

Dimensiones calidad de vida	Muy Bajo (n %)	Inferior a la Norma (n %)	Normal (n %)	Alto (n %)
Bienestar emocional	0 (0)	6 (7.7)	8 (10.3)	64 (82.1)
Relaciones Interper.	0 (0)	4 (5.1)	3 (3.8)	71 (91.0)
Bienestar Material	31 (39.7)	13 (16.7)	24 (30.8)	10 (12.8)
Desarrollo personal	0 (0)	1 (1.3)	10 (12.8)	67 (85.9)
Bienestar físico	31 (39.7)	16 (20.5)	19 (24.4)	12 (15.4)
Autodeterminación	0 (0)	1 (1.3)	4 (5.1)	73 (93.6)
Inclusión social	1 (1.3)	6 (7.7)	11 (14.1)	60 (76.9)
Derechos	9 (0)	16 (0)	13 (16.7)	40 (51.3)

Tabla 4. Análisis de correlación de las dimensiones de burnout y calidad de vida (n: 78)

Rho de Spearman	Bienestar emocional	Relaciones Interperso	Bienestar Material	Desarrollo Personal	Bienestar físico	Auto determinación	Inclusión social	Derechos	Índice CV
Cansancio emocional	-0.314 Coeficiente de correlación	-0.069	-0.157	-0.144	-0.465	-0.030	-0.041	-0.213	0.299
Despersonalización	0.005 Sig. (bilateral)	0.546	0.171	0.208	0.000	0.795	0.719	0.061	0.008
	0.066 Coeficiente de correlación	0.122	0.180	0.122	-0.076	0.188	0.004	0.120	0.028
Realización personal	0.568 Sig. (bilateral)	0.287	0.115	0.286	0.508	0.100	0.969	0.293	0.810
	0.624 Coeficiente de correlación	0.406	0.328	0.402	0.373	0.521	0.362	0.498	0.738
	0.000 Sig. (bilateral)	0.000	0.003	0.000	0.001	0.000	0.001	0.000	0.000

puede observar en la Tabla 4 que los valores que están resaltados de color gris presentaron asociación.

Como se puede observar que el valor de significación de la escala cansancio emocional es menor a 0.05. Lo que quiere decir que el cansancio emocional se correlaciona con bienestar emocional y la correlación es inversa, es así como, a mayor cansancio emocional menor bienestar emocional. En cuanto a cansancio emocional y bienestar físico hay una correlación significativa e inversa, es decir que, a mayor cansancio emocional menor bienestar físico.

Por otra parte, se puede observar que las escalas de burnout esta cruzada con el Índice de calidad de vida en general indicando que hay asociación inversa entre cansancio emocional y calidad de vida, es decir que, a mayor cansancio emocional menor calidad de vida tendrá la población.

En cuanto a la escala de realización personal hay una correlación directa con todas las dimensiones de calidad de vida, es decir, a mayor realización personal mayor bienestar emocional, relaciones interpersonales, bienestar material, desarrollo personal, bienestar físico, autodeterminación, inclusión social, derechos e índice de calidad de vida en general.

Mientras que la despersonalización no se correlaciona con la calidad de vida es decir que esta escala de burnout es independiente del índice de calidad de vida, sin embargo, las escalas de cansancio emocional y realización personal dependen del índice de calidad de vida.

Discusión

La finalidad de este estudio se encuentra orientado a establecer la asociación del burnout y la calidad de vida de la población seleccionada. La población de estudio presentó un nivel considerable de burnout, en las dimensiones realización personal y despersonalización. Este resultado llama la atención ya que indica que los docentes se caracterizan por tener una mala percepción de sí mismos y de la labor que desempeñan, lo que podría deberse al escaso reconocimiento que reciben y esto afectaría el desenvolvimiento en el puesto de trabajo.

Al presentar sintomatología del desgaste emocional que han percibido durante la pandemia por Covid-19 y otros factores ligados a la esfera personal, física, laboral y social, han hecho que la calidad de vida de los docentes se vea afectada de manera significativa en su bienestar emocional, físico, psicológico, intelectual y social. Lo que ha llevado a asociar el síndrome del burnout con la calidad de vida, es decir que al presentar mayor desgaste emocional su calidad de vida se deteriora. Afectando su rendimiento laboral y en la atención a sus alumnos.

