

Maestría en Educación y Desarrollo Humano

Cohorte UMZ 25

Línea de Investigación: Ambientes Educativos

Proyecto de Investigación

Por:

Diana Stella Riaño Ruíz

María Adelaida Ortega Jaramillo

Gloria Isabel Saldarriaga Serna

Asesor

Olber Eduardo Arango Tobón



Sabaneta – Antioquia

Agosto 2018



**UNIVERSIDAD DE
MANIZALES**

Contenido

Planteamiento del Problema.....	5
Antecedentes de Investigación	7
Pregunta de Investigación	15
Objetivos	16
Objetivo General:	16
Objetivos Específicos:.....	16
Hipótesis.....	16
Justificación.....	17
Marco Teórico	20
Metodología	29
Resultados	33
Discusión.....	42
Conclusiones	46
Productos generados.....	48
Bibliografía.....	52
Anexos.....	57
Anexo A. Cuestionario Datos Sociodemograficos.....	57
Anexo B. Cuestionario WHOQOL-BREF	0
Anexo C. Consentimiento Informado	2

	2
Anexo D. Cuestionario CESQT	4
Anexo E: Autorización Secretario de Educación para visitar Instituciones Educativas	6
INFORME TÉCNICO.....	8
Resumen técnico	9
Metodología utilizada.....	16
Proceso de selección de muestras o de actores sociales.....	16
Análisis de la información.....	18
Hallazgos y conclusiones	19
Productos generados generación de nuevo conocimiento.....	23
Lista de Referencias	26
Artículo de resultados.....	31
Resultados	38
Lista de Referencias	49
Artículo Científico.....	54
Artículo Científico.....	66
Artículo de reflexión	80

Listado de tablas

Tabla 1. Cronología de la historia de síndrome de burnout.....	22
Tabla 2. Distribución de frecuencias.....	33
Tabla 3. Datos sociodemográficos.....	34
Tabla 4. Resultados síndrome de burnout por sexo.....	36
Tabla 5. Diagnostico por Institución Educativa.....	36
Tabla 6. Medias y desviaciones estándar.....	39
Tabla 7. Comparación presencia y ausencia de síndrome de burnout.....	40
Tabla 8. Correlación SB y dimensiones de calidad de vida.....	41
Tabla 9. Comparación C.V y S.B.....	44
Tabla 10. Generación nuevo conocimiento.....	47

Tabla de Anexos

Anexo A. Cuestionario sociodemográfico.....	57
Anexo B. Cuestionario WHOQOL-BREF.....	58
Anexo C. Consentimiento informado.....	60
Anexo D. Cuestionario CESQT.....	62
Anexo E. Carta visita instituciones.....	63

Síndrome de burnout y calidad de vida en docentes de instituciones educativas públicas del municipio de Bello

“La calidad de un sistema de educación no puede exceder la calidad de sus maestros”. (McKinsey, 2007)

Resumen

El presente proyecto de investigación analizó la relación existente entre el síndrome de burnout y la calidad de vida en los docentes de instituciones públicas, debido a que los éxitos y los fracasos de los maestros en el sistema educativo, están profundamente determinados no sólo por su formación profesional, sino por las condiciones laborales y su propia calidad de vida. Partiendo de esto, se aplicó los instrumentos en instituciones públicas del municipio de Bello Antioquia. La investigación tiene un corte metodológico cuantitativo, correlacional, los datos fueron analizados por medio del programa estadístico SPSS versión 2.0.

A partir de esto, cabe establecer que existe una correlación positiva entre las dos variables y de igual forma, existen otras variables que son necesarias destacar como el sexo de cada uno de los docentes, ya que asumen de forma diferente la sintomatología el ser hombre o mujer. Finalmente se destaca que es necesario que se realicen intervenciones que estén en pro de la coadyuva de los síndromes en los docentes, quienes son los educadores de la sociedad.

Palabras claves: Síndrome de burnout, calidad de vida, docentes, instituciones educativas públicas.

Abstract

This research project analyzed the relationship between the burnout syndrome and quality of life in teachers of public institutions, because the successes and failures of teachers in the education system are deeply determined not only by their training professional, but by working conditions and their own quality of life. Based on this, the instruments were applied in public institutions of the municipality of Bello Antioquia. The research has a quantitative, correlational methodological cut, the data were analyzed through the statistical program SPSS version 2.0.

From this, it should be established that there is a positive correlation between the two variables and similarly, there are other variables that need to be highlighted as the sex of each of the

teachers, since they assume differently the symptomatology of being a man or woman. Finally, it is emphasized that it is necessary to carry out interventions that are in favor of the collaboration of the syndromes in the teachers, who are the educators of society.

Key words: Burnout syndrome, quality of life, teachers, public educational institutions.

Planteamiento del Problema

La labor del maestro de educación formal en el sistema educativo colombiano, afronta una serie de riesgos y vicisitudes, muchas veces invisibilizadas, o en ocasiones notorias, pero ignoradas por la sociedad y sus instituciones. Los éxitos y los fracasos de los maestros en el sistema educativo, están profundamente determinados no sólo por su formación profesional, sino por las condiciones laborales y su propia calidad de vida. No obstante, se le endilga al maestro la responsabilidad de la formación para y en la vida de las nuevas generaciones (niños, adolescentes y jóvenes), se le culpa directamente de los desaciertos, de los vacíos y de los fracasos, pero muy pocas veces se hace un verdadero reconocimiento a su labor.

Adicional a lo anterior, existe una serie de afecciones, producto de las condiciones y exigencias laborales, profesionales, sociales y emocionales, que pueden poner en condición de vulnerabilidad al maestro, afectando significativamente su calidad de vida y, por ende, sus resultados como profesional en el campo educativo; tal es el caso del Síndrome de Burnout (SB), más conocido como el Síndrome del Quemado en el Trabajo (SQT), o también llamado Síndrome de Agotamiento Laboral (SAL), el cual fue detectado inicialmente en la década de los años setenta por el psiquiatra Freudenberger (1974), quien mientras trabajaba con pacientes tóxicos maníacos, hizo una observación del personal voluntario que trabajaba con ellos, y observó que al cabo de un año presentaban síntomas como desmotivación, agotamiento, irritabilidad con sus pacientes, ansiedad y depresión. A partir de este estudio aparece el término *Burnt-Out*, y en la década de los ochenta la psicóloga Cristina Maslach (EEUU) en un estudio en conjunto con el psicólogo Michael P. Leiter, acuñaron este término para definir una terna de síntomas que caracterizan esta afección laboral, tales como:

1. Agotamiento emocional
2. Despersonalización o Cinismo
3. Baja realización personal

La presencia de los tres síntomas en sus diferentes niveles (leve, moderado o severo), determinan la existencia o no del Síndrome de Burnout, y el cuestionario más utilizado y generalizado para su medición y cuantificación es el Maslach Burnout Inventory –MBI-, (Maslach 1986), y el cual está conformado por un conjunto de 22 preguntas con las cuales se determina la presencia y la intensidad del síndrome en las tres dimensiones (agotamiento, despersonalización y baja realización personal). Este cuestionario cuenta con unos altos niveles de confiabilidad y validez, reconocidas en un alto número de investigaciones relacionadas con la prevalencia de este síndrome en diferentes profesionales del campo de las humanidades (Axayacalt, Celis, Moreno, Farias & Suárez, 2006). Además del MBI, se han creado otra serie de instrumentos con los cuales se puede medir el Síndrome de Burnout. A partir de los estudios y los instrumentos creados para su detección, podría decirse que el SB es un trastorno crónico intermedio entre el estrés laboral y la depresión; afecciones muy propias de empleados y profesionales que laboran específicamente en el campo humano, es decir, que su razón de ser es la atención y el servicio a otras personas.

En el rastreo de antecedentes, se encuentra una investigación que logra respaldar la investigación, pues según Arias y Jiménez (2013), hallan a través de la aplicación del inventario de Burnout de Maslach para profesores, se encontró que un 93,7% de los profesores presentaban burnout moderado, mientras que el 7,5% estaban en un nivel severo, hallando así relaciones donde el tipo de gestión educativa, baja realización personal y despersonalización presentaban más hombre que en mujeres. (pg. 62) De igual forma Zubirán (2013), menciona que se afectan dimensiones como bienestar físico, material, social, desarrollo y bienestar emocional. (p. 23)

Ahora bien, si bien es cierto que el SB, puede presentarse en cualquier profesión, que importancia o relación tendría el hecho que fuese en docentes y exactamente teniendo en cuenta las estadísticas anteriormente expuestas, ya que permiten percibir, que el 100% de los docentes manifiestan sintomatología.

Las anteriores cifras logran dilucidar lo que menciona Gutiérrez (2006), al relacionar el SB con la calidad de vida, pues para él se representa como un trastorno adaptativo, crónico, asociado con el inadecuado afrontamiento, produciendo efecto negativo en la calidad de la prestación de los servicios (p. 182)

Teniendo en cuenta la problemática desde esta perspectiva, se puede inferir como el SB, impacta negativamente no solo en la calidad de vida de los docentes, sino también en las personas que hacen parte de su entorno laboral, social y familiar (estudiantes, padres de familia, compañeros, amigos y familiares)

Desde la Fundación Médico Preventiva (2015), se presenta un alto índice de consulta por afecciones con diferente sintomatología, muchas de ellas posiblemente asociadas al SB, así mismo se ha reportado que la secretaria de salud ocupacional, ha mencionado un alto ausentismo laboral, sin especificación de porcentajes (párr. 7)

Finalmente, no se puede crear señalamientos frente a la responsabilidad que se tendría los actores estatales, gubernamentales o las áreas de salud, lo que si es necesario crear un diagnóstico que permita conocer la prevalencia y la incidencia sobre la calidad de vida del trabajador.

Antecedentes de Investigación

En la revisión de la literatura sobre el Síndrome de Burnout y su posible relación con la calidad de vida en docentes, se encuentra un panorama muy amplio de investigaciones y estudios tanto a nivel local, nacional e internacional, realizados en los diferentes campos y sectores de la educación formal (oficial, privada, básica, secundaria y universitaria). Se encontró coincidencias en estudios que establecen relaciones en factores psicológicos, socio-afectivos y laborales, que se asociaban a la presencia del SB, diagnosticado, en muchas ocasiones, como un estrés laboral crónico que afecta significativamente la calidad de vida.

En el ámbito internacional, Espinoza-Díaz (2014) de la comunidad autónoma de Cataluña España, realizó un estudio sobre calidad de vida y salud ocupacional, con los objetivos de estudiar la manera en que el clima psicosocial, la personalidad y la inteligencia emocional

influyen en la aparición del Síndrome de Burnout, y analizar cómo este conjunto de variables afecta el bienestar psicológico de los docentes; en dicho estudio se evaluaron las relaciones entre el clima psicosocial, personalidad e inteligencia emocional con el Síndrome de Burnout y el bienestar psicológico en docentes de educación infantil, primaria y secundaria.

Se administraron cinco cuestionarios para evaluar el clima psicosocial, la personalidad, la inteligencia emocional, el burnout y el bienestar psicológico a una muestra de 386 docentes, con quienes se estudiaron las relaciones entre dichas variables y se analizó hasta qué punto el clima psicosocial, la personalidad y la inteligencia emocional permiten establecer un modelo predictivo del Burnout y del bienestar psicológico mediante el análisis de regresión múltiple. Los resultados pusieron en evidencia que tanto el clima psicosocial, como la personalidad, influyen en el burnout y los docentes que presentaban una mayor estabilidad e inteligencia emocional, podían minimizar los efectos negativos de los factores psicosociales y por ende contribuir en una mejor calidad de vida laboral y personal.

Por otro lado, Arias y Jiménez, (2013), con el objetivo de determinar la incidencia del síndrome de burnout en una muestra de 233 profesores (127 varones y 106 mujeres) con un rango de edad de 20 a 65 años que laboran en instituciones educativas públicas y privadas de la ciudad de Arequipa; aplicó el IBM (Inventory Burnout Maslash) con una adaptación para profesores, encontrando que el 93,7% de los docentes hombres tiene un nivel moderado de burnout y el 6,3% tienen un nivel severo, mientras que el 91,5% de las docentes mujeres tiene un nivel moderado y el 7,5% tiene un nivel severo de síndrome de burnout.

De igual modo encontraron que un porcentaje mayor de hombres que de mujeres obtiene puntuaciones más elevadas en agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. También, encontró relaciones significativas ($p < ,000$) entre el tipo de gestión educativa y la despersonalización, y la baja realización personal. Es así como su principal conclusión es que, los docentes hombres se ven ligeramente más afectados por el Síndrome de Burnout, en un nivel moderado, aunque estas diferencias no son significativas, y que las mujeres docentes tienen un grado de estrés más severo.

Salas Dahlvist (2010), en un estudio no experimental, transversal y descriptivo correlacional y con una muestra de 179 docentes de la UGEL N°7 del Perú, se propone de

establecer la Relación que existe entre el Bienestar Psicológico y el SB en los docentes de la UGEL No. 7, encontró que los resultados obtenidos en la matriz de correlaciones entre las escalas del SB y el Bienestar Psicológico total, indican que existen correlaciones negativas estadísticas significativas entre el Bienestar Psicológico total y las dimensiones del SB fluctuando entre -0.34 y -0.44. De este modo pudo concluir que existe correlación negativa entre el Bienestar Psicológico total y el SB, y que existe correlación negativa entre el Bienestar Material y SB.

En la misma línea Cornejo, (2009), en un estudio para el gobierno y ministerio de educación de Chile titulado “Bienestar/malestar docente y condiciones de trabajo en profesores de enseñanza media de Santiago”, con el propósito de analizar el bienestar/malestar laboral en docentes de enseñanza media de la Provincia de Santiago de la Región Metropolitana, y la asociación e influencia que tienen sobre él las condiciones materiales y psicosociales del trabajo, utiliza una muestra de 822 docentes de enseñanza media de 45 liceos, con un cuestionario auto diligenciado y una lista de chequeo (no validada), realizó un análisis cuantitativo, descriptivo, correlacional, relacionando indicadores de bienestar/malestar, con condiciones físicas y psicosociales de ambiente laboral y algunos aspectos cognitivos, afectivos y emocionales de los docentes.

En dicho estudio se pudo concluir diferencias en la forma como los docentes afrontan situaciones estresantes; con relación a las tres dimensiones del síndrome de Burnout, se encontró cómo la cuarta parte de los docentes presentaban niveles altos de agotamiento emocional (26.6%), distancia emocional (20.1%) y sensación de falta de logro (28.6%); lo cual coincidía con los reportes anteriores estudiados.

En el estudio de Pando, Castañeda, Gregoris, Águila, Ocampo y Navarrete, (2006); denominado “Factores psicosociales y síndrome de burnout en docentes de la Universidad del Valle de Atemajac”, cuyo objetivo era determinar la presencia de los factores psicosociales laborales negativos percibidos por el trabajador y su relación con el Síndrome de burnout, determinando la prevalencia específica de burnout en docentes de una universidad privada en la Ciudad de Guadalajara, México y estableciendo cuáles factores psicosociales negativos del trabajo son los que se asocian a la presencia del burnout en esta población.

Se trata de un estudio transversal, descriptivo. La población de estudio estuvo constituida por el total de 565 profesores y la muestra calculada total fue de 185. El levantamiento de datos se realizó a través de una encuesta elaborada para obtener información sobre: datos sociodemográficos, datos de las condiciones de trabajo, el cuestionario de "Maslach Burnout Inventory" (MBI) y la Escala de "Factores Psicosociales en el Trabajo Académico". Se discute que, pertenecer al género femenino resultó ser factor de riesgo para presentar agotamiento emocional y que los factores relacionados con el "papel del académico" y el "desarrollo de su carrera" donde manifestaron asociación significativa y valores de factor de riesgo válidos con las tres dimensiones del síndrome de burnout, así como el factor "carga de trabajo" y el "contenido y características de la tarea" se asociaron con el agotamiento emocional.

Por otro lado, Herranz (2004), en un estudio sobre la Calidad de Vida, el trabajo y la salud de los docentes universitarios, se propuso para su tesis doctoral, estudiar la calidad de vida general, la satisfacción laboral y el estado de salud, en una muestra de 331 docentes de la universidad de Alicante España; con cuestionarios auto diligenciados que median la escala de satisfacción con la vida, la escala de calidad de vida, la escala de balance afectivo y el inventario del estrés laboral asistencial.

Los resultados para este caso, muestran un buen nivel de percepción y satisfacción con la calidad de vida tanto en el ámbito personal como laboral, y la prevalencia del síndrome de Burnout es baja (1,8 %) en relación con la muestra poblacional estudiada. En este caso, se confirma cómo unas condiciones y un clima laboral favorable, inciden directamente en la percepción de calidad de vida personal y laboral de los docentes.

Finalmente, es necesario precisar que a pesar de la amplia literatura encontrada sobre estudios descriptivos y correlacionales del síndrome de Burnout y la calidad de vida en docentes, se puede igualmente considerar, en primera instancia, un vacío teórico por parte de la Organización Mundial de la Salud en la definición del Síndrome de Burnout como enfermedad, ya que sólo se ha considerado desde el año 2000 por la OMS, como un factor de riesgo laboral, que afecta la calidad de vida y la salud mental de quien lo padece. Por otro lado, la escasa preocupación por parte de las instituciones y entidades responsables de la educación en el mejoramiento de las condiciones laborales y calidad de vida de los mismos

Nacional

En este contexto, Becerril (2015), realiza una revisión sistemática de la literatura de investigación, y tuvo como objetivo determinar y contrastar varios elementos metodológicos y hallazgos principales de estudios de investigación que involucran el estudio conjunto de la salud, el estrés y el agotamiento en diferentes entornos de trabajo. Las palabras clave utilizadas para la búsqueda y compilación fueron "salud", "agotamiento" y "estrés". Esta búsqueda arrojó un total de 189 artículos, seleccionados a través de dos procedimientos de revisión sucesivos que a su vez condujeron a doce estudios. La mayoría de los estudios utilizaron diseños transversales, el Inventario de Burnout de Maslach y estadísticas paramétricas, y se realizaron en entornos de salud y educación. Una conclusión principal derivada de la revisión de los estudios fue que la salud estaba asociada con el agotamiento y el estrés.

En el ámbito nacional Parada, Vargas y Velandia (2014) con el objetivo de determinar la prevalencia del Síndrome de agotamiento profesional y su relación con la Calidad de Vida en salud en personal docente de Chía Cundinamarca, realizaron un estudio de corte transversal con la aplicación del cuestionario de Maslach constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones para medir los tres aspectos como: cansancio emocional, despersonalización y realización personal; este estudio, evaluó 295 docentes del sector oficial, quienes voluntariamente aceptaron participar. En el cruce de datos del cuestionario del Síndrome de Burnout (MIB) con el de calidad de vida SF-36 en los docentes permitió encontrar que la dimensión de realización personal es directamente proporcional con todas las escalas sub-escalas de la calidad de vida (vitalidad, función social, rol emocional y salud mental) y las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización, presentaron una relación inversa con las sub-escalas de la calidad de vida. En general los resultados del análisis mostraron una prevalencia del 18,5% de Síndrome de Agotamiento Profesional en los docentes, con un mayor porcentaje en la sub-escala de agotamiento emocional.

Se lleva a cabo un estudio por Grisales, Muñoz, Osorio y Robles (2014), donde pretendían determinar la prevalencia del SB, en el personal de enfermería de un hospital de una ciudad de Colombia, se llevó a cabo un estudio de corte transversal en una muestra aleatoria y representativa de 174 enfermeras(os), estratificada según si la enfermera era profesional o auxiliar, en un hospital de referencia de la ciudad de Ibagué, Colombia. Se utilizó la escala

validada en Colombia del MBI (Maslach Burnout Inventory). Se utilizaron pruebas de independencia, t para diferencia de promedios y análisis de la varianza de una vía. En el análisis multivariado, se construyó un modelo de regresión logística binaria explicativo, con medida de la asociación el OR acompañado de su respectivo intervalo de confianza del 95%.

La prevalencia de Burnout fue del 20.1% (IC 95%: 13,9 26,4) y además el 52,3% están a riesgo de padecerlo. Los profesionales de enfermería que tenían una vinculación temporal o de supernumerario, aquellos que laboraban en servicios administrativos/oncología/camillero/esterilización, los hombres y quienes afirmaron tener más de un contrato, fueron quienes presentaron indicadores de la proporción de Burnout mayores del 20,1%. En el análisis multivariado, los factores conjuntos que probablemente tienen mayor incidencia en la presencia del Burnout son el número de hijos y ser hombre. Con respecto a otros estudios, este revela que la prevalencia del síndrome de Burnout en el hospital de referencia es mayor.

Correa (2012), muestra el análisis de la relación entre burnout y una serie de variables sociodemográficas, causas y consecuencias del síndrome, en profesores universitarios de los sectores público y privado de la ciudad de Popayán. Métodos: La población pertenece a los sectores público y privado, tanto de sexo masculino como femenino, con edades entre los 20 y los 60 años. Se evaluaron con el Cuestionario Breve de Burnout, validado para Latinoamérica y para profesores. Es un estudio cuantitativo transversal; para analizar los datos se utilizan estadísticas descriptivas y la prueba de chi cuadrado, se aceptaron niveles de significación estadística de $p < 0.05$.

El análisis es univariado y bivariado. Resultados: Los resultados indican una baja presencia del síndrome de burnout en esta población. Se encuentra una frecuencia del 9% de alta despersonalización en el sector privado y del 12% en el sector público, es decir que estos docentes han desarrollado insensibilidad hacia los receptores de sus servicios, y frecuencias del 16% y del 10% de altas consecuencias físicas y del 9% y 10% de altas consecuencias sociales, en los sectores privado y público, respectivamente.

El análisis bivariado demuestra la asociación significativa de diversos factores. Conclusión: Existe una baja presencia de síndrome de burnout en esta población. Las variables que están altamente asociadas con la dimensión despersonalización y las consecuencias físicas y

sociales, tanto en el sector público como el privado son: número de horas que se labora en la semana y tiempo que se lleva en la universidad y en el mismo cargo. Sólo en el sector público, en un mínimo porcentaje, los profesores presentaron antecedentes del síndrome y consecuencias psicológicas.

En este sentido y en el contexto regional más próximo, Crispancho, Parias, Mercado y Montilla (2014), busca identificar la prevalencia del síndrome de Burnout en los empleados de la Universidad Cooperativa de Colombia - sede Envigado. La confirmación de presentar dicho fenómeno brindará información importante al área de recursos humanos para que esta a su vez pueda diseñar propuestas de promoción e intervención del síndrome de Burnout dentro de la organización. Para el desarrollo de esta investigación se realizó la revisión de artículos científicos que nos ayudaron a formar un marco referencial del síndrome de Burnout, posteriormente se aplicaron los instrumentos a la población; esta nos exigió el diseño de una estrategia que permitiera evaluar el síndrome y que a su vez nos diera claridad para el análisis de resultados.

En esta misma línea la Fundación Médico Preventiva en (2005), realizó un estudio sobre el desgaste emocional con docentes oficiales de la ciudad de Medellín y el objetivo de explorar manifestaciones de desgaste emocional y físico o síndrome de Burnout, por medio de un enfoque cuantitativo transversal, con enfoque empírico analítico y una muestra aleatoria bietápica de 239 docentes oficiales; encontrándose afectación del Síndrome de Burnout con algunas variables.

Los encuestados auto diligenciaron un cuestionario para explorar variables demográficas (edad, sexo, estado civil, estudios...), socio-laborales (antigüedad en el magisterio, asignación laboral, interés por el trabajo, ambiente laboral...) y las dimensiones del síndrome de Burnout según el MBI; El 23,4 % presentó manifestaciones de Burnout y un 23,4% adicional tuvo riesgo de manifestarlo; en ambos subgrupos prevaleció el agotamiento emocional y la despersonalización, siendo menos prevalente la baja realización personal. (Restrepo, Ayala, Vargas & Cabrera, 2006).

Como se puede observar a lo largo de los antecedentes, se realiza una descripción de investigaciones realizadas, donde cabe resaltar que están más encaminadas y ampliadas desde una mirada internacional, ya que se evidencian pocas investigaciones en el ámbito regional.

Esta es una de las circunstancias que conllevan a desarrollar investigaciones, que permitan dar miradas frente a la verdadera situación a nivel nacional, regional, que muestren de forma cercana el fenómeno del SB.

Pregunta de Investigación

Teniendo como punto de partida la anterior revisión literaria y evidencias empíricas, se propone las siguientes preguntas de investigación:

¿Cuál es la relación existente entre el síndrome de Burnot y las dimensiones de la calidad de vida en docentes de instituciones educativas oficiales del municipio de Bello?

Objetivos

Objetivo General: Analizar la relación entre el Síndrome de Burnout y la calidad de vida de los docentes de Instituciones Educativas públicas del municipio de Bello.

Objetivos Específicos:

Describir las características del Síndrome de Burnout y la Calidad de vida en los docentes de Instituciones Educativas públicas y privadas del municipio de Bello.

Identificar la asociación entre el Síndrome de Burnout en las diferentes dimensiones de la calidad de vida de los docentes de Instituciones Educativas públicas y privadas del municipio de Bello.

Establecer las relaciones entre el Síndrome de Burnout y la calidad de vida de los docentes de instituciones educativas públicas y privadas del municipio de Bello.

Hipótesis

Partiendo del rastreo de antecedentes realizado sobre el Síndrome de Burnout y su relación con la calidad de vida y como docentes activas del sector público del municipio de Bello, planteamos las siguientes hipótesis:

Hipótesis 1: La presencia de Síndrome de Burnout tiene una relación negativa con algunas de las dimensiones de Calidad de Vida (física, psicológica, social y entorno).

Hipótesis 2: Los docentes que presentan Síndrome de Burnout tienen menores puntajes en algunas de las dimensiones de calidad de vida (física, psicológica, social y entorno) en comparación con los docentes sin Síndrome de Burnout.

Justificación

En la actualidad, el síndrome de Burnout se constituye como uno de los trastornos más frecuentes en el medio hospitalario, siendo un importante foco de estudio para la ciencia debido a su notable implicación en el surgimiento de riesgos laborales. Para Gutiérrez, Celis, Moreno, Farías, y Suárez, (2006):

“Esta afección implica casi siempre a profesionales que requieren un contacto directo con las personas y que tienen una filosofía humanística del trabajo; pero por desgracia no sólo afecta al personal que lo padece; sino que secundariamente afecta también a los usuarios que son atendidos por los que lo sufren dicha afección”. (p.305).

Es evidente observar como desde el plano académico, los docentes generan una alta predisposición a la aparición y surgimiento de trastornos como el síndrome de Burnout, que afecta no solo su desempeño laboral a nivel individual, sino que, además repercute en la calidad de vida de los demás involucrados como los son sus familias, sus estudiantes, directivos de las instituciones en las que laboran, e incluso los padres de familia y comunidad en la que se encuentran inmersos.

Así mismo, se ha logrado evidenciar que, existe una significativa influencia en las habilidades emocionales como un factor de control al surgimiento del Síndrome de Burnout, siendo estas definidas como estrategias de afrontamiento capaces de generar una supresión de pensamientos y de desajuste emocional, donde a la vez, se involucran aspectos como la edad, el sexo y el tiempo de enseñanza relacionándose con, el involucramiento de toda una serie de diferencias en variables actitudinales como la satisfacción laboral y el compromiso organizacional ante la falta de reciprocidad, proporcionándose una importante evidencia sobre la existencia de desajuste emocional, además de factores emocionales y cognitivos estrechamente involucrados. (Extremera, Fernández & Duran, 2003, p.260).

Para Marrau (2004):

el síndrome de Burnout causa graves afectaciones en la salud humana tanto de nivel psicosomático, de conducta, emocionales, laborales y mentales con el involucramiento de las etapas de un inicial exceso de trabajo, un sobre esfuerzo que lleva a estados de

ansiedad y fatiga, desmoralización y pérdida de ilusión; y además, una pérdida de vocación, tras una decepción de los valores hacia sus superiores. (p.56).

Las exigencias de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) al sistema educativo colombiano y los esfuerzos por mejorar la calidad en los procesos de educación por parte del Ministerio de Educación Nacional (MEN), ponen en el centro de atención la labor del docente, evidenciada por los resultados de la evaluación realizada a los estudiantes a través de las pruebas PISA e ICFES. En este sentido se ha concentrado el marco de acción de las políticas educativas desde el MEN y las secretarías de educación, para el mejoramiento de la calidad educativa con programas que fortalecen la infraestructura, la dotación, la capacitación y cualificación de la profesión docente, la jornada extendida, entre otros. “Colombia ha avanzado considerablemente en el diseño de políticas educativas que se basen más en las pruebas. Se evalúan iniciativas destacadas y con los resultados se documentan desarrollos adicionales de las políticas” (OCDE y MEN 2016).

En este marco, la realización de una investigación del Síndrome de Burnout y su relación con la calidad de vida de los docentes de instituciones públicas del municipio de Bello, cobra relevancia en la medida en que indaga por uno de los factores incidentes en el deterioro de la calidad de vida de los docentes y en la afectación de la calidad del sistema educativo; además, favorece la apertura en el diseño de estrategias y acciones encaminadas a la prevención y tratamiento del síndrome de Burnout, contribuyendo al bienestar docente en sus diferentes dimensiones, así como en el mejoramiento de su desempeño laboral, que es en lo que las diferentes organizaciones debiesen crear intervenciones.

Dentro de las políticas públicas y el plan decenal de educación 2010 – 2021 está la aprobación de este proyecto, pero no se ha hecho realidad porque no había un claro conocimiento de lo que afecta el síndrome de burnout en la labor docente, debido a que cada uno de los síntomas se trata por separado y, todavía, este síndrome no está diagnosticado como una enfermedad laboral que afecte la calidad de vida de los maestros, ya que tiene que estudiarse de manera objetiva y profunda.

Por ende, la incidencia actual del síndrome de burnout en los docentes, permite comprender la realidad que se está viviendo al interior de las instituciones educativas y cómo ello

afecta la calidad de vida en todas sus dimensiones. Por lo cual, el presente proyecto de investigación, pretende dar una mirada sobre el efecto del Síndrome de Burnout en la calidad de vida de los docentes de las Instituciones Educativas públicas del municipio de Bello, a través de un minucioso rastreo de antecedentes de investigaciones a nivel nacional e internacional, proporcionando información y un marco conceptual que facilite la contextualización y direccionamiento del presente estudio y el surgimiento de futuras investigaciones, contribuyendo además al campo científico y académico en orientación a la calidad de vida de la población docente.

Capítulo 1.

Marco Teórico

Partiendo de los referentes teóricos asociados a las diferentes investigaciones encontradas a escala local, nacional e internacional sobre el Síndrome de Burnout, la Calidad de Vida y la relación o afectación existente entre los mismos, se presenta un abordaje conceptual, que permite inferir cómo o en qué medida la presencia del Síndrome de Burnout puede afectar significativamente en el deterioro de la misma, para este caso, de los docentes del Municipio de Bello, como población objeto de este proyecto de investigación; es decir, el *Síndrome de Burnout*, el cual para el presente estudio, se ha considerado como variable independiente en sus tres dimensiones (cansancio emocional, despersonalización y baja realización personal), y la variable dependiente: *calidad de vida*, en dimensiones como: bienestar emocional, relaciones interpersonales, bienestar material, desarrollo personal, bienestar físico, autodeterminación, inclusión social y derechos.

Así, con el fin de dimensionar cada variable, se hace necesario precisar en sus propias características, y posteriormente, establecer sus posibles correlaciones.

Síndrome de Burnout

Desde la década de los años 70, se le ha dado nombre y significado al síndrome de Burnout, definido inicialmente como el conjunto de síntomas asociados con el *estrés laboral crónico*, considerado como una de las principales fuentes de riesgos psicosociales propias de los ambientes laborales en los cuales, necesariamente, se debe interactuar atendiendo las necesidades y demandas del otro, generando como consecuencia el deterioro o afectación en la calidad de vida de quienes lo padecen.

Si bien en la literatura sobre el síndrome de Burnout se ha encontrado una estrecha relación con las sintomatologías propias del estrés, es pertinente realizar una delimitación conceptual que permita marcar distancia entre uno y otro. El estrés de manera generalizada, se asocia a estados de tensión por sobreesfuerzo y/o cansancio a consecuencia de situaciones que demandan mayores niveles de resistencia psicofisiológica, de acuerdo a varias investigaciones en medicina sobre sus diferentes manifestaciones clínicas, se ha diferenciado en dos tipos: el estrés negativo (*distrés*) y el estrés positivo (*eustrés*). Según Gutiérrez, (1998), “el primero hace

referencia a las consecuencias perjudiciales de una excesiva activación psicofisiológica, y el eustrés cuando hacemos alusión a la adecuada activación necesaria para culminar con éxito una determinada prueba o situación complicada”.

La Organización Mundial de la salud OMS (2000) definió el SB asociado a la salud, como “un factor de riesgo laboral por su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida de quien lo padece” (párr. 13) Es de anotar que su definición no está incluida en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, en su versión 4, ni tampoco se encuentra en la Clasificación Internacional de las Enfermedades, versión 10; lo cual permite inferir que aún pueden existir vacíos o inconsistencias en la definición de éste síndrome. No obstante, para la Organización Mundial de la Salud (OMS), es importante la detección de los problemas psicosociales asociados con los ambientes de trabajo, es así como definen el SB en su estudio publicado en 1988 “*Los factores psicosociales en el trabajo y su relación con la salud*”, como un factor de riesgo laboral y una respuesta al estrés emocional crónico. (OMS, 1988).

De igual manera, al avanzar en la conceptualización sobre el SB, como se reconoce hoy en día, se hace necesario que tome distancia del estrés, en la medida en que este último no requiere de períodos prolongados de tiempo para manifestarse, puede ser en ocasiones positivo (eustrés), algunas veces puede disiparse sólo con un descanso y no es exclusivo de ambientes laborales; mientras que el SB es de tendencia crónica asociado directamente a los ambientes de trabajo, en los cuales también se ve afectada la calidad del servicio y atención al otro. Para “El Burnout es un síndrome relacionado con el trabajo. Surge por la percepción del sujeto de una discrepancia entre los esfuerzos realizados y lo conseguido. Sucede con frecuencia en los profesionales que trabajan cara a cara con clientes necesitados o problemáticos”. (Quiceno & Vinaccia, 2007, p. 13).

