

SÍNDROME DE BURNOUT EN EL CONTEXTO DEL DESGASTE PROFESIONAL DESDE LA PERSPECTIVA NACIONAL E INTERNACIONAL: UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

Burnout syndrome in the context of professional burnout from the national and international perspective: a literature review

Jojhan Enrique Villamizar Fonseca ¹
Jojhan.villamizar@unipaz.edu.co

Instituto Universitario de la Paz, Escuela de Ingeniería de Producción, Grupo de Investigación en Reingeniería, Innovación Y Productividad, GREIP (1)

Recibido: julio 17 de 2023 – Aceptado: noviembre 24 de 2023

Resumen

El estudio tuvo como objetivo identificar la producción bibliográfica concerniente al síndrome de burnout a partir del contexto del desgaste profesional y desde una perspectiva nacional e internacional. Se utilizó un enfoque cualitativo, descriptivo sencillo, de diseño teórico de revisión sistemática, se analizaron 88 artículos. Para la búsqueda se revisaron cuatro bases de datos bibliográficas y documentos de tesis, llegando a la conclusión que el 80% de los autores de las investigaciones indagadas concuerdan en que el síndrome de burnout se puede presentar acompañado por síntomas físicos tales como dolores de cabeza, náuseas y dificultades para dormir. En este sentido, se hace imprescindible reconocer y tratar a tiempo el síndrome de desgaste profesional, con orientación psicológica, debido a que las personas que se ven impactadas por este síndrome, cuando se sienten apoyadas, la mayoría comienzan a sentirse mejor y se recuperan rápidamente.

Palabras clave: Agotamiento físico, desgaste profesional, estrés laboral, revisión bibliográfica, Síndrome de Burnout

Abstract

The objective of the study was to evaluate burnout syndrome from the context of professional burnout and from a national and international perspective. A qualitative, simple descriptive approach was used, with a theoretical design of a systematic review, 88 articles were analyzed; For the search, four bibliographic databases and thesis documents were reviewed, reaching the conclusion. According to the inquiries carried out through the systematic review carried out in this document, it was possible to conclude that 80% of the authors agree on that burnout syndrome can be accompanied by physical symptoms such as headaches, nausea, and difficulty sleeping. In this sense, it is essential to recognize and treat professional burnout syndrome in time, with psychological guidance, because the majority of people who are affected by this syndrome begin to feel better and recover quickly when they feel supported..

Keywords: Physical exhaustion, burnout, job stress, literature review, Burnout Syndrome

1. INTRODUCCIÓN

En esta investigación se aborda un tema muy importante que se encuentra inmerso dentro del ámbito de las diversas profesiones actuales a nivel mundial; esto es, el llamado Síndrome de Burnout (SB), el cual presenta una serie de sintomatología en las personas que lo padecen. Partiendo de

ahí, y de acuerdo con una conceptualización entendible, el Síndrome de burnout, es un conjunto de reacciones físicas y mentales que una persona sufre cuando está sujeto a varios factores externos que exceden su capacidad para enfrentar una situación. Otra forma de definirlo sería expresando que el síndrome de burnout o "síndrome del trabajador quemado" hace referencia a la cronificación del estrés laboral". Este se exterioriza a través de un estado de

agotamiento físico y mental que se prolonga en el tiempo y llega a alterar la personalidad y autoestima del trabajador [7]. De acuerdo a lo anterior, se plantea la pregunta de investigación, ¿Existen indicadores clínicos del Síndrome de Burnout en las investigaciones sistémicas indagadas?

OBJETIVO

Identificar la producción bibliográfica concerniente al Síndrome de Burnout en el contexto del desgaste profesional a nivel nacional e internacional.

