

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

[DOI 10.35381/gep.v6i1.103](https://doi.org/10.35381/gep.v6i1.103)

Relación entre la fatiga laboral y el síndrome de burnout en el personal docente universitario

Relationship between work fatigue and burnout syndrome in university teaching staff

María Esthela García-Avalos
maria.garciaa@ucacue.edu.ec
Universidad Católica de Cuenca, Cuenca, Azuay
Ecuador
<https://orcid.org/0009-0005-0767-7334>

Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez
esteban.carrera@ucacue.edu.ec
Universidad Católica de Cuenca, Cuenca, Azuay
Ecuador
<https://orcid.org/0000-0002-9359-5853>

Álvaro Raúl Peralta-Beltrán
alvaro.peralta@ucacue.edu.ec
Universidad Católica de Cuenca, Cuenca, Azuay
Ecuador
<https://orcid.org/0000-0003-0839-3518>

Recibido: 20 de agosto 2023
Revisado: 25 de septiembre 2023
Aprobado: 15 de diciembre 2023
Publicado: 15 de enero 2024

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

RESUMEN

El objetivo del estudio es evaluar la conexión entre la fatiga laboral y el desarrollo del síndrome de burnout específicamente en docentes de la Universidad Católica de Cuenca, Extensión Cañar. La metodología adoptada es de tipo descriptiva y alcance relacional. Se destacaron las dimensiones del síndrome de burnout, incluyendo agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal. Herramientas de evaluación como el *Maslach Burnout Inventory* (MBI) y variantes específicas fueron presentadas, junto con modelos teóricos y escalas para medir la fatiga laboral. Reconocer la relación entre estos fenómenos es importante para implementar estrategias preventivas y gestionar la salud y bienestar de los docentes, resaltando la importancia de condiciones laborales adecuadas y la identificación temprana de síntomas.

Descriptor: Estrés mental; satisfacción en el trabajo; actitud laboral. (Tesauro UNESCO).

ABSTRACT

The aim of the study is to evaluate the connection between work fatigue and the development of burnout syndrome specifically in teachers at the Catholic University of Cuenca - Cañar Extension. The methodology adopted is descriptive and relational in scope. The dimensions of burnout syndrome were highlighted, including emotional exhaustion, depersonalization and lack of personal fulfilment. Assessment tools such as the Maslach Burnout Inventory (MBI) and specific variants were presented, along with theoretical models and scales for measuring job burnout. Recognizing the relationship between these phenomena is important for implementing preventive strategies and managing the health and well-being of teachers, highlighting the importance of adequate working conditions and early identification of symptoms.

Descriptors: Mental stress; job satisfaction; work attitudes. (UNESCO Thesaurus).

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

INTRODUCCIÓN

La salud de los trabajadores se centra en los aspectos físicos, mentales y sociales, que abarcan todos los entornos laborales y promueven una adaptación bidireccional entre los individuos y su entorno de trabajo. En este sentido, se ha observado que las situaciones relacionadas con una mayor carga física y mental están asociadas a la interacción constante con otras personas, lo que provoca una serie de síntomas en el trabajador, que pueden afectar su salud (Anzules et al., 2022).

Esto adquiere importancia en docentes universitarios, grupo profesional, que, a lo largo de la historia, por la naturaleza de su trabajo y carga laboral, se ha enfrentado a desafíos con responsabilidades de gran importancia en términos intelectuales y formativos (Makowiec et al., 2021). Adaptándose a los cambios constantes en la educación superior, absorbiendo información de diversos enfoques para ajustarse a las necesidades actuales, como la enseñanza asincrónica, métodos de aprendizaje nuevos e incorporación de herramientas tecnológicas (Tito et al., 2022). Este contexto logra generar situaciones de estrés que lleven a consecuencias como fatiga laboral, traducida en debilidad física o mental. A medida que transcurre el tiempo, existe la posibilidad de que los docentes estén predispuestos a desarrollar una percepción cada vez más negativa de su trabajo, lo que contribuye a convertir la fatiga en insatisfacción y falta de motivación para desempeñar el trabajo; cumpliendo así con las tres esferas que contextualizan el síndrome de burnout (Makowiec et al., 2021).

El síndrome de burnout, conocido como síndrome de agotamiento profesional, presenta tres dimensiones: agotamiento emocional, que se manifiesta a través de fatiga laboral; despersonalización, que se refleja en actitudes negativas hacia las tareas, y eficacia profesional, que implica que la persona siente que ha logrado poco a nivel personal. Un estudio efectuado en Colombia, con una muestra de 54 docentes, identifica que el nivel de insatisfacción con su salario, seguido por las horas extras de trabajo y la severidad de las sanciones por un bajo rendimiento, son los factores que tienen un mayor impacto en

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

el desarrollo del síndrome de burnout. Además, se informó, que los síntomas más relevantes fueron, fatiga laboral al final del día y cefaleas (Posada et al., 2020).

