

UCUENCA

Universidad de Cuenca

Facultad de Psicología

Maestría en psicología clínica, mención Salud Mental para Niños,
Adultos y Familias

Burnout y Depresión en docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz de la ciudad de Cuenca, 2023


Trabajo de titulación previo a la obtención del
título de Magíster en Psicología Clínica, mención
Salud Mental para Niños, Adultos y Familias

Autor:

Nancy Patricia Placencia Orellana

Director:

Xavier Fabricio Reyes Trelles

ORCID:  0000-0002-0423-5902

Cuenca, Ecuador

25-01-2024

Resumen

La forma en que los docentes de la educación básica hacen frente a los cambios del entorno laboral afecta la percepción del estrés y el bienestar psicológico en el trabajo y puede contribuir al desarrollo de procesos depresivos. Así, el propósito del estudio fue correlacionar el síndrome de burnout y la depresión en docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz de la ciudad de Cuenca-Ecuador, 2023. Se empleó un enfoque cuantitativo de tipo no experimental, corte transversal y un alcance correlacional. Se aplicó la escala de automedición de depresión de Zung, el cuestionario de síndrome de burnout de Maslach y una ficha sociodemográfica a 39 docentes. Los resultados evidenciaron bajos niveles de agotamiento emocional y despersonalización y altos niveles de realización personal, en tanto, se concluye que de manera global hubo ausencia del síndrome de burnout y, de la misma manera, la mayoría no presentó depresión. No se encontró asociación estadísticamente significativa entre los niveles de las dimensiones del síndrome de burnout y los niveles de depresión, ni de estas dos con las variables sociodemográficas. Finalmente, la naturaleza de la docencia implica la interacción social, lo que podría ser un factor de protección para no desarrollar depresión y se sugiere que para investigaciones a futuro se emplee un tamaño de población mayor y el uso de instrumentos adaptados al contexto.

Palabras clave: Síndrome de Burnout, bienestar psicológico, educación básica



El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Cuenca ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por la propiedad intelectual y los derechos de autor.

Repositorio Institucional: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

Abstract

The way in which primary education teachers address changes in the workplace environment influences the perception of stress and psychological well-being at work, potentially contributing to the development of depressive processes. Therefore, the purpose of this study was to correlate burnout syndrome and depression among teachers at the Francisca Dávila de Muñoz Educational Unit in the city of Cuenca, Ecuador, in 2023. A non-experimental, cross-sectional quantitative approach with a correlational scope was employed. The Zung Self-Rating Depression Scale, the Maslach Burnout Inventory questionnaire, and a sociodemographic data sheet were administered to 39 teachers. The results revealed low levels of emotional exhaustion and depersonalization, and high levels of personal accomplishment. Overall, it is concluded that there was an absence of burnout syndrome, and similarly, the majority did not exhibit depression. No statistically significant association was found between the levels of burnout syndrome dimensions and depression levels, nor between these two factors and sociodemographic variables. Ultimately, the nature of teaching involves social interaction, which may act as a protective factor against developing depression. It is suggested that future research consider a larger sample size and the use of instruments adapted to the context.

Keywords: burnout syndrome, psychological well-being, basic education



The content of this work corresponds to the right of expression of the authors and does not compromise the institutional thinking of the University of Cuenca, nor does it release its responsibility before third parties. The authors assume responsibility for the intellectual property and copyrights.

Institutional Repository: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

Índice de Contenido

Resumen	2
Abstract.....	3
Fundamentación Teórica.....	6
Proceso Metodológico	12
Enfoque, Alcance y Diseño	12
Población y Muestra de la Investigación	12
Técnicas e Instrumentos.....	13
Procedimiento	14
Procesamiento de Datos	14
Aspectos Éticos	15
Presentación y Análisis de Resultados	16
Niveles de Síndrome de Burnout	16
Niveles de Depresión	17
Síndrome de Burnout y Depresión	17
Síndrome de Burnout y Variables Sociodemográficas.....	18
Depresión y Variables Sociodemográficas.....	19
Conclusiones	21
Referencias.....	23
Anexos	29
Anexo A. Operacionalización de las variables	29
Anexo B. Ficha Sociodemográfica	30
Anexo C. Inventario del Estrés laboral crónico de Maslach [MBI-GS].....	31
Anexo D. Escala de Automedición de Depresión de Zung.....	33
Anexo F. Consentimiento Informado.....	35

Índice de tablas

Tabla 1 Características sociodemográficas de los docentes participantes.....	13
Tabla 2 Niveles de las tres dimensiones de síndrome de burnout.....	16
Tabla 3 Niveles de depresión.....	17
Tabla 4 Niveles de depresión y dimensiones del síndrome de burnout.....	18
Tabla 5 Síndrome de burnout según características sociodemográficas.....	19
Tabla 6 Depresión y variables sociodemográficas	20

Fundamentación Teórica

El concepto de síndrome de burnout fue introducido por Freudenberger (1974), quien refiere que involucra aspectos cognitivos y emocionales como carencia de empatía, adopción de comportamientos distantes y manifestación de actitudes poco profesionales con los clientes. Por su parte Baldeón et al. (2023) evidenciaron un aumento de investigaciones sobre síndrome de burnout en la educación básica y superior. Además, se le asocia con constructos como la resiliencia, el compromiso laboral, la depresión, el compromiso organizacional, la autoeficacia, calidad educativa y otras variables personales y profesionales.

Al respecto, la Organización Internacional del Trabajo señala que el síndrome de burnout es un estado de agotamiento físico, mental y emocional. Surge cuando se experimenta fatiga debido a la sensación de incompetencia en relación a las labores desempeñadas que se acompaña de niveles elevados de tensión al enfrentar dificultades para ajustarse al entorno laboral, lo que conlleva incapacidad para satisfacer las demandas inherentes a su rol, incumpliendo así con las expectativas establecidas por la organización (2016). De tal manera que existiría una conexión fundamental entre el síndrome de burnout y la sensación de inadecuación en el ámbito profesional.

En complemento, Cabellos et al. (2020) proponen que el síndrome de burnout surge como una respuesta a la exposición continua de estrés, donde en conjunto se evidencian tres dimensiones: realización personal, agotamiento emocional y despersonalización. La primera, se refiere a una autocrítica desfavorable tanto de sí mismo como de su labor (Bustamante, 2021), puede optar por apartarse de sus responsabilidades laborales debido a la agotadora lucha interna y a la desconexión gradual de su entorno personal y profesional (Vidotti et al., 2019). Asimismo, se manifiesta una disminución de los ideales y se observa un proceso de aislamiento en lo referente a actividades familiares y sociales (Sutta et al., 2021).

La segunda, hace alusión al desgaste emocional y la fatiga. Generalmente, los pares lo evidencian como un estado constante de irritación, lo que a su vez puede influir en la dinámica del equipo y la atmósfera laboral (Arayago et al., 2016). La última, se caracteriza por la aparición de actitudes y emociones distantes y desapegadas con relación a los compañeros de trabajo (Chavarría et al., 2017). Además, pueden surgir mecanismos de afrontamiento como optar distanciarse de la interacción, atribuir a otros la responsabilidad de sus propias frustraciones y el fracaso en la ejecución de sus labores, por la sensación de impotencia (Baldeón et al., 2023).

A criterio de Vilche et al. (2019) el síndrome de burnout puede surgir en diversos entornos laborales, subrayando que la interacción con individuos y la naturaleza de las tareas desempeñadas tienen un papel crucial en su desarrollo. De acuerdo con Sánchez et al. (2020) la docencia es una ocupación altamente vulnerable a la aparición de situaciones estresantes

y al agotamiento emocional que caracterizan el inicio del síndrome de burnout. Como factores predisponentes en docentes, Rodríguez et al. (2017) resaltan las condiciones laborales y la presión por los entes públicos que buscan garantizar la calidad y eficiencia del sistema educativo. Para Bracho (2020) y Serna y Martínez (2020) el síndrome de burnout representa una barrera para la educación, a razón de que los docentes se sienten desmotivados en sus funciones, incrementa el ausentismo y afecta el proceso de enseñanza y aprendizaje.