2. DESARROLLO DEL ARTÍCULO

METODO

Como método, se implementó un enfoque cualitativo, con alcance descriptivo donde se llevó a cabo un análisis de casos [1], es decir, se recopilaron casos de datos que no tienen por objetivo una prueba de hipótesis [2]. Esta investigación cuenta con una estructura sencilla, debido a que se realizó un análisis exhaustivo de los diferentes estudios nacionales e internacionales concernientes al síndrome de burnout. También es preciso resaltar que este estudio estuvo conformado por todas las investigaciones de revisiones sistemáticas ejecutadas que no son solo un informe de estudios empíricos [4]; y de acuerdo con la revista *anales de psicología* de la Universidad de Murcia (España), el análisis de la literatura de este artículo correspondería a un diseño de tipo teórico, en el cual se desarrolla una revisión sistemática [5], esto quiere decir que los datos se recuperan, se analizan e interpretan en un momento concreto.

POBLACIÓN

Es fundamental subrayar que para algunos autores el concepto de población se radica principalmente en que “la población es todo conjunto de unidades que representan un estudio en particular” [3]. De este modo, la población que atañe en esta investigación de revisión sistemática está conformada por 88 artículos y/o investigaciones concernientes al síndrome de burnout a partir de un contexto del desgaste profesional con una perspectiva no solo nacional sino también internacional. Por otra parte, otros autores han citado que la muestra representa una parte relevante de la población, ya que esta se identifica con antelación al desarrollo de los estudios. De esta manera se pueden realizar las respectivas mediciones de las variables objetos de estudio [6]. Partiendo de la información anterior; Para el desarrollo de la revisión se analizaron 27 artículos, y se utilizó un muestreo tipo no probabilístico intencional [6], esto quiere decir que para el presente estudio se seleccionaron artículos específicamente sobre síndrome de burnout en un contexto nacional e internacional.

PROCEDIMIENTOS

Para el desarrollo de la revisión sistemática se siguieron los siguientes pasos: 1) formulación de la pregunta y objetivo de investigación; 2) formulación del plan de búsqueda bibliográfica; 3) búsqueda de artículos y literatura gris (repositorio institucional) en las bases de datos seleccionadas; 4) evaluación de la calidad de los artículos y literatura gris de acuerdo a los criterios establecidos; 5) proceso de organización de la información; y 6) interpretación y presentación de resultados.

Para la búsqueda de artículos y documentos que ayudaran a la construcción de esta investigación, se llevó a cabo una búsqueda exhaustiva en las bases de datos tales como: Scielo, Dialnet, Scopus, RIDU, ScienceDirect y tesis; Se implementaron palabras claves como: Síndrome de Burnout, estrés laboral, desgaste profesional, y agotamiento. En este estudio, se tuvieron en cuenta todos los artículos que indagaran en la temática del síndrome de burnout desde una perspectiva nacional e internacional, además, se tuvo en cuenta la eliminación de artículos dobles, de esta manera se logró la muestra de trabajo.

INSTRUMENTOS

Para el desarrollo de este artículo el instrumento utilizado fue el análisis documental exhaustivo [3], hay que aclarar que el investigador fue el encargado de acceder a la información que previamente se establece con el objetivo de obtener conocimiento sobre el síndrome de burnout en el contexto del desgaste profesional. Partiendo de ahí, se implementó como instrumento una matriz de registro documental que estuvo basada en las directrices del PRISMA-P (*Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analysis Protocols*) la cual sintetiza elementos importantes tales como: Autores, año, país, tipo/ diseño, objetivo general y conclusiones.

CONSIDERACIONES ÉTICAS

Este trabajo de investigación respeta la ética y no apropiación indebida de materiales extranjeros sin citación o mención, por lo que se respetan los derechos de autor.

RESULTADOS

Para poder llevar a cabo el desarrollo de esta investigación se explicó a través de un diagrama y una matriz el proceso de selección de la información que se tuvo en cuenta para la construcción del documento. (Ver Figura 1).

De acuerdo a lo anterior, este diagrama tiene una estructura sencilla en el que se realiza una descripción del proceso seguido para la elección de los distintos artículos científicos

examinados sobre el tema en cuestión (síndrome de burnout en el contexto del desgaste profesional desde la perspectiva nacional e internacional). En este, se puede observar que se verificaron los artículos en tres bases de datos. Concretamente: Scielo, (n =9), Dialnet (n =3), ScienceDirect (n =2), Tesis (3) con un total de 88 búsquedas y 17 artículos incluidos.