Tabla 1.*Cronología en la historia del síndrome de Burnout*

Año	Evento	Autor
1901	Aparece por primera vez en la literatura una novela “ <i>Los Buddenbrooks</i> ”, que teje una historia sobre la decadencia de una familia y en la cual su protagonista sufre de un mal con la sintomatología propia del Burnout.	Thomas Mann
1961	Publicación de la novela “ <i>A Burn Out Case</i> ”. En esta obra literaria se hace referencia directamente al concepto de Burn Out y se narra un caso de alguien	Graham Greens
1974	Se utiliza por primera vez en la terminología médica siquiátrica el concepto <i>Burn-Out</i> a partir de las observaciones realizadas en una clínica para toxicómanos en New York, al observar como muchos compañeros y voluntarios después un año de labores, comenzaban a padecer la sintomatología propia del <i>Burn-Out</i> .	Herbert J. Freudenberger
1976	Se retoma y agrupa las teorías de Freudenberger bajo el nombre de Burnout y	Christina Maslach
1980	Se publica el libro “ <i>Burn Out: The High Achievement. What it is and how to survive it</i> ” (Burn-Out: El alto costo del logro alto. Qué es y cómo sobrevivir)	Herbert J. Freudenberger
1980	Se considera el Burnout como un síndrome que evoluciona progresivamente en el tiempo y se proponen tres momentos: el primero un	Cary Cherniss

	desequilibrio entre la carga laboral y las competencias del sujeto; el segundo, una respuesta emocional negativa fuerte y un tercer momento un cambio conductual y actitudinal del sujeto. De este modo se asocia el Burnout como una consecuencia del estrés laboral.	
1981	Se define el Burnout como un síndrome tridimensional: Agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. Y se crea el primer y más utilizado instrumento para su medición <i>Maslach Burnout Inventory</i> (MBI)	Christina Maslach y Susan Jackson
1986	Se crea la segunda versión del <i>Maslach Burnout Inventory Educator Survey</i> (MBI ES)	Maslach, Jackson y Schwab
1996	Aparece la tercera versión del MBI GS, <i>Maslach Burnout Inventory General Survey</i> , en el cual se determina el síndrome como una crisis en las relaciones con el propio trabajo, sin que ello signifique necesariamente dificultades con los compañeros. Esta es una modificación de la prueba para ser aplicada a profesiones no asistenciales.	Maslach, Jackson y Leiter.

Fuente: Morales & Hidalgo (2015)

El Consejo General de Psicología de España (2014); y la comunidad médica en general, reconoce que el instrumento denominado “Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo” (CESQT) de Gil, (2011); cuyo objetivo es identificar a las personas que sufren este síndrome, tanto para mitigar su propio sufrimiento, como para prevenir los nocivos efectos que este puede tener sobre los usuarios a los que atienden (pacientes, estudiantes...), y sobre las organizaciones en las que trabajan. Los estudios psicométricos

desarrollados en este instrumento demuestran que, cumple con las debidas garantías de fiabilidad y validez.

Se evidencia que las cuatro dimensiones de la escala coinciden con la formulación teórica del modelo, indicando validez convergente adecuada, además la fiabilidad de los procedimientos empleados considera que son correctores en la consistencia interna, así mismo, la muestra empleada para su obtención. Sin embargo, la muestra empleada es muy grande, lo que supone un punto fuerte a destacar. El trabajo se ha desarrollado con muestras amplias de varios países (España, Argentina, Brasil, Chile, Portugal, México, Colombia, Costa Rica, Perú, y Uruguay). (Consejo General de Psicología, 2014).

Dimensiones del Síndrome de Burnout a partir del CESQT

Según Gil-Monte (2011), en su manual del cuestionario para la evaluación del síndrome de quemarse por el trabajo, destaca 4 dimensiones, que serán mencionadas a continuación.

1. Ilusión por el trabajo: Deseo del individuo de alcanzar las metas laborales porque suponen una fuente de satisfacción personal. El individuo percibe su trabajo como atractivo y alcanzar las metas profesionales es una fuente de realización personal. Incluye un componente de autoeficacia profesional. Los 5 los ítems son positivos por lo que bajas puntuaciones en IT indican alto SQT.

2. Desgaste Psíquico: Los 4 ítems miden la presencia de agotamiento emocional y físico debido a que en el trabajo se tiene que tratar a diario con personas que presentan o causan problemas. Altas puntuaciones indican alto nivel de desgaste psíquico, de agotamiento emocional y físico.

3. Indolencia: Los 6 ítems evalúan la presencia de actitudes negativas de indiferencia y cinismo hacia los clientes de la organización (pacientes, alumnos...). Aquellos que puntúan alto muestran insensibilidad y no se conmueven ante los problemas de los clientes. En la versión CESQT-DP, esta subescala se sustituye por la subescala Desencanto profesional, también formada por 6 ítems, que evalúa la indiferencia hacia los problemas de la organización.

4. Culpa: Los 5 ítems informan sobre los sentimientos de culpa que la persona tiene por el comportamiento y las actitudes negativas desarrolladas en el trabajo, en especial hacia las personas con las que se establecen relaciones laborales. (p.24)

SQT Total: Resultado de promediar las puntuaciones en los 15 ítems que conforman el síndrome a partir de las escalas It, Dp, e In. La puntuación en culpa no contribuye a la puntuación total en el SQT. (Consejo General de Psicología, 2014).

El Síndrome de Burnout a lo largo de su historia y contextos ha tomado diferentes denominaciones como: Síndrome de Quemado en el Trabajo (SQT), Síndrome de Desgaste Profesional (SDP), Síndrome de la cabeza quemada, Síndrome de Desgaste Ocupacional (SDO), Burn-Out.

Esta revisión bibliográfica del origen y la evolución del SB evidencia que, a lo largo de las últimas décadas, ha habido un interés por profundizar las afectaciones en los profesionales de diferentes áreas y se le ha dado un lugar en el ámbito científico al SB, que en cierta forma obliga a una mayor atención a su sintomatología y construcción de posibles formas de prevenirlo y afrontarlo.

Calidad de vida

En términos generales la calidad de vida se refiere a todas aquellas condiciones físicas, sociales, emocionales, que le permiten a un individuo “vivir bien”, “sentirse bien”, satisfecho con todas las comodidades que puede gozar de acuerdo al ambiente en el que se desenvuelve o desarrolla sea rural o urbano.

En las investigaciones que han abordado el término de calidad de vida, están de acuerdo en afirmar que las personas manejan un concepto que le permite sentirse satisfecho con su existencia debido a que gozan de buena salud, cuentan con un empleo que, a pesar de no ser bien remunerado, les permite tener propiedades materiales, como un carro, una casa, o tener buenas relaciones con las personas que le rodean, entre otras.

La OMS (1995) propone una definición integral sobre la calidad de vida es como:

La percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas, sus inquietudes. Se trata de un concepto que está influido por la

salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con su entorno (párr. 22)

El grupo de investigadores de la OMS, ha profundizado en las diferentes variables que determinan la calidad de vida (CV) y, en especial, han conciliado en su definición las condiciones tanto objetivas, como las condiciones subjetivas y percepción del individuo.

La CV ha sido tratada ampliamente en la literatura científica, pero en su mayoría centrada en la dimensión de la salud física y psicológica. Desde el punto de vista del análisis multidimensional realizado por Avis & Assman (1999), determinan la CV diferenciándola y dándole un lugar independiente de la condición de salud del sujeto, identificando inicialmente las dimensiones que la determinan, luego determinando los estándares en cada dimensión y finalmente integrando los juicios separados de cada uno de los dominios en una evaluación global de calidad de vida. (Smith, Avis & Assman, 1999).

Para Ferrans (1990), la Calidad de vida en general está definida por el bienestar personal derivado de la satisfacción o insatisfacción con áreas que son importantes para el sujeto.

A este punto la calidad de vida se contemplaría, sobre ciertas dimensiones que coadyuvan a mantenerse dentro de un equilibrio de bienestar, son componentes que permiten sentirse adecuadamente dentro de un ambiente, y con la vida misma.

Dimensiones de Calidad de Vida:

Cada uno de los autores que han dado un concepto de calidad de vida, han manifestado que existen unas dimensiones, estímulos, capacidades o condiciones que parecen integrar la calidad de vida, las cuales se agrupan en cuatro dimensiones que son: el dominio físico, dominio psicológico, dominio de relaciones sociales y dominio de medio ambiente.

Para Rosas (2008), la dimensión de física, comprende el dolor, la energía o fatiga, sueño, descanso, movilidad, actividades diarias, dependencia a medicamentos y capacidad de trabajo. En la dimensión psicológica, esta los sentimientos positivos y negativos, el pensamiento, aprendizaje, memoria y concentración, la autoestima, la imagen corporal, la espiritualidad o las creencias personales. En la dimensión de relaciones sociales, se evalúa no solo estas frente al apoyo percibido, sino que además el soporte social, la actividad sexual. (p. 15-18)

Finalmente, la dimensión de entorno, lo evalúan desde la seguridad física, ambiente hogareño, recursos financieros, cuidado social y salud, la oportunidad para el aprendizaje, la participación en nuevas oportunidades, medio ambiente y transporte. (p. 18-20)

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1998) ha definido la CV en función de la manera en que el individuo percibe el lugar que ocupa en el entorno cultural y en el sistema de valores en el cual vive, en relación con los objetivos, criterios y expectativas; esto, matizado con su salud física, su estado psicológico, su grado de independencia, sus relaciones sociales, los factores ambientales y sus creencias personales. Además, se relaciona con la percepción de una persona de su propia situación en la vida; es decir, tiende a concentrarse en los fenómenos subjetivos y no solamente en su ajuste a ciertos criterios objetivo. Citado por Rodríguez, Molina, Jiménez y Pinzón (2010, p. 21)

Docentes

Para Perrenoud, (2001), no se puede disociar tan fácilmente las finalidades del sistema educativo de las competencias que se requieren de los docentes. No se privilegia la misma figura del profesor según se desee una escuela que desarrolle la autonomía o el conformismo, la apertura al mundo o el nacionalismo, la tolerancia o el desprecio por las otras culturas, el gusto por el riesgo intelectual o la demanda de certezas, el espíritu de indagación o el dogmatismo, el sentido de la cooperación o la competencia, la solidaridad o el individualismo. (p. 4)

Lo que menciona Perrenoud, hace recordar que el docente en todo momento mantendrá la esencia como ser humano, y como el bien lo dice deberán disponer de una relación entre el saber, la cultura, la pedagogía y la didáctica, sin las cuales este hermoso programa sería letra muerta. (p. 7)

Es por esto que se ve la necesidad desde la perspectiva de la docencia en trabajar con el fin de crear e innovar al interior de las aulas de clase pues según Perrenoud (2001), Esto se complica porque numerosos curricula de formación inicial se fundan en una visión prescriptiva del oficio antes que en un análisis preciso de su realidad. Por supuesto, nada obliga a conformar la formación inicial a la realidad actual de un oficio, en todos sus aspectos. La formación no tiene ninguna razón de estar completamente al lado de la reproducción, ella debe anticipar las transformaciones. Es justamente para hacer evolucionar las prácticas que importa describir las

condiciones y las dificultades del trabajo real de los docentes. Es la base de toda estrategia de innovación. (p. 17)

Por otro lado, cabe estimar las funciones que ejecuta el docente, las cuales las plantea Marqués (2000), como lo es preparar las clases, planificar cursos, diseñar estrategias de enseñanza y aprendizaje, buscar y preparar materiales para los alumnos, desde los didácticos hasta los prácticos, de igual forma tendrán que hacer uso de diversos lenguajes disponibles, con el fin de motivar al alumno, gestionar el desarrollo de clases manteniendo el orden, proporcionando la información, además de evaluar, ofrecer tutorías, realizar trabajos con alumnos y fomentar su conocimiento frente a una formación continua. (p. 6)

Así mismo, Perrenoud, (2001), aporta al registro sobre las dominancias que se vuelven garantes en la construcción de saberes como lo es 1 organizador de una pedagogía constructivista, 2. garante del sentido de los saberes, 3. creador de situaciones de aprendizaje, 4. gestor de la heterogeneidad, 5. regulador de los procesos y de los caminos de la formación. (p. 26)

También supone el abordaje de las tareas y actividades desarrolladas durante el proceso de enseñanza y de aprendizaje dentro del aula, que en teoría tienen una estrecha relación con las actividades preinstruccionales, contempladas durante la fase preactiva o de planificación didáctica. En suma, este concepto abarca todo el despliegue de acciones requeridas para cumplir con los propósitos formativos de la institución escolar. (García, Loredó, Carranza, 2008, párr. 14)

Como bien se puede dilucidar, el trabajo del maestro o docente, se empeña en preparar aprendizajes y además llevarlos a cabo en otros tiempos, lo que implica que sea un trabajo en doble sentido, la preparación y después la intervención o la formación en la temática.

Capítulo 3.

Metodología

Enfoque de investigación: Este trabajo se realizará desde el enfoque CUANTITATIVO, dado que se desea medir el fenómeno del Síndrome de Burnout y su efecto en la Calidad de Vida en docentes, usando instrumentos objetivos, con validez y confiabilidad. Además, se usará la estadística como herramienta para el análisis y correlación de los datos.

Diseño: Este trabajo es NO EXPERIMENTAL, debido a que no se manipularán variables independientes que puedan estar relacionadas con el Síndrome de Burnout y la Calidad de Vida de los docentes. Se realizarán mediciones de estas dos variables tal y como se presentan en los docentes de algunas instituciones educativas públicas del municipio de Bello.

Alcance: El alcance que tendrá este trabajo es DESCRIPTIVO y CORRELACIONAL, que se pretende caracterizar los aspectos asociados entre sí del síndrome de Burnout y la calidad de vida, así mismo establecer la correlación entre las dimensiones ya mencionadas.

Estudio: Se realizará en forma transversal, a partir del corte de información obtenida por medio del cuestionario con datos sociodemográficos y la aplicación de los dos instrumentos de recolección de información.

Población: El universo poblacional son aproximadamente 2.000 docentes de 40 instituciones públicas del municipio de Bello

Muestra: De acuerdo con el cálculo muestral, con un intervalo de confianza de 95% y una validez de 50%, la muestra está constituida inicialmente por 287 docentes 88 hombres y 199 mujeres.

Selección de la muestra: la muestra se seleccionó de manera no aleatoria, teniendo en cuenta por conveniencia, la disponibilidad y voluntad de los rectores y docentes de las siguientes instituciones educativas oficiales del municipio de Bello (ver tabla 1).

Criterios de Inclusión:

- ✓ Docentes de Instituciones Educativas de Bello vinculados al sector oficial (estatuto 2277, 1278 y provisionales).

- ✓ Docentes de los niveles preescolar, primaria y secundaria.
- ✓ Docentes de la zona rural y urbana
- ✓ Docentes con rango de edades entre los 25 y 65 años y con mínimo cinco años de experiencia en la docencia.

Criterios de Exclusión

- ✓ Directivos docentes
- ✓ Docentes con cargos administrativos
- ✓ Docentes universitarios
- ✓ Docentes de cobertura
- ✓ Docentes de instituciones privadas
- ✓ Docentes de programas como: nocturno, sabatino, aceleración del aprendizaje
- ✓ Docentes jubilados
- ✓ Docentes con menos de 5 años en la docencia.

Instrumentos:

1. Cuestionario sociodemográfico (Ver anexo A):

El cuestionario sociodemográfico que utilizamos en la investigación fue realizado por las investigadoras para atender a la necesidad de obtener información de los participantes. En él se indaga por los siguientes aspectos: Nombres y Apellidos, sexo, estado civil, asignación laboral, promedio de las horas laborales, títulos obtenidos, estatuto docente, vivienda, ciudad de residencia, barrio, estrato y se finaliza con dos preguntas: ¿Cómo se transporta habitualmente al trabajo? y ¿Cuánto tiempo se demora en promedio para llegar a la Institución Educativa? (Ver Anexo A).

2. Cuestionario de Calidad de Vida WHOQOL-BREF: (Ver Anexo B)

El WHOQOL ha sido desarrollado de manera transcultural centrándose en la calidad de vida percibida por la persona. Proporciona un perfil de calidad de vida, dando una puntuación global de calidad de vida, de las áreas y de las facetas que lo componen. Fue diseñado para ser usado tanto en la población general como en pacientes. (Badia & Salamero, 2009). La fiabilidad de este instrumento es muy alta, con un alpha de Cronbach de 0,88.

Las preguntas que contiene el WHOQOL son autoevaluaciones de la calidad de vida de la persona. Las preguntas han sido obtenidas a partir de grupos de opinión compuestos por tres tipos de poblaciones: personas en contacto con los servicios sanitarios (pacientes), personal sanitario y personas de la población general. El WHOQOL fue desarrollado de forma paralela en 15 países y en la actualidad existe en más de treinta lenguas en casi 40 países. (Badia & Salamero, 2009).

Después del análisis de unas 2000 preguntas generadas en los Centros iniciales, se desarrolló un primer instrumento de trabajo que contenía 236 preguntas; cubría seis áreas y 29 facetas de calidad de vida. A través de los trabajos de campo y el análisis de estos, se desarrollaron las dos versiones existentes del WHOQOL. El tiempo de referencia que contempla el WHOQOL es de dos semanas. El cuestionario debe ser auto administrado. Cuando la persona no sea capaz de leer o escribir por razones de educación, cultura o salud puede ser entrevistado. (Badia & Salamero, 2009).

En cuanto a la validez y confiabilidad estadística del instrumento, se administró el WHOQOL-100 a una muestra de 558 sujetos pacientes ambulatorios, población general, pacientes esquizofrénicos y cuidadores de pacientes esquizofrénicos viendo que el instrumento discriminaba entre los diferentes grupos (Lucas, 1998). Los coeficientes de las facetas variaban entre 0,43 (la faceta “seguridad física”) y 0,90; y los coeficientes de las áreas variaban entre 0,69 y 0,90 (según información personal de los autores de la adaptación). Las puntuaciones de las áreas producidas por el WHOQOL-BREF mostraron correlaciones de alrededor de 0,90 con las puntuaciones del WHOQOL-100. También mostraron una validez discriminante, de contenido y fiabilidad test-retest buenas. (WHOQOL, 1993).

3. Cuestionario CESQT: (Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo). (Ver Anexo D).

Este cuestionario tiene como finalidad la evaluación de los niveles del síndrome de quemarse por el trabajo (burnout). También se incluye una versión alternativa, Desencanto profesional, dirigida a profesionales que no trabajan atendiendo directamente a personas. Está formado por 20 ítems que se valoran mediante un formato de respuesta de frecuencia de cinco puntos, desde Nunca (0) hasta Muy frecuentemente: todos los días (4). La persona debe indicar con qué frecuencia experimenta cada una de las situaciones descritas en los elementos del cuestionario. Se

distribuye en 4 dimensiones: Ilusión por el trabajo, Desgaste Psíquico, Indolencia y Culpa. (Gil, 2011).

Para la elaboración de los datos normativos del CESQT, el cuestionario fue administrado a una muestra de 12.025 participantes (65,5% mujeres) procedentes de los siguientes países: Argentina, Brasil, Chile, Colombia, Costa Rica, México, Perú, Portugal, Uruguay y España. Los dos sectores profesionales preferentes fueron educación (41,3%) y sanidad (27,6%). En cuanto a consistencia interna, las cuatro escalas presentaron valores alfa de Cronbach iguales o superiores a 0,70. La fiabilidad test-retest se analizó en una muestra española de 420 profesionales de la atención a discapacitados evaluados con un año de diferencia. Se obtuvieron correlaciones significativas en la dirección esperada. (Font, 2011).

Así mismo, el proceso de desarrollo del CESQT está muy bien fundamentado a nivel teórico y las evidencias de su buen funcionamiento son amplias y diversas, presentando buenos resultados. Los estudios psicométricos son variados y sus resultados evidencian que el instrumento cumple con las debidas garantías de fiabilidad y validez. (Gil, 2011). Lo que indica que, posee la confiabilidad y validez estadística capaz de garantizar la calidad de sus resultados.

Resultados

Se evaluaron un total de 287 docentes: 88 hombres y 199 mujeres. La media de edad fue de 44,69 años con una desviación estándar de 9,21 años. De acuerdo al CESQT se identificaron 184 docentes con SB y 103 sin SB.

Tabla N° 2

Distribución de frecuencias

Instituciones Educativas participantes

Institución Educativa	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Alberto Díaz Muñoz	20	7,0	7,0	7,0
Andrés Bello	10	3,5	3,5	10,5
Atanasio Girardot	22	7,7	7,7	18,1
Concejo De Bello	26	9,1	9,1	27,2
Hernán Villa Baena	21	7,3	7,3	34,5
Jorge Eliécer Gaitán	40	13,9	13,9	48,4
Liceo Antioqueño	38	13,2	13,2	61,7
Marco Fidel Suárez	28	9,8	9,8	71,4
Raquel Jaramillo	25	8,7	8,7	80,1
Sagrado Corazón	14	4,9	4,9	85,0
San Félix	16	5,6	5,6	90,6
Tomás Cadavid	27	9,4	9,4	100,0
TOTAL	287	100,0	100,0	100,0

Fuente: Riaño, Ortega y Saldariaga (2018)

Tabla N° 3

Datos sociodemográficos

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SEXO		
Hombre	88	30,7
Mujer	199	69,3
TOTAL	287	100
ESTRATO		
1	3	1
2	39	13,6
3	185	64,5
4	37	12,9
5	5	4,2
TOTAL	276	96,2
Perdidos en el sistema	11	3,8
ESTADO CIVIL		
Casado	126	43,9
Soltero	96	33,4
Separado	25	8,7
Viudo	3	1
Unión libre	24	8,4
Perdidos en el sistema	12	4,2
TOTAL	287	100
ESCOLARIDAD		
Licenciado	98	34,1
Especialización	129	44,9
Maestría	48	16,7
Otro	12	4,2
Total	287	100
TIPO DE VIVIENDA		
Propia	151	52,6
Arriendo	77	26,8

Familiar	54	18,8
Perdidos en el sistema	5	1,7
TOTAL	287	100
CÓMO SE DESPLAZA PARA EL COLEGIO		
Pie	54	18,8
Bus	116	40,4
Vehículo particular	81	28,2
Taxi	10	3,5
Metro	17	5,9
Bicicleta	5	1,7
Otros	2	0,7
Perdidos en el sistema	2	0,7
TOTAL	287	100

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

Tabla N° 4 Resultados síndrome de Burnout por sexo

Tabla cruzada DIAGNOSTICO SB*Sexo					
			Sexo		
			Hombre	Mujer	Total
DIAGNOSTICO SB	No tiene SB	Recuento	33	70	103
		% dentro de DIAGNOSTICO SB	32,0%	68,0%	100,0%
		% dentro de Sexo	37,5%	35,2%	35,9%
		% del total	11,5%	24,4%	35,9%
	Si tiene SB	Recuento	55	129	184
		% dentro de DIAGNOSTICO SB	29,9%	70,1%	100,0%
		% dentro de Sexo	62,5%	64,8%	64,1%
		% del total	19,2%	44,9%	64,1%
Total		Recuento	88%	199	287
		% dentro de DIAGNOSTICO SB	30,7%	69,3%	100,0%
		% dentro de Sexo	100,0%	100,0%	100,0%
		% del total	30,7%	69,3%	100,0%

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

Frecuencia del Síndrome de Burnout por sexo

En cuanto a la frecuencia de SB por sexo se determinó mayor proporción en el género femenino que en el masculino. En este caso, se debe tener en cuenta que fueron evaluadas más mujeres que hombres en una relación proporcional de 1 hombre por cada 2,26 mujeres.

Tabla N° 5

*Institución Educativa*DIAGNOSTICO SB*

Institución Educativa		Diagnóstico SB		Total
		No	Si	
Alberto Díaz	Recuento	4	16	20

Muñoz	% dentro de Institución Educativa	20,0%	80,0%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	3,9%	8,7%	7,0%
	% del total	1,4%	5,6%	7,0%
Andrés Bello	Recuento	5	5	10
	% dentro de Institución Educativa	50,0%	50,0%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	4,9%	2,7%	3,5%
	% del total	1,7%	1,7%	3,5%
Atanasio Girardot	Recuento	10	12	22
	% dentro de Institución Educativa	45,5%	54,5%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	9,7%	6,5%	7,7%
	% del total	3,5%	4,2%	7,7%
Concejo de Bello	Recuento	9	17	26
	% dentro de Institución Educativa	34,6%	65,4%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	8,7%	9,2%	9,1%
	% del total	3,1%	5,9%	9,1%
Hernán Villa Bahena	Recuento	8	13	21
	% dentro de Institución Educativa	38,1%	61,9%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	7,8%	7,1%	7,3%
	% del total	2,8%	4,5%	7,3%
Jorge Eliécer Gaitán Ayala	Recuento	20	20	40
	% dentro de Institución Educativa	50,0%	50,0%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	19,4%	10,9%	13,9%
	% del total	7,0%	7,0%	13,9%
Liceo Antioqueño	Recuento	12	26	38
	% dentro de Institución Educativa	31,6%	68,4%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	11,7%	14,1%	13,2%
	% del total	4,2%	9,1%	13,2%
Marco Fidel Suárez	Recuento	7	21	28
	% dentro de Institución Educativa	25,0%	75,0%	100,0%

	% dentro de DIAGNOSTICO SB	6,8%	11,4%	9,8%
	% del total	2,4%	7,3%	9,8%
Raquel Jaramillo	Recuento	13	12	25
	% dentro de Institución Educativa	52,0%	48,0%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	12,6%	6,5%	8,7%
	% del total	4,5%	4,2%	8,7%
Sagrado Corazón	Recuento	2	12	14
	% dentro de Institución Educativa	14,3%	85,7%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	1,9%	6,5%	4,9%
	% del total	0,7%	4,2%	4,9%
San Félix	Recuento	5	11	16
	% dentro de Institución Educativa	31,3%	68,8%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	4,9%	6,0%	5,6%
	% del total	1,7%	3,8%	5,6%
Tomás Cadavid	Recuento	8	19	27
	% dentro de Institución Educativa	29,6%	70,4%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	7,8%	10,3%	9,4%
	% del total	2,8%	6,6%	9,4%
Total	Recuento	103	184	287
	% dentro de Institución Educativa	35,9%	64,1%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	100,0%	100,0%	100,0%
	% del total	35,9%	64,1%	100,0%

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

En cuanto a las Instituciones Educativas, se evidenció un mayor número de docentes que presentaron síndrome de Burnout principalmente en instituciones como el Liceo Antioqueño, seguido del colegio Marco Fidel Suarez, Jorge Eliecer Gaitán y Tomas Cadavid, mientras que la institución con menor presencia del síndrome es la I.E. Andrés Bello.

TABLA N°6*Síndrome De Burnout y Calidad De Vida - Medias y desviaciones estándar*

	\bar{X}	DS	MIN	MAX	1C (95%)	
					INF	SUP
Ilusión por el trabajo	1,14	0,18	0,33	1,33	1,12	1,17
Indolencia	0,36	0,25	0,0	1,13	0,33	0,39
Culpa	0,32	0,22	0,0	1,13	0,30	0,35
Desgaste psíquico	0,37	0,22	0,0	1,07	0,35	0,40
Total SB	2,21	0,51	1,27	3,87	2,15	2,27
Percepción individual CV	3,99	0,79	2	5	3,89	4,0
Percepción individual salud	3,62	0,99	2	5	3,50	3,75
Desgaste psíquico	0,37	0,22	0,0	1,07	0,35	0,40
Bienestar físico	23,98	2,92	17	34	23,62	24,34
Bienestar psicológico	23,85	2,84	14	29	23,50	24,20
Bienestar social	11,23	2,10	6	15	10,97	11,49
Entorno	29,28	4,09	19	40	28,78	29,79

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

De acuerdo al cuestionario CESQT, las personas que obtienen puntajes altos (igual o mayor que 2) presentan burnout. De acuerdo a la tabla N° 4 en promedio hay presencia de Burnout (35,5% no presenta SB y el 64,5 si lo presenta), sin embargo, no se muestran alteradas ninguna de las 4 dimensiones de éste.

De acuerdo al cuestionario WHOQOL-BREF, los datos obtenidos reflejan que se encuentran alteradas todas las dimensiones de la calidad de vida, debido a que las puntuaciones nos dan resultados altos.

PERCEPCIÓN CALIDAD DE VIDA: Entre 1 y 2,33 es bajo; entre 2,34 y 3,66 es moderado; entre 3,67 y 5 es alto y la puntuación obtenida fue de 3,99.

PERCEPCIÓN SALUD: La puntuación obtenida fue de 3,62, lo que representa que está entre moderado y alto.

BIENESTAR FÍSICO: Entre 7 y 16 es bajo; entre 17 y 25 es moderado; entre 26 y 35 es alto y la puntuación obtenida fue de 23,98, lo que representa que está en un nivel alto.

BIENESTAR PSICOLÓGICO: De 6 a 14 es bajo; entre 15 y 22 es moderado; entre 23 y 30 es alto y la puntuación obtenida fue de 23,85, lo que representa un nivel alto.

BIENESTAR SOCIAL: De 3 a 7 es bajo; de 8 a 11 es moderado; entre 12 y 15 es alto y la puntuación obtenida fue de 11,23, lo que representa un nivel alto.

ENTORNO: Entre 8 y 18,6 es bajo; entre 18,67 y 29,32 es moderado; entre 29,33 y 40 es alto y la puntuación obtenida fue de 29,28, lo que representa un nivel alto.

A partir de esto, se puede concluir que las dimensiones de calidad de vida, puntúan en un nivel alto, teniendo en cuenta la incidencia del SB y así mismos factores externos.

TABLA N°7

Comparación presencia y ausencia de Síndrome de Burnout

Dimensiones de Calidad de Vida	Profesores sin SB		Profesores con SB		t (prueba t de student)	P valor
	\bar{X}	DS	\bar{X}	DS		
Bienestar físico	24,75	2,91	23,65	3,4	2,98	0,003
Bienestar psicológico	24,97	2,45	23,65	2,86	5,15	0,000
Bienestar social	11,98	2,04	10,92	2,06	4,20	0,000
Entorno	30,57	3,73	28,56	4,08	4,14	0,000

P < 0.01

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

De acuerdo a la prueba t de Student, se observa que en todas las dimensiones de calidad de vida hay diferencias significativas; los docentes con SB muestran menores puntajes en todas las dimensiones de calidad.

Tabla N° 8*Correlaciones entre SB y las dimensiones de la CV*

VARIABLES	1	2	3	4	5
SB (1)	1	-0,26**	-0,427**	-0,344**	-0,282**
Bienestar físico (2)		1	0,573**	0,474**	0,458**
Bienestar psicológico (3)			1	0,603**	0,595**
Bienestar social (4)				1	0,495**
Entorno (5)					1

**la correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

De acuerdo con la matriz de correlaciones entre el SB y las diferentes dimensiones de calidad de vida, se observa que la presencia del SB afecta negativamente todas las dimensiones de calidad de vida de los docentes. Esto implica que en presencia del SB disminuyen significativamente el bienestar físico, psicológico, social y el entorno de los docentes.

Discusión

De acuerdo al objetivo del presente estudio, donde se analizó la relación existente entre el Síndrome de Burnout y la calidad de vida de los docentes de instituciones educativas públicas del municipio de Bello; se puede establecer una aproximación entre la teoría registrada y los resultados arrojados por el presente trabajo de investigación, encontrándose de este modo, cómo efectivamente el síndrome de Burnout tiene implicaciones negativas en la calidad de vida de los trabajadores en general, como lo muestra algunos de los antecedentes de esta investigación, como la realizada por Arias y Jiménez (2013) cuando menciona que los docentes que laboran en instituciones educativas públicas y privadas de la ciudad de Arequipa; aplicó el IBM (Inventory Burnout Maslash) con una adaptación para profesores, encontrando que el 93,7% de los docentes hombres tiene un nivel moderado de burnout y el 6,3% tienen un nivel severo, mientras que el 91,5% de las docentes mujeres tiene un nivel moderado y el 7,5% tiene un nivel severo de síndrome de burnout.

Este estudio consideró para su desarrollo dos hipótesis fundamentales: La primera (H1) desde una mirada correlacional, propone que la presencia del SB tiene una relación negativa con algunas de las dimensiones de la Calidad de Vida (física, psicológica, social o de entorno). La segunda hipótesis (H2), a modo descriptivo, plantea si los docentes que presentan SB tienen menores puntajes en algunas de las dimensiones de la calidad de vida, en comparación con los docentes que no presentan SB. Teniendo en cuenta estos precedentes, se encuentra que los resultados obtenidos logran conexión con los antecedentes encontrados, más específicamente para la (H1).

De este modo, al partir inicialmente con el análisis de la primera hipótesis (H1), se comprueba efectivamente que en presencia del Síndrome de Burnout, hay una afectación negativa, no en algunas, sino en todas las dimensiones de la calidad de vida; donde se puede afirmar que los docentes del municipio de Bello, evidencian deterioro de su bienestar físico, psicológico, social y de entorno. Así mismo, Gutiérrez (2006), menciona que el SB impacta negativamente la calidad de vida de los docentes y las personas que hacen parte de su entorno social y familiar, convirtiéndose en un trastorno adaptativo frente a la situación.

Uno de los mayores índices e influencia del SB, es sobre la dimensión emocional, donde según Salas (2010), se refiere al agotamiento de energía y de recursos personales emocionales. La persona inicia centrando su atención sobre situaciones negativas, o ver su contexto de forma negativa, lo que implica la disminución de factores motivantes o positivos, logrando así verse obligado a sobrellevar las situaciones, mas no a afrontarlas con los recursos personales.

Profundizando lo anterior, al analizar cada una de las dimensiones del SB (ilusión por el trabajo, desgaste psíquico, indolencia y culpa), estas refieren un conjunto de sentimientos positivos o negativos que generan desde sus características una asociación directa con la dimensión psicológica de la CV, la cual al verse afectada puede incidir negativamente sobre las otras dimensiones (física, psicológica, social y entorno) en la medida en que se va incrementando dicha afectación.