En síntesis, la docencia es una profesión que implica una carga significativa de estrés y responsabilidad (Filippsen y Marin, 2020). Así, Flores (2017) sostiene que el síndrome de burnout es causa del estrés crónico, la carga de trabajo, la baja autoestima y la falta de vocación. Se caracteriza por presentar un agotamiento físico y mental que repercute en bajo desempeño en la calidad de tareas laborales. En consonancia, Lovo (2020) encuentra un conjunto de síntomas característicos que pueden influir en su entorno laboral y en el bienestar general. En lo psicológico, instauración de sentimientos de tristeza y ansiedad, deterioro de las relaciones familiares y la vulnerabilidad ante conductas adictivas. En lo cognitivo, alteración del pensamiento y percepción del mundo laboral, acompañado de pérdida de motivación, falta de creatividad y sensación de no ser valorado. En lo físico, dolores intensos de cabeza, tensiones arteriales, fatiga crónica, dolor en la espalda baja o reacciones alérgicas. En lo que se refiere a la evaluación, destaca el Inventario de Agotamiento Laboral de Maslach como un estándar fundamental aplicado en amplias y diversas muestras en múltiples países (Knox et al., 2018). Consta de tres dimensiones centrales: agotamiento emocional, cinismo (también denominado despersonalización) y realización personal (también denominada eficacia profesional). La versión original consta de 16 ítems, en cambio, la variante para los servicios de salud está compuesta por 22 ítems y utiliza los términos de despersonalización y eficacia profesional, logrando resultados coherentes y comparables en todas las versiones de la encuesta (Knox et al., 2018).

La validación de Byne (2010) en una muestra de 543 docentes de secundaria y superior, evidenciaron hallazgos consistentes con las tres dimensiones. Por su parte, Abdelmounaim et al. (2022) validaron una versión especial del MBI en 225 profesores en Marruecos, demostraron propiedades psicométricas satisfactorias su estructura tridimensional. En el contexto latinoamericano, Pando et al. (2015) en ocho países con 2470 trabajadores no asistenciales, agruparon el agotamiento emocional y la despersonalización en un factor, mientras que la eficacia profesional en otro, sugiriendo un modelo bidimensional y usar las escalas independientes del MBI en lugar del puntaje total.

Investigaciones como la de Cladellas et al. (2018) profundizaron en la conexión entre la estabilidad contractual, la repercusión en la salud y el síndrome de burnout en 145 docentes. Los resultados evidencian que los contratados temporalmente muestran disminución en su

salud global y niveles más elevados de estrés que predisponen el desarrollo del síndrome de burnout. La revisión bibliográfica de Rivera et al. (2018) concluyen la antigüedad laboral del docente y las condiciones del trabajo es un predisponente relevante de síndrome de burnout. Por su parte, Brito et al. (2019) analizó la prevalencia de síndrome de burnout en 208 docentes de escuela primaria. Los resultados evidencian alta prevalencia, siendo la más común la dimensión de agotamiento emocional con un 30,3% y una asociación directa con trastorno de la voz.

En Ecuador, Jarrín et al. (2022) analizó una muestra de 399 docentes a quienes se aplicó el Maslach Burnout Inventory (MBI-ES). Los resultados demostraron que el 30,83% presenta síndrome de burnout y el 14.54% estuvo en riesgo, además, se observó que el agotamiento emocional afectó al 30.08%, la despersonalización al 15,04% y la baja realización personal al 15.79%. De igual manera, Camacho et al. (2021), durante el confinamiento por SARS-CoV-2, analizó a 56 docentes universitarios mediante el MBI, mostrando que un 95% experimentan cansancio emocional y más de la mitad niveles medios de despersonalización y realización personal, concluyendo la presencia del síndrome de burnout en el entorno educativo ecuatoriano. Igualmente, Manzano (2020) empleó el MBI a 59 profesores, encontrando que, el 29% experimentan cansancio emocional, el 17% despersonalización y el 85% alto nivel de realización personal.

En Chile, Bravo y Elizondo (2022), encontraron altos niveles de síndrome de burnout en 152 docentes, representado en el 93.4% de agotamiento emocional, 84.9% en falta de realización personal y el 66.4% en despersonalización, frente a esto, infieren que los resultados se relacionan con factores de las organizaciones escolares que se pueden establecer como estresores. En Brasil, Vidotti et al. (2019) determinaron la presencia de 20.9% de síndrome de burnout en una muestra de 502 enfermeras, además, resaltan una relación inversa entre los niveles de estrés con la calidad de vida, bajo control, poco apoyo social laboral y percepciones de la salud física.

De acuerdo a lo expuesto, Lucero et al. plantean que la vulnerabilidad psicológica que produce el síndrome de burnout, al agotar los recursos personales frente a la exposición prolongada del estrés laboral, puede llevar a una disminución de la resiliencia frente a la adversidad y un probable desarrollo de síntomas o trastornos como los depresivos, es decir, puede aumentar el riesgo de desarrollar síntomas depresivos (2022).

Respecto a la depresión, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017) la define como un trastorno mental que abarca un espectro sintomatológico caracterizado por tristeza persistente, pérdida de interés en actividades previamente placenteras, disminución de la autoestima y sentimientos de culpabilidad, entre otros. Pueden prolongarse en el tiempo y generar un impacto en la habilidad para llevar a cabo tareas laborales y actividades diarias.

Afecta el bienestar emocional e impacta en la capacidad para funcionar en diversas áreas de la vida con repercusiones para sí mismo y quienes le rodean.

La categoría de trastornos depresivos incluye varios tipos de trastornos que comparten un ánimo triste, irritable o vacío con diversos cambios que afectan el funcionamiento del individuo, diferenciándose por la duración, intensidad y etiología (Asociación Americana de Psiquiatría [APA], 2013). Además, la severidad del episodio depresivo se gradúa en niveles de leve, moderado y grave, lo que contribuye a una comprensión más precisa de la intensidad de los síntomas (Campuzano et al., 2021), es fundamental comprender la diversidad de presentaciones de la depresión para una identificación temprana y un tratamiento adecuado. Para Jadresic (2022) los trastornos depresivos abordados en el *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition* (DSM-5) desde una visión categorial resulta limitada, ya que no siempre refleja la diversidad y matices presentes en los trastornos depresivos, por lo que es importante reevaluar y mejorar los sistemas diagnósticos existentes, considerando factores biológicos y mecanismos etiológicos para un diagnóstico más preciso. La misma idea la sostienen, Sanz y Paz (2020) en relación a la *Clasificación Internacional de Enfermedades, Décima Primera Revisión* (CIE-11) al enfatizar la importancia de un enfoque integral y crítico, considerando múltiples factores biológicos, psicológicos y socioculturales en la conceptualización y diagnóstico de los trastornos depresivos en todas sus manifestaciones. Por otro lado, Pérez et al. (2017) refieren que la depresión se presenta como una afección compleja, cuyo origen es el resultado de la interacción entre una susceptibilidad de una red de genes y las influencias del entorno que se manifiesta en ciertas circunstancias. En la misma línea, los principales factores de riesgo se refieren a afectaciones en el funcionamiento cerebral, predisposiciones genéticas, influencias ambientales y elementos de naturaleza psicológica, destacando la edad y el sexo, siendo más frecuente en la adolescencia o los primeros años de la adultez temprana y en mujeres (Alzuri et al., 2017).

Un grupo de interés son los docentes, debido a que presentan diferentes factores que aumentan la probabilidad de desarrollar este trastorno, como la naturaleza de su trabajo, las demandas emocionales, las presiones laborales y la interacción constante con estudiantes y colegas (Rodríguez et al., 2017). Al mismo tiempo, Mendes et al. (2020) sobre la depresión en docentes señala que los factores de riesgos están relacionados con la personalidad, antecedentes familiares, eventos infantiles, experiencias desagradables y el aislamiento social. De hecho, según Tabares et al. (2020) conjuntamente con el síndrome de burnout supone una de las afectaciones laborales de carácter psicosocial más importantes, que por la severidad de sus consecuencias ha propiciado mayor interés por la comunidad científica, así como de las entidades gubernamentales, estatales, empresariales y sindicales.