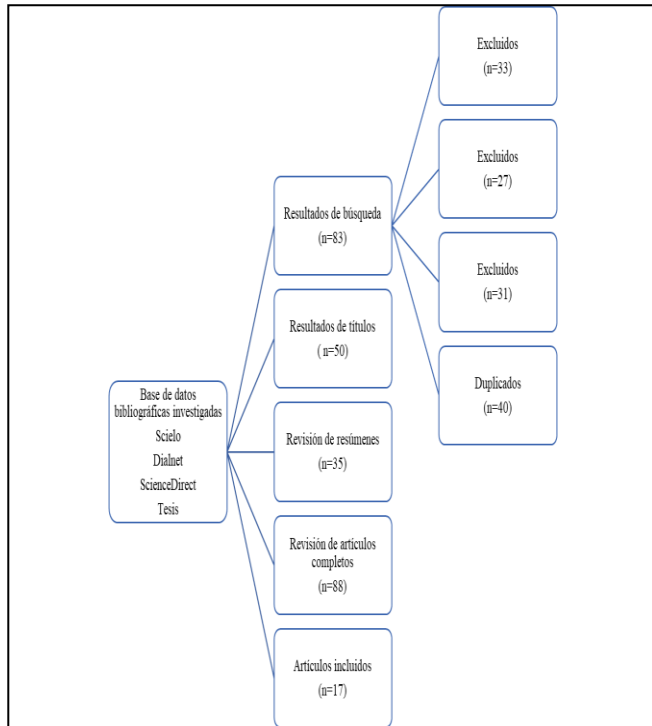


Figura 1. Diagrama de flujos empleado para el proceso de selección de artículos científicos

El Subdirector de la OPS (Organización Panamericana de la Salud), señaló durante las palabras de apertura del seminario que se desarrolló en el mes de abril de 2016 en la conmemoración del día mundial de la seguridad y la salud en el trabajo, que el estrés en el lugar de trabajo no era nada nuevo porque los avances industriales modernos, la globalización, los avances tecnológicos y las comunicaciones virtuales presentan desafíos y condiciones que con frecuencia van más allá de los límites de la capacidad y habilidad humana. Todos los factores antes mencionados pueden ser provocados por el estrés, lo que puede resultar en disfunciones físicas, mentales y sociales, así como riesgos para la salud, disminución de la productividad y efectos en las relaciones con familiares y amigos [25].

En este mismo orden de ideas, en el Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo, se publicó un informe de la OIT (Organización Internacional del Trabajo) titulado "Estrés laboral: un desafío colectivo para todos". Según este informe, estudios realizados en las Américas y otras regiones han demostrado que el estrés laboral es un problema grave, a

pesar de que no existen datos mundiales sobre la prevalencia y los efectos del estrés laboral en el Trabajo; Esto se relaciona con los estudios sobre condiciones de trabajo y salud que se realizaron en Centroamérica en 2012. Según las encuestas realizadas, poco más del 10% de los encuestados afirmó que sus preocupaciones sobre las condiciones de trabajo les provocaban frecuentemente el sentirse estresados, ansiosos, tristes, deprimidos o les causaba trastornos del sueño como el insomnio.

Componente de Agotamiento Emocional

El Síndrome de Burnout se define por tres factores [26]. El primero de ellos es el agotamiento emocional, que se define como la incapacidad para empatizar, establecer contacto afectivo con el entorno, comunicarse afectivamente y la falta de comprensión. Como resultado, la persona comienza a experimentar apatía emocional o indolencia, lo que se manifiesta en su vida profesional.[27], el agotamiento emocional se caracteriza por una sensación progresiva de agotamiento laboral, una sensación de no poder dar más de sí mismo, y es el componente clave del síndrome de burnout, que también incluye fatiga física y mental.