La incidencia actual del síndrome de burnout en los docentes, permite comprender la realidad que se está viviendo al interior de las instituciones educativas y cómo ello afecta la calidad de vida en todas sus dimensiones, esto cobra relevancia en la medida que sobresale cómo el SB tiene una implicación directa negativa sobre la dimensión emocional, a este punto hay que reconocer al ser humano como una integridad biopsicosocial, que permite la interacción de las conductas y el contexto, permitiendo así la exploración y expresión de emociones y sentimientos, para esto desde la teoría y lo presupuesto por Rosas (2008) la dimensión emocional se ve afectada en la medida que es la forma de expresar el malestar y explorar la percepción de las situaciones desagradables que suceden en el contexto laboral. A partir que la satisfacción baja, directamente se verá disminuida la motivación y se generan sentimientos negativos, lo que incurre en la falta de placer y considerar las diversas situaciones como negativas.

Es así como al retomar la teoría que sirvió como referente en esta investigación, y en consonancia con la primera hipótesis (H1), estudios como el de Parada, Vargas y Velandia (2014), demostraron que los docentes que presentaban SB, evidenciaban igualmente, afectación negativa en las cuatro dimensiones de la calidad de vida, las cuales denominaron como: vitalidad, función social, rol emocional y salud mental.

De igual modo, Espinoza Díaz (2014) analizó hasta qué punto algunas condiciones de la calidad de vida asociadas a los ambientes laborales como: las relaciones entre el clima

psicosocial, la personalidad y la inteligencia emocional de los docentes de educación infantil, primaria y secundaria, permitan establecer un modelo predictivo de la presencia del Burnout y cómo estas variables afectan el bienestar psicológico de los mismos. Los resultados pusieron en evidencia cómo las condiciones laborales desfavorables son determinantes en la aparición del SB, lo que daría una correlación positiva, frente a las hipótesis propuestas.

Esta correlación es abordada más específicamente por Salas Dahlgvist (2010), quien estudió cómo algunas dimensiones de la Calidad de vida relacionadas con las condiciones laborales y del entorno pueden ser determinantes en la aparición del SB. Desde su investigación sobre Bienestar Psicológico y SB con docentes de la UGEL del Perú, establece que se dan correlaciones negativas entre el Bienestar Psicológico total y las dimensiones del SB, fluctuando entre -0.34 y -0.44. Además en la correlación con la dimensión entorno, la cual es definida desde el bienestar laboral, encontró correlaciones estadísticas negativas -0.44, con las dimensiones del SB ubicándose entre -0.30 y -0.35.

Con respecto a la segunda hipótesis (H2), se estableció una comparación entre los puntajes de los docentes con SB y sin SB y su respectiva correlación con los puntajes en las dimensiones de la calidad de vida en lo cual, paradójicamente, se encontró cómo no sólo las cuatro dimensiones de la calidad de vida se afectaban ante la presencia del SB, sino que en su ausencia, también la dimensión psicológica, física, social y de entorno estaban afectadas de un modo negativo y con una puntuación media muy similar a las presentadas por los docentes que tenían SB.

Tabla N° 9

Comparación calidad de vida con y sin SB

Calidad de Vida	sin SB	con SB
	\bar{X}	\bar{X}
Bienestar físico	24,75	23,65
Bienestar psicológico	24,97	23,65
Bienestar social	11,98	10,92
Entorno	30,57	28,56

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

El análisis de este hecho ameritaría a futuro la realización de un estudio más específico sobre la calidad de vida de los docentes, en el cual se pueda ofrecer un mejor panorama y explicación sobre otros posibles factores determinantes del deterioro de la calidad de vida de los docentes independientemente de la presencia o ausencia del SB.

Sin embargo, podría mencionarse aunque de manera prematura, que la similitud de los resultados de afectación en las dimensiones de calidad de vida evidenciados en este trabajo, obedece a una condición determinada y predecible de presencia del SB, si se tiene en cuenta tal como lo aborda Espinoza-Díaz (2014) la relación positiva o negativa que puede establecerse entre las variables asociadas al clima psicosocial, la personalidad y la inteligencia emocional, donde los resultados permiten concluir que dicha relación entre las dos primeras se encuentra sujeta a la estabilidad e inteligencia emocional de los docentes. Así, los resultados arrojados por quienes no presentan SB pero tienen afectada su calidad de vida, se manifiestan como factores condicionantes para presentar afectación del SB, sin embargo, minimizar dichos factores para prevenir su presencia dependerán de su estabilidad psicológica.

Entonces, si hay una asociación entre el SB y ciertas dimensiones de calidad de vida, como lo es las emocionales, siendo esto una correlación positiva entre estos dos factores, que logran influir de manera negativa, sobre los docentes, habrá que esclarecer ahora un programa de intervención que permita escatimar cada una de las dimensiones que representan una influencia sobre las variables. Aun así, hay que resaltar que se ve la influencia en mayor proporción a nivel físico y psicológico, lo que permite evaluar las pautas de intervención.

Frente a la limitación metodológica de este estudio, es necesario mencionar que la selección de la muestra fue realizada de manera no aleatoria y por conveniencia, debido a las condiciones de disponibilidad de las directivas y docentes de las instituciones educativas para facilitar la actividad. Lo anterior, influyó en las variaciones del tamaño de las muestras por cada institución.

Conclusiones

La realización y análisis del presente estudio, permite presentar al lector las siguientes conclusiones:

En presencia del Síndrome de Burnout, hay una afectación negativa y significativa en cada una de las dimensiones de la calidad de vida, entendidas éstas como el bienestar físico, el bienestar psicológico, el bienestar social y el entorno de los docentes del municipio de Bello. Aun así, se sobrevalora la dimensión física y psicológica, como las que se observa con mayor afectación, y es aquí donde las líneas de investigación e intervención deben generar sustentos teóricos que den noción de como desde las instituciones coadyuvar con mitigar los niveles de influencia o darles la debida atención para no generar incrementos de malestar.

Existe un deterioro en las dimensiones físicas, psicológicas, sociales y de entorno de la calidad de vida de los docentes oficiales del municipio de Bello que no presentaron SB. Por lo tanto, es muy posible que existan otros factores determinantes y para lo cual se recomienda a futuro, la realización de un estudio más profundo sobre los factores que afectan calidad de vida de los docentes del municipio de Bello.

De igual forma se sugiere que se realicen estudios que muestren a profundidad que factores o dominios, son los que se ven en mayoría afectados frente a la calidad de vida, con darle atención próxima; ahora en cuanto al SB, se puede establecer que se hace necesario que se tomen en cuenta políticas y normatividades que permitan esclarecer rutas de atención y apoyo en las diferentes entidades e instituciones en las que se presenta, no solo con el fin de mejorar la productividad, sino que haciendo reconocimiento al bienestar del recurso humano, para que puedan propender por mejorar la garantía del servicio o conocimiento que prestan, si se traslada al ámbito de la docencia, es necesario que estos niveles de SB, sean controlados y manejados, pues son los docentes quienes dan la base del conocimiento e imparten en las nuevas generaciones.

Y finalmente, la presencia de Síndrome de Burnout en un 64% de los docentes oficiales del municipio de Bello, no es sólo es un indicador del deterioro de su calidad de vida, sino un factor de alerta para todos los entes responsables de la educación en el municipio como Alcaldía,

Secretaría de Educación, EPS Red Vital, sindicato Antioqueño de docentes (ADIDA) y caja de compensación familiar (COMFENALCO).

Tabla N° 10

Generación de nuevo conocimiento

Producto esperado	Indicador	Beneficiario
Investigación sobre la relación entre el Síndrome de Burnout y la calidad de vida de los docentes oficiales del municipio de Bello.	Acuso de recibo	Docentes del municipio de Bello.
Elaboración del artículo de resultados de la investigación sobre el Síndrome de Burnout y la calidad de vida de los docentes oficiales del municipio de Bello.	Publicación en revistas científicas	Comunidad científica y académica de las ciencias humanas.
Elaboración de tres artículos asociados al Síndrome de Burnout y/o Calidad de vida	Acuso de recibo	Comunidad científica y académica de las ciencias humanas.
Propuesta pedagógica LA CASA DEL MAESTRO BELLANITA, sustentada en de los resultados de la investigación sobre el Síndrome de Burnout y la calidad de vida de los docentes oficiales del municipio de Bello.	Acuso recibo CINDE Acuso recibo Secretaría de Educación de Bello	Docentes del municipio de Bello

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

Productos generados

A partir de la investigación realizada, se logra no solo conocer y realizar un análisis teórico sobre el fenómeno de estudio sino que además se logra, concretar que el SB, no solo se presenta generando dificultad en la calidad de vida, sino que además docentes que no presentan SB si puntúan de manera negativa ciertas dimensiones de calidad de vida, lo que indica que factores internos y externos logran desembocar en dimensiones de calidad de vida negativas y estas pueden estar generando así mismo una correlación significativa entre lo que es el SB y las dimensiones de CV.

Es por esto, que a partir de este proyecto, se hace necesario que desde la Secretaría de Educación del municipio de Bello, la EPS Red Vital (que atiente la población docente del municipio), la caja de compensación COMFENALCO, el sindicato de docentes (ADIDA) y cada una de las instituciones educativas públicas, logren plantear estrategias preventivas e interventivas que apliquen a los posibles factores que desencadenen el síndrome de burnout. Pues además los cambios tanto positivos como negativos que se desencadenen de presentar el SB y de realizar una adecuada intervención, se verán reflejados en los resultados que se obtienen por medio de los estudiantes, además es necesario tener en cuenta que la labor que desempeñan los docentes logra enmarcar la diferencia en las sociedades y espacios en los que se desenvuelven.

Es así, como se propone que las instituciones educativas quienes tuvieron un máximo en puntuación en SB, logren desarrollar estrategias por las cuales se mitigue la sintomatología y se pueda mejorar los procesos que sobrecargan a nivel laboral al docente.

Esta investigación es una muestra de revisar las situaciones internas y externas de los docentes que permiten entrever y dar a conocer posibles situaciones que deben ser mejoradas para favorecer la calidad del ambiente laboral y por ende la calidad en la educación de las nuevas generaciones.

SIGLAS y ABREVIATURAS

BID	Banco Interamericano de Desarrollo
CV	Calidad de vida
FMP	Fundación Médico Preventiva
IE	Institución Educativa
MBI	Maslach Burnout Inventory
MEN	Ministerio de Educación Nacional
OCDE	Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico
OIT	Organización Internacional del Trabajo
OMS	Organización Mundial de la Salud
SAL	Síndrome de Agotamiento Laboral
SB	Síndrome de Burnout
SEMBELLO	Secretaría de Educación de Bello
SQT	Síndrome del Quemado en el Trabajo
ADIDA	Asociación de Institutores de Antioquia
COMFENALCO	Caja de Compensación Familiar de Antioquia
ICFES	Instituto Colombiano para la Evaluación de la Educación
PISA	Programa Internacional Para la Evaluación de Estudiantes
ISCE	Índice Sintético de Calidad Educativa
RP	Realización Personal
CE	Cansancio emocional
DE	Despersonalización
CIE – 10	Clasificación Internacional de las Enfermedades. Versión 10

DSM – IV

Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales.
Versión 4

CESQT

Cuestionario para la Evaluación del Síndrome del Quemado en el
Trabajo

Bibliografía

- Aldrete, N; Vásquez, L; Aranda, C; Contreras, M; Oramas, A. (2012); Factores Psicosociales Laborales y Síndrome de Burnout en Profesores de Preparatoria de Guadalajara; Revista Cubana de Salud y Trabajo, Jalisco, México; 13(1):19-26. Recuperado en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/revcubsaltra/cst-2012/cst121c.pdf>.
- Ardila, R; (2003). Calidad de vida: Una definición integradora. Revista Latinoamericana de Psicología, 35, 163.
- Arias, W. y Jiménez, N; (2013); Síndrome de burnout en docentes de Educación Básica Regular de Arequipa; Educación Vol. XXII, N° 42, marzo 2013, pp. 53-76 / ISSN 1019-9403. Recuperado en: <http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2015/10/S%C3%ADndrome-de-burnout-en-profesores-PUCP.pdf>.
- Axayacalt, G; Celis, M; Moreno, S; Farias, F; Suárez, J; (2006); Síndrome de Burnout; Medgrapich: Atenisa; Arch Neurocien (Mex) Vol 11, No 4:305-309. Recuperado en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/arcneu/ane-2006/ane064m.pdf>.
- Badía Xavier, Salamero Manel, Alonso Jordi. “La Medida de la Salud. Guía de escalas de medición en español” Ed. Edimac. 2° Edición. Barcelona; 1999.
- Buzetti; M; (2005); VALIDACIÓN DEL MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI), EN DIRIGENTES DEL COLEGIO DE PROFESORES A.G. DE CHILE; Universidad de Chile Facultad de Ciencias Sociales Carrera de Psicología; Recuperado en: <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/137677/Memoria%20Titulo%20Validaci%C3%B3n%20MBI%20Burnout%20ver%20SISIB.pdf?sequence=1>.
- Consejo General de Psicología, (2014); Evaluación del Cuestionario CESQT; Recuperado en: <https://www.cop.es/uploads/PDF/2014/CESQT.pdf>.
- Correa, Z. (2012) El síndrome de Burnout en Profesores Universitarios de los sectores público y privado. *Epidemiología y Salud*. 1(2) p.p 19-24
- García, B., Loredo, J. y Carranza, G. (2008) Análisis de la práctica educativa de los docentes: pensamiento, interacción y reflexión. *REDIE*. 10.
- Gil, P; (2011); Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT). The Spanish Burnout Inventory (CESQT). Madrid: Editorial TEA Ediciones.

- Espinoza, M; (2014); Calidad De Vida Y Salud Ocupacional En Docentes: Efectos Del Clima Psicosocial, La Personalidad Y El Síndrome De Quemado En El. Tesis doctoral. Cataluña España 2014. Universitat Rovira I Virgili; Recuperado en: <http://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/284711/Tesi%20Ivette%20Espinoza%20Diaz.pdf?sequence=1>.
- Extremera, N; Fernández, P; Duran, A; (2003); Inteligencia Emocional y Burnout en Profesores, Encuentros en Psicología Social. Recuperado en: https://www.researchgate.net/profile/Pablo_Fernandez-Berrocal/publication/230887048_Inteligencia_emocional_y_burnout_en_profesores/links/09e41511c010b9aa7f000000.pdf
- Fernández, M; Zarate-Grajales, R; Bautista, L; Domínguez, P; Ortega-Vargas, C; Cruz-Corchado, M; Montesinos-Jiménez, G; (2012); Síndrome de burnout y enfermería. Evidencia para la práctica; Instituto nacional de ciencias médicas y nutrición Salvador Zubirán. México. Recuperado en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim-2012/eim121f.pdf>.
- Font, S; (2011); Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT). Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación/e Avaliação Psicológica (Rev Iberoam Diagn Ev).
- Grisales, H., Muñoz, Y., Osorio, D. y Robles, E. (2016). Síndrome de Burnout en el personal de enfermería de un hospital de referencia de Ibagué, Colombia. *Enfermería global*. 15(41)
- Gutiérrez, J; (1998); La promoción del estrés; Revista Electrónica De Psicología Vol. 2, No. 1, Enero 1998 ISSN 1137-8492; Recuperado en: <https://www.psiquiatria.com/revistas/index.php/psicologiacom/article/viewFile/617/595>.
- Gutiérrez, G; Celis, M; Moreno, S; Farías, F; Suarez, J; (2006); Síndrome de Burnout, Arch Neurocién (Mex) Vol. 11, No. 4: 305-309, 2
- Herranz, J; (2004); La Calidad De Vida, El Trabajo Y La Salud De Los Profesores Universitarios, Alicante España 2004. Universidad de Alicante. Departamento de Psicología de la Salud. Recuperado en: <http://hdl.handle.net/10045/3607>.

- Marrau, C; (2004); El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente; Fundamentos en humanidades Universidad Nacional de San Luis Año V - N° II (10/2004) 53 / 68 pp. Recuperado en: <http://www.redalyc.org/pdf/184/18401004.pdf>.
- Marqués, P. (2002). Los docentes: funciones, roles, competencias necesarias, formación. *UAB*. P.p 1-12
- McKinsey (2007) "How the world's best performing school systems come out on top".
Recuperado en: <http://www.iadb.org/es/temas/educacion/la-calidad-de-los-maestros-una-nueva-fuerza-docente.6474.html>
- Morales, L; Hidalgo, L; (2015); Síndrome de Bournut; Medicina Legal de Costa Rica - Edición Virtual; Vol. 32 (1), marzo 2015. ISSN 1409-0015; Recuperado en: <http://www.scielo.sa.cr/pdf/mlcr/v32n1/art14v32n1.pdf>.
- MEN; (2016); LA EDUCACIÓN EN COLOMBIA, Revisión de políticas nacionales de educación. Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico OCDE, Ministerio de Educación Nacional, Colombia, París. Recuperado en: http://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-356787_recurso_1.pdf.
- Nusbaum, M; Sen, A; (1998); La Calidad de Vida, Fondo de Cultura Económica, primera reimpresión en español, México D.F., 1998. Título original: The Quality of Life, Oxford University Press, The United Nations University. Recuperado en: <http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2013/jlmj/calidad-vida.html>
- Pando, M; Castañeda, J; Gregoris, M; Aguila, A; Ocampo, L; Navarrete, R; (2006); Factores psicosociales y síndrome de burnout en docentes de la Universidad del Valle de Atemajac, Guadalajara, México. SALUD EN TABASCO Vol. 12, No. 3, Septiembre-Diciembre. Recuperado en: <http://www.redalyc.org/pdf/487/48712304.pdf>.
- Parada, M; Vargas, K; Velandia, Y; (2014); Prevalencia del Síndrome de Agotamiento Profesional y su Relación con la Calidad De Vida en Salud de los docentes del municipio de Chía, Colombia. Universidad del Rosario de Colombia; Recuperado en: <http://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/4904/52154240-2014.pdf?sequence=1>.

- Perrenoud, P. (2001). La formación de los docentes en el siglo XXI. *Revista Tecnológica Educativa*. XIV (3), p.p 503-523
- Quiceno, J; Vinaccia, S; (2007); Burnout: Síndrome De Quemarse En El Trabajo (SQT); Act.Colom.Psicol. vol.10 no.2 Bogotá July/Dec. 2007; Recuperado en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-91552007000200012.
- Restrepo-Ayala, Nadia C, Colorado-Vargas, Gabriel O, & Cabrera-Arana, Gustavo A. (2006). Desgaste Emocional en Docentes Oficiales de Medellín, Colombia, 2005. *Revista de Salud Pública*, 8(1), 63-73. Retrieved August 04, 2017, Recuperado en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642006000100006&lng=en&tlng=es.
- Rodríguez, J; Guevara, A; Viramontes, E; (2017); Síndrome de burnout en docentes. IE Revista de Investigación Educativa de la Rediech, Recuperado en: <file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-SindromeDeBurnoutEnDocentes-6165566.pdf>.
- Rodríguez, M., Molina, J., Jiménez, C. y Pinzón, T. (2010). Calidad de vida y actividad física en estudiantes, docentes y administrativos de una universidad de Bogotá. *Cuadernos hispanoamericanos de psicología*. 11(1), p.p 19-37
- Rosas, C; (2008); Percepción de calidad de vida y promoción de la salud en adultos mayores pertenecientes a centros de atención primaria de Valdivia durante el año 2008; Valdivia-Chile. Recuperado en: <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2009/fmr789p/doc/fmr789p.pdf>.
- Salas Dahlqvist, Julio Javier (2010); Bienestar psicológico y síndrome de Burnout en docentes de la UGEL N°.7, Perú; recuperado en: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/cybertesis/616/Salas_dj.pdf
- Sánchez Gómez, José María (2015); Tesis doctoral Burnout, Resiliencia y Frustración Existencial en personal de la administración y servicios de la universidad de Zaragoza; España; recuperado en: file:///C:/Users/CPE/Downloads/DPETP_SanchezGomezJM_Burnout.pdf
- Verdugo, M; Arias, B; Gomez, L; Schalock; R; (2009); Escala GENCAT: Manual de aplicación de la escala GENCAT de calidad de vida; BIBLIOTECA DE CATALUNYA - DADES

CIP; ISBN 9788439379287; Recuperado en:

<http://inico.usal.es/documentos/EscalaGencatManualCAST.pdf>.

WHOQOL Group (1993) Study Protocol for the World Health Organization Project to develop a Quality of Life Assessment Instrument (WHOQOL) Qual Life Res, 2: 153-159.

Anexos

Anexo A. Cuestionario Datos Sociodemograficos

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

**“EL SÍNDROME DE BURNOUT Y LA CALIDAD DE VIDA DE
DOCENTES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS DEL MUNICIPIO DE
BELLO”**

**MAESTRIA EN EDUCACIÓN Y DESARROLLO HUMANO
CINDE EN CONVENIO CON LA UNIVERSIDAD DE MANIZALES**

FORMULARIO SOCIODEMOGRÁFICO

Nombres y apellidos										
Fecha de nacimiento	día	me s	año	edad	sexo	M	F			
Estado civil				hijos	SI	NO	¿Cuántos?			
Institución Educativa										
Asignación académica										
Promedio horas al día laboradas en la institución										
Promedio horas laboradas fuera de la institución										
Título pregrado										
Especialización										
Maestría										
Doctorado										
Otros títulos										
Años en el magisterio										
Estatuto docente				escalafón						
Vivienda	propia		arriendo		familiar		otra			
Ciudad de residencia										

Barrio de residencia												
Estrato												
¿En qué se transporta habitualmente para el trabajo?	a pie		bus		Vehículo particular		taxi		metro		Bicicleta	
Tiempo promedio para ir de la casa a su institución												
¿Realiza otro trabajo o actividad en su tiempo libre?	SI	NO	¿Cuál ?									

Anexo B. Cuestionario WHOQOL-BREF

Questionario WHOQOL-BREF: Este cuestionario sirve para conocer su opinión acerca de su calidad de vida, su salud y otras áreas de su vida. Por favor, conteste a todas las preguntas. Si no está seguro qué respuesta dar a una pregunta, escoja la que le parezca más apropiada. A veces, esta puede ser su primera respuesta. Tenga presente su modo de vivir, expectativas, placeres y preocupaciones. Le pedimos que piense en su vida durante las últimas dos semanas. Por favor lea cada pregunta, valore sus sentimientos y marque con una **X** la escala de cada pregunta que sea su mejor respuesta.

1	¿Cómo puntuaría su calidad de vida?	Muy mal	Poco	Lo normal	Bastante Bien	Muy bien
2	¿Cuán satisfecho está con su salud?	Muy insatisfecho	Poco	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho
Las siguientes preguntas hacen referencia a cuánto ha experimentado ciertos hechos en las últimas dos semanas						
3.	¿Hasta qué punto piensa que el dolor (físico) le impide hacer lo que necesita?	Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Extremadamente
4.	¿Cuánto necesita de cualquier tratamiento médico para funcionar en su vida diaria?	Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Extremadamente
5.	¿Cuánto disfruta de la vida?	Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Extremadamente
6.	¿Hasta qué punto siente que su vida tiene sentido?	Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Extremadamente
7.	¿Cuál es su capacidad de concentración?	Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Extremadamente
8.	¿Cuánta seguridad siente en su vida diaria?	Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Extremadamente
9.	¿Cuán saludable es el ambiente físico a su alrededor?	Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Extremadamente
Las siguientes preguntas hacen referencia a “cuan totalmente” usted experimenta o fue capaz de hacer ciertas cosas en las últimas dos semanas.						
10.	¿Tiene energía suficiente para su vida diaria?	Nada	Un poco	Moderado	Bastante	Totalmente
11.	¿Es capaz de aceptar su apariencia física?	Nada	Un poco	Moderado	Bastante	Totalmente
12.	¿Tiene suficiente dinero para cubrir sus necesidades?	Nada	Un poco	Moderado	Bastante	Totalmente
13.	¿Qué disponible tiene la información que necesita en su vida diaria?	Nada	Un poco	Moderado	Bastante	Totalmente
14.	¿Hasta qué punto tiene oportunidad para realizar actividades de ocio?	Nada	Un poco	Moderado	Bastante	Totalmente
15.	¿Es capaz de desplazarse de un lugar a otro?	Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Extremadamente
Las siguientes preguntas hacen referencia a “cuan satisfecho o bien” se ha sentido en varios aspectos de su vida en las últimas dos semanas						
16.	¿Cuán satisfecho está con su sueño?	Nada	Poco	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho
17.	¿Cuán satisfecho está con su habilidad para realizar sus actividades de la vida diaria?	Nada	Poco	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho

18.	¿Cuán satisfecho está con su capacidad de trabajo?	Nada	Poco	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho
19.	¿Cuán satisfecho está de sí mismo?	Nada	Poco	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho
20.	¿Cuán satisfecho está con sus relaciones personales?	Nada	Poco	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho
21.	¿Cuán satisfecho está con su vida sexual?	Nada	Poco	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho
22.	¿Cuán satisfecho está con el apoyo que obtiene de sus amigos?	Nada	Poco	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho
23.	¿Cuán satisfecho está de las condiciones del lugar donde vive?	Nada	Poco	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho
24.	¿Cuán satisfecho está con el acceso que tiene a los servicios sanitarios?	Nada	Poco	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho
25.	¿Cuán satisfecho está con su transporte?	Nada	Poco	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho
La siguiente pregunta hace referencia a la frecuencia con que Ud. Ha sentido o experimentado ciertos sentimientos en las últimas dos semanas						
26.	¿Con que frecuencia tiene sentimientos negativos, tales como tristeza, desesperanza, ansiedad, depresión?	Nunca	Raramente	Mediana-mente	Frecuente-mente	Siempre

Anexo C. Consentimiento Informado

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN MAESTRÍA EN EDUCACIÓN Y DESARROLLO HUMANO CINDE EN CONVENIO CON LA UNIVERSIDAD DE MANIZALEZ

TITULO “EL SÍNDROME DE BURNOUT Y LA CALIDAD DE VIDA DE DOCENTES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS DEL MUNICIPIO DE BELLO”

INVESTIGADORAS

- ✓ Diana Stella Riaño Ruíz (docente IE Liceo Antioqueño)
- ✓ María Adelaida Ortega Jaramillo (docente IE Jorge Eliécer Gaitán)
- ✓ Gloria Saldarriaga Serna (docente IE San Félix)

OBJETIVO: Analizar el efecto del Síndrome de Burnout sobre la calidad de vida de los docentes de Instituciones Educativas públicas del municipio de Bello.

PRESENTACIÓN: La presente investigación cuenta con el aval del magister Olber Eduardo Arango Tobón, asesor de investigación del Centro Internacional de Educación y Desarrollo Humano CINDE, y el especialista Boris León Rivera Moreno, actual Secretario de Educación del municipio de Bello, en la cual se pretende, en una primera fase, conocer la prevalencia del Síndrome de Burnout o Síndrome de Quemarse en el Trabajo (SQT), a partir de la aplicación a docentes en forma voluntaria y auto diligenciada del Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CSQT); en la segunda fase, se aplicará de la escala GENCAT de la calidad de vida, sólo a los docentes que en la primera fase presenten el Síndrome de Burnout o Síndrome de Quemado en el Trabajo (SQT) según los resultados y análisis del cuestionario CSQT. La tercera y última fase corresponde al análisis y difusión de los resultados, conclusiones y recomendaciones de la investigación en un evento académico (foro o simposio), el cual se organizará con la aprobación y el apoyo de la Secretaría de Educación de Bello, la entidad promotora de salud de los docentes, la caja de compensación Comfenalco, el CINDE y sindicato de los docentes ADIDA.

PARTICIPANTES: El estudio es completamente voluntario. Usted puede participar o abandonar el estudio en cualquier momento sin que ello implique una sanción. Se espera de sus respuestas la mayor veracidad y sinceridad. Está dirigido específicamente a docentes de instituciones educativas públicas del municipio de Bello de todas las áreas y grados que cuenten con una experiencia en el magisterio de 5 años o más.

PRIVACIDAD Y CONFIDENCIALIDAD: La información personal que usted dará en los cuestionarios, permanecerá en secreto y no será proporcionada a ninguna persona. La divulgación de la información estará restringida sólo datos estadísticos, resultados generales, conclusiones y recomendaciones, pero su identidad nunca será divulgada.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Se me ha invitado a participar en la investigación “EL SÍNDROME DE BURNOUT Y LA CALIDAD DE VIDA DE DOCENTES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS DEL MUNICIPIO DE BELLO”, realizado por las aspirantes a Magister en Educación y Desarrollo Humano del CINDE y la Universidad de Manizales: Diana Stella Riaño Ruíz, María Adelaida Ortega Jaramillo y Gloria Saldarriaga Serna. He leído el documento, entiendo las declaraciones contenidas en él y la necesidad de hacer constar mi consentimiento, para lo cual lo firmo libre y voluntariamente.

Yo, _____, con CC _____ mayor de edad con domicilio en _____, consiento en participar en la investigación denominada: “EL SÍNDROME DE BURNOUT Y LA CALIDAD DE VIDA DE DOCENTES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS DEL MUNICIPIO DE BELLO”. Declaro que he sido informado de los objetivos de la investigación y que

corresponde a la sección en donde se firma el Consentimiento. Incluye información clara y precisa de la investigación, relativa al propósito del estudio, modalidad de participación, voluntariedad, confidencialidad, derecho a conocer los resultados y derecho a retirarse del estudio en cualquier momento.

Firma docente

Cédula

Fecha y lugar

Anexo D. Cuestionario CESQT

CUESTIONARIO PARA LA EVALUACIÓN DEL SÍNDROME DE QUEMARSE POR EL TRABAJO (CESQT)

Docente: _____

Institución: _____

A continuación, hay algunas afirmaciones en relación a su trabajo y sobre las consecuencias que se derivan de esa relación para usted como profesional y como persona. Piense con qué frecuencia le surgen a usted esas ideas o con qué frecuencia las siente, teniendo en cuenta la escala que se le presenta a continuación. Para responder rodee con un círculo la alternativa (el número) que más se ajusta a su situación: Nunca=0: Raramente=1: algunas veces al año A veces=2: algunas veces al mes Frecuentemente=3: algunas veces por semana Muy frecuentemente= 4: todos los días		Nunca	Raramente	A veces	Frecuentemente	Muy frecuentemente
1.	Mi trabajo me supone un reto estimulante.	0	1	2	3	4
2.	No me apetece atender a algunos colaboradores.	0	1	2	3	4
3.	Creo que muchos colaboradores son insoportables.	0	1	2	3	4
4.	Me preocupa el trato que he dado a algunas personas en el trabajo.	0	1	2	3	4
5.	Veo mi trabajo como una fuente de realización personal.	0	1	2	3	4
6.	Creo que los familiares de los colaboradores son unos pesados.	0	1	2	3	4
7.	Pienso que trato con indiferencia a algunos colaboradores.	0	1	2	3	4
8.	Pienso que estoy saturado(a) por el trabajo.	0	1	2	3	4
9.	Me siento culpable por alguna de mis actitudes en el trabajo.	0	1	2	3	4
10.	Pienso que mi trabajo me aporta cosas positivas.	0	1	2	3	4
11.	Me apetece ser irónico con algunos(as) colaboradores(as)	0	1	2	3	4
12.	Me siento agobiado(a) por el trabajo.	0	1	2	3	4
13.	Tengo remordimientos por algunos de mis comportamientos en el trabajo.	0	1	2	3	4
14.	Etiqueto o clasifico a los colaboradores según su comportamiento.	0	1	2	3	4
15.	Mi trabajo me resulta gratificante.	0	1	2	3	4
16.	Pienso que debería pedir disculpas a alguien por mi comportamiento.	0	1	2	3	4

17.	Me siento cansado(a) físicamente en el trabajo.	0	1	2	3	4
18.	Me siento desgastado(a) emocionalmente.	0	1	2	3	4
19.	Me siento ilusionado(a) por mi trabajo.	0	1	2	3	4
20.	Me siento mal por algunas cosas que he dicho en el trabajo.	0	1	2	3	4

Entiéndase **Colaborador** como: comunidad educativa (estudiantes, padres de familia, administrativos, docentes...)

**Anexo E: Autorización Secretario de Educación para visitar Instituciones
Educativas**

Bello, 5 de mayo de 2017

MEMORANDO

Bello, 4 de mayo 2017

Señores

RECTORES

Instituciones Educativas

Municipio de Bello

Bello Antioquia

Respetados Rectores:

Por medio de la presente les solicito facilitar en lo posible el ingreso a la Institución a la Docente Diana Stella Riaño Ruiz del Liceo Antioqueño para coadyuvar con el proceso de investigación de los docentes, ya que se trata de un trabajo de investigación para la maestría en Educación y Desarrollo Humano del Cinde.

Agradezco su atención y valiosa colaboración.

Atentamente,

BORIS LEON RIVERA MORENO

Secretario de Educación

Municipio de Bello

Nota: Se le invitó a investigar en el Liceo Antioqueño y en la Alcaldía de Bello - Institución de Bello

INFORME TÉCNICO

Maestría en Educación y Desarrollo Humano

Cohorte UMZ 25

Línea de Investigación: Ambientes Educativos

Informe Técnico

Proyecto de Investigación

Por:

Diana Stella Riaño Ruiz

María Adelaida Ortega Jaramillo

Gloria Isabel Saldarriaga Serna

Asesor

Olber Eduardo Arango Tobón

Sabaneta – Antioquia

2018

Título del trabajo de investigación

Síndrome de burnout y calidad de vida en docentes de instituciones educativas públicas del municipio de Bello (Antioquia-Colombia)

Resumen técnico

Descripción del problema: La labor del maestro de educación formal en nuestro sistema educativo colombiano, afronta una serie de riesgos y vicisitudes, muchas veces invisibilizadas, o en ocasiones notorias, pero ignoradas por la sociedad y sus instituciones. Los éxitos y los fracasos de los maestros en el sistema educativo, están profundamente determinados no sólo por su formación profesional, sino por las condiciones laborales y su propia calidad de vida. No obstante, se le endilga al maestro la responsabilidad de la formación para y en la vida de las nuevas generaciones (niños, adolescentes y jóvenes), se le culpa directamente de los desaciertos, de los vacíos y de los fracasos, pero muy pocas veces se hace un verdadero reconocimiento a su labor.