Para su evaluación, un instrumento destacado es la escala de depresión de Zung (1965). De acuerdo con Rodríguez et al. (2021) presenta notables resultados en la evaluación y predicción de estados de depresión en diversas poblaciones y contextos de salud, demostrando que tiene alta sensibilidad y moderada especificidad, aún más, se ha evaluado sus propiedades psicométricas en diferentes países como Colombia, Perú, Australia y Finlandia.

En consideración de los preceptos del síndrome de burnout y su posible relación con el desarrollo de síntomas depresivos, a continuación, se presentan diferentes estudios que analizan esta relación. Cardenas (2022) estudió a 152 docentes de educación escolar aplicando la Escala de Percepción Global del Estrés de Cohen y el Inventario de Depresión de Beck (IDB). Confirma una relación significativa directa entre ambas variables, de igual forma, entre la dimensión estrés, el distrés y la depresión. Por su parte, Suarez (2019) analizó la relación entre el síndrome de burnout y depresión en 225 docentes de educación secundaria a través del MBI y la escala de depresión de Hamilton. Determinó una relación significativa positiva entre el agotamiento laboral y la depresión, señalando que el 70.67% presentó síndrome de burnout alto, 22.67% medio y 6.67% bajo.

En España, Mendes et al. (2020) evidenciaron que, de 163 docentes de una institución pública, el 67% de hombres y 63% de mujeres tenía niveles mínimos de estrés y un 79.8% de mujeres y 64.8% de hombres presentando niveles mínimos de depresión, encontrando diferencias significativas entre sexos y una correlación moderadamente positiva. En Brasil, Silva et al. (2018) con 100 docentes de primaria en escuela pública, evidenciaron una prevalencia del 29% en agotamiento, respecto a las dimensiones fueron: distanciamiento emocional (40%), agotamiento emocional (37%), humanización (22%) y cumplimiento (11%), mientras que, la depresión se identificó en un 23%, señalando correlaciones positivas significativas fuerte entre la depresión y las dimensiones del agotamiento.

En Ecuador, Franco (2023) estudió la identificación del síndrome de burnout y depresión en 151 docentes fiscales, se aplicó la MBI y las escalas de Zung de ansiedad y depresión. Destacan los bajos niveles de realización personal y no evidencian altos niveles de presión, no obstante, presentan ansiedad moderada y establece una correlación inversa casi nula con la depresión. En Quito, Guilcamaugua (2022), en 35 docentes universitarios determinó que el 49% presentó cansancio emocional, el 20% despersonalización, el 77% realización personal y el 91% reportó ausencia de síntomas depresivos, concluyendo que no se observó una correlación. Finalmente, en 65 médicos ambateños se encontró que el 47.69% tiene una posible depresión, 39.23% depresión y el 52.31% síndrome de burnout. Además, encuentran una correlación positiva fuerte entre las variables, así también, de estas variables con el rendimiento laboral (Lucero et al., 2022).

Con base a lo mencionado, resulta fundamental brindar asistencia en el entorno laboral a quienes exhiban estos síntomas para prevenir impactos negativos tanto a nivel individual como colectivo. En este contexto, se deben pensar estrategias que permitan prevenir el síndrome de burnout y los síntomas depresivos en los docentes desarrollando planes de acción, mediante los cuales se avance hacia procesos que fomenten el bienestar emocional de manera permanente y no solo afrontando las consecuencias asociadas.

La pertinencia de este estudio se fundamenta en la falta de conocimiento sobre la presencia del síndrome de burnout, los síntomas depresivos y su relación en los docentes de secundaria en la ciudad de Cuenca. En términos de factibilidad, se mantiene un acercamiento con la institución objeto de estudio logrando una apertura por parte de los participantes para la recolección de datos, lo cual garantiza la viabilidad del proceso de recopilación de información. En cuanto a la contribución, este estudio tiene un impacto significativo en los vacíos teóricos al examinar cómo estas variables pueden influenciarse mutuamente y como fuente de información para la elaboración de programas de prevención e intervención efectivos y adaptados a las necesidades de los docentes, lo que podría mejorar su bienestar emocional y contribuir a un entorno educativo más positivo y saludable para los alumnos.

En efecto, la investigación se origina a partir de una pregunta fundamental: ¿Existe una relación entre el síndrome de burnout y la depresión en los docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz en la ciudad de Cuenca durante el año 2023? Esta, guía el enfoque y los objetivos del estudio, buscando entender de manera integral cómo estas dos variables se presentan en los docentes de dicho contexto. Las hipótesis plantean dos posibles escenarios: la hipótesis nula (H_0) sugiere que no hay relación, mientras que la hipótesis alternativa (H_1) sostiene que existe una relación significativa directa entre las variables en los docentes.

En consonancia, el objetivo general es correlacionar el SB y la depresión en los docentes mencionados, mientras que los objetivos específicos se enfocan en establecer los niveles de SB y de depresión. Asimismo, se busca analizar la relación entre los datos sociodemográficos y la presencia del SB y depresión en este grupo. Estos objetivos, junto con las hipótesis, guiaron la investigación en el contexto educativo específico de la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz en Cuenca, 2023.

Proceso Metodológico

Enfoque, Alcance y Diseño

La investigación tuvo un enfoque cuantitativo que involucra la recopilación de información mediante instrumentos estandarizados y hace uso de mediciones numéricas y cuantitativas respaldadas por la aplicación de técnicas matemáticas y análisis estadísticos (Huamán et al., 2022). En este caso los instrumentos estandarizados fueron el Inventario del estrés laboral crónico de Maslach y la escala de automedición de depresión de Zung. Además, este trabajo tuvo un diseño no experimental de corte transversal y un alcance correlacional, debido a que no se manipularon variables y se hizo una única medición en un momento específico con el propósito de identificar la relación entre las dos variables e interés en este contexto de estudio específico (Hernández et al., 2014).

Población y Muestra de la Investigación

Este trabajo de investigación se llevó a cabo en la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz, ubicada en la ciudad de Cuenca, Ecuador. La institución abarca desde primer año de educación general básica hasta el bachillerato general unificado y brinda tres modalidades horarias: matutina, vespertina y nocturna. La población de estudio fueron los 50 docentes que laboran en la institución, en el año 2023. Como resultado de este tamaño poblacional no se realizó un muestreo, con la intención de alcanzar la mayor representatividad posible, por tanto, no se calculó tamaño muestral ni se seleccionó ningún tipo de muestreo, tal como lo sugiere Hernández et al. (2014).

Los criterios de inclusión que tomaron en cuenta para incluir a los docentes en la investigación fueron dos: el primero, que sean docentes con contrato laboral indefinido y, el segundo, que tenga un mínimo de dos años de experiencia en calidad de docentes. De esta manera se aseguró que fueran parte integral de la Unidad Educativa al pertenecer a la plantilla de docentes estables y que tuvieran una comprensión contextualizada de los aspectos relacionados con su labor docente. Se debe mencionar que no se aplicaron criterios de exclusión.

De este modo, formaron parte del estudio un total 39 docentes, debido a que 11 de ellos (22%) no aceptaron la participación. En la tabla 1 se presentan las características sociodemográficas de los participantes de esta investigación, se destaca que la mayoría fueron mujeres (N=32), tenían entre 27 y 40 años (N=20), eran casados (N=25), tenían asignados varios grados (N=16) y tenían entre 3 y 10 años de antigüedad como docentes en la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz (N=20).

Tabla 1

Características sociodemográficas de los docentes participantes

	Características	N	%
Sexo	Hombre	7	17.9
	Mujer	32	82.1
Edad	27 - 40 años	20	51.28
	40 - 65 años	19	48.72
Estado civil	Soltero(a)	10	25.64
	Casado(a)	25	64.10
	Unión libre	2	5.13
	Divorciado(a)	2	5.13
Grado asignado	Primero-Segundo	8	20.25
	Tercero-Cuarto	7	17.9
	Quinto-Sexto	4	10.3
	Séptimo-Octavo	1	2.6
	Noveno-Décimo	3	7.7
	Varios	16	41.0
Antigüedad	Entre 2 y 10 años	20	51.3
	Entre 11 y 20 años	13	33.33
	Igual o superior a 21 años	6	15.4

Técnicas e Instrumentos

Se aplicó la ficha sociodemográfica que fue elaborada para esta investigación con el objetivo de recabar información sobre variables como: edad, sexo, estado civil, antigüedad laboral y grado asignado (Anexo 2).