En los últimos años, se han realizado investigaciones para estudiar los factores y las variables del síndrome de burnout en docentes de diversos países (Santa Cruz et al., 2021). En el Salvador, estado de Bahía, una investigación en 210 docentes universitarios encontró que el 41% presentaban síndrome de burnout (Silva et al., 2021).

En Perú, se realizó un estudio a 262 docentes, de la Universidad Cayetano Heredia y la Universidad Tecnológica de Perú, revelando baja prevalencia de síndrome de burnout (79.4%), y se observó que el agotamiento emocional y la despersonalización presentaron niveles bajos, mientras que, la eficacia profesional mostró un nivel alto (Tito et al., 2022). Por otro lado; la Universidad Técnica de Manabí, en Ecuador, realizó una investigación con 53 docentes. Se destacó la percepción de falta de realización personal. Sin embargo, no se encontraron niveles altos del síndrome de burnout (Anzules et al., 2022).

En consideración de la información expuesta, el presente estudio tiene por objetivo evaluar la relación entre la fatiga laboral y el desarrollo del síndrome de burnout en docentes de la Universidad Católica de Cuenca, Extensión Cañar.

MÉTODO

La investigación fue de tipo descriptiva, ya que se caracterizaron las variables de estudio síndrome de burnout y fatiga laboral, seguido de un alcance relacional, lo que permitió explorar tanto las características generales como las correlaciones entre estas variables. La finalidad fue transversal, empleando la observación y el registro de datos en un tiempo específico.

Para la recopilación de datos, se aplicó la técnica de la encuesta, basada en la implementación de los cuestionarios de: *Maslach Burnout Inventory (MBI)*, que consta de 22 ítems en forma de afirmaciones relacionadas con los sentimientos y actitudes de los profesionales en su entorno laboral (Tabla 1). El MBI es reconocido como una herramienta

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

para evaluar el síndrome de burnout y se divide en tres subescalas: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal (Manzano, 2020).

Tabla 2.

Instrumento: cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI).

Ítems	Respuesta
Se siente en el aspecto emocional agotado/a por mi trabajo	
Se siente cansado al final de la jornada de trabajo	
Cuando se levanta por la mañana y se enfrenta a otra jornada de trabajo se siente fatigado	
Tiene facilidad para comprender como se sienten sus alumnos	
Trato a alumnos como objetos impersonales	
Siente que trabajar todo el día con alumnos supone un gran esfuerzo y cansancio	
Cree que trata con mucha eficacia los problemas de sus alumnos	
Siente que su trabajo lo está desgastando. Se siente quemado por su trabajo.	
Piensa que con si trabajo está influyendo de forma positiva en la vida de sus alumnos	
Se ha vuelto más insensible con la gente desde que ejerce la profesión docente	
Opina que este trabajo le está endureciendo en el aspecto emocional	
Se siente con mucha energía en su trabajo	
Se siente frustrado en su trabajo	
Cree que trabaja demasiado	
No le preocupa lo que les ocurra a algunos de sus alumnos	
Trabajar de manera directa con alumnos le produce estrés	
Siente que puede crear con facilidad un clima agradable con sus alumnos	
Se siente motivado después de trabajar en contacto con alumnos	
Cree que consigue muchas cosas valiosas en este trabajo	
Se siente acabado en su trabajo, al límite de sus posibilidades	
En su trabajo trata los problemas con mucha calma	
Cree que los alumnos le culpan de algunos de sus problemas	

Elaboración: Los autores.

El segundo cuestionario empelado es la prueba de síntomas subjetivos de fatiga laboral de *Yoshitake (CSFL)*, que mide los síntomas y limitaciones funcionales asociadas con la fatiga laboral (Tabla 2).

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

Tabla 2.

Instrumento: cuestionario de síntomas de fatiga laboral de Yoshitake (CSFL).