Adicional a lo anterior, existe una serie de afecciones, producto de las condiciones y exigencias laborales, profesionales, sociales y emocionales, que pueden poner en condición de vulnerabilidad al maestro, afectando significativamente su calidad de vida y por ende sus resultados como profesional en el campo educativo; tal es el caso del Síndrome de Burnout (SB), más conocido como el Síndrome del Quemado en el Trabajo (SQT), o también llamado Síndrome de Agotamiento Laboral (SAL), el cual fue detectado inicialmente en la década de los años setenta por el psiquiatra Freudenberger (1974), quien mientras trabajaba con pacientes tóxico maniacos, hizo una observación del personal voluntario que trabajaba con ellos, y observó que al cabo de un año presentaban síntomas como desmotivación, agotamiento, irritabilidad con sus pacientes, ansiedad y depresión. A partir de éste estudio aparece el término *Burnt-Out*, y en la década de los ochenta la psicóloga Cristina Maslach (EEUU) en un estudio en conjunto con el psicólogo Michael P. Leiter, acuñaron este término para definir una terna de síntomas que caracterizan esta afección laboral, tales como: Agotamiento emocional, despersonalización o Cinismo y baja realización personal.

En el rastreo de antecedentes, tanto a nivel local como internacional, se han encontrado un sinnúmero de investigaciones referidas al SB y su relación con la calidad de vida de los maestros. En todas se puede inferir como el SB por su cuadro sintomatológico,

tiene una relación directa con la calidad de vida de los docentes, afectando dimensiones como: bienestar físico, bienestar material, bienestar social, desarrollo y bienestar emocional (Zubirán, 2013). Cada una de estas dimensiones, aunque muy específicas y diferentes, está ineludiblemente interrelacionadas y en su conjunto determinan la percepción en la calidad de vida.

De igual manera Gutiérrez (2006) relaciona el SB y su incidencia en la calidad de vida al definirlo como, “Un trastorno adaptativo, crónico, asociado con el inadecuado afrontamiento de las demandas psicológicas del trabajo que altera la calidad de vida de la persona que lo padece y produce un efecto negativo en la calidad de prestación de los servicios”. Desde esta óptica, se puede inferir cómo el SB impacta negativamente no sólo en la calidad de vida de los docentes sino también en las personas que hacen parte de su entorno laboral, social y familiar (estudiantes, padres de familia, compañeros, amigos y familiares)

En el caso específico del municipio de Bello, donde se evaluaron 287 docentes se ha encontrado un vacío a nivel de investigaciones referentes al SB y la relación con la calidad de vida de los maestros, a pesar de hallarse en un reporte de la entidad prestadora de Salud de los docentes oficiales del municipio (Fundación Médico Preventiva, 2015) un alto índice de consulta por afecciones con diferente sintomatología, muchas de ellas posiblemente asociada al SB, y la comunicación (aunque aún sin determinar la cantidad) por parte de la secretaría de salud ocupacional de un alto ausentismo laboral.

Así mismo, hay que destacar que no existe un programa que apunte a reconstruir posibilidades para los docentes frente a esta temática del SB frente a la calidad de vida, la regular prestación del servicio de salud y sus deficientes campañas de promoción y prevención, hace necesario un diagnóstico inicial sobre la prevalencia del SB en los docentes que laboran en instituciones oficiales y privadas del municipio de Bello, que permita establecer su incidencia o relación con la calidad de vida de los mismos.

Es así como surge la pregunta para la presente investigación: *¿Cuál es la relación existe entre Síndrome de Burnout y las dimensiones de la calidad de vida de los docentes de instituciones educativas oficiales del municipio de Bello?*

Pretendiendo como objetivo general: *Analizar la relación entre el Síndrome de Burnout y la calidad de vida de los docentes de Instituciones Educativas públicas del*

municipio de Bello. Pretendiendo de este modo, no sólo convertirse en el primer trabajo de investigación que correlaciona en el municipio, variables como: Síndrome de Burnout y Calidad de Vida, sino en volverse un referente teórico que invite a la reflexión y a la toma de decisiones desde lo político-administrativo, que propendan por el mejoramiento de las condiciones laborales, de salud y seguridad social de los docentes del municipio de Bello.

Siguiendo la línea, los objetivos específicos pretendían describir las características del SB y la calidad de vida en los docentes, Identificar la asociación entre el SB y las diferentes dimensiones de calidad de vida y finalmente establecer la relación existente o la correlación de uno sobre el otro. En este aspecto cabe aclarar que específicamente el problema a relacionar en la investigación es determinar como la existencia del SB, logra influir de manera negativa en una de las profesiones que logra trazar metas puntuales para la vivencia de más personas, este caso los alumnos.

Ruta conceptual: En la revisión de la literatura se escogieron algunos estudios que contribuyeron a orientar de manera significativa el desarrollo de la presente investigación y en la postulación de las hipótesis para la posterior discusión. Los criterios para la selección fueron:

- ✓ Enfoque metodológico cuantitativo
- ✓ Que establezca relación entre las variables Síndrome de Burnout y Calidad de Vida
- ✓ Estudios con población docente en nivel universitario, bachiller, primaria o preescolar
- ✓ Estudios institucionales o para optar títulos de postgrado (maestría – doctorado)

A continuación, se mencionarán los estudios que aportaron para la construcción de los antecedentes teóricos:

Título	Ciudad / País	Año	Autores	Muestra	Problema	Resultados
Desgaste Emocional en Docentes Oficiales	Medellín / Colombia	2005	Nadia C. Restrepo-Ayala, Gabriel O. Colorado-Vargas y Gustavo A. Cabrera-Arana	239 docentes de instituciones educativas oficiales de la ciudad de Medellín	Explorar manifestaciones de desgaste emocional y físico o, síndrome de Burnout, en docentes oficiales de Medellín, Colombia, 2005.	Se obtiene que los docentes muestran cambios conductuales, anímicos y emocionales que se desarrollan a raíz de la sobrevaloración de las responsabilidades laborales, lo que ocasiona así dificultades en las formas de vivencia en su entorno próximo.
Prevalencia del Síndrome de Agotamiento Profesional y su Relación con la Calidad de Vida en salud de los docentes	Chía / Colombia	2014	Myriam Parada, Kissy Vargas, Yaneth Velandia	295 docentes de colegios oficiales del municipio de Chía.	Determinar la prevalencia del Síndrome de Agotamiento Profesional y su relación con la Calidad de Vida en salud en el personal docente de Chía.	Esta investigación permite observar como la prevalencia del agotamiento influye evidentemente en la calidad de vida, disminuyendo así el rendimiento laboral, encontrando desmotivación y permitiendo mayores rotaciones a nivel interior de la organización
Bienestar psicológico y Síndrome de Burnout en docentes de la UGEL N°7	Lima / Perú	2010	Julio Javier Salas Dahlqvist	179 docentes de preescolar, primaria y bachillerato.	Establecer la Relación que existe entre el Bienestar Psicológico y el Síndrome de Quemado Laboral (Burnout) en los docentes de la UGEL No. 7.	Permite evidenciar la correlación positiva frente a la influencia del SB en el bienestar psicológico, donde se evidencia como la implicación de este afecta las relaciones que los docentes mantienen en sus contextos próximos, desvinculándose de lo que sería para el docente el objetivo profesional.
Bienestar/malestar docente y condiciones de trabajo en profesores.	Santiago / Chile	2009	Rodrigo Cornejo Chávez	muestra representativa de docentes de enseñanza media de la provincia de Santiago, constituida por 45 liceos y 822 docentes.	Analizar el bienestar/malestar laboral en docentes de enseñanza media de la Provincia de Santiago de la Región Metropolitana, y la asociación e influencia que tienen sobre él las condiciones materiales y psicosociales del trabajo.	Se evidencia un malestar frente a la disminución o dificultades en las condiciones laborales, cuando el ambiente laboral se percibe como negativo, se crea la percepción de malestar influyendo directamente en el rendimiento adecuado de su profesión.
Factores psicosociales y Síndrome de Burnout en docentes.	Guadalajara / México	2006	Manuel Pando, Jorge Castañeda, Martín Gregoris,	185 docentes universitarios	Determinar la presencia de los factores psicosociales laborales negativos percibidos por el trabajador y su relación con el Síndrome	Las estadísticas manifestaron como los factores negativos en el ámbito laboral influye directamente en sentir ambientes negativos y este lograba sentimientos que disminuyen la motivación

			Antonio Aguila Marín, Lourdes Ocampo y Rosa Navarrete		de Burnout en docentes de una universidad privada en la Ciudad de Guadalajara, México.	laboral, aun mas cuando se percibe una sobrecarga laboral entendiéndose esta como la elaboración y aumento excesivo de responsabilidades sin ser reconocido el trabajo ya realizado.
Síndrome de Burnout en docentes de Educación Básica Regular de Arequipa	Arequipa / Perú	2013	Walter Lizandro Arias Gallegos y Noelia Araceli Jiménez Barrios	233 profesores de instituciones educativas públicas y privadas.	Presencia del síndrome de burnout en docentes de educación básica. Se desarrolla con el fin de ejecutar un diagnóstico del síndrome sin asocio a otros factores.	Los resultados muestran que efectivamente existe una presencia del síndrome de burnout, sin ser un porcentaje alto, se encontró además que los docentes que acababan de ser incorporados no presentaban presencia del síndrome, que por el contrario los docentes con antigüedad, manifestaban sintomatología referente al síndrome.
Calidad de vida y salud ocupacional en docentes: efectos del clima psicosocial, la personalidad y el síndrome de quemado en el.	Cataluña / España	2014	Ivette Margarita Espinoza Díaz	386 docentes en activo de 5 centros de Tarragona ciudad.	Estudiar la manera en que el clima psicosocial, la personalidad y la inteligencia emocional influyen en la aparición del síndrome de quemado en el trabajo (SQT) y analizar como este conjunto de variables afecta el bienestar psicológico de los docentes, con el fin de determinar la relación existente entre estas variables y establecer modelos predictivos de bienestar psicológico y del SQT que contribuyan a mejorar la calidad de vida de éste colectivo.	Se estimó que el clima, algunos rasgos de personalidad permitían ser propensos a presentar el síndrome de burnout, de hecho, se evidencio que los docentes que manifestaban algunas habilidades de inteligencia emocional, no estaban tan afectados como los que no las poseían, así mismo se permitió demostrar que aquellos quienes mantenían lazos fuertes y contextos próximos activos que brindaban apoyo emocional, encontraban sobre llevadero el aumento de las responsabilidades laborales. Dentro de esto se concluye que algunos factores precisos de personalidad permiten solventar las dificultades frente al exceso de trabajo.
La calidad de vida, el trabajo y la salud de los profesores universitarios .	Alicante / España	2004	Jesús Herranz Bellido.	355 docentes de la Universidad de Alicante	Estudiar la calidad de vida general, la satisfacción laboral y el estado de salud en una muestra representativa de los profesores de la Universidad de Alicante.	Se evidencia que los docentes que se sentían en una trayectoria de vida laboral satisfecha, quienes han logrado los objetivos propuestos presencian una satisfacción y mayor motivación frente al desarrollo de responsabilidades, escogiendo estrategias que les permite solventar tiempo vs responsabilidades, por el

						contrario, quienes no lograban encontrar satisfacción, presenciaban mayores dificultades frente a su estado de salud.
--	--	--	--	--	--	---

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

Los artículos individuales que acompañan y complementan la reflexión teórica del presente estudio son:

- ✓ *“Las relaciones interpersonales en el desempeño de la labor docente y el Síndrome de Burnout”*. Por Riaño Ruíz, Diana Stella (Docente de primaria IE Liceo Antioqueño. Especialista en Administración de la Informática Educativa, Universidad de Santander)
- ✓ *“Síndrome de Burnout, un legado de la postmodernidad”*. Por Saldarriaga Serna, Gloria. (Docente de la IE San Félix sede Escuela Nueva rural El Carmelo. Especialista en Administración de la Informática Educativa, Universidad de Santander)
- ✓ *“De la Calidad de Vida al bienestar social: una apuesta a la construcción de capacidades ciudadanas a partir de la función docente”* Por Ortega Jaramillo, María Adelaida (Docente IE Jorge Eliécer Gaitán ayala. Especialista en Pedagogía de la recreación ecológica de la Universidad Los Libertadores)

Presupuesto epistemológico

Se tuvo como línea teórica y de autores a Gil-Monte (2011), en su manual del cuestionario para la evaluación del síndrome de quemarse por el trabajo, destaca 4 dimensiones, como lo es la ilusión por el trabajo, el desgaste psíquico, indolencia y culpa.

Es importante tener en cuenta que el Síndrome de Burnout a lo largo de su historia y contextos ha tomado diferentes denominaciones como. Síndrome de Quemado en el Trabajo (SQT), Síndrome de Desgaste Profesional (SDP), Síndrome de la cabeza quemada, Síndrome de Desgaste Ocupacional (SDO), Burn-Out.

Así mismo, las dimensiones de calidad de vida, están determinadas y basadas en el trabajo realizado por Rosas, 2008. Donde menciona que estímulos, capacidades o condiciones integran la calidad de vida, las cuales se agrupan en cuatro dimensiones que son: el dominio físico, dominio psicológico, dominio de relaciones sociales y dominio de medio ambiente.

Estas dimensiones son el dominio físico, entendiéndose como la energía y fatiga, sueño y descanso, movilidad, incluyendo las actividades de la vida diaria, además de tener en cuenta la medicación o tratamientos farmacológicos y la capacidad para trabajar. También se integra el dominio psicológico en cuanto a los sentimientos, procesos superiores cognitivos, autoestima, imagen y apariencia, creencias personales, la tercera dimensión es la de relaciones sociales, la cuarta es de medio ambiente, calificando seguridad física y el ambiente.

Para Buendía, 1997 (citado por Rosas, 2008), la ciencia de la salud ha llegado a la conclusión de que la salud y enfermedad son factores determinantes para el bienestar y por ende para la calidad de vida de las personas, creándose un vínculo entre esta y cuatro conceptos como modo de vida (dado por las actividades que se practiquen), nivel de vida (que involucra aspectos económicos y materiales), condiciones de vida (que se define como el contexto material, espiritual y de actividad en que transcurre la vida) y estilos de vida (que sería el conjunto de actividades condicionadas por lo personal). (p. 20).

La CV ha sido tratada ampliamente en la literatura científica, pero en su mayoría centrada en la dimensión de la salud física y psicológica. Desde el punto de vista del análisis multidimensional realizado por Avis & Assman (1999), determinan la CV diferenciándola y dándole un lugar independiente de la condición de salud del sujeto, identificando inicialmente las dimensiones que la determinan, luego determinando los estándares en cada dimensión y finalmente integrando los juicios separados de cada uno de los dominios en una evaluación global de calidad de vida. (Smith, Avis & Assman, 1999).

Frente al trabajo del profesorado se toma como referencia a Perrenoud, (2001), aporta al registro sobre las dominancias que se vuelven garantes en la construcción de saberes como lo es 1 organizador de una pedagogía constructivista, 2. garante del sentido de los saberes, 3. creador de situaciones de aprendizaje, 4. gestor de la heterogeneidad, 5. regulador de los procesos y de los caminos de la formación. (p. 26)

Metodología utilizada

Para el presente proyecto, se pretende realizar desde el enfoque CUANTITATIVO, dado que se desea medir el fenómeno del Síndrome de Burnout y su efecto en la Calidad de Vida en docentes, usando instrumentos objetivos, con validez y confiabilidad. Además, tendrá un diseño NO EXPERIMENTAL debido a que no se manipularán variables independientes que puedan estar relacionadas con el Síndrome de Burnout y la Calidad de Vida de los docentes. Se realizarán mediciones de estas dos variables tal y como se presentan en los docentes de algunas instituciones educativas públicas del municipio de Bello. Así mismo se realizará en forma transversal, a partir del corte de información obtenida por medio del cuestionario con datos sociodemográficos y la aplicación de los dos instrumentos de recolección de información. Finalmente el alcance que tendrá este trabajo es DESCRIPTIVO y CORRELACIONAL, que se pretende caracterizar los aspectos asociados entre sí del síndrome de Burnout y la calidad de vida, así mismo establecer la correlación entre las dimensiones ya mencionadas.

Proceso de selección de muestras o de actores sociales.

De acuerdo al proceso de investigación, se tuvo en cuenta una muestra de 287 docentes, siendo 88 hombres y 199 mujeres, se realizó a partir del cálculo muestral, con un intervalo de confianza de 95% y una validez de 50%.

Selección de la muestra: la muestra se seleccionó de manera no aleatoria, teniendo en cuenta por conveniencia, la disponibilidad y voluntad de los rectores y docentes de las siguientes instituciones educativas oficiales del municipio de Bello:

- I.E. Alberto Días Muñoz
- I.E. Andrés Bello
- I.E. Concejo de Bello
- I.E. Atanasio Girardot
- I.E. Hernán Villa Baena
- I.E. Jorge Eliécer Gaitán Ayala
- I.E. Marco Fidel Suárez
- I.E. Raquel Jaramillo

- I.E Sagrado Corazón
- I.E. San Félix
- I.E. Tomás Cadavid

Criterios de Inclusión:

- ✓ Docentes de Instituciones Educativas de Bello vinculados al sector oficial (estatuto 2277, 1278 y provisionales).
- ✓ Docentes de los niveles preescolar, primaria y secundaria.
- ✓ Docentes de la zona rural y urbana
- ✓ Docentes con rango de edades entre los 25 y 65 años y con mínimo cinco años de experiencia en la docencia.

Técnicas e instrumentos correspondientes.

Para el desarrollo de la investigación, se tuvo en cuenta el cuestionario sociodemográfico (ver Anexo A), este fue realizado por las investigadoras con el fin de obtener y atender las necesidades de los participantes; el segundo cuestionario es el de calidad de vida WHOQOL-BREF (ver Anexo B), el WHOQOL, proporciona un perfil de calidad de vida, a partir de la autoevaluación, tiene un tiempo de referencia de dos semanas, cuenta con validez y confiabilidad estadística, mostrando adecuadas correlaciones y el ultimo CUESTIONARIO CESQT, que es el cuestionario de evaluación del síndrome de quemarse por el trabajo (ver Anexo D), el cual tiene una finalidad de evaluar los niveles, está formado por 30 ítems, La persona debe indicar con qué frecuencia experimenta cada una de las situaciones descritas en los elementos del cuestionario. Se distribuye en 4 dimensiones: Ilusión por el trabajo, Desgaste Psíquico, Indolencia y Culpa. (Gil, 2011).

Ruta de trabajo:

Inicialmente se realiza todo el proceso teórico y recopilación de información; se hace la selección de los instrumentos para la medición y posteriormente se realizan las visitas a las instituciones educativas, con previo consentimiento del secretario de educación municipal (ANEXO E) y acuerdo con los rectores interesados en facilitar la participación de los docentes para la aplicación auto diligenciada de los formularios. A cada grupo de docentes se les presenta

una breve explicación sobre el propósito de la prueba y el interés académico como parte de un trabajo de grado para la maestría en Educación y Desarrollo Humano y luego se procede a entregar a cada docente el consentimiento informado para su respectiva autorización y firma y seguidamente el paquete con los tres formularios: sociodemográfico, WHOQOL-BREF y CESQT. Este proceso se realizó en un período de tres meses.

Finalmente se realiza el proceso de análisis de datos bajo el estudio de la estadística y puntuación de los instrumentos, analizando los resultados y comparándolos con la información y teoría ya precisada, concluyendo debidamente a partir de la información triangulada. El software utilizado para este proceso es el IBM SPSS Statistics V 20.

Análisis de la información.

En cuanto a los datos socio demográfico se logró evidenciar que del total de la muestra (n= 287). La media de edad de la muestra fue de 44,69 (9,21), del total de la muestra 184 presentan síndrome de Burnout y 103 no lo presentan. Sólo dentro de las variables como escolaridad 12 personas no registraron algún dato, 5 en la variable estatuto y 11 en la variable estrato. Dentro de la variable de cómo se desplazan los docentes al trabajo, 2 se determinaron como datos perdidos.

Por su parte, en cuanto a los datos sociodemográficos se evidencia que en cuanto a la variable de estado civil, el 43,9% son casados, en cuando la variable académica el 34,1% son docentes licenciados y solos el 44,9% son especialistas, en cuanto a la variable de los medios de llegada al lugar de trabajo, registran el 40,4% se movilizan en bus; a partir de los resultados obtenidos, se logra evidencia que el diagnóstico del Síndrome de Burnout en los docentes, se logró evidenciar que, el 35,9% del total de la población no manifiestan tener síndrome de Burnout mientras que el 64,1% si manifiesta tenerlo.

En cuanto a la Institución Educativa, se logró evidenciar que los resultados referentes a los docentes que poseen síndrome de Burnout principalmente en instituciones como el Liceo Antioqueño, seguido del colegio Marco Fidel Suarez, Jorge Eliecer Gaitán y Tomas Cadavid, mientras que la institución con menor presencia del síndrome es la I.E. Andrés Bello.

En cuanto a la frecuencia de SB por sexo se determinó mayor proporción en el género femenino que en el masculino. (En este caso, se debe tener en cuenta que fueron evaluadas más mujeres que hombres en una relación proporcional de 1 hombre por cada 2,26 mujeres.

De acuerdo al cuestionario WHOQOL-BREF, los datos obtenidos reflejan que se encuentran alteradas todas las dimensiones de la calidad de vida, debido a que las puntuaciones nos dan resultados altos.

En cuanto a la prueba **t de student**, existen diferencias significativas en las dimensiones de CV entre los que presentan SB y los que no presentan. Esto indica, que independientemente que se presente SB, las dimensiones de calidad de vida se ven afectadas, lo cual podría dar a entender que existen otros factores desencadenantes hacia las dimensiones de calidad de vida. Donde se puede concluir que no solamente el SB, es uno de los causantes negativos de la CV, sin embargo cuando se presenta SB, la CV se ve afectada en un mayor nivel.

Finalmente y a partir del estudio estadístico, se puede observar que la correlación es significativa en el nivel 0,01, entre las dos variables la significancia es a mayor presencia del SB, se verá influenciada la calidad de vida, dentro de las dimensiones establecidas. Entonces indica que la variable SB, afecta considerablemente la variable de dimensiones de CV. Es así como se puede concluir que la presencia de SB, es considerado como un factor influyente en la CV, de manera negativa.

Hallazgos y conclusiones

De acuerdo al objetivo del presente estudio, donde se analizó la relación existente entre el Síndrome de Burnout y la calidad de vida de los docentes de instituciones educativas públicas del municipio de Bello; se puede establecer una aproximación entre la teoría registrada y los resultados arrojados por el presente trabajo de investigación, encontrándose de este modo, cómo efectivamente el síndrome de Burnout, tiene implicaciones negativas en la calidad de vida de los docentes, al igual que lo establecido por varios de los estudios analizados y utilizados como referentes teóricos y antecedentes para la presente investigación.

Este estudio consideró para su desarrollo dos hipótesis fundamentales: La primera (H1) desde una mirada correlacional, propone que la presencia del SB tiene una relación negativa con algunas de las dimensiones de la Calidad de Vida (física, psicológica, social o de entorno). La segunda hipótesis (H2), a modo descriptivo, plantea si los docentes que presentan SB tienen

menores puntajes en algunas de las dimensiones de la calidad de vida, en comparación con los docentes que no presentan SB. Teniendo en cuenta estos precedentes, se encuentra que los resultados obtenidos logran conexión con los antecedentes encontrados, más específicamente para la (H1).

De este modo, al partir inicialmente con el análisis de la primera hipótesis (H1), se comprueba efectivamente que, en presencia del Síndrome de Burnout, hay una afectación negativa, no en algunas, sino en todas las dimensiones de la calidad de vida; donde se puede afirmar que los docentes del municipio de Bello, evidencian deterioro de su bienestar físico, psicológico, social y de entorno. Así mismo, Gutiérrez (2006), menciona que el SB impacta negativamente la calidad de vida de los docentes y las personas que hacen parte de su entorno social y familiar, convirtiéndose en un trastorno adaptativo frente a la situación.

Uno de los mayores índices e influencia del SB, es sobre la dimensión emocional, donde según (Salas, 2010), se refiere al agotamiento de energía y de recursos personales emocionales. La persona inicia centrando su atención sobre situaciones negativas, o ver su contexto de forma negativa, lo que implica la disminución de factores motivantes o positivos, logrando así verse obligado a sobrellevar las situaciones, mas no a afrontarlas con los recursos personales.

Profundizando lo anterior, al analizar cada una de las dimensiones del SB (ilusión por el trabajo, desgaste psíquico, indolencia y culpa), estas refieren un conjunto de sentimientos positivos o negativos que generan desde sus características una asociación directa con la dimensión psicológica de la CV, la cual al verse afectada puede incidir negativamente sobre las otras dimensiones (física, psicológica, social y entorno) en la medida en que se va incrementando dicha afectación.

La incidencia actual del síndrome de burnout en los docentes, permite comprender la realidad que se está viviendo al interior de las instituciones educativas y cómo ello afecta la calidad de vida en todas sus dimensiones, esto cobra relevancia en la medida que sobresale cómo el SB tiene una implicación directa negativa sobre la dimensión emocional, a este punto hay que reconocer al ser humano como una integridad biopsicosocial, que permite la interacción de las conductas y el contexto, permitiendo así la exploración y expresión de emociones y sentimientos.

Según Rosas (2008), menciona que la dimensión emocional se ve afectada en la medida que es la forma de expresar el malestar y explorar la percepción de las situaciones desagradables que suceden en el contexto laboral. A partir que la satisfacción baja, directamente se verá disminuida la motivación y se generan sentimientos negativos, lo que incurre en la falta de placer y considerar las diversas situaciones como negativas.

Es así como al retomar la teoría que sirvió como referente en esta investigación, y en consonancia con la primera hipótesis (H1), estudios como los de Parada, Vargas y Velandia (2014), demostraron que los docentes que presentaban SB, evidenciaban igualmente, afectación negativa en las cuatro dimensiones de la calidad de vida, las cuales denominaron como: vitalidad, función social, rol emocional y salud mental.

De igual modo, Espinoza Díaz (2014), analizó hasta qué punto algunas condiciones de la calidad de vida asociadas a los ambientes laborales como: las relaciones entre el clima psicosocial, la personalidad y la inteligencia emocional de los docentes de educación infantil, primaria y secundaria, permitían establecer un modelo predictivo de la presencia del Burnout y cómo estas variables afectan el bienestar psicológico de los mismos. Los resultados pusieron en evidencia cómo las condiciones laborales desfavorables son determinantes en la aparición del SB.

Esta correlación es abordada más específicamente por Salas Dahlqvist (2010), quien estudia cómo algunas dimensiones de la Calidad de vida relacionadas con las condiciones laborales y del entorno pueden ser determinantes en la aparición del SB. Desde su investigación sobre Bienestar Psicológico y SB con docentes de la UGEL del Perú, establece que se dan correlaciones negativas entre el Bienestar Psicológico total y las dimensiones del SB, fluctuando entre -0.34 y -0.44. Además en la correlación con la dimensión entorno, la cual es definida desde el bienestar laboral, encontró correlaciones estadísticas negativas -0.44, con las dimensiones del SB ubicándose entre -0.30 y -0.35.

Con respecto a la segunda hipótesis (H2), se estableció una comparación entre los puntajes de los docentes con SB y sin SB y su respectiva correlación con los puntajes en las dimensiones de la calidad de vida en lo cual, paradójicamente, se encontró cómo no sólo las cuatro dimensiones de la calidad de vida se afectaban ante la presencia del SB, sino que en su ausencia, también la dimensión psicológica, física, social y de entorno estaban afectadas de un

modo negativo y con una puntuación media muy similar a las presentadas por los docentes que tenían SB.

Calidad de Vida	sin SB	con SB
	\bar{X}	\bar{X}
Bienestar físico	24,75	23,65
Bienestar psicológico	24,97	23,65
Bienestar social	11,98	10,92
Entorno	30,57	28,56

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

El análisis de este hecho ameritaría a futuro la realización de un estudio más específico sobre la calidad de vida de los docentes, en el cual se pueda ofrecer un mejor panorama y explicación sobre otros posibles factores determinantes del deterioro de la calidad de vida de los docentes independientemente de la presencia o ausencia del SB.

No obstante, y en relación con la H2, es pertinente aclarar para la discusión que, a pesar de encontrar en la literatura un amplio número de investigaciones en las cuales se analizaba el SB y su correlación con las diferentes dimensiones de la calidad de vida, no se encontró ningún estudio que estableciera una comparación directa entre los docentes con SB y sin SB en relación a sus puntajes con estas dimensiones.

Sin embargo, podría mencionarse aunque de manera prematura, que la similitud de los resultados de afectación en las dimensiones de la calidad vida evidenciados en este trabajo, obedece a una condición determinada y predecible de presencia del SB, si se tiene en cuenta tal como lo aborda Espinoza-Díaz (2014) la relación positiva o negativa que puede establecerse entre las variables asociadas al clima psicosocial, la personalidad y la inteligencia emocional, donde los resultados permiten concluir que dicha relación entre las dos primeras se encuentran sujetas a la estabilidad e inteligencia emocional de los docentes. Así, los resultados arrojados por quienes no presentan SB pero tienen afectada su calidad de vida, se manifiestan como factores condicionantes para presentar afectación del SB, sin embargo, minimizar dichos factores para prevenir su presencia dependerán de su estabilidad psicológica.

Frente a la limitación metodológica de este estudio, es necesario mencionar que la selección de la muestra fue realizada de manera no aleatoria y por conveniencia, debido a las

condiciones de disponibilidad de las directivas y docentes de las instituciones educativas para facilitar la actividad. Lo anterior, influyó en las variaciones del tamaño de las muestras por cada institución.

Conclusiones

La realización y análisis del presente estudio, permite presentar al lector las siguientes conclusiones:

En presencia del Síndrome de Burnout, hay una afectación negativa y significativa en cada una de las dimensiones de la calidad de vida, entendidas estas como el bienestar físico, el bienestar psicológico, el bienestar social y el entorno de los docentes del municipio de Bello.

Existe un deterioro en las dimensiones físicas, psicológicas, sociales y de entorno de la calidad de vida de los docentes oficiales del municipio de Bello. Por lo tanto, es muy posible que existan otros factores determinantes y para lo cual se recomienda a futuro, la realización de un estudio más profundo sobre los factores que afectan calidad de vida de los docentes del municipio de Bello.

Y finalmente, la presencia de Síndrome de Burnout en un 64% de los docentes oficiales del municipio de Bello, no es sólo es un indicador del deterioro de su calidad de vida, sino un factor de alerta para todos los entes responsables de la educación en el municipio como Alcaldía, Secretaría de Educación, EPS Red Vital, sindicato Antioqueño de docentes (ADIDA) y caja de compensación familiar (COMFENALCO).

Productos generados generación de nuevo conocimiento

Producto esperado	Indicador	Beneficiario
Investigación sobre la relación entre el Síndrome de Burnout y la calidad de vida de los docentes oficiales del municipio de Bello.	Acuso de recibo	Docentes del municipio de Bello.
Elaboración del artículo de resultados de la investigación sobre el Síndrome de Burnout y la calidad de vida de los docentes oficiales del municipio de Bello.	Publicación en revistas científicas	Comunidad científica y académica de las ciencias humanas.

Elaboración de tres artículos asociados al Síndrome de Burnout y/o Calidad de vida	Acuso de recibo	Comunidad científica y académica de las ciencias humanas.
Propuesta pedagógica LA CASA DEL MAESTRO BELLANITA, sustentada en de los resultados de la investigación sobre el Síndrome de Burnout y la calidad de vida de los docentes oficiales del municipio de Bello.	Acuso recibo CINDE Acuso recibo Secretaría de Educación de Bello	Docentes del municipio de Bello
Ponencia sobre resultados de la investigación en foro educativo del municipio de Bello año 2019	Notificación escrita de secretaría de educación para la participación en el foro educativo	Docentes y directivos docentes del municipio de Bello

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

A partir de la investigación realizada, se logra no solo conocer y realizar un análisis teórico sobre el fenómeno de estudio sino que además se logra, concretar que el SB, no solo se presenta generando dificultad en la calidad de vida, sino que además docentes que no presentan SB si puntúan de manera negativa ciertas dimensiones de calidad de vida, lo que indica que factores internos y externos logran desembocar en dimensiones de calidad de vida negativas y estas pueden estar generando así mismo una correlación significativa entre lo que es el SB y las dimensiones de CV.

Es por esto que, a partir de este proyecto, se hace necesario que, desde la Secretaría de Educación del municipio de Bello, la EPS Red Vital (que atiente la población docente del municipio), la caja de compensación COMFENALCO, el sindicato de docentes (ADIDA) y cada una de las instituciones educativas públicas, logren plantear estrategias preventivas e interventivas que apliquen a los posibles factores que desencadenen el síndrome de burnout. Pues además los cambios tanto positivos como negativos que se desencadenen de presentar el SB y de realizar una adecuada intervención, se verán reflejados en los resultados que se obtienen por medio de los estudiantes, además es necesario tener en cuenta que la labor que desempeñan los docentes logra enmarcar la diferencia en las sociedades y espacios en los que se desenvuelven.

Es así, como se propone que las instituciones educativas quienes tuvieron un máximo en puntuación en SB, logren desarrollar estrategias por las cuales se mitigue la sintomatología y se pueda mejorar los procesos que sobrecargan a nivel laboral al docente.

Esta investigación es una muestra de revisar las situaciones internas y externas de los docentes que permiten entrever y dar a conocer posibles situaciones que deben ser mejoradas para favorecer la calidad del ambiente laboral y por ende la calidad en la educación de las nuevas generaciones.