Por otro lado, se midió el SB a través del Inventario del estrés laboral crónico de Maslach (Anexo 3) con el objetivo de evaluar y cuantificar los niveles de sobrecarga laboral que un individuo puede experimentar en su contexto profesional (Bedoya, 2017). La versión original del instrumento fue elaborada por Maslach y Jackson (1981), fue traducida y adaptada al español por Boyle et al. (1995), determinando una consistencia interna general, por medio del coeficiente de alfa de Cronbach, de .80. Esta investigación utilizó la adaptación ecuatoriana para docentes de Carmen y Vásquez (2022), quienes reportan una consistencia interna de .78 para agotamiento emocional, .76 para despersonalización y .78 para realización personal. Por su parte, en esta investigación se obtuvo un alfa de Cronbach de general .81.

La escala consta de 22 ítems y está dividida en tres subescalas: agotamiento emocional (ítems 1,2,3,6,8,13,14,16,20), despersonalización (ítems 5,10,11,15,22) y realización personal (ítems 4,7,9,12,17,18,19,21). Cada ítem se puntúa en una escala tipo Likert de 7 puntos, 0 (nunca) a 6 (todos los días). Para su calificación se toma en cuenta los siguientes niveles: Agotamiento emocional, >27 (Alto), 19 a 26 (Medio), <19 (Bajo); Despersonalización, >10 (Alto), 6 a 9 (Medio), <6 (Bajo); Realización personal, <30 (Bajo), 34 a 39 (Media), >40 (Alto).

La presencia de SB se define al presentar puntuaciones altas en agotamiento emocional y despersonalización y baja puntuación en realización personal.

Finalmente, se aplicó la escala de automedición de depresión de Zung (Anexo 4) con el propósito de evaluar y medir los niveles de depresión en individuos (Campo et al., 2005). Se empleó la versión española de Piñerúa-Shuhaibar et al. (2007), consta de 20 ítems y reportan adecuada fiabilidad del instrumento, aunque no refieren un alfa de Cronbach. En este trabajo de investigación, se obtuvo un alfa de Cronbach de .513, considerada relativamente baja, por lo tanto, se infiere que no está contribuyendo de manera efectiva a la estabilidad y precisión para la medición del constructo depresión y para futuras aplicaciones se debe considerar la adaptación o uso de este instrumento.

Actualmente, cada ítem tiene cuatro opciones de respuesta del 1 (poco tiempo) al 4 (la mayor parte del tiempo). Su puntuación se da a partir de la sumatoria de todos los ítems que va de 20 a 80, estableciendo las siguientes interpretaciones: por debajo de 50, ausencia; entre 50 a 59, depresión leve; entre 60 a 69, depresión moderada; y 70 o más, depresión severa a extrema (Piñerúa et al., 2007). En estos casos, se recomienda una evaluación más exhaustiva para confirmar y precisar su diagnóstico.

Procedimiento

Para llevar a cabo este trabajo, primero se obtuvo la aprobación del protocolo de investigación y del modelo de consentimiento informado, por el Comité de Ética en Investigación en Seres Humanos de la Universidad de Cuenca. Después, se contactó con la directora de la unidad educativa para solicitar el permiso respectivo, quien dio su anuencia para recolectar los datos e indicó que se acuda a las reuniones de comité de los docentes que se lleva a cabo los días viernes. Posteriormente, la primera semana de octubre de 2023 se tuvo el acercamiento con los docentes de manera grupal y se les invitó a participar en este trabajo. Quienes estuvieron de acuerdo, firmaron el consentimiento informado y respondieron a los instrumentos de recolección de datos. Este procedimiento tuvo una duración de 30 minutos aproximadamente por cada grupo. Se agradeció a los docentes por la participación y a la directora de la Institución por la apertura. Finalmente, los datos se pasaron a una matriz en Microsoft Excel para la calificación y obtención de resultados.

Procesamiento de Datos

Una vez finalizado el proceso de recopilación de datos, se creó una base de datos en Microsoft Excel 2020. Posteriormente, esta información fue ingresada y procesada mediante el *software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 2.0* para Windows. Dicho software permite la codificación y tabulación de los datos, así como la generación de tablas y gráficos para presentar los resultados. Se calcularon medidas de frecuencias para las variables de carácter nominal y ordinal. También, se calcularon medidas de tendencia central como media

aritmética para las variables numéricas. Asimismo, se realizó el cálculo de la prueba de V de Cramer para el análisis bivariado entre las dimensiones del síndrome de burnout y los niveles de depresión y también, para estos constructos con las variables sociodemográficas. Los resultados se presentaron en tablas y figuras editadas en Microsoft Excel 2020.

Aspectos Éticos

El estudio siguió los principios éticos generales y el código de conducta para psicólogos señalados por la American Psychological Association (APA, 2017) que consideró el respeto, la libre y voluntaria participación, el anonimato y confidencialidad de los datos entregados para garantizar y precautelar la identidad de los participantes, este se formalizó mediante la firma del consentimiento informado (Anexo 5). Además, los resultados obtenidos en este estudio son, exclusivamente, de carácter académico e investigativo.

No se declara ningún interés económico o personal que pudiera influir en el desarrollo y presentación de los resultados del estudio. Los beneficiarios directos fueron los docentes al contemplar información sobre el SB y depresión, y de manera secundaria la institución, ya que los resultados permitirán aportar bases para diseñar programas de prevención e intervención.

Presentación y Análisis de Resultados

Niveles de Síndrome de Burnout

La tabla 2 presenta los niveles de las tres dimensiones de SB, se muestra que las dimensiones de agotamiento y despersonalización presentaron mayormente un nivel bajo, mientras que, en la dimensión realización personal destacó el nivel alto, aunque, una proporción representativa (35.9%) perciben baja realización personal.

Este resultado es totalmente contrario a los presentados por otras investigaciones en poblaciones semejantes como la de Brito et al. (2019), Camacho et al. (2021), Elizondo (2022) y Jarrín et al. (2022), mismas que, indicaron que hubo un alto porcentaje de SB, destacando especialmente, la dimensión de agotamiento emocional. Probablemente, su explicación se deba a que este grupo de docentes no se encontraron mayormente expuesto a situaciones estresantes (Cabellos et al., 2020), por tanto, estarían motivados en su entorno laboral, aspecto que ayuda a evitar la posibilidad de presentar SB en cualquiera de sus dimensiones (Bracho, 2020; Serna y Martínez, 2020).

Tabla 2

Niveles de las tres dimensiones de síndrome de burnout

Dimensiones	Niveles	N	%
Agotamiento emocional	Alto	3	7.7
	Medio	9	23.1
	Bajo	27	69.2
Despersonalización	Alto	1	2.6
	Medio	7	17.9
	Bajo	31	79.5
Realización personal	Bajo	14	35.9
	Medio	7	17.9
	Alto	18	46.2

Adicionalmente, el instrumento permite visualizar la presencia o no de este síndrome. Cuando existen altos niveles de agotamiento emocional y de despersonalización y, a su vez, bajos niveles de realización personal, se considera que la persona posee SB. Así que, para complementar la información, se analizó también este dato y se encontró ausencia del SB en todos los casos (N=39; 100%), es decir, ningún participantes tuvo altos niveles de agotamiento emocional y despersonalización y bajos niveles de realización personal.

Este resultado es contrario a lo señalado en la investigación realizada por Jarrin et al. (2022) al analizar el SB en épocas de pandemia del covid-19 y observar una prevalencia del 30.83%. También, difiere del estudio previo realizado por Manzano (2020) quien encontró una prevalencia alta de SB. Y, de lo expuesto por el autor Vidotti et al. (2019) quienes determinaron la presencia de este síndrome en un 20.9%. Por lo tanto, de acuerdo a lo teorizado por Lucero et al. (2022), los docentes de esta institución educativa no se encontrarían con riesgo de

presentar malestar a nivel emocional, evidenciado en síntomas de depresión, y cuentan con recursos personales suficientes a la exposición prolongada del estrés laboral.