Ítems	Respuesta
¿Siente pesadez en la cabeza?	
¿Siente cansancio en el cuerpo?	
¿Siente cansancio en las piernas?	
¿Tiene deseos de bostezar?	
¿Se siente confuso, aturdido?	
¿Siente la vista cansada?	
¿Siente rigidez o torpeza en los movimientos?	
¿Se siente soñoliento?	
¿Al estar de pie se inquieta?	
¿Tiene deseos de acostarse?	
¿Siente dificultad para pensar?	
¿Se cansa al hablar?	
¿Está nervioso?	
¿Se siente incapaz de fijar la atención?	
¿Se siente incapaz de poner la atención en algo?	
¿Se le olvidan fácil las cosas?	
¿Ha perdido la confianza en sí mismo?	
¿Se siente ansioso?	
¿Mantiene posiciones incorrectas en su cuerpo?	
¿Pierde fácil la paciencia?	
¿Padece de dolor de cabeza?	
¿Siente entumecimiento en los hombros?	
¿Siente dolor de espalda?	
¿Tiene dificultad para respirar?	
¿Tiene sed?	
¿Se siente atontado?	
¿Siente su voz ronca?	
¿Le tiemblan los parpados?	
¿Le tiemblan las piernas o los brazos?	
¿Se siente enfermo?	

Elaboración: Los autores.

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

Este cuestionario contiene 30 ítems distribuidos en tres subescalas: síntomas generales de fatiga, fatiga física y fatiga mental, dichos síntomas van desde el cansancio normal hasta un estado patológico con efectos en la salud y el bienestar de los trabajadores. Influenciado por factores como la carga física y mental, el ambiente laboral y las jornadas largas de trabajo, lo que puede provocar disminución en la productividad, enfermedades ocupacionales y dificultades en la adaptación laboral, afectando tanto a nivel físico como psicosocial, desencadenando así síndrome de burnout (Vega et al., 2019).

El estudio se llevó a cabo en la Universidad Católica de Cuenca, Extensión Cañar y contó con la participación de 33 informantes (Tabla 3), quienes fueron investigados en su totalidad.

Tabla 3.

Distribución del personal docente de la Universidad Católica de Cuenca Extensión – Cañar.

Unidad Académica	Número de docentes
U.A de Ciencias Económicas y Empresariales	9
U.A de Educación	2
U.A de Salud y Bienestar	13
U.A de Informática, Ciencias de la computación e Innovación Tecnológica	7
Centro de idiomas	2
Ausente	0
Total	33

Elaboración: Los autores.

RESULTADOS

Visión demográfica y social: en el análisis de la muestra conformada por el cuerpo docente de la Universidad Católica de Cuenca, Extensión Cañar, se destaca la predominancia de mujeres, representando el 63.64% del total encuestado. En relación

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

con el estado civil, el 72.73% de los docentes se encuentran casados. El grupo etario más significativo abarca edades entre 35 y 44 años, constituyendo el 51.52% de la muestra. En términos de cargas familiares, la mayoría de los docentes tiene dos, representando el 39.39%. (Figura 1)

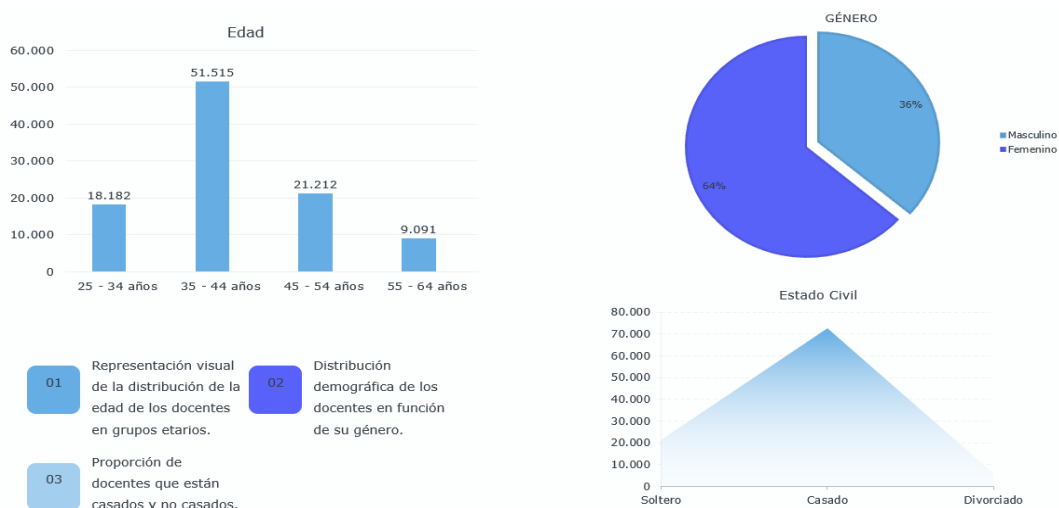


Figura 1. Edad, género y estado civil.
Elaboración: Los autores.