Lista de Referencias

- Aldrete, N; Vásquez, L; Aranda, C; Contreras, M; Oramas, A. (2012); Factores Psicosociales Laborales y Síndrome de Burnout en Profesores de Preparatoria de Guadalajara; Revista Cubana de Salud y Trabajo, Jalisco, México; 13(1):19-26. Recuperado en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/revcubsaltra/cst-2012/cst121c.pdf>.
- Ardila, R; (2003). Calidad de vida: Una definición integradora. Revista Latinoamericana de Psicología, 35, 163.
- Arias, W. y Jiménez, N; (2013); Síndrome de burnout en docentes de Educación Básica Regular de Arequipa; Educación Vol. XXII, N° 42, marzo 2013, pp. 53-76 / ISSN 1019-9403. Recuperado en: <http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2015/10/S%C3%ADndrome-de-burnout-en-profesores-PUCP.pdf>.
- Axayacalt, G; Celis, M; Moreno, S; Farias, F; Suárez, J; (2006); Síndrome de Burnout; Medgrapich: Atenisa; Arch Neurocién (Mex) Vol 11, No 4:305-309. Recuperado en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/arcneu/ane-2006/ane064m.pdf>.
- Badía Xavier, Salamero Manel, Alonso Jordi. “La Medida de la Salud. Guía de escalas de medición en español” Ed. Edimac. 2° Edición. Barcelona; 1999.
- Buzetti, M; (2005); VALIDACIÓN DEL MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI), EN DIRIGENTES DEL COLEGIO DE PROFESORES A.G. DE CHILE; Universidad de Chile Facultad de Ciencias Sociales Carrera de Psicología; Recuperado en: <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/137677/Memoria%20Titulo%20Validaci%C3%B3n%20MBI%20Burnout%20ver%20SISIB.pdf?sequence=1>.
- Consejo General de Psicología, (2014); Evaluación del Cuestionario CESQT; Recuperado en: <https://www.cop.es/uploads/PDF/2014/CESQT.pdf>.
- Correa, Z. (2012) El síndrome de Burnout en Profesores Universitarios de los sectores público y privado. *Epidemiología y Salud*. 1(2) p.p 19-24
- García, B., Loredo, J. y Carranza, G. (2008) Análisis de la práctica educativa de los docentes: pensamiento, interacción y reflexión. *REDIE*. 10.
- Gil, P; (2011); Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT). The Spanish Burnout Inventory (CESQT). Madrid: Editorial TEA Ediciones.

- Espinoza, M; (2014); Calidad De Vida Y Salud Ocupacional En Docentes: Efectos Del Clima Psicosocial, La Personalidad Y El Síndrome De Quemado En El. Tesis doctoral. Cataluña España 2014. Universitat Rovira I Virgili; Recuperado en: <http://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/284711/Tesi%20Ivette%20Espinoza%20Diaz.pdf?sequence=1>.
- Extremera, N; Fernández, P; Duran, A; (2003); Inteligencia Emocional y Burnout en Profesores, Encuentros en Psicología Social. Recuperado en: https://www.researchgate.net/profile/Pablo_Fernandez-Berrocal/publication/230887048_Inteligencia_emocional_y_burnout_en_profesores/links/09e41511c010b9aa7f000000.pdf
- Fernández, M; Zarate-Grajales, R; Bautista, L; Domínguez, P; Ortega-Vargas, C; Cruz-Corchado, M; Montesinos-Jiménez, G; (2012); Síndrome de burnout y enfermería. Evidencia para la práctica; Instituto nacional de ciencias médicas y nutrición Salvador Zubirán. México. Recuperado en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim-2012/eim121f.pdf>.
- Font, S; (2011); Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT). Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación/e Avaliação Psicológica (Rev Iberoam Diagn Ev).
- Grisales, H., Muñoz, Y., Osorio, D. y Robles, E. (2016). Síndrome de Burnout en el personal de enfermería de un hospital de referencia de Ibagué, Colombia. *Enfermería global*. 15(41)
- Gutiérrez, J; (1998); La promoción del estrés; Revista Electrónica De Psicología Vol. 2, No. 1, Enero 1998 ISSN 1137-8492; Recuperado en: <https://www.psiquiatria.com/revistas/index.php/psicologiacom/article/viewFile/617/595>.
- Gutiérrez, G; Celis, M; Moreno, S; Farías, F; Suarez, J; (2006); Síndrome de Burnout, Arch Neurocién (Mex) Vol. 11, No. 4: 305-309, 2
- Herranz, J; (2004); La Calidad De Vida, El Trabajo Y La Salud De Los Profesores Universitarios, Alicante España 2004. Universidad de Alicante. Departamento de Psicología de la Salud. Recuperado en: <http://hdl.handle.net/10045/3607>.

- Marrau, C; (2004); El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente; Fundamentos en humanidades Universidad Nacional de San Luis Año V - N° II (10/2004) 53 / 68 pp. Recuperado en: <http://www.redalyc.org/pdf/184/18401004.pdf>.
- Marqués, P. (2002). Los docentes: funciones, roles, competencias necesarias, formación. *UAB*. P.p 1-12
- McKinsey (2007) "How the world's best performing school systems come out on top".
Recuperado en: <http://www.iadb.org/es/temas/educacion/la-calidad-de-los-maestros-una-nueva-fuerza-docente,6474.html>
- Morales, L; Hidalgo, L; (2015); Síndrome de Bournut; Medicina Legal de Costa Rica - Edición Virtual; Vol. 32 (1), marzo 2015. ISSN 1409-0015; Recuperado en: <http://www.scielo.sa.cr/pdf/mlcr/v32n1/art14v32n1.pdf>.
- MEN; (2016); LA EDUCACIÓN EN COLOMBIA, Revisión de políticas nacionales de educación. Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico OCDE, Ministerio de Educación Nacional, Colombia, París. Recuperado en: http://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-356787_recurso_1.pdf.
- Nusbaum, M; Sen, A; (1998); La Calidad de Vida, Fondo de Cultura Económica, primera reimpresión en español, México D.F., 1998. Título original: The Quality of Life, Oxford University Press, The United Nations University. Recuperado en: <http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2013/jlmj/calidad-vida.html>
- Pando, M; Castañeda, J; Gregoris, M; Aguila, A; Ocampo, L; Navarrete, R; (2006); Factores psicosociales y síndrome de burnout en docentes de la Universidad del Valle de Atemajac, Guadalajara, México. SALUD EN TABASCO Vol. 12, No. 3, Septiembre-Diciembre. Recuperado en: <http://www.redalyc.org/pdf/487/48712304.pdf>.
- Parada, M; Vargas, K; Velandia, Y; (2014); Prevalencia del Síndrome de Agotamiento Profesional y su Relación con la Calidad De Vida en Salud de los docentes del municipio de Chía, Colombia. Universidad del Rosario de Colombia; Recuperado en: <http://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/4904/52154240-2014.pdf?sequence=1>.

- Perrenoud, P. (2001). La formación de los docentes en el siglo XXI. *Revista Tecnológica Educativa*. XIV (3), p.p 503-523
- Quiceno, J; Vinaccia, S; (2007); Burnout: Síndrome De Quemarse En El Trabajo (SQT); Act.Colom.Psicol. vol.10 no.2 Bogotá July/Dec. 2007; Recuperado en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-91552007000200012.
- Restrepo-Ayala, Nadia C, Colorado-Vargas, Gabriel O, & Cabrera-Arana, Gustavo A. (2006). Desgaste Emocional en Docentes Oficiales de Medellín, Colombia, 2005. *Revista de Salud Pública*, 8(1), 63-73. Retrieved August 04, 2017, Recuperado en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642006000100006&lng=en&tlng=es.
- Rodríguez, J; Guevara, A; Viramontes, E; (2017); Síndrome de burnout en docentes. IE Revista de Investigación Educativa de la Rediech, Recuperado en: <file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-SindromeDeBurnoutEnDocentes-6165566.pdf>.
- Rodríguez, M., Molina, J., Jiménez, C. y Pinzón, T. (2010). Calidad de vida y actividad física en estudiantes, docentes y administrativos de una universidad de Bogotá. *Cuadernos hispanoamericanos de psicología*. 11(1), p.p 19-37
- Rosas, C; (2008); Percepción de calidad de vida y promoción de la salud en adultos mayores pertenecientes a centros de atención primaria de Valdivia durante el año 2008; Valdivia-Chile. Recuperado en: <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2009/fmr789p/doc/fmr789p.pdf>.
- Salas Dahlqvist, Julio Javier (2010); Bienestar psicológico y síndrome de Burnout en docentes de la UGEL N°.7, Perú; recuperado en: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/cybertesis/616/Salas_dj.pdf
- Sánchez Gómez, José María (2015); Tesis doctoral Burnout, Resiliencia y Frustración Existencial en personal de la administración y servicios de la universidad de Zaragoza; España; recuperado en: file:///C:/Users/CPE/Downloads/DPETP_SanchezGomezJM_Burnout.pdf
- Verdugo, M; Arias, B; Gomez, L; Schalock; R; (2009); Escala GENCAT: Manual de aplicación de la escala GENCAT de calidad de vida; BIBLIOTECA DE CATALUNYA - DADES

CIP; ISBN 9788439379287; Recuperado en:

<http://inico.usal.es/documentos/EscalaGencatManualCAST.pdf>.

WHOQOL Group (1993) Study Protocol for the World Health Organization Project to develop a Quality of Life Assessment Instrument (WHOQOL) Qual Life Res, 2: 153-159.

Maestría en Educación y Desarrollo Humano

Cohorte UMZ 25

Línea de Investigación: Ambientes Educativos

Artículo de resultados

Proyecto de Investigación

Por:

Diana Stella Riaño Ruiz

María Adelaida Ortega Jaramillo

Gloria Isabel Saldarriaga Serna

Asesor

Olber Eduardo Arango Tobón

Sabaneta – Antioquia

2018

Síndrome de burnout y calidad de vida en docentes de instituciones educativas públicas del municipio de bello

Diana Stella Riaño Ruiz, María Adelaida Ortega Jaramillo y Gloria Isabel Saldarriaga Serna (docentes del sector oficial del municipio de Bello, aspirantes a título de Maestría en Educación y Desarrollo Humano del CINDE en convenio con la universidad de Manizales)

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la relación entre el Síndrome de Burnout y la calidad de vida de los docentes de Instituciones Educativas públicas del municipio de Bello, considerando el Síndrome de Burnout como una afectación crónica muy recurrente en la salud de los docentes y cómo ésta, puede afectar de manera significativa, algunas de las dimensiones de su calidad de vida. Se trata de un estudio con enfoque cuantitativo de diseño no experimental, descriptivo, correlacional y de corte transversal, aplicado a una muestra poblacional de 287 docentes de diferentes Instituciones Educativas del municipio de Bello, la cual fue seleccionada de forma no aleatoria y por conveniencia. Destacándose entre los resultados que, presencia del Síndrome de Burnout, hay una afectación negativa y significativa en cada una de las dimensiones de la calidad de vida, entendidas estas como el bienestar físico, psicológico, social y el entorno, lo cual permitió concluir que la presencia de SB en un 64% de los docentes oficiales del municipio de Bello, es uno de los indicadores determinantes en el deterioro de su calidad de vida.

Palabras claves: Síndrome de Burnout y Calidad de Vida y docentes

Abstract

The objective of this research was to analyze the relationship between the Burnout Syndrome and the quality of life of the teachers of Public Educational Institutions of the municipality of Bello, considering the Burnout Syndrome as a very recurrent chronic affectation in the health of the teachers and how this can significantly affect some of the dimensions of their quality of life. This is a study with a quantitative approach of non-experimental, descriptive, correlational and cross-sectional design, applied to a population sample of 287 teachers from different Educational Institutions of the municipality of Bello, which was selected non-randomly and for convenience. Standing out among the results that, presence of the Burnout Syndrome,

there is a negative and significant affectation in each one of the dimensions of the quality of life, understood these as the physical, psychological, social and environmental wellbeing, which allowed to conclude that the presence of SB in 64% of the official teachers of the municipality of Bello, is one of the determining indicators in the deterioration of their quality of life.

Keywords: Burnout syndrome, quality of life and teachers

Introducción

La labor del maestro de educación formal en nuestro sistema educativo colombiano, afronta una serie de riesgos y vicisitudes, muchas veces invisibilizadas, o en ocasiones notorias, pero ignoradas por la sociedad y sus instituciones. Los éxitos y los fracasos de los maestros en el sistema educativo, están profundamente determinados no sólo por su formación profesional, sino por las condiciones laborales y su propia calidad de vida. No obstante, se le endilga al maestro la responsabilidad de la formación para y en la vida de las nuevas generaciones (niños, adolescentes y jóvenes), se le culpa directamente de los desaciertos, de los vacíos y de los fracasos, pero muy pocas veces se hace un verdadero reconocimiento a su labor.

Adicional a lo anterior, existe una serie de afecciones, producto de las condiciones y exigencias laborales, profesionales, sociales y emocionales, que pueden poner en condición de vulnerabilidad al maestro, afectando significativamente su calidad de vida y por ende sus resultados como profesional en el campo educativo; tal es el caso del Síndrome de Burnout (SB), más conocido como el Síndrome del Quemado en el Trabajo (SQT), o también llamado Síndrome de Agotamiento Laboral (SAL), el cual fue detectado inicialmente en la década de los años setenta por el psiquiatra Freudenberger (1974), quien mientras trabajaba con pacientes tóxico maniacos, hizo una observación del personal voluntario que trabajaba con ellos, y observó que al cabo de un año presentaban síntomas como desmotivación, agotamiento, irritabilidad con sus pacientes, ansiedad y depresión. A partir de éste estudio aparece el término *Burnt-Out*, y en la década de los ochenta la psicóloga Cristina Maslach (EEUU) en un estudio en conjunto con el psicólogo Michael P. Leiter, acuñaron este término para definir una terna de síntomas que caracterizan esta afección laboral, tales como:

4. Agotamiento emocional
5. Despersonalización o Cinismo

6. Baja realización personal

La presencia de los tres síntomas en sus diferentes niveles (leve, moderado o severo), determinan la existencia o no del Síndrome de Burnout, y el cuestionario más utilizado y generalizado para su medición y cuantificación es el Maslach Burnout Inventory (MBI, Maslach 1986), y el cual está conformado por un conjunto de 22 preguntas con las cuales se determina la presencia y la intensidad del síndrome en las tres dimensiones (agotamiento, despersonalización y baja realización personal). Este cuestionario cuenta con unos altos niveles de confiabilidad y validez, reconocidas en un alto número de investigaciones relacionadas con la prevalencia de este síndrome en diferentes profesionales del campo de las humanidades. (Axayacalt, Celis, Moreno, Farias & Suárez, 2006). Además del MBI, se han creado otra serie de instrumentos con los cuales se puede medir el Síndrome de Burnout. A partir de los estudios y los instrumentos creados para su detección, podría decirse que el SB es un trastorno crónico intermedio entre el estrés laboral y la depresión; afecciones muy propias de empleados y profesionales que laboran específicamente en el campo humano, es decir, que su razón de ser es la atención y el servicio a otras personas. En todas se puede inferir que el SB, tiene una relación directa con la calidad de vida de los docentes, afectando dimensiones como: bienestar físico, bienestar material, bienestar social, desarrollo y bienestar emocional (Zubirán, 2013).

En el caso específico del municipio de Bello, se ha encontrado un vacío a nivel de investigaciones referentes al SB y la relación con la calidad de vida de los maestros, a pesar de hallarse en un reporte de la entidad prestadora de Salud de los docentes oficiales del municipio (Fundación Médico Preventiva, 2015) un alto índice de consulta por afecciones con diferente sintomatología, muchas de ellas posiblemente asociada al SB, y la comunicación (aunque aún sin determinar la cantidad) por parte de la secretaría de salud ocupacional de un alto ausentismo laboral.

Finalmente, es necesario precisar que a pesar de la amplia literatura encontrada sobre estudios descriptivos y correlacionales del síndrome de Burnout y la calidad de vida en docentes, se puede igualmente considerar, en primera instancia, un vacío teórico por parte de la Organización Mundial de la Salud en la definición del Síndrome de Burnout como enfermedad, ya que sólo se ha considerado desde el año 2000 por la OMS, como un factor de riesgo laboral, que afecta la calidad de vida y la salud mental de quien lo padece. Por otro lado, la escasa preocupación por parte de las instituciones y entidades responsables de la educación en el

mejoramiento de las condiciones laborales y calidad de vida de los mismos. En el contexto específico del municipio de Bello, y hasta la fecha, no se ha encontrado en la literatura un estudio referido al tema, que conlleve a una intervención eficiente, eficaz y efectiva que redunde en una mejora de las condiciones laborales y la calidad de vida de sus docentes y muy probablemente, en la calidad de la educación que reciben los estudiantes de preescolar, primaria y secundaria de las instituciones oficiales del municipio.

Método

El enfoque metodológico que orienta el presente estudio es cuantitativo de corte transversal, con diseño no experimental, alcance descriptivo y correlacional. El cálculo muestral, con un intervalo de confianza de 95% y una validez de 50%, la muestra está constituida inicialmente por 287 docentes 88 hombres y 199 mujeres. La muestra se seleccionó de manera no aleatoria, teniendo en cuenta por conveniencia, la disponibilidad de los docentes que voluntariamente accedieron a participar del estudio. Como instrumentos se utilizaron tres cuestionarios:

INSTRUMENTOS:

Cuestionario sociodemográfico: El cuestionario sociodemográfico que utilizamos en la investigación fue realizado por las investigadoras para atender a la necesidad de obtener información de los participantes. En él se indaga por los siguientes aspectos: Nombres y Apellidos, sexo, estado civil, asignación laboral, promedio de las horas laborales, títulos obtenidos, estatuto docente, vivienda, ciudad de residencia, barrio, estrato y se finaliza con dos preguntas: ¿Cómo se transporta habitualmente al trabajo? y ¿Cuánto tiempo se demora en promedio para llegar a la Institución Educativa? (Ver Anexo A).

Cuestionario de Calidad de Vida WHOQOL-BREF: El WHOQOL ha sido desarrollado de manera transcultural centrándose en la calidad de vida percibida por la persona. Proporciona un perfil de calidad de vida, dando una puntuación global de calidad de vida, de las áreas y de las facetas que lo componen. Fue diseñado para ser usado tanto en la población general como en pacientes. (Badía & Salamero, 2009). La fiabilidad de este instrumento es muy alta, con un alpha de Cronbach de 0,88. Las preguntas que contiene el WHOQOL son autoevaluaciones de la calidad de vida de la persona. Las preguntas han sido obtenidas a partir de grupos de opinión compuestos por tres tipos de poblaciones: personas en contacto con los servicios

sanitarios (pacientes), personal sanitario y personas de la población general. El WHOQOL fue desarrollado de forma paralela en 15 países y en la actualidad existe en más de treinta lenguas en casi 40 países. (Badia & Salamero, 2009).

En cuanto a la validez y confiabilidad estadística del instrumento, se administró el WHOQOL-100 a una muestra de 558 sujetos pacientes ambulatorios, población general, pacientes esquizofrénicos y cuidadores de pacientes esquizofrénicos viendo que el instrumento discriminaba entre los diferentes grupos (Lucas, 1998). Los coeficientes de las facetas variaban entre 0,43 (la faceta “seguridad física”) y 0,90; y los coeficientes de las áreas variaban entre 0,69 y 0,90 (según información personal de los autores de la adaptación). Las puntuaciones de las áreas producidas por el WHOQOL-BREF mostraron correlaciones de alrededor de 0,90 con las puntuaciones del WHOQOL-100. También mostraron una validez discriminante, de contenido y fiabilidad test-retest buenas. (WHOQOL, 1993).

Cuestionario CESQT : (Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo). Este cuestionario tiene como finalidad la evaluación de los niveles del síndrome de quemarse por el trabajo (burnout). También se incluye una versión alternativa, Desencanto profesional, dirigida a profesionales que no trabajan atendiendo directamente a personas. Está formado por 20 ítems que se valoran mediante un formato de respuesta de frecuencia de cinco puntos, desde Nunca (0) hasta Muy frecuentemente: todos los días (4). La persona debe indicar con qué frecuencia experimenta cada una de las situaciones descritas en los elementos del cuestionario. Se distribuye en 4 dimensiones: Ilusión por el trabajo, Desgaste Psíquico, Indolencia y Culpa. (Gil, 2011). Para la elaboración de los datos normativos del CESQT, el cuestionario fue administrado a una muestra de 12.025 participantes (65,5% mujeres) procedentes de los siguientes países: Argentina, Brasil, Chile, Colombia, Costa Rica, México, Perú, Portugal, Uruguay y España. Los dos sectores profesionales preferentes fueron educación (41,3%) y sanidad (27,6%). En cuanto a consistencia interna, las cuatro escalas presentaron valores alfa de Cronbach iguales o superiores a 0,70. La fiabilidad test-retest se analizó en una muestra española de 420 profesionales de la atención a discapacitados evaluados con un año de diferencia. Se

obtuvieron correlaciones significativas en la dirección esperada. (Font, 2011). Así mismo, el proceso de desarrollo del CESQT está muy bien fundamentado a nivel teórico y las evidencias de su buen funcionamiento son amplias y diversas, presentando buenos resultados. Los estudios psicométricos son variados y sus resultados evidencian que el instrumento cumple con las debidas garantías de fiabilidad y validez. (Gil, 2011). Lo que indica que, posee la confiabilidad y validez estadística capaz de garantizar la calidad de sus resultados.

PROCEDIMIENTO

Inicialmente se realiza todo el proceso teórico y recopilación de información; se hace la selección de los instrumentos para la medición y posteriormente se realizan las visitas a las instituciones educativas, con previo consentimiento del secretario de educación municipal y acuerdo con los rectores interesados en facilitar la participación de los docentes para la aplicación auto diligenciada de los formularios. A cada grupo de docentes se les presenta una breve explicación sobre el propósito de la prueba y el interés académico como parte de un trabajo de grado para la maestría en Educación y Desarrollo Humano y luego se procede a entregar a cada docente el consentimiento informado para su respectiva autorización y firma; seguidamente el paquete con los tres formularios: sociodemográfico, WHOQOL-BREF y CESQT. Este proceso se realizó en un período de tres meses.

Finalmente se realiza el proceso de análisis de datos bajo el estudio de la estadística y puntuación de los instrumentos, analizando los resultados y comparándolos con la información y teoría ya precisada, concluyendo debidamente a partir de la información triangulada. El software utilizado para este proceso es el IBM SPSS Statistics V 20.

Resultados

Se evaluaron un total de 287 docentes (tantos hombres y tantas mujeres). La media de edad fue de 44,69 años con una desviación estándar de 9,21 años. De acuerdo al CESQT se identificaron 184 docentes con SB y 103 sin SB..

TABLA N° 1 Distribución de frecuencias

Instituciones Educativas participantes

Institución Educativa	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Alberto Díaz Muñoz	20	7,0	7,0	7,0
Andrés Bello	10	3,5	3,5	10,5
Atanasio Girardot	22	7,7	7,7	18,1
Concejo De Bello	26	9,1	9,1	27,2
Hernán Villa Baena	21	7,3	7,3	34,5
Jorge Eliécer Gaitán	40	13,9	13,9	48,4
Liceo Antioqueño	38	13,2	13,2	61,7
Marco Fidel Suárez	28	9,8	9,8	71,4
Raquel Jaramillo	25	8,7	8,7	80,1
Sagrado Corazón	14	4,9	4,9	85,0
San Félix	16	5,6	5,6	90,6
Tomás Cadavid	27	9,4	9,4	100,0
TOTAL	287	100,0	100,0	100,0

. Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

Tabla N° 2 Datos sociodemográficos

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SEXO		
Hombre	88	30,7
Mujer	199	69,3
TOTAL	287	100
ESTRATO		
1	3	1
2	39	13,6
3	185	64,5
4	37	12,9
5	5	4,2
TOTAL	276	96,2
Perdidos en el sistema	11	3,8
ESTADO CIVIL		

Casado	126	43,9
Soltero	96	33,4
Separado	25	8,7
Viudo	3	1
Unión libre	24	8,4
Perdidos en el sistema	12	4,2
TOTAL	287	100
ESCOLARIDAD		
Licenciado	98	34,1
Especialización	129	44,9
Maestría	48	16,7
Otro	12	4,2
Total	287	100
TIPO DE VIVIENDA		
Propia	151	52,6
Arriendo	77	26,8
Familiar	54	18,8
Perdidos en el sistema	5	1,7
TOTAL	287	100
CÓMO SE DESPLAZA PARA EL COLEGIO		
Pie	54	18,8
Bus	116	40,4
Vehículo particular	81	28,2
Taxi	10	3,5
Metro	17	5,9
Bicicleta	5	1,7
Otros	2	0,7
Perdidos en el sistema	2	0,7
TOTAL	287	100

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

Tabla N° 3 Resultados síndrome de Burnout por sexo

Tabla cruzada DIAGNOSTICO SB*Sexo					
			Sexo		
			Hombre	Mujer	Total
DIAGNOSTICO SB	No tiene SB	Recuento	33	70	103
		% dentro de DIAGNOSTICO SB	32,0%	68,0%	100,0%
		% dentro de Sexo	37,5%	35,2%	35,9%
		% del total	11,5%	24,4%	35,9%
	Si tiene SB	Recuento	55	129	184
		% dentro de DIAGNOSTICO SB	29,9%	70,1%	100,0%
		% dentro de Sexo	62,5%	64,8%	64,1%
		% del total	19,2%	44,9%	64,1%
Total	Recuento	88	199	287	
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	30,7%	69,3%	100,0%	
	% dentro de Sexo	100,0%	100,0%	100,0%	
	% del total	30,7%	69,3%	100,0%	

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

En cuanto a la frecuencia de SB por sexo se determinó mayor proporción en el género femenino que en el masculino. En este caso, se debe tener en cuenta que fueron evaluadas más mujeres que hombres en una relación proporcional de 1 hombre por cada 2,26 mujeres.

Tabla N° 4 Institución Educativa*DIAGNOSTICO SB

Institución Educativa		Diagnóstico SB		Total
		No	Si	
Alberto Díaz Muñoz	Recuento	4	16	20
	% dentro de Institución Educativa	20,0%	80,0%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	3,9%	8,7%	7,0%
	% del total	1,4%	5,6%	7,0%
Andrés Bello	Recuento	5	5	10
	% dentro de Institución Educativa	50,0%	50,0%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	4,9%	2,7%	3,5%
	% del total	1,7%	1,7%	3,5%
Atanasio Girardot	Recuento	10	12	22
	% dentro de Institución Educativa	45,5%	54,5%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	9,7%	6,5%	7,7%
	% del total	3,5%	4,2%	7,7%
Concejo de	Recuento	9	17	26

Bello	% dentro de Institución Educativa	34,6%	65,4%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	8,7%	9,2%	9,1%
	% del total	3,1%	5,9%	9,1%
Hernán Villa Bahena	Recuento	8	13	21
	% dentro de Institución Educativa	38,1%	61,9%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	7,8%	7,1%	7,3%
	% del total	2,8%	4,5%	7,3%
Jorge Eliécer Gaitán Ayala	Recuento	20	20	40
	% dentro de Institución Educativa	50,0%	50,0%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	19,4%	10,9%	13,9%
	% del total	7,0%	7,0%	13,9%
Liceo Antioqueño	Recuento	12	26	38
	% dentro de Institución Educativa	31,6%	68,4%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	11,7%	14,1%	13,2%
	% del total	4,2%	9,1%	13,2%
Marco Fidel Suárez	Recuento	7	21	28
	% dentro de Institución Educativa	25,0%	75,0%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	6,8%	11,4%	9,8%
	% del total	2,4%	7,3%	9,8%
Raquel Jaramillo	Recuento	13	12	25
	% dentro de Institución Educativa	52,0%	48,0%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	12,6%	6,5%	8,7%
	% del total	4,5%	4,2%	8,7%
Sagrado Corazón	Recuento	2	12	14
	% dentro de Institución Educativa	14,3%	85,7%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	1,9%	6,5%	4,9%
	% del total	0,7%	4,2%	4,9%
San Félix	Recuento	5	11	16
	% dentro de Institución Educativa	31,3%	68,8%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	4,9%	6,0%	5,6%
	% del total	1,7%	3,8%	5,6%
Tomás Cadavid	Recuento	8	19	27
	% dentro de Institución Educativa	29,6%	70,4%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	7,8%	10,3%	9,4%
	% del total	2,8%	6,6%	9,4%
Total	Recuento	103	184	287
	% dentro de Institución Educativa	35,9%	64,1%	100,0%
	% dentro de DIAGNOSTICO SB	100,0%	100,0%	100,0%
	% del total	35,9%	64,1%	100,0%

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

En cuanto a las Instituciones Educativas, se evidenció un mayor número de docentes que presentaron síndrome de Burnout principalmente en instituciones como el Liceo Antioqueño, seguido del colegio Marco Fidel Suarez, Jorge Eliecer Gaitán y Tomas Cadavid, mientras que la institución con menor presencia del síndrome es la I.E. Andrés Bello.

TABLA N°5 Síndrome De Burnout y Calidad De Vida - Medias y desviaciones estándar

	\bar{X}	DS	MIN	MAX	1C (95%)	
					INF	SUP
Ilusión por el trabajo	1,14	0,18	0,33	1,33	1,12	1,17
Indolencia	0,36	0,25	0,0	1,13	0,33	0,39
Culpa	0,32	0,22	0,0	1,13	0,30	0,35
Desgaste psíquico	0,37	0,22	0,0	1,07	0,35	0,40
Total SB	2,21	0,51	1,27	3,87	2,15	2,27
Percepción individual CV	3,99	0,79	2	5	3,89	4,0
Percepción individual salud	3,62	0,99	2	5	3,50	3,75
Desgaste psíquico	0,37	0,22	0,0	1,07	0,35	0,40
Bienestar físico	23,98	2,92	17	34	23,62	24,34
Bienestar psicológico	23,85	2,84	14	29	23,50	24,20
Bienestar social	11,23	2,10	6	15	10,97	11,49
Entorno	29,28	4,09	19	40	28,78	29,79

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

De acuerdo al cuestionario CESQT, las personas que obtienen puntajes altos ($= \text{ó} > 2$) presentan burnout. De acuerdo a la tabla N° 4 en promedio hay presencia de Burnout (35,5% no presenta SB y el 64,5 si lo presenta), sin embargo, no se muestran alteradas ninguna de las 4 dimensiones de éste.

De acuerdo al cuestionario WHOQOL-BREF, los datos obtenidos reflejan que se encuentran alteradas todas las dimensiones de la calidad de vida, debido a que las puntuaciones nos dan resultados altos.

PERCEPCIÓN CALIDAD DE VIDA: Entre 1 y 2,33 es bajo; entre 2,34 y 3,66 es moderado; entre 3,67 y 5 es alto y la puntuación obtenida fue de 3,99.

PERCEPCIÓN SALUD: La puntuación obtenida fue de 3,62, lo que representa que está entre moderado y alto.

BIENESTAR FÍSICO: Entre 7 y 16 es bajo; entre 17 y 25 es moderado; entre 26 y 35 es alto y la puntuación obtenida fue de 23,98, lo que representa que está en un nivel alto.

BIENESTAR PSICOLÓGICO: De 6 a 14 es bajo; entre 15 y 22 es moderado; entre 23 y 30 es alto y la puntuación obtenida fue de 23,85, lo que representa un nivel alto.

BIENESTAR SOCIAL: De 3 a 7 es bajo; de 8 a 11 es moderado; entre 12 y 15 es alto y la puntuación obtenida fue de 11,23, lo que representa un nivel alto.

ENTORNO: Entre 8 y 18,6 es bajo; entre 18,67 y 29,32 es moderado; entre 29,33 y 40 es alto y la puntuación obtenida fue de 29,28, lo que representa un nivel alto.

A partir de esto, se puede concluir que las dimensiones de calidad de vida, puntúan en un nivel alto, teniendo en cuenta la incidencia del SB y así mismo factores externos.

TABLA N°6 Comparación presencia y ausencia de Síndrome de Burnout

Dimensiones de Calidad de Vida	Profesores sin SB		Profesores con SB		t (prueba t de student)	P valor
	\bar{X}	DS	\bar{X}	DS		
Bienestar físico	24,75	2,91	23,65	3,4	2,98	0,003
Bienestar psicológico	24,97	2,45	23,65	2,86	5,15	0,000
Bienestar social	11,98	2,04	10,92	2,06	4,20	0,000
Entorno	30,57	3,73	28,56	4,08	4,14	0,000

$P < 0.01$

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

De acuerdo a la prueba t de Student, se observa que en todas las dimensiones de calidad de vida hay diferencias significativas; los docentes con SB muestran menores puntajes en todas las dimensiones de calidad..

TABLA 7 Correlaciones entre SB y las dimensiones de la CV

VARIABLES	1	2	3	4	5
SB (1)	1	-0,26**	-0,427**	-0,344**	-0,282**
Bienestar físico (2)		1	0,573**	0,474**	0,458**
Bienestar psicológico (3)			1	0,603**	0,595**
Bienestar social (4)				1	0,495**
Entorno (5)					1

**la correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

De acuerdo con la matriz de correlaciones entre el SB y las diferentes dimensiones de calidad de vida, se observa que la presencia del SB afecta negativamente todas las dimensiones de calidad de vida de los docentes. Esto implica que en presencia del SB disminuyen significativamente el bienestar físico, psicológico, social y el entorno de los docentes.

Discusión

De acuerdo al objetivo del presente estudio, donde se analizó la relación existente entre el Síndrome de Burnout y la calidad de vida de los docentes de instituciones educativas públicas del municipio de Bello; se puede establecer una aproximación entre la teoría registrada y los resultados arrojados por el presente trabajo de investigación, encontrándose de este modo, cómo

efectivamente el síndrome de Burnout tiene implicaciones negativas en la calidad de vida de los trabajadores en general, como lo muestra algunos de los antecedentes de esta investigación, como la realizada por Arias y Jiménez (2013) cuando menciona que los docentes que laboran en instituciones educativas públicas y privadas de la ciudad de Arequipa; aplicó el IBM (Inventory Burnout Maslash) con una adaptación para profesores, encontrando que el 93,7% de los docentes hombres tiene un nivel moderado de burnout y el 6,3% tienen un nivel severo, mientras que el 91,5% de las docentes mujeres tiene un nivel moderado y el 7,5% tiene un nivel severo de síndrome de burnout.