Componente de Despersonalización

Por otro lado, uno de los aspectos del síndrome de burnout tenidos en cuenta en esta investigación es la despersonalización, y se manifiesta como insensibilidad en el trato hacia los demás y cinismo hacia la persona que recibe el servicio, creando una relación impersonal de distancia afectiva [26]. [28]. La despersonalización, es una reacción al estrés laboral continuo, que incluye tener actitudes y sentimientos desfavorables hacia las personas con las que se trabaja.[29].

La Despersonalización, según diversos autores [30], es la cualidad de tener actitudes desfavorables hacia otras personas o grupos en el trabajo, etiquetando y frecuentemente invalidando a otras personas hasta el punto de hacerlas sentir como objetos [31]. también se piensa que es un factor en el desarrollo de respuestas cínicas hacia otras personas y actitudes desfavorables hacia el lugar de trabajo. Sin embargo, otros autores afirman [32] que un factor que incide en los altos niveles de despersonalización en la población por ejemplo docente, tiene que ver con estrategias inoportunas de resistencia a las demandas psicológicas del entorno laboral que pueden impactar negativamente en la calidad de vida del trabajador, lo que redundaría en una mala calidad del servicio ofrecido. Por ello, [33] se reitera que la dimensión de despersonalización del síndrome de burnout se presenta a tal punto que los sentimientos, formas y maneras de responder a los demás se vuelven distantes, descorteses y siempre contrapuestos a lo positivo, especialmente con los compañeros de trabajo.

Componente de Baja Realización Personal

Es fundamental señalar que, si bien la investigación sobre el síndrome de burnout inicialmente se concentró específicamente en los trabajadores de la salud, ha crecido el interés por comprender este problema laboral, especialmente en trabajos que exigen mucha responsabilidad, hay ciertos

Tabla1
Matriz de sistematización de los artículos

Nº	Autores y año	País	Tipo/Diseño	Objetivo General	Conclusiones
1	Tabres et al. (2020)	Colombia	Revisión sistemática de literatura basada en las directrices PRISMA-P. Se realizó un rastreo bibliográfico de publicaciones en las bases de datos Web of Science, Scopus, Directory of Open Access Journals y EBSCOhost, utilizando las palabras clave: Burnout AND docentes y sus expresiones equivalentes en inglés.	Identificar la producción bibliográfica en Latinoamérica sobre el SB en docentes en el período comprendido entre los años 2008 a 2018	Las investigaciones sobre SB se focalizan sólo en algunos países latinoamericanos, con alcances paradigmáticos y metodológicos específicos, señalando la necesidad de realizar estudios primarios sobre dicho fenómeno [7].
2	Mungía et al., (2021)	Perú	Se utilizó un enfoque cualitativo, básico, de diseño teórico de revisión sistemática.	Evaluar el síndrome de burnout en personal de salud asistencial en bases de datos que contengan literatura científica en América Latina entre 2015 – 2020	entre las principales conclusiones se han encontrado la existencia de una prevalencia elevada del agotamiento emocional conjuntamente con la despersonalización [8].
3	Schoeps, et al., (2019)	España	Se realizaron análisis de covarianza multivariados, seguidos de modelos de regresión jerárquica múltiple	Diseñar un entrenamiento en habilidades emocionales para maestros de escuela con el objetivo de promover la salud mental y el bienestar.	Los programas de prevención del <i>burnout</i> basados en la inteligencia emocional deben incluirse en los planes de formación profesional para promover la salud y el bienestar de los profesores [9].

roles que las personas desempeñan en la sociedad que conllevan una gran carga ética [34].