Perfil demográfico y laboral: el análisis de los datos recabados entre los docentes, ofrece información valiosa para comprender la diversidad y especialización dentro de la comunidad académica. En cuanto al género, se observa una representación mayoritaria, con un 63.64% de mujeres y un 36.36% de hombres. Respecto al estado civil, la mayoría de los docentes están casados, conformando un 72.73%. En relación con la jornada laboral, el 72.73% trabaja a tiempo completo, mientras que un 24.24% lo hace a medio tiempo. Además, se evidencian áreas de enfoque específicas por unidad académica y carrera, siendo la Unidad Académica de Salud y Bienestar la más representativa con un 39.39%, seguida por la Unidad Académica de Ciencias Económicas y Empresariales con un 27.27%. (Figura 2)

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

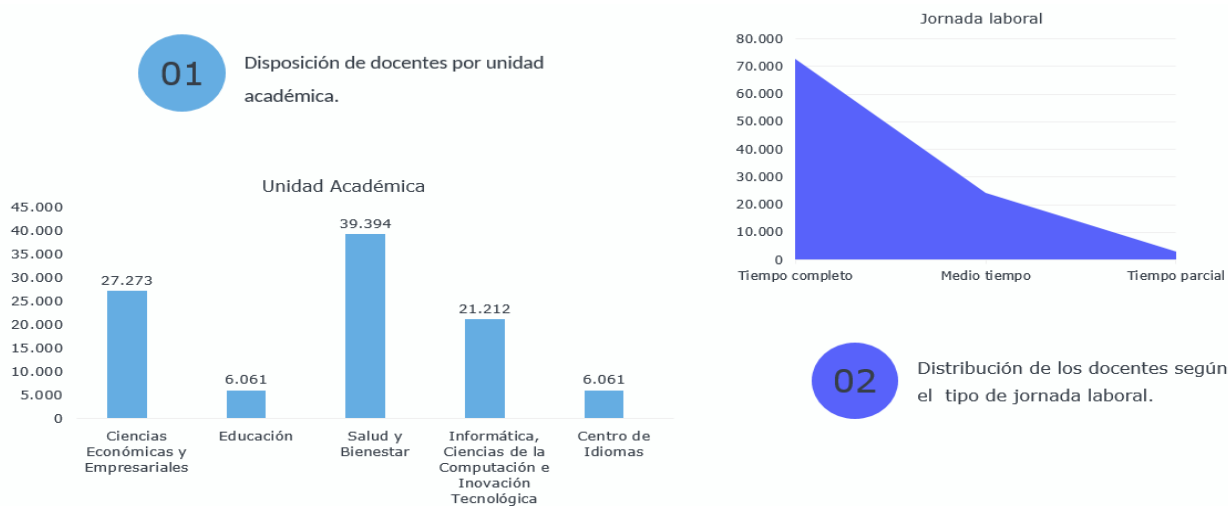


Figura 2. Unidad académica y jornada laboral.
Elaboración: Los autores.

Distribución de docentes de la Universidad Católica de Cuenca, Extensión Cañar, en función de la unidad académica y la jornada laboral: en la Unidad Académica de Ciencias Económicas y Empresariales, carrera de Administración de Empresas, se observa una predominancia femenina, con 7 mujeres y 1 hombre a tiempo completo, mientras que en educación inicial hay igualdad de género con 1 docente hombre y 1 mujer, ambos a tiempo completo. En la Unidad Académica de Salud y Bienestar, carrera de Enfermería, la mayoría son mujeres, ocupando 6 puestos a tiempo completo, 3 a medio tiempo, y 1 a tiempo parcial, en comparación con 1 hombre a tiempo completo y 2 a medio tiempo. La Unidad Académica de Informática, Ciencias de la Computación e Innovación Tecnológica muestra una mayor presencia masculina, con 4 hombres a tiempo completo y 2 a medio tiempo, frente a solo 1 mujer a tiempo completo. En el Centro de Idiomas, la presencia es exclusiva femenina, con 2 mujeres a tiempo completo.

Subescala de agotamiento emocional del cuestionario *Maslach Burnout Inventory (MBI)*: los resultados de esta subescala aplicada a docentes de la Universidad Católica de Cuenca, Extensión Cañar, se observan que un 54.55% de los participantes

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

experimenta agotamiento emocional, indicando sentirse en el aspecto emocional agotado por el trabajo varias veces al mes o más. Sumado a lo anterior, un 54.55% se siente cansado al final de la jornada, varias veces a la semana. En cuanto a la fatiga por una nueva jornada de trabajo, el 54.54% de los docentes la experimenta en diferentes niveles. Respecto a trabajar con alumnos, el 54.54% siente que supone un gran esfuerzo y cansancio en diferentes grados. A pesar de estos desafíos, un porcentaje considerable (69.70%) no se siente al límite de sus posibilidades en el trabajo. (Tabla 4)

Tabla 4.