Niveles de Depresión

La tabla 3 muestra la presencia de depresión entre los participantes, la mayoría presentó ausencia de depresión (N=35) al obtener una puntuación total menor de 50 puntos, esto indica un estado de ánimo sin alteración o una impresión clínica normal. Sin embargo, es meritorio destacar que el 10.3% de docentes presentó un nivel de depresión entre leve y moderada.

Este resultado se contrapone con lo expuesto por Pérez et al. (2017) quienes destacan que la depresión se presenta como una afección compleja y común, producto de la interacción entre la susceptibilidad y las influencias del entorno manifestadas en ciertas circunstancias. Probablemente, sus factores protectores ambientales contribuyen a un estado emocional de relajación y tranquilidad (Alzuri et al., 2017; Rodríguez et al., 2017), además, estarían manejando adecuadamente el estrés, puesto que, la labor de la docencia involucra una carga representativa de estrés (Filippsen y Marin, 2020). Cabe señalar que hay estudios previos que reportan niveles mínimos de depresión como el de Méndez et al. (2020) en España que se deben tener en cuenta.

Tabla 3

Niveles de depresión

Niveles	N	%
Moderado	3	7.7
Leve	1	2.6
Ausencia	35	89.7

Síndrome de Burnout y Depresión

Frente a la asociación entre las dimensiones del SB y la depresión, no hubo una asociación estadísticamente significativa. Tomando en cuenta el valor de significancia de la prueba V de Cramer (p mayor a .05) se rechaza la hipótesis nula. Hay que recalcar que hubo pocos casos de participantes con depresión, ya sea en el nivel leve o moderado que pudieron haber influido en el resultado (Tabla 4).

Este resultado difiere de lo expuesto por autores como Baldeón et al. (2023) que evidenciaron una asociación entre variables como la resiliencia, el compromiso laboral, la depresión, el compromiso organizacional, la autoeficacia, calidad educativa y otras variables personales y profesionales. Asimismo, Silva et al. (2018), Suarez (2019) y Cárdenas (2022) determinaron una relación significativa positiva entre agotamiento laboral y depresión.

Esta diferencia puede entenderse debido a que, en este trabajo de manera global, no hubo ningún caso de SB y hubo pocos casos con depresión. Entonces, estos docentes no presentarían tan vulnerabilidad psicológica como lo explican Lucero et al. (2020). Además, un

aspecto favorable a destacar sobre el hallazgo de la investigación es que existe la posibilidad que los docentes que participaron, tengan menos estrés debido a que se indica que el SB constituye una causa del estrés de tipo crónico (Flores, 2017).

Tabla 4

Niveles de depresión y dimensiones del síndrome de burnout

Niveles de depresión	Niveles de agotamiento			V de Cramer	p
	Alto	Medio	Bajo		
Moderada	1	1	1	.300	.134
Leve	0	1	0		
Ausencia	2	7	26		
Niveles de despersonalización					
Moderada	0	0	3	.121	.886
Leve	0	0	1		
Ausencia	1	7	27		
Niveles de realización personal					
Moderada	2	1	0	.214	.469
Leve	0	0	1		
Ausencia	16	6	13		

Síndrome de Burnout y Variables Sociodemográficas

En la tabla 5 se describen las dimensiones del SB según las variables sociodemográficas y se muestra que no hubo una asociación estadísticamente entre ninguna de ellas. Una vez más, este hallazgo difiere de lo analizado en la literatura sobre el tema. Por ejemplo, en cuanto a la edad, Estrada y Gallegos (2020) refirieron que las personas entre 21 a 30 años tienen mayor SB, al igual que la investigación de Múnera y Muñoz (2022) que registró la edad de 25-34 años. En estas dos investigaciones se presenta que las personas con un rango de edad correspondiente a la adultez temprana, presentarían más SB.

Asimismo, en cuanto a la variable sexo, las mujeres presentaron más casos de depresión (Méndez et al., 2020). Es comúnmente conocido que las mujeres, ya sea por factores biológicos o culturales, tienen una mayor predisposición a presentar mayor prevalencia en de depresión. Por otro lado, Vinuesa et al. (2020) y Múnera y Muñoz (2022) señalaron que los casados tuvieron un buen porcentaje de presencia de SB. Asimismo, Manzano (2020) refiere que los docentes con menor antigüedad reportan mayores puntajes en agotamiento emocional.

Estos resultados podrían entenderse porque en este grupo de participantes hubo niveles bajos de agotamiento emocional y de despersonalización, así como, por los niveles altos de realización personal. Por tanto, había pocos casos para su distribución, no obstante, se cumple con total transparencia al reportar los resultados obtenidos.

Tabla 5

Síndrome de burnout según características sociodemográficas

Variables sociodemográficas	Dimensiones del síndrome de burnout					
	Agotamiento emocional		Despersonalización		Realización personal	
	V de Cramer	p	V de Cramer	p	V de Cramer	p
Rango edad	.205	.440	.243	.318	.260	.269
Sexo	.181	.528	.347	.095	.219	.393
Grupo asignado	.452	.101	.305	.700	.271	.839
Antigüedad	.156	.756	.191	.584	.284	.178
Estado civil	.224	.420	.234	.370	.210	.488

Depresión y Variables Sociodemográficas

No se encontró ninguna asociación estadísticamente significativa entre la depresión y las variables sociodemográficas (Tabla 6), se debe tener en cuenta que, en este grupo de participantes, hubo pocos casos con depresión. Lo que da a entender que los docentes que participaron en este trabajo, no tendrían muchas demandas emocionales ni presiones y que habría una buena relación entre estudiantes y colegas, debido a que Rodríguez et al. (2017) postulan que factores como altas demandas emocionales, excesiva presión en el trabajo y mala interacción entre alumnos y compañeros de trabajo, actuarían como un factor de riesgo para el desarrollo de la depresión.

Otra posible explicación puede ser que los docentes, necesariamente tienen que trabajar en un entorno que implica interrelacionarse, ya sea con otros profesores compañeros suyos, estudiantes o padres de familia, pues Méndez et al. (2020) señalan que, en cuanto a la depresión en docentes, uno de los factores de riesgo es el aislamiento social, cosa que no ocurre en el trabajo docente.

Una investigación previa corrobora el resultado de que no hay asociación entre la depresión y la mayoría de variables sociodemográficas (Guilcamaugua, 2022) pero difieren de lo señalado en cuanto a la edad, pues Silva et al. (2018) señaló correlaciones positivas significativas fuertes entre estas variables. Esto sugiere que la naturaleza social y colaborativa de la profesión docente puede contribuir a un mejor bienestar emocional y puede proporcionar una red de apoyo emocional sólida en relación con profesiones u oficios que implican un mayor aislamiento social. También, debe tomarse en cuenta que la docencia implica una dinámica de adaptación constante a las condiciones del entorno educativo debido a las innovaciones pedagógicas, los avances tecnológicos y las dinámicas sociales, lo que favorece a un sentimiento de logro a nivel profesional y un sentido de competencia y desarrollo personal.

Tabla 6

Depresión y variables sociodemográficas

Variables sociodemográficas	Niveles de depresión	
	V de Cramer	p
Rango edad	.320	.135
Sexo	.136	.699
Grupo asignado	.290	.766
Antigüedad	.306	.120
Estado civil	.281	.188

Conclusiones

En cumplimiento del objetivo general del estudio, no se evidenció asociación estadística entre el síndrome de burnout y la depresión en los docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila. De acuerdo con el primer objetivo específico, los docentes muestran niveles bajos de agotamiento emocional y despersonalización, así como, altos niveles de realización personal, lo que indica ausencia del síndrome de burnout. Sin embargo, hay que tomar en cuenta la secuencia del proceso que configura el síndrome, que inicia con la exacerbación de las primeras dimensiones y disminución de la realización personal y no atender los riesgos inherentes al estrés que tienen los docentes.

Con base al segundo objetivo específico, la depresión está ausente en el 90%, no obstante, hay el 10% restante, con síntomas leves a moderados, no pueden pasar inadvertidos. Para cumplir el tercer objetivo específico, no existe asociación estadísticamente significativa entre los niveles de las dimensiones de síndrome de burnout y las variables sociodemográficas analizadas. Asimismo, no hubo asociación estadísticamente significativa entre la depresión y las variables sociodemográficas.