N°	Autores y año	País	Tipo/Diseño	Objetivo General	Conclusiones
4	Álvarez, (2019)	Colombia	El instrumento de recolección utilizado fue la matriz de revisión documental (realizar una revisión sistemática-exploratoria del síndrome de Burnout en médicos durante los últimos siete años (2012-2018) en Iberoamérica	Predominó el género masculino, ya que en este hay prevalencia general del síndrome con resultados por dimensiones del MBI-HSS, en niveles de alto, medio o bajo; así, para el estudio se destararon únicamente los resultados significativos en alguna de sus tres dimensiones [10].
5	López & Zacarias (2020)	Perú	Descriptivo simple.	Determinar el nivel del síndrome de burnout presentado por los docentes universitarios durante dictado de clases virtuales	Los docentes presentaron el síndrome del burnout a un nivel bajo, específicamente en la dimensión de cansancio emocional en el contexto del dictado de clases virtuales reflejado en un 46,3 % de los casos [11].
6	Mejía, et al., (2020)	Colombia	Para determinar esta ruta de atención se realizó una revisión documental	Proponer una ruta de atención psicosocial para los docentes que pueden generar Síndrome de Burnout	Existe un gran vacío en cuanto a investigaciones referentes al Burnout docente y tan solo en Cali, Bogotá y Medellín es donde se han tomado está problemática como fuente de investigación [12].

N°	Autores y año	País	Tipo/Diseño	Objetivo General	Conclusiones
7	Salazar, et al., (2021)	México	Metodológicamente el estudio tuvo un corte cuantitativo con diseño descriptivo tipo encuesta. Los participantes contestaron el inventario tipo burnout para estudiantes de Maslach, dividido en tres componentes que estudian el agotamiento, el cinismo y la eficacia académica.	Describir los efectos del síndrome de burnout, en tiempos de pandemia, en estudiantes de educación superior tecnológica.	Las conclusiones se enfocan en sugerir acciones que contribuyan a disminuir el agotamiento en los alumnos, de forma que se pueda mantener la eficacia académica [13].
8	Ramos & Roque (2021)	México	Participaron 447 estudiantes de una universidad pública mexicana. Se aplicaron pruebas Chi Cuadrada, Mann-Whitney y correlaciones en SPSSv25.	Explorar la influencia docente y el rendimiento académico a través de diversos ángulos.	Durante el primer y segundo año se reportó menos influencia docente positiva o negativa con más alumnos regulares [14].
9	Arrogante & Aparicio (2020)	España	Se llevó a cabo un estudio correlacional de corte trasversal. Participaron un total de 52 profesionales de intensivistas, principalmente enfermeras, de una unidad de cuidados intensivos de Madrid.	Determinar los modelos predictivos que incluyan las dimensiones del burnout predictoras de la salud física/mental y del bienestar subjetivo/psicológico percibido en profesionales de intensivistas.	La salud y el bienestar pueden estar afectados negativamente por el síndrome de burnout de los profesionales de intensivistas [15].

Conclusiones

N°	Autores y año	País	Tipo/Diseño	Objetivo General	Conclusiones
10	Rendón, et al., (2020)	México	Se llevó a cabo un estudio observacional descriptivo, transversal en 90 enfermeras y enfermeros. Se utilizó el Cuestionario de Maslach Burnout Inventory para el personal de salud.	El objetivo del estudio fue identificar la prevalencia del Síndrome de Burnout y sus dimensiones en el personal de enfermería de unidades de cuidado crítico y de hospitalización.	Un porcentaje mayor del personal de enfermería obtuvo nivel medio de Síndrome de Burnout. No se encontró diferencia estadísticamente significativa entre el síndrome de Burnout y sus dimensiones con las características sociológicas del personal de enfermería. Se encontró evidencia de que las características laborales son las que presentan mayor influencia en el desarrollo del Síndrome de Burnout [16].
11	Lauracio & Lauracio (2020)	Perú	Descriptivo-correlacional, la muestra estuvo constituida por el total de trabajadores del establecimiento de salud. Los instrumentos fueron el test Maslach Burnout Inventory y el cuestionario de autoevaluación del desempeño laboral	Identificar la presencia del síndrome de Burnout en sus 3 dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización, realización personal, identificar el nivel de desempeño laboral en sus cuatro escalas: calidad técnica y atención médica, capacitación y educación continua, productividad, aptitudes; y establecer si hay relación entre el síndrome de Burnout y el desempeño laboral en el personal de salud del Centro de Salud Vallecito I-3, Puno (Perú).	Se concluye que el síndrome de Burnout es de nivel medio, el desempeño laboral es alto y que no se establece relación entre el síndrome de Burnout y el desempeño laboral del personal de salud [17].