Pregunta: ¿se siente acabado en su trabajo, al límite de sus posibilidades?

Al límite de sus posibilidades	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	23	69.697
Pocas veces al año o menos	6	18.182
Una vez al mes o menos	1	3.030
Una vez a la semana	1	3.030
Pocas veces a la semana	2	6.061
Ausente	0	0.000
Total	33	100.000

Elaboración: Los autores.

Subescala de despersonalización del cuestionario *Maslach Burnout Inventory (MBI)*: El análisis de esta subescala revela distintos patrones en la percepción emocional de los participantes. En relación con el trato de los alumnos como objetos impersonales, el 87.88% indica que nunca adopta esta actitud, evidenciando un nivel bajo de despersonalización. En términos de insensibilidad con la gente desde que ejercen la profesión docente, el 63.64% señala que nunca ha experimentado esta sensación. Respecto a endurecimiento emocional debido al trabajo, el 78.78% de los docentes informa que nunca siente que su trabajo los está endureciendo en el aspecto emocional.

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

En cuanto a la preocupación por lo que ocurra con los alumnos, el 51.52% indica que nunca le preocupa, mientras que el 18.18% señala que esta preocupación es diaria.

Subescala de realización personal del cuestionario *Maslach Burnout Inventory (MBI)*: Los resultados de esta subescala permite evidenciar patrones diversos en la percepción de los docentes respecto a su labor. En cuanto a la comprensión de las emociones de los alumnos, el 48.48% experimenta esta habilidad en su día a día, mientras que un 30.30% afirma tratar con eficiencia los problemas de los estudiantes todos los días. (Figura 3)

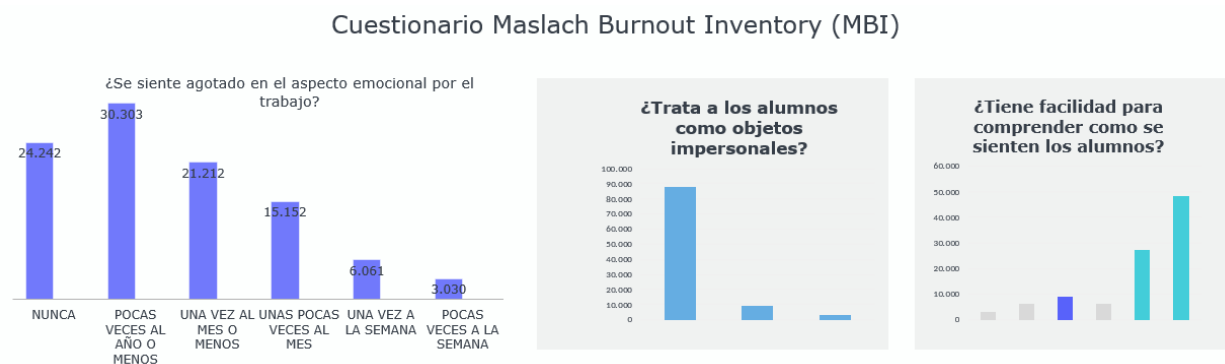


Figura 3. Pregunta: Herramienta de evaluación y diagnóstico del síndrome de burnout.
Elaboración: Los autores.

Síntomas generales de fatiga del cuestionario de síntomas de fatiga laboral de *Yoshitake (CSFL)*: los resultados de la primera subescala del Cuestionario de *Yoshitake*, aplicado a docentes de la Universidad Católica de Cuenca, Extensión Cañar, muestran diversas percepciones sobre síntomas generales de fatiga. Destaca que el 84.85% de docentes siente cansancio en el cuerpo, el 78.79% de los docentes experimenta pesadez en la cabeza, y el 69.70% presenta cansancio en las piernas. En el mismo contexto el 87.88% experimenta cansancio visual. (Tabla 5)

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

Tabla 5.

Pregunta: ¿Siente la vista cansada?

Cansancio visual	Frecuencia	Porcentaje
Si	29	87.879
No	4	12.121
Ausente	0	0.000
Total	33	100.000

Elaboración: Los autores.

Subescala de fatiga mental del cuestionario de síntomas de fatiga laboral de Yoshitake (CSFL): el análisis de las variables de la segunda subescala proporciona percepciones sobre fatiga mental entre los docentes que laboran en la Universidad Católica de Cuenca, Extensión Cañar. Se destaca que el 39.39% siente dificultad para pensar, el 42.42% experimenta cansancio al hablar y el 63.64% se siente ansioso. El 87.88% mantiene posiciones incorrectas en el cuerpo, evidenciando una carga mental significativa. La pérdida fácil de la paciencia también es notoria, afectando al 81.82% de los docentes. En contraste, la mayoría 72.73% de docentes no experimenta pérdida de confianza en sí mismo, y el 66.67% no sienten incapacidad para fijar la atención.