Para una mejor comprensión se tomó la investigación en docentes de una unidad educativa de la provincia de Manabí en Ecuador con resultados similares a la presente investigación. Donde se presentó un nivel alto en cansancio emocional, un nivel bajo en despersonalización y un nivel alto en la realización personal. Lo que evidenció que pueden verse afectadas algunas dimensiones de la calidad de vida y los resultados manifiestan que el burnout se

presentó con mayor frecuencia en el personal docente y con más periodicidad durante la pandemia por Covid19.¹³

Por otro lado, acerca de la relación entre el cansancio emocional y el síndrome de burnout realizada en una población de docentes de la Zona 3 del Ecuador, se obtuvieron resultados similares a esta investigación. En cuanto al cansancio emocional se obtuvo un nivel bajo, en realización personal un nivel intermedio y la despersonalización un nivel medio.¹⁴ El síndrome de agotamiento emocional o burnout puede presentarse en algunas de las dimensiones de la calidad de vida, o en todas, lo que dependerá de muchos factores como la población, la instrucción, la zona geográfica, la cultura, etc.

Además, en este estudio se concluyó que la variable burnout y el cansancio emocional no establecen correlaciones positivas. Lo que puede indicar que esta variable muchas veces no se correlaciona con otras. Esto puede deberse a que el ser humano tiene mecanismos de adaptación que le permiten desarrollar mecanismos de defensa hacia el estrés, ya sea laboral, social, familiar y personal; lo que en este sentido implicaría un estilo de vida satisfactorio que está impulsado por la exigencia de su medio externo.

Por otro lado, en una unidad educativa en el Cusco-Perú, se hallaron resultados similares a la investigación con un nivel alto de cansancio emocional y despersonalización, además, un nivel bajo realización personal; de tal manera que, al igual que el estudio propuesto, la dimensión despersonalización ha presentado mayor relevancia en esta población lo que podría ser un factor para presentar burnout o ser parte de la presencia de agotamiento laboral en el trabajador. Además, se concluyó que factores como la edad, el sexo, los niveles de enseñanza, la experiencia laboral pueden determinar la probabilidad de padecer burnout.¹⁵

Ahora bien, en la variable calidad de vida se obtuvo un porcentaje significativo en las áreas bienestar material y bienestar físico, de igual manera, con porcentajes bajos pero representativos las áreas bienestar emocional e inclusión social, lo cual puede estar relacionado con el padecimiento de burnout en el trabajo y la situación causada por la pandemia por Covid 19. Del mismo modo, se presentaron resultados similares al estudio con el tema salud mental y calidad de vida en habitantes del barrio La Cruz en Medellín, Colombia, donde se encontraron puntuaciones altas en las escalas bienestar emocional, físico y material de calidad de vida; además, se concluyó que dichos resultados pueden estar relacionados a factores como limitaciones al uso y adquisición nuevas tecnologías, oportunidades de aprendizaje, destrezas y habilidades laborales.¹⁶

Por otra parte, obtuvieron resultados semejantes al de este estudio en cuanto a bienestar emocional con un nivel alto y con un nivel regular de calidad de vida, en una población de estudiantes de un instituto tecnológico de la Libertad en ciudad de México. Es importante mencionar que la Calidad de Vida puede estar deteriorada en el docente y en el estudiante ya que ambos se ven inmersos en esta dinámica de trabajo, al igual que están asociados a factores que predisponen en la disminución en la calidad de vida como el estado emocional del maestro y del estudiante, el desarrollo de habilidades y la predisposición al aprendizaje.¹⁷

En el estudio de acerca de estilos de vida y la calidad de vida en estudiantes durante la Covid 19, se evidenciaron resultados similares a esta investigación con un nivel alto de pérdida en la calidad de vida, encontrando mayor prevalencia en la escala de autodeterminación y desarrollo personal al igual que este estudio. También se encontró mayor promedio en la disminución de calidad de vida en el sexo femenino y concluye que el conflicto ante la pandemia por Covid 19 ha afectado de manera significativa al sistema educativo, en especial a los estudiantes universitarios al igual que a los docentes, los mismos que se han visto enfrentados a cambios en el estilo y calidad de vida.¹⁸

Conclusiones

- Con base a la conceptualización de las variables y estudios bibliográficos en relación con la investigación se concluye que el burnout y la calidad de vida son elementos de importancia en la salud mental a nivel organizacional, ya que el estado emocional y psicológico de los trabajadores afecta en su rendimiento laboral, comportamental, motivacional y satisfacción personal.
- El apareamiento del síndrome de burnout en el trabajador afectado en la calidad de vida de los docentes, acompañado de factores externos como la pandemia por Covid 19 que influye al desarrollo de enfermedades de salud mental, mismas que se verán reflejadas en el desempeño laboral del trabajador dentro del ámbito organizacional.
- Al realizar un análisis estadístico correlacional se determinó que las escalas de la variable de burnout (cansancio emocional - realización personal) se asocian de manera significativa con las escalas de calidad de vida: bienestar emocional, bienestar físico, autodeterminación, inclusión social y derechos, sin embargo, la escala despersonalización no se asocia con calidad de vida es decir que ambas son independientes y no influencia la una en la otra
- Finalmente, el agotamiento emocional es un elemento de importancia en la salud pública en especial en la salud mental, ya que el estado emocional y psicológico de los trabajadores se verá inmerso en su rendimiento laboral, comportamiento agresivo en el trabajo, desmotivación laboral y deterioro de la calidad del trabajo. Lo que implica el desarrollo de protocolos de intervención y prevención de afecciones en los trabajadores, con el fin de evitar un mal desempeño laboral y mejorar su desarrollo personal.