Conclusiones

N°	Autores y año	País	Tipo/Diseño	Objetivo General	Conclusiones
12	De Arruda & Marqués (2021)	Madrid	Se realizó una revisión sistemática en las bases de datos MEDLINE (PUBMED), SCIELO, LILACS, CISNE/UCM, Periódicos CAPES y BVS.	Revisión sistemática de las relaciones entre valores humanos y síndrome de burnout, analizando también aquellas estrategias de afrontamiento frente a esta enfermedad.	Se encontraron asociaciones significativas entre el burnout y sus dimensiones (despersonalización, agotamiento emocional y baja realización) y los valores [18].
13	Méndez, et al., (2019)	Perú	Estudio cuantitativo, observacional, correlacional de corte transversal. De una población de 620 profesionales de la salud se encuestaron a 177 profesionales.	Determinar las relaciones funcionales entre el burnout y la satisfacción laboral de los profesionales de la salud de dos hospitales del Perú.	Existe relación funcional significativa y negativa entre el síndrome de burnout y la satisfacción laboral; el burnout es predictor de la satisfacción laboral [19].
14	Acosta & Lascano (2020)	Ecuador	La investigación es descriptiva y correlacional, de corte transversal.	Evaluar los niveles de estrés docente y síndrome burnout en docentes de la Zona 3 de Ecuador, y establece correlaciones entre las variables	Los resultados revelaron altos niveles de estrés docente en todas las dimensiones; y tan sólo una tendencia al burnout, sin llegar a establecerse la presencia del síndrome [20].

					Conclusiones
N°	Autores y año	País	Tipo/Diseño	Objetivo general	
15	Torres, et alt., (2021)	Ecuador	Se realizó un estudio observacional de corte transversal, en donde se incluyeron profesionales de la salud del Ecuador. La recolección de la información se realizó mediante una encuesta en línea previo consentimiento informado.	Determinar el Síndrome de Burnout en profesionales de la salud del Ecuador y cómo se comporta con factores sociodemográficos y laborales asociados.	Se encontró que la prevalencia de Síndrome de Burnout fue elevada, especialmente en el componente de despersonalización [21].
16	Vidotti, et alt., (2019)	Brasil	Se trata de un estudio transversal realizado entre 502 profesionales de enfermería de un hospital general filantrópico de la región sur de Brasil.	Analizar la ocurrencia del síndrome de Burnout y su relación con el estrés laboral y la calidad de vida entre trabajadores de enfermería.	El síndrome de Burnout estaba relacionado con altos niveles de estrés y a la percepción negativa de la calidad de vida de los trabajadores de enfermería [22].
17	Durán, et alt., (2021)	Cuba	Se realizó un estudio descriptivo y transversal de 32 profesionales de enfermería, pertenecientes al Servicio de Cuidados Intensivos Adultos del Hospital General Docente Octavio de la Concepción y de la Pedraja, de Baracoa, provincia de Guantánamo, desde enero hasta abril del 2019.	Identificar la magnitud del agotamiento físico en los profesionales de enfermería intensiva de adultos y su influencia en la seguridad del paciente.	Se halló agotamiento físico en 75,0 % de los profesionales, 56,2 % con nivel alto y un predominio del sexo femenino (84,3 %) [23].

3. CONCLUSIONES

Dentro de los aportes más importantes a resaltar en esta investigación, se encuentra que el desgaste profesional se presenta como uno de los detonantes de otros problemas de salud física y mental.

De acuerdo a las indagaciones realizadas a través de la revisión sistemática llevada a cabo en este documento, se pudo concluir que el 80% de los autores concuerdan en que el síndrome de burnout se puede presentar acompañado por síntomas físicos tales como dolores de cabeza, náuseas y dificultades para dormir. En este sentido, se hace imprescindible reconocer y tratar a tiempo el síndrome de desgaste profesional, con orientación psicológica, debido a que las personas que se ven impactadas por este síndrome, cuando se sienten apoyadas, la mayoría comienzan a sentirse mejor y se recuperan rápidamente.