Subescala de fatiga física del cuestionario de síntomas de fatiga laboral de Yoshitake (CSFL): El análisis de la tercera subescala revela resultados que permiten evidenciar una carga física considerable en los docentes de la Universidad Católica de Cuenca, Extensión Cañar, dolor de espalda 84.85%, dolor de cabeza 75.76%, entumecimiento en los hombros 63.64%. Se observan síntomas menos prevalentes como dificultad para respirar 48.49%, voz ronca 51.52%, temblores en los párpados 57.58%, y sensación de enfermedad 48.49%.

Análisis de correlaciones de Pearson

Se llevó a cabo un análisis de correlación utilizando el coeficiente de *Pearson* para explorar las relaciones entre diversas variables en el presente estudio. El análisis reveló

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

varias correlaciones significativas que proporcionan información valiosa sobre la interacción entre las variables. Se identificó una correlación negativa significativa entre el estado civil y el sentimiento de agotamiento emocional en el trabajo -0.355. Este hallazgo sugiere que las personas solteras pueden experimentar más agotamiento emocional en comparación con las personas casadas o en relaciones, evidenciándose una relación inversa entre las variables. Asimismo, se observó un comportamiento inverso significativo entre el estado civil y dos variables: el cansancio visual -0.259 y el dolor de cabeza -0.253, lo que propone que las personas solteras podrían experimentar más cansancio visual y dolores de cabeza en comparación con las personas casadas.

Con respecto a la jornada laboral, se observó una relación poco significativa con la capacidad de manejar problemas con calma en el trabajo 0.336, a pesar de ello se puede pensar que aquellos docentes que trabajan más horas podrían tener más habilidades para gestionar emociones en el entorno laboral. En relación con la ansiedad, se encontró una correlación negativa significativa con la capacidad de manejar problemas con calma en el trabajo, esto permite pensar que aquellos que experimentan más ansiedad podrían tener más dificultades para gestionar emociones en el trabajo. Además, se encontraron correlaciones no significativas entre el dolor de cabeza y el cansancio en el cuerpo 0.281, así como entre el dolor de cabeza y la capacidad de manejar problemas con calma en el trabajo 0.224.

Al mismo tiempo se observó una correlación débil pero cercana a la significativa entre el cansancio visual y la unidad académica 0.402, lo que indica que ciertos campos de estudio pueden estar relacionados con un mayor cansancio visual en comparación con otros, lo que puede tener implicaciones importantes para la salud ocular y el bienestar de los profesionales en esos campos. Para concluir, se identificó una correlación no significativa entre el dolor de espalda y la jornada laboral 0.403, lo que indica que aquellos docentes que trabajan más horas podrían experimentar o no más dolor de espalda.

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

Estos resultados ofrecen una comprensión más profunda de las relaciones entre las variables consideradas en el estudio. Es fundamental recordar que las correlaciones no siempre implican relaciones causales. En definitiva, estos hallazgos resaltan la complejidad de los factores que influyen en el bienestar laboral y académico, siendo esencial comprender estas relaciones para desarrollar estrategias efectivas de gestión de la fatiga laboral y el síndrome de burnout en entornos laborales y educativos.

DISCUSIÓN

El análisis comparativo entre el presente estudio y las investigaciones de Manzano, (2020), proporciona una visión integral de la situación de los docentes en instituciones educativas en Ecuador, enfocándose en aspectos demográficos, laborales y de salud tanto física como mental. En cuanto a la demografía y la composición social del cuerpo docente, ambos estudios coinciden en la predominancia de mujeres en la profesión, aunque con porcentajes diferentes (63.64% en el primer estudio y 70% en el segundo. Además, ambos resaltan la importancia de la estabilidad marital, con un 72.73% de docentes casados en el presente estudio, mientras que el realizado por Manzano (2020), no proporciona detalles sobre el estado civil.

En términos de la edad de los docentes, existe una variabilidad considerable entre los dos estudios. El actual estudio destaca que el grupo más representativo se encuentra en el rango de 35 a 44 años (51.52%), mientras que el estudio de Manzano (2020), muestra que el 46% de los docentes se sitúa entre los 26 y 35 años. Ambos estudios evidencian la diversidad en la edad del cuerpo docente, lo que indica una mezcla de experiencia y juventud en las instituciones educativas evaluadas.