Al señalar estos resultados, es clave tener en cuenta el número de participantes y se recomienda ampliar la muestra para contrastarlos, pues al analizar dos constructos con sus respectivos niveles, hubo pocos casos en algunas categorías como nivel leve o moderado de depresión, así como ausencia de síndrome de burnout. Si bien es cierto, este hallazgo es importante y positivo porque muestra una realidad alejada del sufrimiento emocional en estos participantes.

Otra limitación está relacionada con el índice que estima la confiabilidad del instrumento utilizado para medir la depresión, puesto que está por debajo del umbral mínimo esperado. Puede ser causado por diversos factores, como la variabilidad intrapersonal como factores temporales, emocionales o de salud de los participantes. También, es relevante considerar el total de participantes en vista de que un tamaño insuficiente puede llevar a estimaciones menos precisas. Por este motivo, se aconseja una interpretación cautelosa de los hallazgos y es necesario evitar la extrapolación de los resultados a poblaciones más amplias.

Tras los resultados presentados en torno al síndrome de burnout y depresión, se recomienda realizar un seguimiento y sugerir que reciban apoyo emocional por parte de un profesional, ya sea en departamento de consejería estudiantil o en otro espacio, con el fin de adquirir habilidades para hacer frente al estrés o aprender técnicas que reduzcan la tensión y síntomas depresivos.

Asimismo, se recomienda que se realice un proceso de devolución de resultados a los participantes para que puedan conocer, de manera global, los resultados y un seguimiento a los docentes de esta unidad educativa en un lapso de seis meses, para corroborar estos

resultados. De mantenerse esta tendencia, analizar los posibles factores asociados a estos bajos puntajes. Puesto que, generalmente por la carga horaria, actividades complementarias y de diversa índole como comisiones, los docentes suelen presentar malestar emocional caracterizado por rasgos de síndrome de burnout y depresión. Por ello, este grupo puede ser un modelo para analizar los factores de protección que puedan servir de base para intervenciones en poblaciones similares que sí presenten estos síntomas.

Finalmente, hay que tener en cuenta la fecha de recolección de datos, pues se dio al inicio del periodo escolar, por lo general, no se evidencia malestar ni agotamiento, debido a que recién se han integrado a las actividades laborales, luego de sus vacaciones.

Referencias

- American Psychological Association. (2017). *Manual de Publicaciones de la APA*. Editorial El Manual Moderno.
- American Psychological Association [APA]. (2013). *Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)* (5th ed.). Editorial Médica Panamericana.
- Alzuri, M., Hernández, N., y Calzada, Y. (2017). Depresión en la adolescencia: consideraciones necesarias para su diagnóstico y tratamiento. *Revista Finlay*, 7(3), 152-154. <http://scielo.sld.cu/pdf/rf/v7n3/01307.pdf>
- Arayago, R., González, Á., Limongi, M., y Guevara, H. (2016). Síndrome de Burnout en residentes y especialistas de anestesiología. *Salus*, 20(1), 13-21. http://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S1316-71382016000100004&script=sci_abstract
- Baldeón, M., Janampa, L., Rivera, J., y Santivañez, L. (2023). Síndrome de burnout: Una revisión sistemática en Hispanoamérica. *LATAM. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 1809–1831. <https://doi.org/https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.378>
- Bedoya, E. (2017). Prevalencia del síndrome de burnout en trabajadores de un hospital público colombiano. *MEDISAN*, 21(11), 3172-3179. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=75757>
- Bracho, D. (2020). Síndrome de burnout y fatiga laboral. *Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología*, 6(1), 264-294. <https://doi.org/https://doi.org/10.35381/cm.v6i1.307>
- Bravo, J. y Elizondo, M. (2022). Síndrome de burnout en profesores/as durante la pandemia por COVID-19 en Chile. *Revista Educación las Américas*, 12(1), 1-14. <https://doi.org/10.35811/rea.v12i1.196>
- Brito, A., Pinto, S., de Oliveira, I., Paparelli, R., Dornelas, R., y Piccolotto, L. (2019). Voice Disorder and Burnout Syndrome in Teachers. *J Voice*, 33(4). 581-590.. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2018.01.022>
- Bustamante, F. (2021). Aplicación de un programa Psico-organizacional y su efecto en personal con Síndrome de Burnout. *Cadernos Brasileiros Terapia Ocupacional*, 29. e2959-2964. <https://doi.org/https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO2242>
- Byne, B. (2010). The Maslach Burnout Inventory: Validating Factorial Structure and Invariance Across Intermediate, Secondary, and University Educators. *Multivariate Behav Res.*, 26(4), 586-605. https://doi.org/10.1207/s15327906mbr2604_2
- Cabellos, S., Ponce, R., Sandoval, M., y Velásquez, R. (2020). Niveles de Burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de educación superior. *Revista Cubana de*

- Enfermería*, 36(2).1-15.
<https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/3328/595>
- Carmen, K., y Vásquez, A. *Síndrome de Burnout en docentes de una universidad particular de Piura según género-2020* [tesis de pregrado]
http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8485/1/REP_PSIC_KARLA.CARMEN_ANA.VASQUEZ_S%c3%8dNDROME.BURNOUT.DOCENTES.UNIVERSIDAD.PARTICULAR.PIURA.G%c3%89NERO.2020.pdf
- 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*, 6(4), 166-170.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8126477>
- Campo, A., Díaz, L., Rueda, G., y Barros, J. (2005). Validación de la escala de Zung para depresión en universitarias de Bucaramanga, Colombia. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(1), 166-177. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8126477>
- Campuzano, C., Feijoó, L., Manzur, K., Palacio, M., Rendón, J., y Montoya, L. (2021). Comorbilidad entre síntomas depresivos y consumo de sustancias en pacientes hospitalizados por enfermedades no psiquiátricas. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50(2), 130-137. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.rcp.2019.07.001>
- Cardenas K. y Valencia, D. (2022). *Estrés y depresión en docentes de educación escolar en modalidad virtual debido a la pandemia por covid-19*. [Tesis de grado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma del Perú.
- Cladellas-Pros, R., Castelló-Tarrida, A., y Parrado-Romero, E. (2018). Satisfacción, salud y estrés laboral del profesorado universitario según su situación contractual. *Revista Salud Pública*, 20(1), 53-59. <https://www.scielosp.org/pdf/rsap/2018.v20n1/53-59/es>
- Estrada, E., & Gallegos, N. (2020). Síndrome de Burnout y variables sociodemográficas en docentes peruanos. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(6), 714-720. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4404750>
- Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales de España e Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. (s.f.). *NTP 732: Síndrome de estar quemado por el trabajo "Burnout" (III): Instrumento de medición*.
https://www.insst.es/documents/94886/326775/ntp_732.pdf
- Filippsen, O., y Marín, A. (2020). School climate and indicators of stress, anxiety, and depression in teachers of private technical high school. *Psicología: teoría e práctica*, 22(3), 247-262. <https://doi.org/10.5935/1980-6906/psicologia.v22n3p247-262>