Este estudio consideró para su desarrollo dos hipótesis fundamentales: La primera (H1) desde una mirada correlacional, propone que la presencia del SB tiene una relación negativa con algunas de las dimensiones de la Calidad de Vida (física, psicológica, social o de entorno). La segunda hipótesis (H2), a modo descriptivo, plantea si los docentes que presentan SB tienen menores puntajes en algunas de las dimensiones de la calidad de vida, en comparación con los docentes que no presentan SB. Teniendo en cuenta estos precedentes, se encuentra que los resultados obtenidos logran conexión con los antecedentes encontrados, más específicamente para la (H1).

De este modo, al partir inicialmente con el análisis de la primera hipótesis (H1), se comprueba efectivamente que en presencia del Síndrome de Burnout, hay una afectación negativa, no en algunas, sino en todas las dimensiones de la calidad de vida; donde se puede afirmar que los docentes del municipio de Bello, evidencian deterioro de su bienestar físico, psicológico, social y de entorno. Así mismo, Gutiérrez (2006), menciona que el SB impacta negativamente la calidad de vida de los docentes y las personas que hacen parte de su entorno social y familiar, convirtiéndose en un trastorno adaptativo frente a la situación.

Uno de los mayores índices e influencia del SB, es sobre la dimensión emocional, donde según Salas (2010), se refiere al agotamiento de energía y de recursos personales emocionales. La persona inicia centrando su atención sobre situaciones negativas, o ver su contexto de forma negativa, lo que implica la disminución de factores motivantes o positivos, logrando así verse obligado a sobrellevar las situaciones, mas no a afrontarlas con los recursos personales.

Profundizando lo anterior, al analizar cada una de las dimensiones del SB (ilusión por el trabajo, desgaste psíquico, indolencia y culpa), estas refieren un conjunto de sentimientos positivos o negativos que generan desde sus características una asociación directa con la dimensión psicológica de la CV, la cual al verse afectada puede incidir negativamente sobre las otras dimensiones (física, psicológica, social y entorno) en la medida en que se va incrementando dicha afectación.

La incidencia actual del síndrome de burnout en los docentes, permite comprender la realidad que se está viviendo al interior de las instituciones educativas y cómo ello afecta la calidad de vida en todas sus dimensiones, esto cobra relevancia en la medida que sobresale cómo el SB tiene una implicación directa negativa sobre la dimensión emocional, a este punto hay que reconocer al ser humano como una integridad biopsicosocial, que permite la interacción de las conductas y el contexto, permitiendo así la exploración y expresión de emociones y sentimientos, para esto desde la teoría y lo presupuesto por Rosas (2008) la dimensión emocional se ve afectada en la medida que es la forma de expresar el malestar y explorar la percepción de las situaciones desagradables que suceden en el contexto laboral. A partir que la satisfacción baja, directamente se verá disminuida la motivación y se generan sentimientos negativos, lo que incurre en la falta de placer y considerar las diversas situaciones como negativas.

Es así como al retomar la teoría que sirvió como referente en esta investigación, y en consonancia con la primera hipótesis (H1), estudios como el de Parada, Vargas y Velandia (2014), demostraron que los docentes que presentaban SB, evidenciaban igualmente, afectación negativa en las cuatro dimensiones de la calidad de vida, las cuales denominaron como: vitalidad, función social, rol emocional y salud mental.

De igual modo, Espinoza Díaz (2014) analizó hasta qué punto algunas condiciones de la calidad de vida asociadas a los ambientes laborales como: las relaciones entre el clima psicosocial, la personalidad y la inteligencia emocional de los docentes de educación infantil, primaria y secundaria, permitían establecer un modelo predictivo de la presencia del Burnout y cómo estas variables afectan el bienestar psicológico de los mismos. Los resultados pusieron en evidencia cómo las condiciones laborales desfavorables son determinantes en la aparición del SB, lo que daría una correlación positiva, frente a las hipótesis propuestas.

Esta correlación es abordada más específicamente por Salas Dahlqvist (2010), quien estudió cómo algunas dimensiones de la Calidad de vida relacionadas con las condiciones laborales y del entorno pueden ser determinantes en la aparición del SB. Desde su investigación sobre Bienestar Psicológico y SB con docentes de la UGEL del Perú, establece que se dan correlaciones negativas entre el Bienestar Psicológico total y las dimensiones del SB, fluctuando entre -0.34 y -0.44. Además en la correlación con la dimensión entorno, la cual es definida desde el bienestar laboral, encontró correlaciones estadísticas negativas -0.44, con las dimensiones del SB ubicándose entre -0.30 y -0.35.

Con respecto a la segunda hipótesis (H2), se estableció una comparación entre los puntajes de los docentes con SB y sin SB y su respectiva correlación con los puntajes en las dimensiones de la calidad de vida en lo cual, paradójicamente, se encontró cómo no sólo las cuatro dimensiones de la calidad de vida se afectaban ante la presencia del SB, sino que en su ausencia, también la dimensión psicológica, física, social y de entorno estaban afectadas de un modo negativo y con una puntuación media muy similar a las presentadas por los docentes que tenían SB.

Calidad de Vida	sin SB	con SB
	\bar{X}	\bar{X}
Bienestar físico	24,75	23,65
Bienestar psicológico	24,97	23,65
Bienestar social	11,98	10,92
Entorno	30,57	28,56

Fuente: Riaño, Ortega y Saldarriaga (2018)

El análisis de este hecho ameritaría a futuro la realización de un estudio más específico sobre la calidad de vida de los docentes, en el cual se pueda ofrecer un mejor panorama y explicación sobre otros posibles factores determinantes del deterioro de la calidad de vida de los docentes independientemente de la presencia o ausencia del SB.

Sin embargo, podría mencionarse aunque de manera prematura, que la similitud de los resultados de afectación en las dimensiones de calidad de vida evidenciados en este trabajo, obedece a una condición determinada y predecible de presencia del SB, si se tiene en cuenta tal

como lo aborda Espinoza-Díaz (2014) la relación positiva o negativa que puede establecerse entre las variables asociadas al clima psicosocial, la personalidad y la inteligencia emocional, donde los resultados permiten concluir que dicha relación entre las dos primeras se encuentra sujeta a la estabilidad e inteligencia emocional de los docentes. Así, los resultados arrojados por quienes no presentan SB pero tienen afectada su calidad de vida, se manifiestan como factores condicionantes para presentar afectación del SB, sin embargo, minimizar dichos factores para prevenir su presencia dependerán de su estabilidad psicológica.

Entonces, si hay una asociación entre el SB y ciertas dimensiones de calidad de vida, como lo es las emocionales, siendo esto una correlación positiva entre estos dos factores, que logran influir de manera negativa, sobre los docentes, habrá que esclarecer ahora un programa de intervención que permita escatimar cada una de las dimensiones que representan una influencia sobre las variables. Aun así, hay que resaltar que se ve la influencia en mayor proporción a nivel físico y psicológico, lo que permite evaluar las pautas de intervención.

Frente a la limitación metodológica de este estudio, es necesario mencionar que la selección de la muestra fue realizada de manera no aleatoria y por conveniencia, debido a las condiciones de disponibilidad de las directivas y docentes de las instituciones educativas para facilitar la actividad. Lo anterior, influyó en las variaciones del tamaño de las muestras por cada institución.

Conclusiones

La realización y análisis del presente estudio, permite presentar al lector las siguientes conclusiones:

En presencia del Síndrome de Burnout, hay una afectación negativa y significativa en cada una de las dimensiones de la calidad de vida, entendidas éstas como el bienestar físico, el bienestar psicológico, el bienestar social y el entorno de los docentes del municipio de Bello. Aun así, se sobrevalora la dimensión física y psicológica, como las que se observa con mayor afectación, y es aquí donde las líneas de investigación e intervención deben generar sustentos teóricos que den noción de como desde las instituciones coadyuvar con mitigar los niveles de influencia o darles la debida atención para no generar incrementos de malestar.

Existe un deterioro en las dimensiones físicas, psicológicas, sociales y de entorno de la calidad de vida de los docentes oficiales del municipio de Bello que no presentaron SB. Por lo tanto, es muy posible que existan otros factores determinantes y para lo cual se recomienda a futuro, la realización de un estudio más profundo sobre los factores que afectan calidad de vida de los docentes del municipio de Bello.

De igual forma se sugiere que se realicen estudios que muestren a profundidad que factores o dominios, son los que se ven en mayoría afectados frente a la calidad de vida, con darle atención próxima; ahora en cuanto al SB, se puede establecer que se hace necesario que se tomen en cuenta políticas y normatividades que permitan esclarecer rutas de atención y apoyo en las diferentes entidades e instituciones en las que se presenta, no solo con el fin de mejorar la productividad, sino que haciendo reconocimiento al bienestar del recurso humano, para que puedan propender por mejorar la garantía del servicio o conocimiento que prestan, si se traslada al ámbito de la docencia, es necesario que estos niveles de SB, sean controlados y manejados, pues son los docentes quienes dan la base del conocimiento e imparten en las nuevas generaciones.

Y finalmente, la presencia de Síndrome de Burnout en un 64% de los docentes oficiales del municipio de Bello, no es sólo es un indicador del deterioro de su calidad de vida, sino un factor de alerta para todos los entes responsables de la educación en el municipio como Alcaldía, Secretaría de Educación, EPS Red Vital, sindicato Antioqueño de docentes (ADIDA) y caja de compensación familiar (COMFENALCO).

Lista de Referencias

- Aldrete, N; Vásquez, L; Aranda, C; Contreras, M; Oramas, A. (2012); Factores Psicosociales Laborales y Síndrome de Burnout en Profesores de Preparatoria de Guadalajara; Revista Cubana de Salud y Trabajo, Jalisco, México; 13(1):19-26. Recuperado en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/revcubsaltra/cst-2012/cst121c.pdf>.
- Ardila, R; (2003). Calidad de vida: Una definición integradora. Revista Latinoamericana de Psicología, 35, 163.
- Arias, W. y Jiménez, N; (2013); Síndrome de burnout en docentes de Educación Básica Regular de Arequipa; Educación Vol. XXII, N° 42, marzo 2013, pp. 53-76 / ISSN 1019-9403. Recuperado en: <http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2015/10/S%C3%ADndrome-de-burnout-en-profesores-PUCP.pdf>.
- Axayacalt, G; Celis, M; Moreno, S; Farias, F; Suárez, J; (2006); Síndrome de Burnout; Medgrapich: Atenisa; Arch Neurocién (Mex) Vol 11, No 4:305-309. Recuperado en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/arcneu/ane-2006/ane064m.pdf>.
- Badía Xavier, Salamero Manel, Alonso Jordi. “La Medida de la Salud. Guía de escalas de medición en español” Ed. Edimac. 2° Edición. Barcelona; 1999.
- Buzetti, M; (2005); VALIDACIÓN DEL MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI), EN DIRIGENTES DEL COLEGIO DE PROFESORES A.G. DE CHILE; Universidad de Chile Facultad de Ciencias Sociales Carrera de Psicología; Recuperado en: <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/137677/Memoria%20Titulo%20Validaci%C3%B3n%20MBI%20Burnout%20ver%20SISIB.pdf?sequence=1>.
- Consejo General de Psicología, (2014); Evaluación del Cuestionario CESQT; Recuperado en: <https://www.cop.es/uploads/PDF/2014/CESQT.pdf>.
- Correa, Z. (2012) El síndrome de Burnout en Profesores Universitarios de los sectores público y privado. *Epidemiología y Salud*. 1(2) p.p 19-24
- García, B., Loredo, J. y Carranza, G. (2008) Análisis de la práctica educativa de los docentes: pensamiento, interacción y reflexión. *REDIE*. 10.
- Gil, P; (2011); Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT). The Spanish Burnout Inventory (CESQT). Madrid: Editorial TEA Ediciones.

- Espinoza, M; (2014); Calidad De Vida Y Salud Ocupacional En Docentes: Efectos Del Clima Psicosocial, La Personalidad Y El Síndrome De Quemado En El. Tesis doctoral. Cataluña España 2014. Universitat Rovira I Virgili; Recuperado en: <http://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/284711/Tesi%20Ivette%20Espinoza%20Diaz.pdf?sequence=1>.
- Extremera, N; Fernández, P; Duran, A; (2003); Inteligencia Emocional y Burnout en Profesores, Encuentros en Psicología Social. Recuperado en: https://www.researchgate.net/profile/Pablo_Fernandez-Berrocal/publication/230887048_Inteligencia_emocional_y_burnout_en_profesores/links/09e41511c010b9aa7f000000.pdf
- Fernández, M; Zarate-Grajales, R; Bautista, L; Domínguez, P; Ortega-Vargas, C; Cruz-Corchado, M; Montesinos-Jiménez, G; (2012); Síndrome de burnout y enfermería. Evidencia para la práctica; Instituto nacional de ciencias médicas y nutrición Salvador Zubirán. México. Recuperado en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim-2012/eim121f.pdf>.
- Font, S; (2011); Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT). Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación/e Avaliação Psicológica (Rev Iberoam Diagn Ev).
- Grisales, H., Muñoz, Y., Osorio, D. y Robles, E. (2016). Síndrome de Burnout en el personal de enfermería de un hospital de referencia de Ibagué, Colombia. *Enfermería global*. 15(41)
- Gutiérrez, J; (1998); La promoción del estrés; Revista Electrónica De Psicología Vol. 2, No. 1, Enero 1998 ISSN 1137-8492; Recuperado en: <https://www.psiquiatria.com/revistas/index.php/psicologiacom/article/viewFile/617/595>.
- Gutiérrez, G; Celis, M; Moreno, S; Farías, F; Suarez, J; (2006); Síndrome de Burnout, Arch Neurocién (Mex) Vol. 11, No. 4: 305-309, 2
- Herranz, J; (2004); La Calidad De Vida, El Trabajo Y La Salud De Los Profesores Universitarios, Alicante España 2004. Universidad de Alicante. Departamento de Psicología de la Salud. Recuperado en: <http://hdl.handle.net/10045/3607>.

- Marrau, C; (2004); El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente; Fundamentos en humanidades Universidad Nacional de San Luis Año V - N° II (10/2004) 53 / 68 pp. Recuperado en: <http://www.redalyc.org/pdf/184/18401004.pdf>.
- Marqués, P. (2002). Los docentes: funciones, roles, competencias necesarias, formación. *UAB*. P.p 1-12
- McKinsey (2007) "How the world's best performing school systems come out on top".
Recuperado en: <http://www.iadb.org/es/temas/educacion/la-calidad-de-los-maestros-una-nueva-fuerza-docente,6474.html>
- Morales, L; Hidalgo, L; (2015); Síndrome de Bournut; Medicina Legal de Costa Rica - Edición Virtual; Vol. 32 (1), marzo 2015. ISSN 1409-0015; Recuperado en: <http://www.scielo.sa.cr/pdf/mlcr/v32n1/art14v32n1.pdf>.
- MEN; (2016); LA EDUCACIÓN EN COLOMBIA, Revisión de políticas nacionales de educación. Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico OCDE, Ministerio de Educación Nacional, Colombia, París. Recuperado en: http://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-356787_recurso_1.pdf.
- Nusbaum, M; Sen, A; (1998); La Calidad de Vida, Fondo de Cultura Económica, primera reimpresión en español, México D.F., 1998. Título original: The Quality of Life, Oxford University Press, The United Nations University. Recuperado en: <http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2013/jlmj/calidad-vida.html>
- Pando, M; Castañeda, J; Gregoris, M; Aguila, A; Ocampo, L; Navarrete, R; (2006); Factores psicosociales y síndrome de burnout en docentes de la Universidad del Valle de Atemajac, Guadalajara, México. SALUD EN TABASCO Vol. 12, No. 3, Septiembre-Diciembre. Recuperado en: <http://www.redalyc.org/pdf/487/48712304.pdf>.
- Parada, M; Vargas, K; Velandia, Y; (2014); Prevalencia del Síndrome de Agotamiento Profesional y su Relación con la Calidad De Vida en Salud de los docentes del municipio de Chía, Colombia. Universidad del Rosario de Colombia; Recuperado en: <http://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/4904/52154240-2014.pdf?sequence=1>.

- Perrenoud, P. (2001). La formación de los docentes en el siglo XXI. *Revista Tecnológica Educativa*. XIV (3), p.p 503-523
- Quiceno, J; Vinaccia, S; (2007); Burnout: Síndrome De Quemarse En El Trabajo (SQT); Act.Colom.Psicol. vol.10 no.2 Bogotá July/Dec. 2007; Recuperado en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-91552007000200012.
- Restrepo-Ayala, Nadia C, Colorado-Vargas, Gabriel O, & Cabrera-Arana, Gustavo A. (2006). Desgaste Emocional en Docentes Oficiales de Medellín, Colombia, 2005. *Revista de Salud Pública*, 8(1), 63-73. Retrieved August 04, 2017, Recuperado en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642006000100006&lng=en&tlng=es.
- Rodríguez, J; Guevara, A; Viramontes, E; (2017); Síndrome de burnout en docentes. IE Revista de Investigación Educativa de la Rediech, Recuperado en: <file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-SindromeDeBurnoutEnDocentes-6165566.pdf>.
- Rodríguez, M., Molina, J., Jiménez, C. y Pinzón, T. (2010). Calidad de vida y actividad física en estudiantes, docentes y administrativos de una universidad de Bogotá. *Cuadernos hispanoamericanos de psicología*. 11(1), p.p 19-37
- Rosas, C; (2008); Percepción de calidad de vida y promoción de la salud en adultos mayores pertenecientes a centros de atención primaria de Valdivia durante el año 2008; Valdivia-Chile. Recuperado en: <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2009/fmr789p/doc/fmr789p.pdf>.
- Salas Dahlqvist, Julio Javier (2010); Bienestar psicológico y síndrome de Burnout en docentes de la UGEL N°.7, Perú; recuperado en: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/cybertesis/616/Salas_dj.pdf
- Sánchez Gómez, José María (2015); Tesis doctoral Burnout, Resiliencia y Frustración Existencial en personal de la administración y servicios de la universidad de Zaragoza; España; recuperado en: file:///C:/Users/CPE/Downloads/DPETP_SanchezGomezJM_Burnout.pdf
- Verdugo, M; Arias, B; Gomez, L; Schalock; R; (2009); Escala GENCAT: Manual de aplicación de la escala GENCAT de calidad de vida; BIBLIOTECA DE CATALUNYA - DADES

CIP; ISBN 9788439379287; Recuperado en:

<http://inico.usal.es/documentos/EscalaGencatManualCAST.pdf>.

WHOQOL Group (1993) Study Protocol for the World Health Organization Project to develop a Quality of Life Assessment Instrument (WHOQOL) Qual Life Res, 2: 153-159.

Artículo Científico

Por: Diana Stella Riaño Ruíz

Las relaciones interpersonales en el desempeño de la labor docente y el Burnout

“El conocimiento del “otro” permite el reconocimiento de uno mismo. Sin embargo, conocer a “otro” también supone el respeto del otro, no el enaltecimiento de la propia identidad que es en definitiva lo que según ella provoca una educación cívica nacional”

Martha Nussbaum (s.f)

Resumen

El presente artículo presenta y describe cómo las relaciones interpersonales afectan en el desempeño de la labor docente. En cuanto a su aspecto metodológico, el estudio corresponde a una investigación cuantitativa, con diseño no experimental, con un alcance descriptivo correlacional. Igualmente, en el artículo se resalta, que es válido reconocer como unidades de análisis, los tipos de relaciones que se pueden establecer, los estilos de comunicación, los factores que influyen en las interacciones sociales y cómo todos estos componentes intervienen en el desempeño y la satisfacción laboral. Es así, como es importante hacer énfasis en el síndrome de Burnout, el cual puede presentarse cuando estas relaciones en el ambiente laboral no se llevan a cabo de una manera satisfactoria. Finalmente, se describen diversas estrategias, que abren un abanico de posibilidades para fortalecer las relaciones interpersonales, docentes, desempeño laboral, síndrome de Burnout.

Palabras clave: Relaciones interpersonales, docentes, desempeño laboral, síndrome de burnout.

Abstract

This paper describing how interpersonal relationships affect the performance of teaching work. Regarding the methodological aspect, the study corresponds to a quantitative research, which was not an experimental design, but with a descriptive and correlational scope. Likewise, the article highlights that it is valid to recognize as units of analysis, the types of relationships that can be

established, the communication styles, the factors that influence social interactions and how all these components intervene in performance and work satisfaction. These emphasize the Burnout Syndrome, which can occur when these relationships in the workplace are not carried out in a satisfactory manner. Finally, various strategies are described, which open a range of possibilities to strengthen interpersonal relationships in the educational context.

Key Words: Interpersonal relationships, teachers, job performance, Burnout Syndrome

Introducción

Los contextos educativos se han establecido como sistemas complejos que están organizados y conformados a través de diversos factores que se interrelacionan entre sí y, a su vez, determinan el funcionamiento del mismo, dentro de los cuales se encuentran las relaciones interpersonales generadas entre docentes, estudiantes y padres de familia, a consecuencia de que los seres humanos son seres sociales por naturaleza, estando en permanente contacto y relación con otros pares.

Uno de los protagonistas de las comunidades educativas son los docentes quienes tienen gran responsabilidad en el proceso de educación de tal manera que sus actitudes, comportamientos, lenguaje, creencias, valores, motivaciones, etc., influyen en su actividad laboral y en las relaciones interpersonales que establecen con los demás, asimismo la satisfacción laboral se ve afectada por la manera en que se establezcan esas interacciones con los demás integrantes de la comunidad educativa.

Es por esto que se recalca la importancia de establecer relaciones interpersonales saludables en donde se permita facilitar actitudes positivas, desarrollo de habilidades sociales, de empatía, resolución de conflictos basados en el diálogo y la comunicación asertiva donde se respete la opinión de los demás, las diferencias existentes y así promover el bienestar social no solo de los docentes sino de todos los integrantes de la comunidad educativa, pues la educación es una construcción que está bajo la responsabilidad de toda la sociedad.

Marco teórico

Así como lo menciona Blanco (2009), la escuela, desde un punto de vista sociopolítico, se define como:

Una institución social específicamente creada para la transmisión de los conocimientos, la formación de habilidades y la adquisición de valores democráticos. Está ubicada en un espacio físico concreto, con una distribución temporal particular interna y una serie de pautas de comportamiento y normas que la rigen. (p.286).

De allí que, este tipo de organizaciones afectan de manera directa a sus integrantes principalmente a los docentes, quienes a su vez ejercen un rol dinamizador dentro de estos procesos, siendo responsables de la efectividad de los procesos educativos que se ejecutan por medio de esta organización.

Así mismo, esto yace con base al clima organizacional existente en esta institución, de tal manera que sus actitudes, sus comportamientos, motivaciones, etc., tienen una gran influencia en la manera en que se desarrolla el clima escolar, es decir, que el comportamiento del individuo en una organización depende tanto de sus características personales como del entorno en el que se encuentra, estos componentes conforman lo que se denomina clima organizacional.

Así como lo menciona Blanco (2009), la escuela, desde un punto de vista sociopolítico, se define como:

Una institución social específicamente creada para la transmisión de los conocimientos, la formación de habilidades y la adquisición de valores democráticos. Está ubicada en un espacio físico concreto, con una distribución temporal particular interna y una serie de pautas de comportamiento y normas que la rigen. (p.286).

De allí que, este tipo de organizaciones afectan de manera directa a sus integrantes principalmente a los docentes, quienes a su vez ejercen un rol dinamizador dentro de estos procesos, siendo responsables de la efectividad de los procesos educativos que se ejecutan por medio de esta organización.

Así mismo, esto yace con base al clima organizacional existente en esta institución, de tal manera que sus actitudes, sus comportamientos, motivaciones, etc., tienen una gran influencia en la manera en que se desarrolla el clima escolar, es decir, que el comportamiento del individuo en una organización depende tanto de sus características personales como del entorno en el que se encuentra, estos componentes conforman lo que se denomina clima organizacional.

Por su parte, los centros educativos son conscientes de la importancia de las relaciones interpersonales, así como de las implicaciones que pueden llegar a tener en el funcionamiento y organización de la institución, además, uno de los factores más importantes dentro de una organización son sus miembros, quienes por medio de las interacciones crean un sistema de comunicación y tejen una red de relaciones que tienen implicaciones en la dinámica del centro educativo (Martín, 2005).

En este sentido las relaciones interpersonales son definidas como el conjunto de interacciones que se da entre dos o más personas constituyendo así un medio para comunicarse, expresar sentimientos y opiniones, también son fuente de oportunidades, diversión y entretenimiento para las personas, son una fuente de aprendizaje y enriquecimiento personal ya

que permite fortalecer el trato que se le da a los demás, mejorar el comportamiento social y también genera satisfacción de la curiosidad pues a partir del intercambio de información se van modificando no sólo los conocimientos sino también las impresiones y opiniones que se tienen de los demás. (Silviera, 2014).

Es decir, que las relaciones interpersonales en los docentes surgen a partir del trabajo que se desarrolla en un mismo ambiente y de la interacción ya sea positiva o negativa que se establece con los demás, razón por la cual se destaca que en esa interrelación intervienen factores de personalidad, valores, ambiente, entre otros. (Silviera, 2014).

Por lo cual, es necesario mencionar que según Silviera (2014), existen ciertas bases que influyen de manera directa en las relaciones interpersonales las cuales se describen a continuación:

La percepción, siendo definida como la impresión que los demás tienen acerca de uno mismo, en torno a estas percepciones giran los pensamientos y relaciones que se dan en las interacciones con los demás. Es decir, que no es un proceso neutral, sino que hay aspectos subjetivos de cada persona como por ejemplo la percepción que tiene del mundo y los intereses internos que lo movilizan razón por la cual esa primera impresión puede ser favorable en algunos casos y en otros no.

La simplificación, la cual hace referencia a la tendencia de reducir todo lo que se percibe en los demás, es decir se piensa de lo particular a lo general, se reduce a la persona a solo unos aspectos y no es visto en su complejidad.

Y la persistencia, la cual se refiere a que las personas mantienen la imagen primaria que crearon acerca de las personas de tal manera que cuando observan comportamientos diferentes que pueden modificar esa primera impresión, sigue y persiste en confirmar primera percepción en lugar de dar paso a esa nueva información que está recibiendo.

Siguiendo según Zupiria (2015) aquellas que se describen a continuación las relaciones íntimas-superficiales, siendo las íntimas aquellas en las que se satisfacen los deseos y afecciones unos con otros y en la superficial no ocurre lo mismo, un claro ejemplo son las relaciones laborales.

Relaciones personales-sociales, en este tipo el autor plantea que es necesario delimitar los tipos de identidad en una persona ya que estos son puntos de referencia en las relaciones interpersonales, afirma que son tres tipos: Identidad personal la cual es estrictamente individual,

por su parte la identidad social se refiere a la interacción entre varias personas y la pertenencia a un grupo social, y la identidad humana que se construye por medio de las experiencias y emociones vividas en el transcurso de la vida de las personas. (p. 45)

Relaciones Amorosas, están conformadas por tres elementos que son la pasión, el compromiso y la intimidad, y es específicamente el compromiso el factor en el que se basa una relación profesional, ya que el trabajo implica diversos tipos de responsabilidades. Este tipo de relación implica diferentes tipos de interacciones entre las que se encuentran la amistad en la que se ven reflejados aspectos íntimos y de la personalidad, la relación pasional, la relación formal en la que predominan aspectos legales, la relación romántica en la que se observa la interacción de la pasión y la intimidad, el apego que combina intimidad y compromiso, relación fatua en la que predomina la pasión y el compromiso, el amor pleno es la relación en la cual hay un equilibrio entre el compromiso, intimidad y pasión.

Por lo cual, el dinamismo de las relaciones interpersonales involucra toda una serie de componentes, variables y estilos que repercuten directamente, con rol individual y colectivo de cada miembro y grupo de trabajo.

Así como lo menciona este mismo autor, recalcando la importancia de identificar con que estilo se relacionan las personas y no confundirlos, ya que, por ejemplo, tanto el agresivo como el asertivo pueden decir que no, la diferencia está en que el asertivo sabe explicar el porqué de su respuesta negativa mientras que el agresivo no cuenta con esta habilidad de expresar correctamente sus ideas, lo mismo puede suceder con aquellas personas que se les dificulta decir que no, ya que no saben manifestar su inconformidad o expresar sus sentimientos, son personas que así como aceptan la opinión de los demás también pueden presentar cierta tendencia a la victimización o sumisión, en relación a los manipuladores su principal característica es la duplicidad pues no sabe expresar un no y tampoco manifiesta su inconformidad, con el fin de conseguir su objetivo puede utilizar sentimientos y pensamientos no propios de él mismo, indaga antes de entrar a discutir, también puede reflejar que está de parte de la otra persona con el fin de confundirlo y llegar al fin con un acuerdo satisfactorio, pero solo para la persona manipuladora. (Zupiria, 2015, p. 47)

Es así como, Aadmot (2010) describe los factores que intervienen en las relaciones interpersonales entre los que se encuentran:

La personalidad la cual se concibe como la suma total de las formas en que una persona reacciona e interactúa con los demás, es decir, es el todo que conforma a los individuos.

Los determinantes de la personalidad son: la herencia, que son los factores transmitidos genéticamente como la estatura, el sexo, el temperamento, entre otros; también se encuentra el ambiente que hace referencia al medio o el entorno en el cual las personas crecen y se desarrollan y los diferentes sistemas a los que pertenece como la familia, los amigos, grupos sociales, etc., y la situación que son los diversos momentos de la vida que van a moldear el carácter de las personas. (p. 12)

Agregado a esto la personalidad tiene unas características como la extroversión, la afabilidad, la rectitud, estabilidad emocional y apertura a la experiencia.

Otro factor que influye en las relaciones interpersonales son los valores los cuales constituyen convicciones generales de un modo específico del comportamiento, es decir, son los que generan en la persona la concepción de lo que es bueno o malo.

Las actitudes, reflejan como las personas se sienten en una situación determinada, aquí se ven incluidos aspectos cognitivos, afectivos y comportamentales.

Un aspecto básico para establecer buenas relaciones interpersonales es la inteligencia emocional, desde este enfoque se considera que las personas emocionalmente inteligentes no solo son más hábiles para controlar y reconocer sus emociones, sino que también tienen más facilidad para comprender y manejar las emociones de los demás. Esto da una nueva perspectiva para comprender la adaptación social y emocional en donde la inteligencia emocional tiene un rol importante en el establecimiento y mantenimiento de las relaciones interpersonales, además que la interacción con los demás son un componente de la vida social que posibilitan a las personas a que interactúen obteniendo beneficios mutuos, es decir, son relaciones recíprocas sin olvidar que por medio del apoyo social se puede regular el impacto negativo de situaciones que pueden generar malestar en los individuos. (Mayer y Salovey, 1997 citado en Extremera y Fernández, 2004).

Ahora contextualizando este proceso de las relaciones al ámbito educativo, Martín (2006) explica que en las relaciones interpersonales docentes es inherente la conformación de un equipo laboral, mediante grupos de trabajo, comisiones, entre otros, lo cual genera que a partir de esas relaciones surjan situaciones problemáticas de tal manera que en el caso de los docentes deben ser conscientes de la diversidad de puntos de vista o perspectivas de modo que tienen que

desarrollar un clima laboral satisfactorio en el que haya disposición para la resolución de conflictos al tener como punto de partida las relaciones interpersonales.

Agregado a esto el autor afirma que los conflictos en las relaciones interpersonales son normales y habituales ya que allí se ven inmersos diversas culturas, niveles de afectividad, baja autoestima de modo que estos y otros factores psicológicos, sociales, educativos, etc., se convierten en detonantes de buenas o malas relaciones.

A partir de lo anterior se trae a colación otro aspecto importante en las relaciones interpersonales como lo son las emociones, Marchesi y Díaz (2010) afirman que las emociones están en el corazón de la enseñanza, asimismo resaltan que el trabajo de los docentes se basa en las relaciones interpersonales que establecen con los alumnos, padres de familia y compañeros de trabajo de tal manera que las emociones son experiencias permanentes.

Los docentes ejercen su profesión van adquiriendo diversas competencias de carácter personal como por ejemplo el cuidado de sí mismo, seguridad emocional con los estudiantes y compañeros de trabajo, confianza en sus capacidades, estrategias de afrontamiento asertivas, establecimiento de relaciones positivas con los compañeros. En otras palabras, el docente en su proceso de socialización adquiere diferentes competencias cognitivas, pedagógicas, emocionales y personales relacionadas con su labor y su relación con el entorno educativo y sus integrantes.

Es decir, que cuando no hay satisfacción laboral el bienestar de las personas se puede ver afectado y por ende su desempeño laboral, generando así la aparición de situaciones problemáticas que afectan la salud de los individuos y por ende de su entorno laboral, pues también hay que tener en cuenta que es una profesión compleja con diversas funciones como la programación y adaptación del proceso pedagógico a las características y posibilidades de los educandos, el dominio de los recursos didácticos, la aplicación de técnicas de motivación personal, la dinamización del grupo clase y la evaluación, además del hecho de mantenerse en constante interacción con personas totalmente diferentes a ellos, todo este cúmulo de situaciones si no son llevados a cabo de una manera adecuada puede afectar la calidad de vida laboral de los docentes pues aunque el ideal es trabajar de forma cooperativa y en equipo con compañeros, directivos y padres en ocasiones como se mencionó anteriormente este proceso no se desarrolla de esta manera (Fernández, 2014).

Una de esas situaciones que puede surgir a nivel laboral y de la cual los docentes no están exentos es el síndrome burnout o del quemado, el cual surge como respuesta a un estrés laboral crónico en el que se ven incluidos actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y también hacia la propia función profesional junto con la sensación de encontrarse emocionalmente agotado. Como es de esperarse este síndrome tiene varias consecuencias en las personas que lo presentan como por ejemplo falta de energía, sentimiento de incompetencia, irritabilidad, tristeza, etc. (Fernández, 2014).

También cabe aclarar que la manera que utiliza cada persona para afrontar esas señales o síntomas que indican algún malestar físico o psicológico, son cruciales para que se desarrolle o no el síndrome.