En el perfil laboral, la investigación que se desarrolla en la Universidad Católica de Cuenca, Extensión Cañar, revela que el 72.73% de los docentes trabaja a tiempo completo, mientras que Manzano (2020) se enfoca en la antigüedad de los docentes en la institución, con un 56% trabajando de 1 a 5 años agregando información sobre los

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

niveles de estudio de los docentes, destacando que la mayoría tiene una especialización (36%) y una maestría (34%).

En cuanto al análisis del burnout utilizando el *Maslach Burnout Inventory (MBI)*, ambos estudios presentan resultados significativos. El actual estudio muestra que el 54.55% de los docentes experimenta agotamiento emocional, mientras que, Manzano (2020), refiere que alrededor del 29% padece cansancio emocional. Las diferencias en las tasas de despersonalización también son notables, con un 87.88% de docentes que nunca adoptan una actitud impersonal en el presente estudio, frente a un 17% con un nivel medio en el segundo. Sin embargo, ambas investigaciones señalan la importancia de los factores organizacionales en la prevención del estrés laboral y el burnout, destacando la necesidad de condiciones de trabajo adecuadas y programas de apoyo.

Por otra parte, se realiza el análisis del estudio realizado en la Universidad Católica de Cuenca, Extensión Cañar y el estudio llevado a cabo en el Estado de México, los mismos que presentan similitudes y diferencias importantes en varios aspectos. Ambos estudios garantizaron la participación voluntaria de los sujetos y obtuvieron su consentimiento previo a la aplicación de los cuestionarios. Además, utilizaron el cuestionario de *Yoshitake* para valorar fatiga laboral, aunque con algunas variaciones en su aplicación y formato de respuesta. En cuanto al análisis de datos, ambos estudios emplearon análisis descriptivos y análisis factorial para examinar la información recopilada. Sin embargo, las diferencias entre los estudios son evidentes. En el estudio de Vega et al. (2019) desarrollado en el Estado de México, el 56% de los participantes fueron hombres y el 44% mujeres, mientras que, en el estudio llevado a cabo en la Universidad Católica de Cuenca, Extensión Cañar en Ecuador, las mujeres representaron el 63.64% de los docentes encuestados.

Otra diferencia clave radica en la distribución por edad y formación académica. Vega et al. (2019) refiere que el rango de edad fue de 18 a 66 años con un promedio de 32.1 años, mientras que en el estudio de la Universidad Católica de Cuenca, Extensión Cañar,

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

el grupo etario más significativo abarcaba edades entre 35 y 44 años, constituyendo el 51.52% de la muestra. Además, en términos de formación académica, las muestras también difieren, con una mayor proporción de trabajadores independientes en el estudio del Estado de México y una concentración de docentes universitarios en el estudio de Ecuador.

La comparación entre el presente estudio y la investigación de Torres et al. (2019), revela discrepancias en los hallazgos obtenidos mediante análisis correlacionales y predictivos. Mientras que en el primer estudio se destaca una fuerte correlación entre la insatisfacción de logro y el burnout, sugiriendo su relevancia como predictor del deterioro laboral, el segundo estudio muestra una baja consistencia en la escala de despersonalización, cuestionando su validez como medida del componente de despersonalización del burnout. Estos resultados subrayan la necesidad de comprender las dinámicas específicas del síndrome de burnout en diferentes entornos laborales y poblaciones, así como de utilizar medidas válidas y confiables para evaluar sus dimensiones.

En términos de correlaciones por reactivos de la escala de despersonalización en el estudio de Torres et al. (2019), se observan variabilidades importantes, con muchos reactivos mostrando correlaciones moderadas o bajas, lo que indica inconsistencia en la escala de despersonalización. Esto destaca la importancia de examinar la fiabilidad y validez de los instrumentos utilizados para medir el burnout, así como de explorar la consistencia de las escalas en diferentes contextos y poblaciones. Por lo tanto, la comparación entre estos estudios resalta la complejidad del síndrome de burnout y la necesidad de abordarlo con un enfoque contextualizado y multidimensional, considerando tanto la interacción entre las diferentes dimensiones del burnout como la fiabilidad de las medidas utilizadas para su evaluación.

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

CONCLUSIONES

Este estudio revela que los docentes universitarios, al enfrentarse a una constante carga física y mental derivada de su interacción con estudiantes y colegas, experimentan situaciones de estrés que pueden desembocar en fatiga laboral y, eventualmente, en el síndrome de burnout. La evaluación temprana de este síndrome es esencial para intervenir de manera adecuada y prevenir consecuencias graves en la salud y bienestar de los docentes.