- Flores D. (2017). El síndrome de Burnout como riesgo laboral de los docentes en el nivel medio superior. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*, en línea, <https://www.eumed.net/rev/caribe/2017/11/sindrome-burnout-docentes.html>
- Franco M. (2023). *Relación entre el síndrome de burnout con la depresión y ansiedad en docentes fiscales del cantón Otavalo* [Tesis de maestría, Universidad Técnica del Norte]. <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/13897>
- Freudenberger, H. (1974). Staff Burn - Out. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159 - 165. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
- Guilcamaugua K. (2022). *Prevalencia del Síndrome de Burnout y Depresión en docentes de una carrera del Instituto Superior Universitario Central Técnico en Quito* [Tesis de Magíster, Universidad Regional Autónoma de los Andes]. Repositorio institucional de la Universidad Regional Autónoma de los Andes.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. MC Graw Hill.
- Huamán, J., Treviños, L., y Medina, W. (2022). Epistemología de las investigaciones cuantitativas y cualitativas. *Horizonte de la Ciencia*, 12(23), 27-47. <https://www.redalyc.org/journal/5709/570971314003/html/#:~:text=Los%20textos%20de%20investigaci%C3%B3n%20sostienen,y%20Baptista%2C%202006%2C%20p.>
- Jadresic, E. (2022). Conceptualizando la depresión: dos miradas. *Revista médica de Chile*, 150(11), 1419-1421. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872022001101419>
- Jarrín, G., Patiño, M., Moya, I., Barandica, Á., y Bravo, V. (2022). Prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes ecuatorianos de educación superior en tiempos de pandemia Covid-19. *Polo del Conocimiento*, 7(2), 183-197. <https://doi.org/10.23857/pc.v7i1.3579>
- Knox, M., Willard, R., Huang, B., y Grumbach, K. (2018). Maslach Burnout Inventory and a Self-Defined, Single-Item Burnout Measure Produce Different Clinician and Staff Burnout Estimates. *Journal of General Internal Medicine*, 33(8), 1344-1351. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s11606-018-4507-6>
- Lovo, J. (2020). Síndrome de burnout: un problema moderno. *Revista entorno* (70), 110-120. <https://doi.org/https://doi.org/10.5377/entorno.v0i70.10371>
- Lucero, M., Noroña, D., y Vega, V. (2022). Burnout y depresión en médicos de medicina interna y unidad de cuidados intensivos en Riobamba, Ecuador. *Revista Cubana de Reumatología*, 24(1),1-17. <https://revreumatologia.sld.cu/index.php/reumatologia/article/view/944>
- Manzano, A. (2020). Síndrome de burnout en docentes de una Unidad. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(16),499-511. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v4i16.132>

- Martínez, G., Cortés, M., y Pérez, A. (2016). Metodología para el análisis de correlación. *Revista Universidad y Sociedad*, 8(4), 65-70.. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202016000400008
- Mendes, L., Campelo, E., Pinheiro, C., Pires, I., y Vasconcelos, G. (2020). Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. *Enfermería Global*, 19(57), 209-220. <http://dx.doi.org/10.6018/eglobal.19.1.383201>
- Mendoza. (2006). *Investigación cualitativa y cuantitativa. Diferencias y limitaciones*. Piura. https://www.insp.mx/resources/images/stories/Centros/nucleo/docs/dip_lsp/investigacion.pdf
- Meza S. (2019). *Síndrome de burnout y depresión en docentes de secundaria de la Ugel Yauli – 2017*. [Tesis de Máster, Universidad Nacional del Centro de Perú]. <https://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12894/5264/Meza%20Suarez.pdf?sequence=1>
- Múnera, J., & Muñoz, X. (2022). *Síndrome de Burnout en docentes de una institución pública de educación media del Municipio de Medellín* [Tesis de pregrado]. Universidad de Antioquía. https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/27402/1/MuneraJuanDavid_MunozXimena_2022_SindromeBurnoutDocentes.pdf
- Organización Mundial de la Salud (2017). *Depression and other common mental disorders*. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf;jsessionid=B26FD13317B44761A14AB6FBC94A917F?sequence=1>
- Organización Internacional del Trabajo (2016). *Estrés Laboral*. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/documents/genericdocument/wcms_475146.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (30 de enero de 2020). *Depresión*. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Pando, M., Aranda, C., y López, M. (2015). Validez factorial del Maslach Burnout Inventory-General Survey en ocho países Latinoamericanos. *Ciencia & trabajo*, 17(52), 28-31. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492015000100006>
- Pérez, E., Cervantes, V., Hijuelos, N., Pineda, J., y Salgado, H. (2017). Prevalencia, causas y tratamiento de la depresión Mayor. *Rev Biomed*, 28(2), 89-115. <https://n9.cl/b1nce>
- Piñerúa, L., Estévez, J., y Suárez, H. (2007). Autescala de Zung para depresión como predictor de la respuesta sensorial y autonómica al dolor. *Investigación Clínica*, 48(4), 469 - 483. <http://ve.scielo.org/pdf/ic/v48n4/art07.pdf>
- Rivera, A, Ortiz, R., Miranda, M. y Navarrete, P. (2019). Factores de riesgo asociados al síndrome de desgaste profesional (Burnout). *Revista Digital de Postgrado*, 8(2), 1-7. <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/08/1008595/16488-144814485158-1-sm.pdf>

- Rodríguez, J., Guevara, A., y Viramontes, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *Revista de investigación educativa de la REDIECH*, 8(14), 45-67. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-85502017000100045
- Rodríguez, M., Rodríguez, A., Pérez, D., y Peña, Y. (2021). Evaluación de la autoescala de Zung y Conde en el diagnóstico de depresión en población geriátrica. *Revista Archivo Médico de Camagüey*, 25(2), 204-214. <http://scielo.sld.cu/pdf/amc/v25n2/1025-0255-amc-25-02-e7764.pdf>
- Sánchez, M., Martínez, A., Torres, R., de M. Hernández, A., Benavides, M., Jaimes, C., Rendón, V. (2020). Retos educativos durante la pandemia de COVID-19: una encuesta a profesores de la UNAM. *Revista Digital Universitaria*, 21(3),1-25. <https://doi.org/http://doi.org/10.22201/codeic.16076079e.2020.v21n3.a12>
- Sanz, J., y Paz, M. (2020). Las ideas equivocadas sobre la depresión infantil y adolescente y su tratamiento. *Clínica y Salud*, 31(1),55-65. <https://doi.org/10.5093/clysa2020a4>
- Serna D. y Martínez L. (2020). Burnout en el personal del área de salud y estrategias de afrontamiento. *Correo Científico Médico (CCM)*, 24(1), 383-399. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812020000100372
- Silva, N., Turini, A., y Loureiro, S. (2018). Agotamiento y depresión en los maestros de primaria: un estudio correlacional. *Rev. Bras. Educ*(23),1-18. <https://doi.org/https://doi.org/10.1590/S1413-24782018230048>
- Sutta, L., Roman, N., y Huanca, C. (2021). SARS-Cov-2 como detonante del síndrome de desgaste profesional en el personal de un centro de salud. *Revista Cubana de Salud Pública*, 47(2),1-16. <http://scielo.sld.cu/pdf/rcsp/v47n2/1561-3127-rcsp-47-02-e2589.pdf>
- Tabares-Díaz, Y., Martínez-Díaz, V., & Matabanchoy-Tulcán, S. (2020). Síndrome de Burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Universidad y Salud*, 22(3), 265-279. <https://doi.org/ISSN 2389-7066>
- Vidotti, V., Trevisan, J., Quina, M., Perfeito, R., y Camo, M. (2019). Síndrome de burnout, estrés laboral y calidad de vida en trabajadores de enfermería. *Revista electrónica trimestral de Enfermería* (55), 344-354. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.6018/eglobal.18.3.325961>
- Vinueza, C., Barreno, E., & Flores, C. (2020). Burnout en Docentes de un Instituto Tecnológico Agronómico. *CienciAmérica*, 9(4), 1-8. <https://doi.org/ISSN 1390-9592>
- Vilchez, J., Romaní, L., Ladera, K. y Marchand, M. (2019). Síndrome de Burnout en médicos de un hospital de la Amazonía peruana. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*,

19(4), 60-67. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312019000400010

Zung, W. (1965). Self-report depression scale. *Archives of General Psychiatry*, 12, 63-70

Anexos

Anexo A. Operacionalización de las variables

Variables	Definición	Dimensión	Indicador	Escala
Edad	Tiempo transcurrido a partir del nacimiento expresado en años cumplidos.	Cronológica	Años cumplidos - Respuesta del encuestado	Cuantitativa discreta
Estado civil	Condición de una persona, dependiendo del estado asentado en el registro civil en función a si tiene o no pareja.	Condición civil	Respuesta del encuestado	Cualitativa - nominal 1. Soltero 2. Casado 3. Divorciado 4. Viudo 5. Unión libre
Antigüedad en el puesto	Tiempo laborando en la unidad educativa	Cronológica	Respuesta del encuestado	Cualitativa - nominal 1. Entre 0 y 2 años 2. Entre 3 y 10 años 3. Entre 11 a 20 años 4. Igual o superior a 21 años
Síndrome de Burnout	Surge como una respuesta a la exposición continua de estrés. síndrome involucra aspectos cognitivos y emocionales, tales como la carencia de empatía, la adopción de comportamientos distantes y la manifestación de actitudes poco profesionales frente a los clientes.	Agotamiento emocional Despersonalización Realización personal	Respuesta del encuestado	Cualitativa – nominal 1. Alto 2. Medio alto 3. Medio bajo 4. Muy bajo
Depresión	Afección compleja, cuyo origen es resultado de la interacción entre la genética de un individuo y las influencias del entorno en el que vive.	Severa Moderada Leve Normal	Respuesta del encuestado	Cualitativa – nominal 1. Severo 2. Moderada 3. Leve 4. Normal

Anexo B. Ficha Sociodemográfica

Instrucciones:

La siguiente información ayudará a la investigación denominada Burnout y depresión en docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz en la ciudad de Cuenca, 2023. Es de carácter confidencial. Por favor, leer con atención y contestar según corresponda.