Como se evidencia son varias los síntomas que pueden surgir en este síndrome, sin embargo en este caso se hace énfasis en las consecuencias que el síndrome de burnout tiene en las relaciones interpersonales y como esto afecta el desempeño laboral de los docentes.

Este síndrome al generar agotamiento emocional hace que las personas tengan la sensación de no contar con las fuerzas para responder a las exigencias que se derivan al tener contacto con otras personas y que son necesarias en las actividades laborales.

En relación a la despersonalización, Fernández (2014) afirma que las personas al establecer relaciones sociales con los demás se comportan poco empáticas, tienen actitudes negativas y pueden llegar a tener creencias que los demás son culpables de su situación.

Con respecto a la realización personal reducida este autor hace énfasis en la manera en que los docentes se sienten cada vez menos competentes y exitosos, presentan baja autoestima lo cual afecta de manera general las relaciones con su entorno tanto a nivel laboral como afectivo.

Y finalmente las habilidades sociales, se refiere a manejar bien las emociones en las relaciones, interpretando adecuadamente las situaciones y las redes sociales, interactuar fluidamente, utilizar estas habilidades para persuadir, dirigir, negociar y resolver disputas, colaborar y trabajar en equipo.

Lo anterior indica que en la medida que una persona cuente con estas habilidades las relaciones interpersonales que mantenga serán positivas, como afirma Casique, García y Fagiolo (2013) el éxito que experimenten las personas en su vida depende en gran parte en la manera en que se relacione con los demás, y la base de esas relaciones interpersonales es una comunicación

basada en la expresión clara de lo que se piensa, se siente o se necesita y también respetando los derechos, emociones y valores de las personas con las que se está interactuando.

Además de la inteligencia emocional se pueden fortalecer otros aspectos que también influyen en las relaciones interpersonales como por ejemplo tener una autoimagen positiva, confiar en sí mismo, no evadir a los demás ante situaciones problemáticas, establecer unos límites en las relaciones que se entablen, brindar apoyo a los compañeros de trabajo, escuchar activamente, ser conscientes de lo que se quiere expresar, ser reflexivos con lo que se dice, entender el lenguaje corporal, reconocer los valores propios y de los demás, enfrentar los miedos y respetar las diferencias, también es importante tener en cuenta que son un equipo y que hay una corresponsabilidad en la manera en que se den las relaciones interpersonales (Olivero, 2006).

Como se evidencia el fortalecimiento de las relaciones interpersonales invita a mejorar aspectos personales pues como se ha mencionado hasta el momento las interacciones sociales van más allá de la simple expresión de una idea, en este sentido y con el fin no solo de mejorar las relaciones sino también el desempeño laboral en este caso de los docentes se trae a colación lo planteado por Manen (1998) quien habla acerca del cuidado de sí mismo el cual engloba diversos conceptos como las emociones, las actitudes, el apego, empatía, respeto, afecto, tacto, sensibilidad, acciones cotidianas como prestar atención, dar sentido a lo que se hace, etc., lo cual se considera parte importante de la labor docente.

Asimismo este autor lleva sus planteamientos al ámbito educativo afirmando así que la escuela requiere docentes comprometidos con su labor, que sientan pasión por el conocimiento y que en las relaciones que establezcan sean capaces de dar lo mejor de sí mismo pues lo que se espera es que en la escuela cada uno pueda ser quien es y hacer lo que lo apasiona, de igual manera se debe dar un respeto por la diversidad, además afirma que las relaciones entre los profesores, estudiantes y padres de familia implican el cuidado mutuo, el encuentro y el diálogo en donde se da paso a la renovación de energías que se consumen en el diario vivir de las comunidades educativas que son complejas, conflictivas e inciertas, es decir, se promueve el desarrollo humano y profesional de los docentes.

Bibliografía

- Arent H. (1968). *Entre el pasado y el futuro*. Barcelona: Península.
- Arís N. (2009). El síndrome de Burnout en los docentes. *Electronic journal of research in educational psychology*, 7(2). P.p:829-848. Recuperado el 22 de mayo de 2017 desde http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/18/espanol/Art_18_303.pdf
- Ávila O, Ortega E & Serna J. (2011). *Importancia e Influencia de las Relaciones Interpersonales en el Desempeño Docente Caso: Catedráticos de la Facultad de Contaduría y Administración de la Universidad Autónoma de Chihuahua*. Universidad Autónoma de Chihuahua. P.p:1-26. Recuperado el 21 de mayo de 2017 desde <http://www.fca.uach.mx/apcam/2014/04/08/Ponencia%20160-UACH.pdf>
- Bolaños J. (2015). *Relaciones interpersonales docentes y manejo de conflictos administrativos educativos*. Tesis de grado. Universidad Rafael Landívar. p.p:1-96. Recuperado el 21 de mayo de 2017 desde <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/09/Bolanos-Jose.pdf>
- Casique E, García M & Fagiolo M. (2013). *Fortalecimiento de la comunicación y las relaciones interpersonales en cooperativas del estado Sucre: una experiencia desde el trabajo social*. Cayapa. Revista Venezolana de Economía Social, VOL 13, N° 26. P.p: 41-56. Recuperado el 22 de mayo de 2017 desde <http://www.redalyc.org/pdf/622/62231740007.pdf>
- Espinosa M.(2014). *Análisis del grado de relación entre las relaciones interpersonales y el clima organizacional percibido por los miembros de la comunidad académica de la institución educativa Omaira Sánchez Garzón*. Trabajo de grado. Universidad EAN. P.p:1-123. Recuperado el 21 de mayo de 2017 desde <http://repository.ean.edu.co/bitstream/handle/10882/8917/EspinosaMoraima2016.pdf?sequence=13&isAllowed=y>
- Extremera P & Fernández B. (2004). *Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios*. Clínica y Salud, VOL 15, N° 2.P.p: 117-137. Recuperado el 23 de mayo de 2017 desde <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180617822001>
- Fernández V.(2014). *Evaluación de la salud laboral docente: estudio psicométrico del cuestionario de salud docente*. Tesis doctoral. Universitat Ramon Llull. P.p:1-239. Recuperado el 20 de mayo de 2017 desde <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/283976/TESIS%20%2014-7-14.pdf;jsessionid=05C1F81E3640BF2A712F0EC7595131A6?sequence=1>
- Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairos.
- Marchesi A & Díaz T. (2010). *Las emociones y los valores del profesorado*. Madrid: Fundación Santa María
- Martin B. (2005). *Las relaciones interpersonales de los profesores en los centros educativos como fuente de satisfacción*. Universidad de Salamanca. P.p:1-20. Recuperado el 22 de mayo de 2017 desde http://webcasus.usal.es/orgyprof/Difusion/Santander_2005_Berna.pdf
- Martin E.(2006). *Convivencia y conflictos en los centros educativos*. Ararteko. P.p:1-290. Recuperado el 22 de mayo de 2017 desde http://www.ararteko.net/RecursosWeb/DOCUMENTOS/1/1_244_3.pdf

- Molina N & Pérez I. (2006). *El clima de relaciones interpersonales en el aula un caso de estudio*. Paradigma, VOL 7, N° 2. P.p:193-219. Recuperado el 22 de mayo de 2017 desde http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1011-22512006000200010
- Max H. (1998). *El tacto en la enseñanza*. New York: Paidós. En línea <https://es.scribd.com/document/153604723/El-tacto-en-la-ensenanza-Max-van-Manen>
- Naranjo M. (2008). *Relaciones interpersonales adecuadas mediante una comunicación y conducta asertivas*. Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación", VOL 8, N° 1. P.p:1-27. Recuperado el 22 de mayo de 2017 desde <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44780111>
- Olivero L.(2006). *Las relaciones interpersonales*. En línea <http://www.abc.com.py/articulos/las-relaciones-interpersonales-918618.html>
- Robbins S. (2013). *Comportamiento organizacional*. México: Pearson. En línea https://www.academia.edu/14013625/comportamiento_organizacional_robbins_15_edicio
n
- Silveria, M. (2014). *El arte de las relaciones personales*. Madrid, España, Editorial Alba
- Zupiria X. (2007). *Relaciones interpersonales. Generalidades*. Universidad del país Vasco. P.p:1-74. Recuperado el 22 de mayo de 2017 desde <http://www.ehu.eus/xabier.zupiria/liburuak/relacion/1.pdf>

Artículo Científico

Por: María Adelaida Ortega Jaramillo

De la calidad de vida al bienestar social: Una apuesta a la construcción de capacidades ciudadanas a partir de la función social del docente

María Adelaida Ortega Jaramillo¹

Resumen

En este artículo de reflexión se presentan algunas diferencias entre la calidad de vida y el bienestar social. Entre ellas, las capacidades ciudadanas desde una perspectiva ética en el desarrollo humano. Posteriormente, propone tres preguntas en el marco de la Postmodernidad, en relación al ser humano y sus valoraciones sobre el bienestar, las cuales entran en la dinámica de la liquidez, la inmediatez y lo efímero. Lo anterior permite resaltar el papel del docente como agente de cambio y corresponsable de la construcción de capacidades ciudadanas dentro de una lógica de comunidad. Finalmente, se retoman algunos elementos de la inteligencia emocional que permiten ahincar las posibilidades de la construcción de capacidades ciudadanas desde la ética, gracias a la función social del docente.

Palabras clave: capacidades ciudadanas, función social, bienestar social, docente

Abstract

In this article of reflection some differences between the quality of life and social welfare are presented. Among them, citizen capacities from an ethical perspective in human development. Subsequently, he proposes three questions within the framework of Postmodernity, in relation to the human being and the valuations on welfare, which enter into the dynamics of liquidity, immediacy and the ephemeral. The above allows highlighting the role of the teacher as an agent of change and co-responsible for the construction of capacities of the citizen communities within a community logic. Finally, some elements of emotional intelligence are taken up, which allows us to explore the possibilities of the construction of civic capacities based on ethics, thanks to the social function of the teacher.

Keywords: citizen skills, social function, social welfare, teacher

¹ Candidata a Magíster en Educación y Desarrollo Humano del Cinde-Universidad de Manizales. Docente de la IE Jorge Eliecer Gaitan Ayala del Municipio de Bello (Antioquia).

Introducción

La calidad de vida es un concepto que recurrentemente es mencionado en las diferentes interacciones humanas (Campbell, Converse & Rodgers, 1976; Andrews & Withey, 2012). Es tanto, puede llegar a ser la motivación más recurrente en las sociedades neocapitalistas (Heelas, 2009), dado a la fuerza con que se enuncia en los diferentes discursos institucionalizados como dentro de la familia (Greenhaus, Collins & Shaw, 2003), la escuela (Majnemer, Shevell, Rosenbaum, Law & Poulin, 2007) y la comunidad (Diener, 1984). Esta característica responde al interés que despertó la vida y su calidad, al finalizar la Segunda Guerra Mundial, especialmente, como reacción a la Teoría Económica desde el Desarrollismo (Bresser-Pereira, 2007), cuyo objetivo principal era reorganizar la economía y la sociedad, para satisfacer necesidades productivas a través de un bienestar físico, mental y económico (Bresser-Pereira, 1998). Por tanto, se podría pensar que tanto la calidad de vida como el bienestar social son dos conceptos correlacionados (Ardila, 2003). O al menos, eso nos han repetido constantemente (Urzúa y Caqueo-Urizar, 2012).

No obstante, la calidad de vida es un concepto estudiado y trabajado desde diversas aristas como la economía (Royuela, Lumbiriy Biagi, 2006), la sociología (Moreno y Ximénez, 1996), la política (Rodríguez y García, 2005) y la ética (Guevara, Domínguez, Ortunio, Padrón y Cardozo, 2010), permitiendo que no haya una armonización conceptual en qué es y cómo se puede obtener. Aunque, si es cierto, que hay algunos aspectos generales que son reiterativos y enfatizados.

Como por ejemplo, el propuesto por la Comisión Económica para América Latina y del Caribe (Cepal, 2012), quienes señalan que la calidad de vida es un:

Término multidimensional de las políticas sociales que significa tener buenas condiciones de vida ‘objetivas’ y un alto grado de bienestar ‘subjetivo’, y también incluye la satisfacción colectiva de necesidades a través de políticas sociales en adición a la satisfacción individual de necesidades (p.3).

Esta apuesta pone su énfasis en la relación de lo deseable desde la comunidad y su relación con el sujeto que pertenece a esta. En otras palabras, hay una relación directa entre lo que se piensa que debe ser y lo que el individuo interioriza a través de esa satisfacción.

En la misma línea, la Organización Mundial de la Salud –OMS- (1996) afirma que calidad de vida es “la percepción individual dentro del contexto del sistema cultural y de valores en que se vive y en relación con sus objetivos, esperanzas, normas y preocupaciones” (p.367). Se puede observar como esa relación anteriormente planteada, sigue presentándose como un aspecto

no solo deseable, sino necesario para que el individuo encuentre motivaciones específicas que le permitan no solo intentar alcanzar esa calidad de vida, sino también que aporte a la comunidad en su búsqueda y, por tanto, pueda alcanzarla, en alguna medida.

Lo anterior es recurrente en la mayoría de los autores, especialmente, por la practicidad que implica pensar este concepto en términos cuantificables, como lo plantean Majnemer et al. (2007), Andrews & Withey (2012) y Urzúa y Caqueo-Urizar (2012). Sin embargo, este concepto es más complejo de lo que uno podría pensar y responde más que a un área del conocimiento, a una serie de posibilidades presentes en la realidad local y, tal vez, hasta subjetiva.

Por consiguiente, cuando se habla de bienestar social y calidad de vida, comúnmente, se entienden como sinónimos (Gómez y Sabe, 2002); puesto que, refieren a conceptos complementarios (Ardila, 2003), según los estándares de cada sociedad, como ya se ha mencionado. Si se observa el bienestar social, desde una perspectiva más ética (Nussbaum y Sen, 1998), está destinado a medir el grado de satisfacción de las personas en relación a sus necesidades materiales, sociales y espirituales; mientras que, la calidad de vida se centraría más en la satisfacción de las necesidades materiales y sociales; de igual forma, a ambos conceptos les conciernen las necesidades comparativas, pues lo que para una comunidad son unas necesidades básicas, para otro pueden ser otras diferentes.

En otras palabras, las necesidades materiales pueden llegar a ser el vestuario, la alimentación, la vivienda, la dotación del hogar, el transporte, el espacio público, entre otras. Las necesidades sociales se relacionan con el entorno familiar, la cualidad y la calidad del vecindario, la recreación, la seguridad, la educación, el empleo, los ingresos económicos, la aceptación y la credibilidad en las instituciones públicas y privadas, etc. En cuanto a las espirituales, estas tocan aspectos de reconocimiento personal y colectivo, las creencias religiosas, el credo político, la concepción de ciudadanía, etc. Desde esta perspectiva, Rosas (2008) define tres dimensiones y un cuarto elemento, que se describen a continuación en la calidad de vida:

- Dimensión física: Es la percepción del estado físico o la salud, entendida como ausencia de enfermedades, los síntomas producidos por la enfermedad y los efectos adversos.
- Dimensión psicológica: Es la percepción del individuo de su estado cognitivo y afectivo como el miedo, la ansiedad, la incomunicación, la pérdida de autoestima, la incertidumbre, el futuro.

- Dimensión social: Es la percepción de las relaciones interpersonales, los roles sociales en la vida como la necesidad de apoyo familiar y social, la relación médico-paciente, el desempeño laboral.
- Medio ambiente: que pretenden medir la situación de una población y guarda estrecha relación en el desarrollo del bienestar social, bajo el cual es necesario crear medidas subjetivas sobre las necesidades y problemas de las personas, en dónde se puedan intervenir sobre contextos: Seguridad física, ambiente hogareño, recursos financieros, cuidado social y de salud, oportunidad de formación y aprendizaje, oportunidad de recreación, ocio y recreación.

Así pues, la calidad de vida determina el nivel de felicidad y satisfacción (Gerstenblüth, Melgar y Rossi, 2013) que tiene una persona en un momento determinado y que consiste en un buen funcionamiento tanto a nivel físico como psicológico y social, que permite una adaptación del individuo a su entorno, pero el bienestar social lo mira desde una perspectiva más integral, incluyendo las construcciones subjetivas que se dan en este proceso y afectan positivamente las materiales y las sociales, entre ellas, las relacionadas con el sujeto como agente y, por ende, en su rol ciudadano.

1. ¿Sirve para algo medir los niveles de calidad de vida?

Tal vez parezca una pregunta simple, superficial o retórica, pero es más compleja de lo que aparentemente se cree. Además, si esta se analiza desde otras tres preguntas ¿Qué es lo que nos motiva a seguir adelante? ¿Por qué nos levantamos todos los días? ¿Qué nos satisface? Valdría la pena mencionar que este artículo está lejos de definir las, pero plantearlas es igualmente importante para interiorizarlas. Especialmente, si se enmarcan desde una apuesta más postmoderna como la de Zygmunt Bauman (2017), quien propone el término vida líquida, la cual la define como:

Una vida precaria y vivida en condiciones de incertidumbre constante. La más acuciantes y persistentes preocupaciones que perturban esa vida son las que resultan del temor a que nos tomen desprevenidos, a que no podamos seguir el ritmo de unos acontecimientos que se mueven con gran rapidez, a que nos quedemos rezagados, a no percatarnos de las fechas de caducidad, a que tengamos que cargar con bienes que ya no nos resultan

deseables, a que pasemos por alto cuándo es necesario que cambiemos de enfoque si no queremos sobrepasar un punto sin retorno. (p.10)

Parece ser que no está muy claro que es lo que actualmente motiva a las personas a seguir. Estas se encuentran en un momento de intoxicación tecnológica, sobrevalorización de la inmediatez y ahincados en la expresión “Todo se vale”. Las necesidades mínimas humanas parecen ser menos deseables y, probablemente, alienígenas. Puesto que, es más recurrente que se vea al otro desde un calidoscopio macrosocial que dificulta sentir al otro, beneficiando esa vida líquida, es decir, entre menos contacto tenga, más fácil es no pensar en el otro o en mi humanidad; en otras palabras, “entre las artes del vivir moderno líquido y las habilidades necesarias para practicarlas, saber librarse de las cosas prima sobre saber adquirirlas” (Bauman, 2017, p.10).

Esto lleva a pensar que el hecho fisiológico de despertarse no es lo mismo a la acción biomecánica de levantarse. Pues, despertarse es algo inconsciente, inminente y sin dominio. Es una reacción corpórea a las posibilidades de la humanidad. No obstante, el levantarse requiere de deseo, anhelo y empeño. Esto relacionado con la calidad de vida (Nussbaum y Sen, 1998; Ardila, 2003; Cardona y Agudelo, 2009; Nussbaum, 2006) y el bienestar social (Marchesi, 2007; Andrews & Withey, 2012; Nussbaum, 2016) desde una perspectiva ética hace que levantarse tenga una acción de compromiso no solo consigo mismo, sino con el otro, con la sociedad, en otras palabras, es una acción proactiva y reaccionaria. “En una sociedad líquida, los logros individuales no pueden solidificarse en bienes duraderos porque los activos se convierten en pasivos y las capacidades en discapacidades en un abrir y cerrar de ojos” (Bauman, 2017, p.9) y es esta situación la que empieza a tejer una red entre el *self*, el otro y la sociedad que no solo regula, sino que dinamiza y, a veces, extasía.

Por último, la satisfacción no es un fin, es el medio. Es a través de esta que constantemente se (auto)regulan los individuos en las diferentes comunidades. En otras palabras, la satisfacción parece no tener tope, se puede saborear pero no poseer. En la postmodernidad, se encuentra una diversidad de posturas y situaciones que dan una constelación de posibilidades para abordar una realidad (Haraway, 1995), en varias ocasiones cruda e insostenible, pero vivible a partir de la liquidez de los seres humanos (Rodríguez, 2006), pues la liviandad y la revocabilidad son sus preceptos (Monsiváis, 2016).

Ahora, si se analizan estas preguntas, se puede afirmar que la primera se refiere a una situación que representa una falta de armonía con los valores de una sociedad dada, es por tanto una situación que viola normas generales compartidas en un sistema social y se define como un fenómeno que tiene impacto negativo sobre un segmento considerable de la población; por ejemplo, el desempleo, la educación y la salud. El segundo, o sea las necesidades, son aquellos elementos económicos, sociales y culturales requeridos para un desarrollo razonable de la vida de las personas en las sociedades actuales. Y el tercero, la demanda social a la petición que un actor social hace a otro agente público o privado para expresar una necesidad y pedir que dicho actor tenga acciones para soportarlas.

Es allí, entonces, donde la calidad de vida y el bienestar social se ligan con el concepto de estado de bienestar (Offe, Keane y Escohotado, 1990), puesto que se cruzan en el establecimiento de un orden social que promueva la satisfacción de las necesidades individuales y colectivas.

De acuerdo a lo anterior, las prioridades de las políticas públicas de los gobiernos latinoamericanos, comúnmente, son la implementación de programas que se centren en mejorar los niveles de calidad de vida, en pro de garantizar la prevención de enfermedades físicas y mentales, aumentando las expectativas de vida de la población y mejorando posibles condiciones socioeconómicas. Pero pocas veces, incluyen aspectos como la construcción de ciudadanía, la libertad religiosa o el desarrollo de subjetividades (elementos inmanentes del bienestar social) en dichas políticas.

2. Y ¿Por qué es relevante para la sociedad que sus docentes cuenten con bienestar social?

El papel que cumple en la sociedad el docente, es fundamental (Bunge, 2002; Carr, 2002; Fernández, 2003); primero, porque son los docentes quienes se encargan de dar continuidad al proceso formativo que se inicia en el hogar (Greenhaus, Collins & Shaw, 2003) y consolidarlas en la escuela, potencializando valores como el respeto, la responsabilidad consigo mismo y con los otros, procurando una formación integral (Londoño y Castañeda, 2011). Lo anterior permite afirmar que es el docente uno de los agentes que participan en el desarrollo de la sociedad, a través de la formación de sus comunidades.

En segundo lugar, su labor es determinante porque es este quien propicia el desarrollo intelectual y su posible puesta en práctica dentro la misma sociedad (Bausela, 2004). El docente

no solo se encarga de transmitir conocimiento y aprendizaje, sino que enseña qué hacer con ellos, convirtiendo a sus estudiantes en personas competentes en el área que les haya impartido y creando puentes significativos que les permitan a dichos estudiantes entender que la teoría es necesaria siempre y cuando se ponga en práctica (Fernández, 2012).

Gracias a los docentes, se construye una sociedad con sujetos competentes y críticos (Zemelman, 2005), que les permita a las personas, a partir de su criterio, hacer, modificar y solucionar cualquier problema (incluyendo las dificultades de interacción ciudadana) que afecte su entorno y mejorarlo para lograr un bienestar social (Freire, 2006).

Por último, en tercer lugar, los docentes deben ser, por tanto, ejemplo de vida, no se trata de mera transmisión de conocimiento, sino un acompañamiento que con su palabra, un trato amable, reconociendo al otro como un ser válido, actuando consecuentemente con valores, fortalezas y virtudes participe de la construcción de una sociedad donde lo espiritual (Nussbaum y Sen, 1998) haga parte de los procesos formativos éticos y hasta algún punto, se conviertan en un elemento deseable para la sociedad (Tardif, 2004).

Al respecto, Carr (2002) propone que “la educación supone mucho más que un conjunto de habilidades técnicas: requieren capacidades para ayudar a los otros que carezcan en sabiduría y discernimiento moral, lo que exige comprender a los otros como fines de sí mismos” (28). De ahí, la importancia de los docentes en la sociedad y en la construcción de valores éticos (Vaillant, 2010) y de capacidades ciudadanas.

Además, entre otros retos, las nuevas generaciones se han formado con avances en tecnología, informática, comunicación, imágenes, videos, virtualidad, la inmediatez en el acceso a la información, a las redes sociales y al internet (Lipovetsky y Charles, 2016). Estos avances no han sido ajenos a los docentes que deben hacer un esfuerzo para mantenerse actualizados en dos aspectos fundamentales: en primer lugar, hacer de su conocimiento específico una clase interesante para que sus estudiantes obtengan un aprendizaje significativo en el “saber hacer” y, en segundo, lo pueda aplicar en su contexto (Bunge, 2002) y la formación del “ser” para que se integre a la sociedad diversa y multicultural (Giménez, 2003). Esto ha permitido que los docentes amplíen su formación y capacitación para afrontar los retos de un mundo globalizado, mejorando su estabilidad laboral y financiera.

Lo anterior permite considerar la docencia como un estilo de vida más que una profesión, “por la forma en que se vive, se piensa acerca de sí mismo y de las demás personas con las que se

relacionan, sus actitudes y valores dan cuenta de un buen comportamiento social” (Hogan, 2004, p.28), un estilo que aporta a la sociedad en diferentes áreas como se ha mencionado anteriormente, participando de forma activa en la consolidación del potencial humano de una comunidad que apunte al bienestar social y al desarrollo de ciudadanos.

Teniendo en cuenta, la apuesta a la consolidación del bienestar social de los docentes, con el ánimo de que se disemine en sus prácticas y participen del proceso de formación de una comunidad que busque no solo su calidad de vida, sino el bien común, es necesario resaltar el sentido de compromiso ético de la docencia (Marchesi, 2007); por consiguiente, la ética debe ser un proceso de aprendizaje permanente que nos permite a la comunidad interesar(nos), comprender(nos) y ejercer(nos) los valores éticos fundamentales como el respeto, la justicia, la virtud cívica, la ciudadanía y la responsabilidad por sí mismo y por el otro; es decir, no quedarse en lo material y lo social (calidad de vida), sino traspasar de forma transversal lo espiritual, como propuesta nominativa, a lo ciudadano (bienestar social), las cuales están estrechamente relacionadas con lo emocional.

3. La inteligencia emocional como aspecto fundante de las capacidades ciudadanas

El concepto de inteligencia emocional fue propuesto por Daniel Goleman (2002) quien lo define como:

La calidad de motivación a nosotros mismos de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de definir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo y de evitar que la angustia interfiera en nuestras facultades racionales y por último – pero no por ello menos importante – la capacidad de empatizar y confiar en los demás (p.75).

En otras palabras, se requiere tener conocimiento de uno mismo para reconocer nuestras habilidades, como por ejemplo, tener amor propio que nos genere una compasión por los demás y por sí mismo frente a las adversidades de nuestro contexto. En la misma línea, Goleman (2008) identifica los siguientes componentes de la inteligencia emocional:

1. *Autoconocimiento emocional*: El saber expresar de manera correcta lo que estamos sintiendo.
2. *Autocontrol emocional*: Involucra el poder controlar de manera adecuada nuestros impulsos.

3. *Automotivación*: Es la capacidad que nos impulsa mediante el uso adecuado de nuestras emociones, a alcanzar nuestras metas; por ejemplo, ante la pérdida de un empleo, ciertas emociones como el optimismo nos permiten mantener el control y establecer acciones para la búsqueda de un nuevo trabajo.
4. *Empatía*: Es responder de manera apropiada a las necesidades expresadas por otra persona, compartiendo su sentimiento sin que este lo exprese con palabras, por ejemplo, el reconocer los estados emocionales de los demás a través de sus expresiones faciales.
5. *Relaciones interpersonales*: Habilidad de relacionarse de manera efectiva con las personas, haciéndolas sentir bien y contagiando positivamente una emoción. (p.32-33)

En otras palabras, cuando se tiene el control de las emociones, los individuos obtienen mejor desempeño a nivel social, buenas relaciones a nivel laboral, se es más asertivo en las decisiones que se toman en cualquier circunstancia, tiene un alto grado de empatía que le permite ser una persona confiable, exitosa y que disfruta de bienestar integral, situación que requiere de una base sólida entre la ciudadanía, el aprendizaje y las capacidades (Duhart, 2006), las cuales se desarrollan en la familia, la escuela y con sus pares. De allí, nuevamente, la importancia de los docentes en el proceso de construcción de capacidades ciudadanas para el bienestar social. Puesto que, son los agentes que acompañan parte de ese segundo ciclo de socialización (Luhmann, 1998).

Al respecto, Nussbaum (2016) propone 10 capacidades centrales en relación al desarrollo humano:

1. *La vida*: disfrutar de la existencia de una manera adecuada y tener ilusiones para ser feliz.
2. *La salud física*: son las condiciones óptimas de las personas, que le permiten gozar de actividades físicas, tener una nutrición adecuada para una condición de vida saludable e integral.
3. *La integridad física*: tener seguridad al desplazarse de un lugar a otro, sin riesgos que atenten contra la integridad física de las personas.
4. *Los sentidos, la imaginación y el pensamiento*: Poder expresar sentimientos, comprender la realidad del mundo que los rodea, desarrollar ideas y reflexionar sobre diversos campos de la vida; esta capacidad los hace más humanos a las personas.

5. *Las emociones*: Es la forma en que se vinculan las demás personas, a través de estímulos que pueden ser placentera o desagradable y producen estados emotivos, afectivos y personales.
6. *La razón de práctica*: Implica criterios de diversidad de creencias religiosas y espirituales, teniendo autonomía para hallar el significado que le pueda dar a su modo vida.
7. *Afiliación*: Libertad de asociarse a diferentes grupos comunitarios, tener sentido de pertenencia en una comunidad y poder participar en decisiones que beneficien la sociedad.
8. *Otras especies*: Consideración con los integrantes del ecosistema, sin que se altere el desarrollo de las diversas especies de fauna y flora.
9. *Lo lúdico y el juego*: Disfrutar de actividades que proporcionen placer, contemplación y ocio productivo para liberar tensiones en tiempo libre.
10. *El control sobre el propio entorno*: Es importante hacer parte de los aspectos democráticos de una sociedad ya que las personas tienen derecho a expresar sus opiniones acerca de las políticas públicas que impliquen el mejoramiento de su entorno; otro aspecto es el que tiene que ver con las cosas propias y que asegura la estabilidad, el trabajo que y el otro control tiene que ver con lo material que puede disponer de cosas de propiedad que nos pueda asegurar en un plano de igualdad con los demás, la autosubsistencia, el trabajo y condición para la práctica de las demás capacidades.

Estas capacidades humanas probablemente sean relevantes dentro de una valoración de la calidad de vida, pero para este artículo, aquéllas relacionadas con las emociones y las que, de una u otra forma, apuntan a la espiritualidad (o la ciudadanía) del ser humano en dónde el cuidado y el respeto por el otro, son fundamentales para el bienestar social. Además, las prácticas de habilidades personales por medio de actividades que promuevan el mejoramiento de la identidad y la conciencia, hacen que los sujetos construyan capacidades humanas que propicien la realización de sus sueños y a construir nuevos alicientes en diferentes entornos.

Por tanto, es necesario señalar que las sociedades se construyen y se fortalecen en la medida que se proponen metas comunes para mejorar su calidad de vida y su bienestar social. Una comunidad en la que sus miembros promuevan relaciones sociales dinámicas y éticas, comprendan la diversidad de sus integrantes de forma responsable, trabajen mancomunadamente para resolver situaciones que los afecten, promuevan una convivencia respetuosa de la diferencia

y fortalezcan los mecanismos de participación democrática centrándose en el docente y su potencial de agencia, probablemente, lograrán mejores condiciones de vida en sus contextos comunitarios, culturales y ciudadanos.

4. A manera de cierre

Por las razones mencionadas, probablemente se pretende constituir un esfuerzo interdisciplinario para confrontar las ideas desde algunos teóricos pertenecientes a la sociología, la economía, la filosofía y la antropología al replantear el concepto de bienestar social mediante la elaboración de enfoques alternativos y establecimiento de propuestas respecto a este tema de interés potencial en la comunidad académica.

En este sentido, se sustenta la idea de que el bienestar social y su relación con la calidad de vida deben entenderse como un conjunto de oportunidades (capacidades) y no sólo como un proceso de acumulación de bienes y servicios, pues en definitiva el objetivo del bienestar social por sí mismo no es sólo mejorar las cuestiones materiales, sino además hacerlo en los ámbitos de la esperanza, la proyección, la vida y la cultura. Ya que estos logran ser engranados para brindar espacios que coadyuven a fortalecer a quienes laboran en el sentido de construir bienestar y explicitar además situaciones que conlleven a mejorías comunes.

Como se puede notar, hay una correspondencia estrecha entre calidad de vida, bienestar social y el grado de satisfacción de los individuos enmarcado en su aspecto ético y en relación con las necesidades sociales, espirituales y materiales, pero también, a partir de capacidades ciudadanas, las cuales se trabajan desde la familia, la escuela y la interacción entre pares.

Finalmente, el docente refuerza su función social como agente de cambio. Esto teniendo en cuenta todas las potencialidades que da en la construcción de sujetos para las comunidades fundantes (o permanentes). Acá el docente no solo adopta una corresponsabilidad directa con la construcción de las cualidades ciudadanas de los sujetos, sino también los acompaña en los momentos vitales donde emplearlas y afianzarlas van más allá de la calidad de vida, en búsqueda de un bienestar social.