Referencias

1. Olivares V. Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout. Ciencia y Trabajo. 2017; 19(58): 59-63. Doi: 10.4067/S0718-24492017000100059
2. Rodríguez J, Guevara A, Viramontes E. Síndrome de burnout en docentes. Rev Investig Educativa REDIECH. 2017; 8(14): 47-67. Doi: 10.33010/ie_rie_rediech.v8i14.39
3. Urzúa A, Caqueo A. Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto. Terapia Psicológica. 2012; 30(1): 61-71. Doi: 10.4067/S0718-48082012000100006

4. Muñoz LJP. Covid-19: el miedo, el efecto silencioso de las epidemias. *Interdisciplinary Journal of Epidemiology and Public Health*. 2022; 3(1): e-6256. Doi: 10.18041/2665-427X/ijeph.1.6256.
5. Wauters M, Zamboni B, De Almeida C, Arcencio R, Cartagena D. Calidad de vida del personal de salud durante la pandemia de COVID-19: revisión exploratoria. *Rev Panam Salud Publica*. 2022; 46: e30. Doi: 10.26633/RPSP.2022.30
6. Pérez Y, Fernández E, Reyes D. Consecuencias psicológicas de la cuarentena y el aislamiento social durante la pandemia de COVID-19. *Rev Cubana Salud Públ*. 2020; 46(Suppl 1): e2488.
7. Hernández J. Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica*. 2020; 24(3): 578-594.
8. Párraga K, Escobar G. Estrés laboral en docentes de educación básica por el cambio de modalidad de estudio presencial a virtual. *Rev Científica Multidisciplinaria Arbitrada Yachasun*. 2020; 4(7): 142-155. Doi: 10.46296/yc.v4i7edesp.0067
9. Hederich C, Caballero C. Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano. *CES Psicol*. 2016; 9(1): 1-15. Doi: 10.21615/cesp.9.1.1
10. Patlán J. Efecto del burnout y la sobrecarga en la calidad de vida en el trabajo. *Estudios Gerenciales*. 2013; 29(129): 445-455. Doi: 10.1016/j.estger.2013.11.010
11. Verdugo M, Gómez L, Arias B, Schalock R. Escala integral de calidad de vida. Madrid, España: CEPE; 2009.
12. Verdugo M, Arias B, Gómez L, Schalock R. Manual de aplicación de la Escala GENCAT de calidad de vida. Departamento de Acción Social y Ciudadanía de la Generalitat Catalunya; 2009. Disponible en: <https://inico.usal.es/documentos/EscalaGencatManualCAST.pdf>
13. Chinga K, Hernández A, Rodríguez L. Teletrabajo y Síndrome de Burnout en docentes de la Unidad Educativa “Madre Laura Montoya”. *Rev Científica Arbitrada Investig Salud IGESTAR*. 2021; 4(8): 130-142. Doi: 10.46296/gt.v4i8edesp.0036
14. Aguilar A, Mayorga, M. Relación entre Estrés Docente y Síndrome de Burnout en docentes de la Zona 3 de Ecuador. *Uniandes Episteme*. 2020; 7(2): 265-278.
15. Estrada E, Gallegos N. Síndrome de burnout y variables sociodemográficas en docentes peruanos. *Arch Venezolanas Farmacol Terapéutica*. 2020; 39(6): 714-722. Doi: 10.5281/zenodo.4404750
16. Vera W, Lemo M, Vásquez A. Salud Mental y calidad de vida en los habitantes del barrio Cruz Medellín-Colombia. *Rev Colomb Ciencias Sociales*. 2020; 11(2): 505-529. Doi: 10.21501/22161201.3218
17. Pimentel M, Oseda D. Calidad de vida en el bienestar psicológico en estudiantes de dos institutos tecnológicos públicos del departamento de la libertad-2020. *Ciencia Latina Rev Cient Multidisciplinar*. 2021; 5(4): 5213-5227. doi: 10.37811/cl_rcm.v5i4.685
18. Veramendi N, Merino EG, Espinoza, F. Estilos de vida y calidad de vida en estudiantes universitarios en tiempo de Covid-19. *Rev Universidad Sociedad*. 2020; 2(6): 246-251.

© Universidad Libre. 2023. Licence Creative Commons CC-by-nc-sa/4.0. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.en>