REFERENCIAS

- [1] Sánchez Flores, Fabio Anselmo. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), 102-122. <https://dx.doi.org/10.19083/ridu.2019.644> Vidmar, R. J., (1992, Aug.). On the use of atmospheric plasmas as electromagnetic reflectors. *IEEE Trans. Plasma Sci.* [Online]. 21(3), pp. 876-880. Disponible en: <http://www.halcyon.com/pub/journals/21ps03vidmar>
- [2] Arayago, Robelsy, González, Álvaro, Limongi, María, & Guevara, Harold. (2016). Síndrome de Burnout en residentes y especialistas de anestesiología. *Salus*, 20(1), 13-21. Recuperado en 30 de abril de 2023, de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-71382016000100004&lng=es&tlng=es. Jones, J., (1991, May 10).
- [3] Arias-Gómez, J., Villasís-Keever, M. Á., & Miranda Novales, MG (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63 (2), 201-206. Montero, I., & León, OG (2002). Clasificación y descripción de las metodologías de investigación en Psicología. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 2 (3), 503-508.
- [4] Montero, I., & León, OG (2002). Clasificación y descripción de las metodologías de investigación en Psicología. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 2 (3), 503-508.
- [5] Ato, Manuel, López, Juan J., & Benavente, Ana. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- [6] Otzen, Tamara y Manterola, Carlos. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Revista Internacional de Morfología*, 35 (1), 227-232. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- [7] TABARES-DIAZ, Yuranny Alejandra; MARTINEZ-DAZA, Viviana Alexandra and MATABANCHOY-TULCAN, Sonia Maritza. Síndrome de Burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Univ. Salud* [online]. 2020, vol.22, n.3, pp.265-279. Epub Sep 01, 2020. ISSN 0124-7107. <https://doi.org/10.22267/rus.202203.199> "High voltage live line work", in *Electric Safety Regulation 2002* (div. 3), Office of the Queensland Parliamentary Counsel, Australia. See in <http://www.dir.qld.gov.au/electricalsafety/business/workers/live/safely/index.htm>
- [8] Tapullima Mori, C., Munguía Girón, E. N., Reyes Cántaro, E. M., & Sánchez Gonzales, E. B. (2021). Revisión
- [9] sistemática sobre síndrome de Burnout en personal de salud en América Latina entre 2015-2020. *Revista De Investigación En Psicología*, 24(1), 197-221. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v24i1.20608> Luque, J. y Escudero, J. I., para Universidad de Sevilla, "Sistema para la medida de retrasos en instrumentación distribuida", Patente española n.º P9402453, prioridad 24 nov. 1994, concesión 9 abr. 1999.
- [10] Konstanze Schoeps, Alicia Tamarit, Usue de la Barrera, Remedios González Barrón, Effects of emotional skills training to prevent burnout syndrome in schoolteachers, *Ansiedad y Estrés*, Volume 25, Issue 1, 2019, Pages 7-13, ISSN 1134-7937, <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.01.002>. (<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1134793718301088>)
- [11] Álvarez Mena, J., Cobo Molina, N., Parra Osorio, L., Gómez Salazar, L. & Acosta Fernández, M. (2019). Prevalencia del síndrome de Burnout en médicos Iberoamericanos entre 2012 y 2018: una revisión sistemática. *Revista Diálogos de Saberes*, (50), 39-60. Universidad Libre (Bogotá). DOI: <https://doi.org/10.18041/0124-0021/dialogos.50.2019.5551>.
- [12] López de la Cruz, E. y Zacarias, H. (2020). Incidencia del síndrome de burnout bajo el contexto del dictado de