Referencias bibliográficas

- Andrews, F. M., & Withey, S. B. (2012). *Social indicators of well-being: Americans' perceptions of life quality*. New York: Springer Science & Business Media.
- Ardila, R. (2003). Calidad de vida: una definición integradora. *Revista Latinoamericana de psicología*, 35(2), 161-164. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/805/80535203.pdf>
- Arita, B. Y. (2014). Satisfacción por la vida y teoría homeostática del bienestar. *Psicología y Salud*, 15(1), 121-126. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/291/29115113.pdf>
- Bausela, E. (2004). La docencia a través de la investigación-acción. *Revista Iberoamericana de Educación*, 35(1), 1-9. Disponible en: <https://rieoei.org/RIE/article/view/2871>
- Bresser-Pereira, L. C. (1998). La reforma del Estado de los años noventa. Lógica y mecanismos de control. *Desarrollo económico*, 38 (150), 517-550. Disponible en: <http://abcdonline.com.ar/tea/info/TEA0255.pdf>
- Bresser-Pereira, L. C. (2007). Estado y mercado en el nuevo desarrollismo. *Nueva sociedad*, 210, 110-125. Disponible en: <http://nuso.org/articulo/estado-y-mercado-en-el-nuevo-desarrollismo/>
- Bunge, M. (2002). *Ser, saber, hacer*. México: Paidós.
- Campbell, A., Converse, P. E., & Rodgers, W. L. (1976). *The quality of American life: Perceptions, evaluations, and satisfactions*. New York: Russell Sage Foundation.
- Cardona, D., y Agudelo, H. B. (2009). Construcción cultural del concepto calidad de vida. *Facultad Nacional de Salud Pública*, 23(1). Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/120/12023108.pdf>
- Carr, W. (2002). *Una Teoría para la educación. Hacia una investigación educativa crítica*. La Coruña: Ediciones Morata.
- CEPAL (2012). *Calidad de Vida: Conceptos y medidas*. Santiago, Chile.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological bulletin* 95(3), 542. Disponible en: <http://psycnet.apa.org/record/1984-23116-001>
- Fernández, R. (2003). Competencias profesionales del docente en la sociedad del siglo XXI. En *Organización y gestión educativa: Revista del Fórum Europeo de Administradores de la Educación*, 11(1), 4-7. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=292590>
- Fernández, A. (2012). Historia de una travesía inconclusa: la comunicación para el desarrollo y el cambio social en la investigación y la docencia universitarias en España. *CIC. Cuadernos de Información y Comunicación*, 17. Disponible en: <http://revistas.ucm.es/index.php/CIYC/article/view/39257>
- Freire, P. (2006). *Pedagogía de la autonomía: saberes necesarios para la práctica educativa*. Buenos Aires: Siglo XXI.
- García, M., y Rodríguez, N. (2005). La noción de calidad de vida desde diversas perspectivas. *Revista de investigación*, (57), 49-68. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2053485>
- Gerstenblüth, M., Melgar, N., y Rossi, M. (2013). Ingreso y desigualdad. ¿Cómo afectan a la felicidad en América Latina? *Cuadernos de Economía*, 32(59), 163-178. Disponible en: <http://www.bdigital.unal.edu.co/37012/1/38349-170602-1-PB.pdf>
- Giménez, C. (2003). Pluralismo, multiculturalismo e interculturalidad. *Educación y Futuro: revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, (8), 11-20. Disponible en: <http://www.redeseducacion.net/articulos/Materiales/Interculturalidad/c.%20gimenez%20pluralismo%20multiculturalismo%20interculturalidad.pdf>

- Goleman, D. (2008). *La Inteligencia Emocional*. Madrid: Kairos.
- Gómez, M., y Sabeh, E. (2001). *Calidad de vida. Evolución del concepto y su influencia en la investigación y la práctica*. Salamanca: Instituto Universitario de Integración en la Comunidad, Facultad de Psicología, Universidad de Salamanca.
- González, R., Freire, C., Piñeiro, I., y Gonzalez, P. (2010). *Calidad de vida bienestar y salud*. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/288653542>
- Greenhaus, J. H., Collins, K. M., & Shaw, J. D. (2003). The relation between work–family balance and quality of life. *Journal of vocational behavior*, 63(3), 510-531. Disponible en: <https://www.polyu.edu.hk/mm/jason/doc/Greenhaus-Collins-Shaw%202003%20JVB.pdf>
- Guevara, H., Domínguez, A., Ortunio, M., Padrón, D., y Cardozo, R. (2010). Percepción de la calidad de vida desde los principios de la complejidad. *Revista Cubana de Salud Pública*, 36, 357-360. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21416138011>
- Haraway, D. J. (1995). *Ciencia, cyborgs y mujeres: la reinención de la naturaleza* (Vol. 28). Valencia: Universitat de València.
- Heelas, P. (2009). *Spiritualities of life: New Age romanticism and consumptive capitalism*. New York: John Wiley & Sons.
- Hogan, P. (2004). *Teaching and learning as a way of life*. Oxford: Blackwell
- Lipovetsky, G., y Charles, S. (2016). *Los tiempos hipermodernos*. Barcelona: Anagrama.
- Londoño, D. A., y Castañeda, L. S. (2011). Basil Bernstein y la relación lenguaje-educación: el caso del Semestre de Afianzamiento (SEA) de la Institución Universitaria de Envigado. *Revista Lasallista de Investigación*, 8(2). Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/695/69522607003.pdf>
- Luhmann, N. (1998). *Complejidad y modernidad. De la unidad a la diferencia*. Madrid: Trotta.
- Majnemer, A., Shevell, M., Rosenbaum, P., Law, M., & Poulin, C. (2007). Determinants of life quality in school-age children with cerebral palsy. *The Journal of Pediatrics*, 151(5), 470-475. Disponible en: <http://psycnet.apa.org/record/2008-09031-008>
- Marchesi, A. (2007). *Sobre el bienestar de los docente. Competencias, emociones y valores*. Buenos Aires: Alianza Editorial.
- Monsiváis, C. (2016). *Escenas de pudor y liviandad*. Barcelona: Grijalbo.
- Moreno, B., y Ximénez, C. (1996). Evaluación de la Calidad Vida. En: G. Buena et al. *Manual de evaluación en Psicología Clínica y de la Salud*. Madrid: Siglo XXI, 1045-1070.
- Nussbaum, M. y Sen, A. (1998). *La Calidad de Vida, Fondo de Cultura Económica*, México: Alianza Editores.
- Nussbaum, M. C. (2006). *El ocultamiento de lo humano: repugnancia, vergüenza y ley* (Vol. 77). Madrid: Katz Editores.
- Nussbaum, M. C. (2016). *Not for profit: Why democracy needs the humanities*. Princeton: Princeton University Press.
- Offe, C., Keane, J., y Escotado, A. (1990). *Contradicciones en el Estado del Bienestar*. Madrid: Alianza Editorial.
- OPS/OMS (1996). *Relaciones entre calidad de vida y promoción de la salud Promoción de la Salud: Una Antología*. Washington: Organización Panamericana de la Salud.
- Rodríguez, J. L. (2006). *Crítica de la razón postmoderna* (Vol. 61). México: Biblioteca Nueva.
- Rosas, C. (2008). *Percepción de calidad de vida y promoción de la salud en adultos mayores pertenecientes a centros de atención primaria de Valdivia durante el año 2008* (Tesis). Valdivia- Chile. Disponible en: <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2009/fmr789p/doc/fmr789p.pdf>

- Royuela, V., Lambiri, D., y Biagi, B. (2006). Economía urbana y calidad de vida. Una revisión del estado del conocimiento en España. *Revista Bibliográfica de Geografía y Ciencias Sociales*, 13 (794). Disponible en: <http://www.ub.edu/geocrit/b3w-794.htm>
- Tardif, M. (2004). *Los saberes del docente y su desarrollo profesional* (Vol. 97). Madrid: Narcea Ediciones.
- Tuñón, I. (2010). Determinantes de las oportunidades de crianza y socialización en la niñez y en la adolescencia. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 8(2). Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/773/77315155010.pdf>
- Urzúa, A., y Caqueo-Úrizar, A. (2012). Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto. *Terapia psicológica*, 30(1), 61-71. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082012000100006
- Vaillant, D. (2010). La identidad docente. La importancia del profesorado. *Revista Novedades Educativas*, 22(234). Disponible en: <http://denisevaillant.com/articulos/2008/IdenDocFRONTERA2008.pdf>
- Villalobos, J. L., Florez, G. A., y Londoño, D. A. (2017). La escuela y la familia en relación con el alcance del logro académico. La experiencia de la Institución Educativa Antonio José de Sucre de Itagüí (Antioquia) 2015. *Aletheia. Revista de Desarrollo Humano, Educativo y Social Contemporáneo*, 9(1), 58-75. Disponible en: <http://aletheia.cinde.org.co/index.php/ALETHEIA/article/view/379>
- Zemelman, H. (2005). *Voluntad de conocer: el sujeto y su pensamiento en el paradigma crítico* (Vol. 47). Buenos Aires: Anthro Pos Editorial.

Artículo de reflexión

Por: Gloria Isabel Saldarriaga Serna

SÍNDROME DE BURNOUT: *Un legado de la postmodernidad*

Gloria Saldarriaga Serna

Licenciada en Educación Básica de la Universidad de Antioquia

Resumen

El presente artículo tiene por objetivo realizar una reflexión teórica sobre el fenómeno del Síndrome de Burnout, como un legado más de la época postmoderna, entendiéndose esta como un período histórico que determinó no sólo corrientes filosóficas y artísticas, sino un modo de vida condicionado a determinados paradigmas psicológicos, sociales, políticos y culturales, que hacen de la postmodernidad una condición humana en reacción a las condiciones de vida de la época moderna, y acarreando cambios positivos y negativos en los sujetos, dando paso para que emerjan enfermedades psicosociales como el Síndrome de Burnout, del cual se tienen sus primeros registros en la década de los setenta.

Palabras claves: Síndrome de Burnout, Calidad de vida, Modernidad y Postmodernidad.

Abstract

The objective of this paper is to make a theoretical reflection on the phenomenon of Burnout Syndrome, as a legacy of the postmodern era, understood as a historical period that determined not only philosophical and artistic currents, but a way of life conditioned to certain psychological, social, political and cultural paradigms that make postmodernity a human condition in reaction to the living conditions of the modern era, and bring about positive and negative changes in the subjects, and giving rise to the emergence of psychosocial diseases such as Syndrome of Burnout, of which they have their first records in the decade of the seventies.

Key words: Burnout Syndrome, Quality of life, Modernity and Postmodernity

Introducción

Después de la segunda mitad del siglo XX, cuando se pensaba que la humanidad estaba alcanzando niveles óptimos en la satisfacción de sus necesidades básicas, especialmente en los llamados países desarrollados o países del primer mundo, comenzaron a hacerse más notorias y visibles una serie de malestares o problemas asociados con la salud psicosocial de los individuos. Es el caso del Síndrome de Burnout, del cual sólo se tiene referencia por el psicólogo estadounidense Freudenberg en el año 1974; quien, a partir de un estudio organizacional, lo nombra y lo define como una respuesta extrema al estrés crónico generado en ambientes laborales que deben prestar asistencia social, tales como: la medicina, la docencia, la psicología, el trabajo social, entre muchas otras (Freudenberger, 1974); además logró identificar los tres principales componentes asociados al síndrome como: la despersonalización, el desgaste emocional y la baja realización personal.

Estos malestares en el ámbito laboral son consecuencias de ambientes de competencia ante la presión que ejercen las altas tasas de desempleo y así mismo, la consecuente explotación, con el acompañamiento de aspectos incertidumbre, inseguridad, miedo ante la pérdida de una estabilidad laboral, como al involucramiento de dimensiones básicas de sociabilidad, poder y estatus.

Por lo cual, en el presente documento se describe la posmodernidad y las consecuencias que estos cambios sociales han efectuado en el surgimiento del Síndrome de Burnout, y su relación con la afectación en la calidad de vida de los seres humanos.

Lo Moderno y lo Postmoderno

La Modernidad ha sido definida como una época caracterizada por importantes cambios sociales, debido a que trae consigo una perspectiva frente a como estar en el mundo, además actitudes novedosas del mundo y del ser humano inmerso en él, esta nueva constelación social en la que los seres humanos se encuentran se involucran términos organizacionales referentes a la industria, división del trabajo, democracia, sociedad burguesa, clase trabajadora y el capitalismo.

Todo esto debido a que, en la modernidad se destacan importantes cambios históricos, como lo fueron los modos de vida social o de organización que surgieron en Europa alrededor del siglo XVII a consecuencia, de importantes eventos sociales como fueron la revolución americana, que trajo consigo la democracia constitucional y la soberanía de los estados, además de la revolución Francesa, que produjo una acelerada producción industrial, mercado de trabajo libre, un urbanismo como forma de vida y capitalismo como forma de apropiación y distribución. Por su parte, se desarrolló una significativa concentración de la fuerza de trabajo en centros urbanos, una organización de trabajo guiada por efectividad y beneficio, la aplicación de la ciencia y la tecnología a producción, la aparición de antagonismos latentes o manifiestos entre empresarios y empleados, un creciente contraste y desigualdad social, junto a un sistema económico basado en la libre empresa y competición abierta.

Esto permitió observar que, de alguna manera, estos cambios proporcionaron una falsa libertad en el ser humano, debido a que esta “libertad” se basó principalmente en aspectos democráticos, otorgándole a los ciudadanos la capacidad de ser partidarios de los rumbos de sus estados y pueblos, sin embargo, esto intensificó la fuerza industrial generando que finalmente el ser humano se convirtiera esclavo del trabajo y del dinero, ante la evidente desigualdad social que estos cambios intensificaron.

En la obra de la Modernidad Líquida de Bauman (2016) se describe como:

El individuo se somete a la sociedad y esta sumisión es la condición de su liberación. Para el hombre, la liberación consiste en librarse de las fuerzas físicas ciegas e irracionales; lo consigue oponiéndoles la enorme e inteligente fuerza de la sociedad, bajo cuya protección se ampara. Poniéndose bajo el ala de la sociedad se vuelve, en cierta medida, dependiente de ella. Pero se trata de una dependencia libertadora, no hay contradicción en ello. (p. 17)

Por lo cual, se puede decir que la modernidad otorgó un trascendental dominio europeo generándose finalmente como un fin de poder, que otorgó en el ser humano una dependencia a la sociedad y a la economía como dependencia libertadora, cuyo fin otorga también el trabajo. Pero así mismo, la consecuencia más significativa que proporcionó la Modernidad, fue la Posmodernidad, partiendo la primera de la razón, la técnica, el progreso, el neoliberalismo, el individualismo y el desencantamiento del mundo, para caer en la premisa de que todo se vale.

La Postmodernidad como se mencionó anteriormente, fue una de las causas más significativas que concibió la Modernidad, siento esta una continuidad de esta época, la cual se opone del racionalismo en la distribución de los espacios, el hombre allí propone una razón que engloba el arte, la ética y la ciencia. Mientras que, en la arquitectura el posmodernismo se caracteriza por un estilo basado en técnicas adaptadas a los materiales disponibles o a las circunstancias en las que se construye. Además, se perfilan tendencias como las neoconservadoras, y las neovanguardistas. (Díaz, 2011, p.29).

Por lo cual, se puede decir que la modernidad otorgó un trascendental dominio europeo generándose finalmente como un fin de poder, que otorgó en el ser humano una dependencia a la sociedad y a la economía como dependencia libertadora, cuyo fin otorga también el trabajo. Pero así mismo, la consecuencia más significativa que proporciono la Modernidad, fue la Posmodernidad, partiendo la primera de la razón, la técnica, el progreso, el neoliberalismo, el individualismo y el desencantamiento del mundo, para caer en la premisa de que todo se vale.

La Postmodernidad como se mencionó anteriormente, fue una de las causas más significativas que concibió la Modernidad, siento esta una continuidad de esta época, la cual se opone del racionalismo en la distribución de los espacios, el hombre allí propone una razón que engloba el arte, la ética y la ciencia. Mientras que, en la arquitectura el posmodernismo se caracteriza por un estilo basado en técnicas adaptadas a los materiales disponibles o a las circunstancias en las que se construye. Además, se perfilan tendencias como las neoconservadoras, y las neovanguardistas. (Díaz, 2011, p.29).

Esto como consecuencia a que, como lo plantea Follari, (2006):

Lo posmoderno alude a un sujeto centrado sobre sí mismo, sumido en una modalidad de neo narcisismo que resulta post-ético, al menos en relación a las éticas normativas que caracterizaron la modernidad. Este abandono de los grandes criterios de orientación axiológica que se pretendían universalistas y propios de una razón que los fundaba, conlleva una moral más cercana a la privacidad y al uso de los placeres, lo cual, configuraría sujetos que pueden

derivar hacia el sin sentido, pero que no padecen los males modernos de exigencias tiránicas a las cuales adaptarse, y que se encontrarían en mayor relación de conformidad consigo mismos que los de generaciones anteriores. (p.39).

Lo cual, repercutió de manera trascendental en cuanto a la concepción existente en la posmodernidad, por eso mismo es primordial resaltar los presupuestos que se destacaron en la modernidad, ya que, como lo menciona Ortiz, (2008); la modernidad destaca la abstracción como un nuevo modelo de pensamiento, por medio de exigencias basadas en la exactitud y rigurosidad, otorgando validez a los procesos en cuanto a las certezas absolutas, siendo la razón el único criterio de sentido existente. Esto debido a que, se brinda una especial importancia al modelo capitalista afectando de manera significativa la vida social existente, debilitando de cierta manera los valores de la comunidad y de la conciencia humana. (p.19).

También destaca la individuación de la condición humana, proporcionando significativa importancia al interés privado, como respuesta al individualismo liberal, a la realización del yo y actitudes que van en contra de la comunidad, lo que supone una separación del individuo ante el otro y la sociedad generando un déficit en la identidad y el sentido de la existente del individuo, la familia y la sociedad en general. (Ortiz, 2008, p.20).

A su vez, la secularización es otro componente que se destaca en la modernidad y se transmite en la postmodernidad, “como dimensión inmanente de la condición humana, donde el individuo se apodera de su propio destino en una inmanencia que rechaza la antigua dimensión trascendente de la condición humana”. (Castiñeira, 1998, p. 108).

Es así como, Ortiz, (2008); plantea como, el Modernismo produce un nuevo modo de ser a través de nuevas condiciones políticas, progreso y avance cultural que serán una respuesta opuesta a la manera en que la edad media lo hacía; por eso, el enajenamiento de los sentidos, la radicalización de la mente y de la razón que no necesita ya más de los sentidos ni de la fe como se proponía en la edad moderna en contra de la medieval fideísta. El hombre medieval y su manera particular de tratar de conocer un mundo externo ya no funciona, y como respuesta el polo opuesto y radical lo moderno. La estructura temporal o el modo de percibir el futuro ya no

será la esperanza cristiana hacia la providencia de Dios, sino el porvenir, el avance científico, el quehacer del hombre por medio de la actividad científica. La individuación como condición del hombre irá en contra de la comunidad medieval, esto marcará el inicio de la propiedad privada, del nacimiento del yo egoísta y anticristiano que buscará ser mejor sin importar la concepción del prójimo católico. La libertad ahora entendida como ideal y ya no como elección del hombre ante el yugo de Dios y de la iglesia. Y ante tanto rompimiento con la iglesia y el sistema medieval, el hombre religioso moderno se concebirá ahora como secular, mundano con Dios y, aceptando la trascendencia de Dios y de su poder omnipotente, pero el mortal ahora pondrá las reglas para la relación con él. (p.20). Lo que indica, que el Modernismo permea con sus nuevas perspectivas teóricas en todos los ámbitos en los cuales el hombre se encuentra inmerso, como lo es la política, la ética, la religión, la económica, entre otros.

Así como lo cita Ortiz, (2008):

Max Webber ve la modernidad como un proceso de racionalización que abarca a las instituciones junto con el individuo en una tendencia activista intelectual y artísticamente para transformar su realidad inmediata. Es una visión descentrada de la visión religiosa y medieval objetivando la subjetividad de la verdad; es decir, la relativiza en cuanto la fragmenta, la descompone. La fragmentación de esta verdad llevó a la automatización del arte, de la ciencia y de la moral (verdad, belleza y bien), lo cual nos lleva a la desilusión del mundo, a un desencanto y desacralización de lo humano y lo divino, de Dios y del hombre mismo. Ante estos presupuestos que Max Webber señala como valores de la modernidad, denota conceptos importantes como racionalización, fragmentación, desacralización...aunque acentúa una tendencia de carácter económico, intelectual y artístico con el fin de cambiar su realidad mediata, de querer algo mejor y más bueno de lo que ya había. Ahora la objetividad de la subjetividad de la verdad se entiende no tan solo en el carácter gnoseológico de la misma, sino se convierte en una máxima que se da en el hombre moderno, la cual consiste en cambiar lo malo de lo medieval en bueno, dudando primero de ello y después dándole la supremacía. (p. 21).

Por ende, como se menciona la razón toma un rumbo trascendental en la evolución de la historia del ser humano, brindando un impulso primordial en su concepción e individualidad del hombre moderno como herramienta competitiva de ser el primero, “para dar paso a la postmodernidad, la cual por su parte, privilegia la interioridad lo cual, no lo convierte en un sujeto dependiente de lo que digan los demás, sino de su valor propio, a pesar de que se orienta a la trascendencia en todos sus sentidos, lo que no hace la modernidad, evidenciando como estos sucesos y transiciones en cuanto a la historia, lo que ha permitido que la concepción humana evolucione no solo desde una postura ética que posee consecuencias”. (Corral, 2007, p. 67).

Se ha logrado concebir como el ser humano, es un sujeto dinámico y cambiante ante su contexto, lo cual no se exceptúa en las vertiginosas transformaciones que trajo consigo el lapso entre la modernidad y la posmodernidad.

La Postmodernidad como respuesta a la crisis que trajo consigo la misma Modernidad, en base al surgimiento de las nuevas condiciones sociales y culturales que se generaron, en el campo económico debido a la flexibilidad en una nueva concepción de consumo y acumulación financiera, de bienes materiales como lo es el conocimiento y la información, en el campo político, con la globalización y la reconstrucción de las identidades nacionales, en el campo social, con la muerte de las certidumbres que si traía consigo el capitalismo en la modernidad, y una notable aceptación a diversidad de identidades religiosas, culturales, étnicas u otras; en el campo organizacional, con la burocratización dando pie a instituciones más flexibles capaces de adaptarse fácilmente a nuevas concepciones que trae el nuevo mundo, rescatando el valor del sujeto en su humanidad, desde las emociones, la identidad individual, diferencias y autonomía como capacidad de resolución de conflictos en orientación a la generación del conocimiento científico responsable. (Hangreaves, 2005, p.33).

Se puede considerar que, el ser humano evoluciona trascendentalmente en la sociedad postmoderna, siendo un sujeto notablemente transformador tras este tipo de cambios en la sociedad, principalmente en aspectos éticos y en aspectos relacionales, puesto que, se concibe al individuo con una alta significancia consigo mismo y con los demás, siendo por fin autónomo y libre. (Scatolini, 2011).

Sin embargo, es evidente denotar como a nivel negativo el ser humano dentro del posmodernismo acentúa los componentes de desigualdad social, como respuesta a la competitividad excluyente que ha traído el mercado actual, con intereses que van en contra de la solidaridad como respuesta a las exigencias del sistema, tanto de los estados como de los propios individuos, lo que ha dado como respuesta a un darwinismo social, debido a que, el hombre tan solo desarrolla habilidades de supervivencia en donde, sobreviven solo los más hábiles y mejor dotados, en respuesta a la inequitativa distribución social actual, generándose nuevas técnicas de control social, como lo es el consumismo desmedido e injustificado, cuyo único comportamiento aceptado es aquel que se resigna y adapta al sistema de la sociedad de consumo actual, sin reacciones en contra de este. (Scatolini, 2011, p.346).

Para lo cual, es necesario que se fomenten nuevas estrategias orientadas en base a los valores humanos, más allá del mercado, puesto que, la esencia humana se enfatiza no solo en un producto comercial, lo cual solo es posible por medio de una verdadera concientización de todas las poblaciones, en donde exista un verdadero compromiso y responsabilidad tanto política como social, debido a que, el valor de un trabajo deben concebirse en menor proporción al valor humano, siendo este le núcleo de todo desarrollo social.

Postmodernidad y Síndrome de Burnout

Tras los diversos cambios que ha traído consigo la posmodernidad como se ha mencionado a lo largo de todo el documento, en los ámbitos sociales, económicos, políticos, y organizacionales, se debe resaltar como sus consecuencias no han sido siempre positivas, como lo es el Síndrome de Burnout.

Para la OMS, (2017) el Síndrome de “Burnout”, se define como:

Una enfermedad laboral que provoca detrimento en la salud física y mental de los individuos. Y cuyos factores personales se refieren a la sensación de derrota al no percibir los resultados que se esperaban a pesar del esfuerzo realizado. Experimentando sentimientos de negativismo y de frustración, llevando con el paso del tiempo a síntomas tanto físicos como psicológicos. (López, 2014, p.190).

Así mismo, Maslach y Jackson, (1981); consideran que “el síndrome es una forma inadecuada de afrontar un estrés emocional crónico cuyos rasgos principales son el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución del desempeño persona”. (p.306).

En base a la Posmodernidad y su implicación social en los seres humanos, se ha logrado identificar varios factores de riesgo en quienes puedan desarrollar el síndrome de burnout, entre los cuales se encuentran personas jóvenes, género femenino, solteros o sin pareja estable, mayores turnos laborales o sobrecarga laboral, estado civil, número de hijos, rasgos de personalidad tales como personas idealistas, optimistas, con expectativas altruistas elevadas, deseo de prestigio y mayores ingresos económicos, pero la más influyente es la sobrecarga laboral que se experimenta actualmente, para su padecimiento. (López, 2014).

Esto como consecuencia, a que en la actualidad es evidente resaltar como en el mercado laboral la posmodernidad trajo consigo, alta competitividad e inseguridad laboral, en acompañamiento de las exigencias del contexto, y los evidentes cambios constantes que se destacan en las sociedades actuales, a un ritmo vertiginoso en consecuencias graves dentro del ser humano, como lo son actitudes de angustia, agotamiento emocional, trastornos en los ritmos de alimentación, actividad física, y descanso, afectaciones físicas, psicológicas y con serias afectaciones en la salud de los individuos y trabajadores actuales. (Apiquian, 2007).

Este síndrome posibilita una seria sensación de fracaso, desmoralización, despersonalización o agotamiento emocional y profesional, ante una sobrecarga de energías, recursos personales y fuerzas espirituales de los trabajadores actuales. (Apiquian, 2007).

De allí que, el síndrome de Burnout evidencia como a pesar de los avances sociales que genera la transformación del ser humano, siempre existen competencias que afectan su calidad de vida ya que, se tienen en cuenta aspectos e intereses económicos ante una ambición de poder por encima, del bienestar individual y colectivo de los sujetos.

Las evidentes nuevas necesidades que ha traído consigo la posmodernidad, han efectuado en serias afectaciones físicas y psicológicas de los seres humanos, como lo son los altos niveles de estrés que han repercutido en la calidad de vida y el bienestar de los seres humanos, debido a la competitividad que provoca el mercado laboral actual.

Para Gutiérrez, Celis, Moreno, Farías y Suarez, (2006);

El síndrome de burnout es un trastorno muy frecuente en el medio hospitalario y que hoy en día es cada vez más conocido y diagnosticado. Este trastorno ha tomado tanta importancia que la OMS lo ha catalogado como un riesgo laboral. Esta afección implica casi siempre a profesionales que requieren un contacto directo con las personas y que tienen una filosofía humanística del trabajo; pero por desgracia no sólo afecta al personal que lo padece; sino que secundariamente afecta también a los usuarios que son atendidos por los que lo sufren dicha afección v.gr. los pacientes de médicos y dentistas afectados. (p.305).

Lo que indica, como las afectaciones del síndrome de Burnout han repercutido trascendentalmente en todos los seres humanos, aun en aquellos que desarrollan mayores factores de riesgo ante estas situaciones de predisposición.

Ya que, así como lo mencionan Gutiérrez, Celis, Moreno, Farías y Suarez, (2006); Existen varios tipos de manifestaciones que podemos considerar como signos de alerta o en ocasiones como parte ya del cuadro clínico:

- ✓ Negación: la persona afectada no acepta tener el problema.
- ✓ Aislamiento: es frecuente que la persona afectada se retire de la familia, sus colegas y amigos.
- ✓ Ansiedad: es la sensación persistente que tiene el sujeto de que algo malo va a suceder.
- ✓ Miedo o temor: una sensación poderosa de temor para acudir al trabajo.
- ✓ Depresión: este es uno de los problemas cada vez más comunes en personas en su trabajo deben interactuar permanentemente con otros sujetos (medicina, docencia, atención al cliente, entre otras); siendo uno de los más frecuentes en este síndrome y por supuesto uno de los síntomas más peligrosos debido a que puede conllevar al suicidio.

- ✓ Ira: sus manifestaciones incluyen perder la calma y el control de situaciones conflictivas, manifestando un enojo exagerado en relación a la causa que es motivo del disgusto al tratar con compañeros, resto del personal o con los clientes.
- ✓ Adicciones: se evidencia en el inicio o aumento del uso de sustancias, que pueden ser prohibidas o no prohibidas.
- ✓ Cambios de personalidad: evidenciándose como cambios no justificados en la forma como actúa frente a determinadas situaciones.
- ✓ Culpabilidad: sienten que lo que desarrollan es prácticamente un castigo o bien tienen un sentimiento exagerado de ser indispensables en el trabajo.
- ✓ Cargas excesivas de trabajo: el aceptar varios turnos o pasar mucho tiempo en el trabajo para demostrar que todo está bien.
- ✓ Comportamiento riesgoso: comportamiento no característico de la persona, el cual puede ir desde simplemente embarazoso, inapropiado e impulsivo; hasta peligroso en diversos ámbitos de la vida, incluyendo el sexual con conductas de riesgo.
- ✓ Sensación de estar desbordado y con desilusión. Se percibe la sensación de ya no poder seguir trabajando con el mismo ritmo ni entusiasmo que al principio, tiene sensación de fatiga crónica.
- ✓ Abandono de sí mismo. Se presenta un cambio en la pulcritud, higiene y arreglo personal. Se presentan cambios notorios en los hábitos alimenticios con pérdida o ganancia de peso exagerada.
- ✓ Pérdida de la memoria y desorganización. Existe dificultad para concentrarse y aprender. No se pueden recordar eventos importantes familiares y laborales. Puede haber trastornos del sueño. (p.307).

Lo que puede indicar que, las consecuencias que trae consigo el Síndrome de Burnout en los seres humanos son bastantes complejas en su calidad de vida, tanto a nivel personal como a nivel laboral, generando una seria afectación principalmente a nivel psicológico que causa principalmente, ausentismo laboral, dependencia a sustancias psicoactivas, dificultades de trabajo en equipo, alta rotación, alteraciones de memoria y aprendizaje e incluso de índole sexual, lo cual no solo afecta su vida laboral sino a su vez, su vida personal y familia. (Gutiérrez, Celis, Moreno, Farías y Suarez, 2006).

Por lo cual, es de vital importancia que las empresas y las instituciones realicen esfuerzos de prevención principalmente ante el control de las variables que pueden generar predisposición ante el padecimiento de este tipo de enfermedades, no solo como beneficio económico de la empresa sino a su vez, como garantía para el bienestar de sus trabajadores, desde el apoyo profesional de campos que minimicen estos riesgos.

Finalmente se puede concluir como la evolución de las relaciones, el ser humano y la forma de vivencias frente a los diferentes contextos, promueven una postmodernidad cambiante, donde refieren al humano como aquel talento que implica todo un sacrificio por el trabajo, ya que es el que le permite ciertas solvencias a nivel social, inclusive en ocasiones pasando por encima de las virtudes que tiene como persona que es, frente a las diferentes actividades que por el contrario coadyuvan a distensionar y permitir nuevos ciclos.

Aun así, se está frente a una sociedad que concibe al ser humano como aquel que todo lo puede, como si se convirtiese en una máquina, mientras que las ciencias cercanas a la salud, a la protección y al ser humano, se encargan de ejecutar herramientas para disminuir o mitigar los malestares sociales,.

Referencias

- Apiquian, A; (2007); El Síndrome Del Burnout En Las Empresas; Universidad Anáhuac México Norte. Recuperado en: <https://www.ucm.es/data/cont/media/www/pag-28861/sindrome%20burnout.pdf>
- Bauman, Z; (2004); La Modernidad Liquida; Fondo de Cultura Económica; Recuperado en: <https://catedraepistemologia.files.wordpress.com/2009/05/modernidad-liquida.pdf>
- Callado, R; (2016); La Modernidad, Concepto y Características. Dpto. Sociología I. Universidad de Alicante. Recuperado en: <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/16004/18/Tema%205.%20La%20modernidad%20C%20concepto%20y%20caracter%20C3%ADsticas.pdf>
- Corral, R; (2007); Que es la Posmodernidad; Recuperado en: http://www.uam.mx/difusion/casadeltiempo/98_mar_abr_2007/casa_del_tiempo_num98_67_73.pdf
- Díaz, E; (2011); Posmodernidad. Editorial Biblos Filosofía, Recuperado en: http://www.historiadeltraje.com.ar/archivos/EstherDiaz_Posmodernidad.pdf
- González, N; (2014); Organización social del trabajo en la posmodernidad Salud mental, ambientes laborales y vida cotidiana. Edición Prometeo Editores S.A. de C.V. ISBN: 978-607-8336-09-8. Recuperado en: http://antropologiafisica.org/pdf/libro_norma.pdf
- Gutiérrez, G; Celis, M; Moreno, S; Farías, F; Suarez, J; (2006). Síndrome de burnout. Medigraphic; Arch Neurocién (Mex) Vol. 11, No. 4: 305-309, Recuperado en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/arcneu/ane-2006/ane064m.pdf>
- Leal, C; Leal, A; (2013); Modernidad y postmodernidad: una discusión vigente. Conservatorio del Tolima. Institución de Educación Superior. Recuperado en: http://www.conservatoriodeltolima.edu.co/images/revistas/MCP5/7._Modernidad_y_postmodernidad.pdf.
- Martínez, A; (2010); El Síndrome De Burnout. Evolución Conceptual Y Estado Actual De La Cuestión; Vivat Academia. n° 112. Septiembre. Recuperado en: <http://webs.ucm.es/info/vivataca/numeros/n112/PDFs/Anbelacop.pdf>
- Ortiz, I; (2008); ¿Qué es el Postmodernismo?; Veracruz, Recuperado en: file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Mi_tesina.pdf
- Scatolini, J; (2011); El pasaje del hombre de la sociedad moderna a la posmoderna; ANALES N° 41 - Facultad de Cs. Jurídicas y Sociales. U.n.l.p. Recuperado en: http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/20722/Documento_completo.pdf?sequence=1

Wagner, P: (2013); Redefiniciones de la modernidad; REVISTA DE SOCIOLOGÍA, N° 28
(2013) pp. 9-27. Recuperado en:
<http://www.facso.uchile.cl/publicaciones/sociologia/articulos/28/2801-Wagner.pdf>