Herramientas como el Maslach Burnout Inventory (MBI) son vitales para identificar síntomas y diseñar estrategias de prevención centradas en la salud mental y el bienestar psicológico. La presión constante de adaptarse a cambios en la educación superior aumenta la probabilidad de experimentar fatiga y afecta la percepción del trabajo. Factores como carga laboral, insatisfacción salarial y percepción de sanciones por bajo rendimiento fueron identificados como desencadenantes del burnout.

Se destaca la necesidad de implementar estrategias y programas de apoyo para prevenir y gestionar tanto la fatiga laboral como el burnout en el ámbito educativo, beneficiando tanto a los docentes como a las instituciones educativas. La comprensión de factores de riesgo, como la falta de apoyo organizacional, es esencial para la prevención y el manejo efectivo de esta condición.

En términos demográficos, se observa una posible relación entre el estado civil y el agotamiento emocional. Los resultados de las escalas de burnout y fatiga laboral indican una alta prevalencia de síntomas entre los docentes, destacando la importancia de abordar estas cuestiones para promover la salud y el bienestar en el entorno laboral. La comparación con estudios previos resalta la diversidad y complejidad de la fatiga laboral y el burnout, subrayando la importancia de considerar las particularidades de cada contexto laboral al abordar esta problemática de manera integral.

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

FINANCIAMIENTO

No monetario.

AGRADECIMIENTO

A todos los agentes sociales involucrados en el desarrollo de la investigación.

REFERENCIAS CONSULTADAS

- Anzules, J., Rojas, L., Véliz, I., Loor, K., Menéndez, T., y Milian, E. (2022). Síndrome de Burnout en docentes de una universidad pública ecuatoriana. *Qhalikay revista de Ciencias de la Salud*, 9-15. <https://doi.org/10.33936/qkracs.v6i1.3902>
- Caldwell, J. A., Caldwell, J. L., Thompson, L. A., y Lieberman, H. R. (2019). Fatigue and its management in the workplace. *Neuroscience and biobehavioral reviews*, 96, 272-289. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2018.10.024>
- Makowiec, T., Gadzick, E., Siedlecka, J., Dania, M., Merecz, D., Viebig, P., Bortkiewicz, A. (2021). Agravantes en el trabajo y fatiga de los docentes. *Medycyna Pracy*, 283-303. <https://doi.org/10.13075/mp.5893.01088>
- Manzano, A. (2020). Síndrome de burnout en docentes de una Unidad Educativa, Ecuador. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(18), 499-511. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v4i16.132>
- Posada, H., Molano, P., Parra, R., y Posada, J. (2020). Análisis de factores de riesgo y síntomas del síndrome de Burnout en docentes escolares colombianos bajo los estatutos 2277 y 1278 mediante interpretación del aprendizaje automático. *Social Sciences*, 9(3), 9-30. <https://doi.org/10.3390/socsci9030030>
- Santa Cruz, E., Rojas, J., y Barboza, M. (2021). Síndrome de burnout en profesores de escuelas de países latinoamericanos. *Archivos de Prevención de Riesgos Laborales*, 24(3), 297-299. <https://doi.org/10.12961/aprl.2021.24.03.05>
- Silva, L. P., Dos Santos, J. S. P., da Silva, L. L., Cezar, I. S., de Abreu, J. S. D., de Cerqueira, V. P., Reis, I. S., Santos, J. R., Costa, V. D. M., y Meira, C. S. (2021). Prevalence of burnout syndrome and associated factors in university professors working in Salvador, state of Bahia. *Revista brasileira de medicina do trabalho* :

María Esthela García-Avalos; Esteban Rodrigo Carrera-Álvarez; Álvaro Raúl Peralta-Beltrán

publicacao oficial da Associacao Nacional de Medicina do Trabalho-ANAMT, 19(2), 151-156. <https://doi.org/10.47626/1679-4435-2020-548>

- Tito, P., Torres, M., y Perez, E. (2022). Predictores del síndrome de burnout en docentes universitarios: Un análisis factorial exploratorio. *Enfermería Global revista electrónica trimestral de enfermería*, 21(3), 50-65. <https://doi.org/10.6018/eglobal.496901>
- Torres, E., El-Sahili, L., y Gutiérrez, V. (2019). Análisis del burnout y sus escalas de medición. *Praxis Investigativa ReDIE: revista electrónica de la Red Durango de Investigadores Educativos*, 11(20), 106-124. <https://n9.cl/s5zsq>
- Vega, C., Ruíz, D., y Nava, C. (2019). Una propuesta de adaptación del cuestionario de síntomas de fatiga laboral. *Revista de Psicología y Ciencias del comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 10(1), 74-86. <https://doi.org/10.29059/rpcc.20190602-82>