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA		
SEUDÓNIMO		
EDAD		
GRADO ASIGNADO		
ANTIGÜEDAD LABORAL		
SEXO	Hombre	
	Mujer	
ESTADO CIVIL	Soltero	
	Casado	
	Unión libre	
	Viudo	

Anexo C. Inventario del Estrés laboral crónico de Maslach [MBI-GS]



Universidad de Cuenca

Maestría en psicología clínica, mención Salud Mental para Niños, Adultos y Familias

Encuesta dirigida a docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz de la ciudad de Cuenca

Tema: Burnout y depresión en docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz, 2023

Instrucciones: Por favor, examine cada ítem y determine qué tan a menudo el ítem describe la manera en que ha sentido en los días recientes

Ítem	Dimensión	Frecuencia						
		0	1	2	3	4	5	6
1. Debido a mis guardias ¿me siento emocionalmente agotado?	Agotamiento							
2. Al finalizar la guardia ¿me siento agotado?	Agotamiento							
3. Me encuentro cansado cuando me levanto por las mañanas y tengo que enfrentarme a otro día de guardia.	Agotamiento							
4. ¿Trabajar durante toda la guardia es realmente una tensión para mí?	Agotamiento							
5. ¿Puedo resolver efectivamente los problemas que surgen durante las guardias?	Eficacia profesional							
6. ¿Me siento quemado con mi internado?	Agotamiento							

7. ¿Siento que estoy haciendo una contribución efectiva a lo que realiza el Hospital del Río?	Eficacia profesional							
8. ¿Me he interesado menos en mi profesión desde que empecé el internado?	Cinismo							
9. ¿Me he vuelto menos entusiasta con mi internado?	Cinismo							
10. En mi opinión, ¿soy bueno/a en mi internado?	Eficacia profesional							
11. ¿Me siento emocionado/a cuando logro algo en la guardia?	Eficacia profesional							
12. ¿He logrado muchas cosas valiosas en este trabajo?	Eficacia profesional							
13. ¿Sólo quiero hacer mi guardia y no ser molestado?	Agotamiento							
14. ¿Me he vuelto más cínico/a acerca de sí mi internado aporta algo?	Cinismo							
15. ¿Dudo del significado de mi internado?	Eficacia profesional							

Anexo D. Escala de Automedición de Depresión de Zung



Universidad de Cuenca

Maestría en psicología clínica, mención Salud Mental para Niños, Adultos y Familias

Encuesta dirigida a docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz de la ciudad de Cuenca

Tema: Burnout y depresión en docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz, 2023

Instrucciones: Por favor, examine cada ítem y determine qué tan a menudo el ítem describe la manera en que ha sentido en los días recientes

	Ítem	Poco tiempo	Algo de tiempo	Una buena parte del tiempo	La mayor parte del tiempo
1	Me siento decaído y triste.				
2	Por la mañana es cuando me siento mejor.				
3	Siento ganas de llorar o irrumpir en llanto.				
4	Tengo problemas para dormir por la noche				
5	Como la misma cantidad de siempre.				
6	Todavía disfruto el sexo				
7	He notado que estoy perdiendo peso				
8	Tengo problemas de estreñimiento.				
9	Mi corazón late más rápido de lo normal				
10	Me canso sin razón alguna				

11	Mi mente está tan clara como siempre				
12	Me es fácil hacer lo que siempre hacía.				
13	Me siento agitado y no puedo estar quieto				
14	Siento esperanza en el futuro				
15	Estoy más irritable de lo normal				
16	Me es fácil tomar decisiones.				
17	Siento que soy útil y me necesitan				
18	Mi vida es bastante plena				
19	Siento que los demás estarían mejor si yo muriera.				
20	Todavía disfruto de las cosas que disfrutaba antes				

Anexo F. Consentimiento Informado

Título de la investigación: Burnout y Depresión en docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila De Muñoz, 2023.

Datos del equipo de investigación:

Investigador	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que Pertenece
Principal	Nancy Patricia Placencia	0103155263	Universidad de Cuenca

¿De qué se trata este documento?

De la manera más comedida y respetuosa le invitamos a usted a participar en este estudio, que se realizará en la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz. En este documento llamado "consentimiento informado" se explica las razones por las que se realiza el estudio, cuál será su participación y si acepta la invitación. También se explica los posibles riesgos, beneficios y sus derechos en caso de que usted decida participar. Después de revisar la información en este Consentimiento y aclarar todas sus dudas, tendrá el conocimiento para tomar una decisión sobre su participación o no en este estudio. No tenga prisa para decidir. Si es necesario, lleve a la casa y lea este documento con sus familiares u otras personas que son de su confianza.

Introducción

La presente investigación permitirá recolectar información respecto al burnout y la depresión en docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz de la ciudad de Cuenca, 2023 basados en las consecuencias de la pandemia y el cambio de metodología pedagógica; considerando necesario identificar las variables señaladas y motivando el desarrollo de esta investigación. Los resultados permitirán reportar datos para diseñar proyectos de prevención, beneficiando y siendo conveniente para los docentes. Además, la institución demuestra interés en la investigación resultando factible.

Objetivo del estudio

El objetivo de esta investigación es Correlacionar el burnout y la depresión en docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz de la ciudad de Cuenca, 2023. Para alcanzar este objetivo se ha planteado describir los niveles de burnout y de depresión, y correlacionarlas entre sí.

Descripción de los procedimientos

Para el desarrollo de la recolección de información se realizará, en primer lugar, se solicitará la autorización de la institución para llevar a cabo la investigación, luego en el momento de la recolección de datos, se sociabilizará con los participantes el consentimiento informado, continuando con la respectiva firma o negación del estudio. Se entregará los test para evaluar cada variable y se aplicarán en un tiempo de 40 minutos, aproximadamente.

Para la tabulación de la información se utilizará el programa estadístico SPSS versión 17.0.1. y se analizará acorde a los objetivos planteados.

Riesgos y beneficios

Los riesgos de esta investigación son mínimos, sin embargo, es necesario destacarlos, ya que la evaluación podría acentuar características de índole psicológica, pudiendo generar malestar. Sin embargo, este riesgo será abordado en el momento que suceda al presentar una contención emocional por parte de la investigadora.

Por otro lado, se beneficiarán, en primer lugar, la institución educativa, al documentar información sobre la temática y utilizar los datos con fines preventivos. En segundo lugar, se beneficiarán los docentes, al recibir información sobre su estado de salud mental, referente al burnout y la depresión, pudiendo realizar, en un futuro, una intervención psicológica que permita disminuir o manejar la sintomatología depresiva en tiempo de pandemia.

En síntesis, con este estudio se beneficia la investigadora y futuros investigadores acotando conocimientos e información ampliando su perspectiva en el desarrollo del estudio, y conocedores directos del burnout y la depresión en docentes de la Unidad Educativa Francisca Dávila de Muñoz de la ciudad de Cuenca, 2023.

Otras opciones si no participa en el estudio

En caso de no participar en el estudio, los interesados pueden asistir a las charlas psicoeducativas que permitirán ampliar el conocimiento sobre estos fenómenos psicológicos, lo cual le permitirá una toma de decisiones respecto a su salud mental.

Consentimiento informado

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

Nombres completos del/a participante		Firma del/a participante		Fecha
Nombres completos del/a participante		Firma del/a Participante		Fecha
Nombres completos del/a participante -----		Firma del/a participante		Fecha

Fecha	
Firma del estudiante proponente	