- clases virtuales en los Docentes de la Universidad de Huánuco. *Desafíos*, 11(2), 136-41. <https://doi.org/10.37711/desafios.2020.11.2.209>
- [13] Silva Giraldo, C. A. ., Mejía Serrano, J. C. ., & Rueda Mahecha, Y. M. . (2020). VIII. RUTA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL PARA DOCENTES CON SÍNDROME DE BURNOUT A CAUSA DE LA CUARENTENA GENERADA POR EL COVID-19. *Revista De Investigación En Gestión Industrial, Ambiental, Seguridad Y Salud En El Trabajo - GISST*, 2(2), 1–10. <https://revistaseiddec.com/index.php/GISST/article/view/18>
- [14] Salazar Gómez, Julio Fernando, Dolores Ruiz, Erika, Valdivia Rivera, María de Jesús, Hernández Cárdenas, Manuel, & Huerta Mora, Ibis Rafael. (2021). Síndrome de burnout en estudiantes de educación superior tecnológica del campus Tierra Blanca en tiempo de covid-19. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(22), e044. Epub 20 de septiembre de 2021. <https://doi.org/10.23913/ride.v11i22.896>
- [15] Ramos Monsivais, Cynthia Lizeth, & Roque Hernández, Ramón Ventura. (2021). La influencia docente y el rendimiento académico en estudiantes de una Universidad Pública Mexicana. *Dilemas contemporáneos: educación, política y valores*, 8(spe4), 00007. Epub 20 de septiembre de 2021. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2755>
- [16] *Enfermería Intensiva (English ed.)*, Volume 31, Issue 2, April–June 2020, Pages 60-70 O. Arrogante, E.G. Aparicio-Zaldivar
- [17] Rendón Montoya, Militza Saraí, Peralta Peña, Sandra Lidia, Hernández Villa, Eva Angelina, Hernández, Reyna Isabel, Vargas, María Rubi, & Favela Ocaño, María Alejandra. (2020). Síndrome de burnout en el personal de enfermería de unidades de cuidado crítico y de hospitalización. *Enfermería Global*, 19(59), 479-506. Epub 10 de agosto de 2020. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.398221>
- [18] Lauracio, C., & Lauracio, T. (2020). Síndrome de Burnout y desempeño laboral en el personal de salud. *Revista Innova Educación*, 2(4), 543–554. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2020.04.003>
- [19] De Arruda Campos Neto, Armindo, Marqués Montanha, Henriett, & Álvaro Estramiana, José Luis. (2020). Relaciones entre valores humanos y síndrome de burnout: una revisión sistemática. *Revista de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo*, 29(4), 357-373. Epub 08 de febrero de 2021. Recuperado en 01 de mayo de 2023, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-62552020000400357&lng=es&tlng=es
- [20] Yslado Méndez, Rosario Margarita, Norabuena Figueroa, Roger Pedro, Loli Poma, Telmo Pablo, Zarzosa Marquez, Eva, Padilla Castro, Laura, Pinto Flores, Irene, & Rojas Gamboa, Angelita. (2019). Síndrome de burnout y la satisfacción laboral en profesionales de la salud. *Horizonte Médico (Lima)*, 19(4), 41-49. <https://dx.doi.org/10.24265/horizmed.2019.v19n4.06>
- [21] Aguilar Acosta, A., y Mayorga Lascano, M. (2020). Relación entre Estrés Docente y Síndrome de Burnout en docentes de la Zona 3 de Ecuador. *Uniandes Episteme*, 7(2), 265-278
- [22] Torres Toala, Fausto Gady, Irigoyen Piñeiros, Verónica, Moreno, Andrea Paola, Ruilova Coronel, Erika Araceli, Casares Tamayo, Jimmy, & Mendoza Mallea, Mariuxi. (2021). Síndrome de Burnout en profesionales de la salud del Ecuador y factores asociados en tiempos de pandemia. *Revista Virtual de la Sociedad Paraguaya de Medicina Interna*, 8(1), 126-136. Epub March 00, 2021. <https://doi.org/10.18004/rvspmi/2312-3893/2021.08.01.126>
- [23] Vidotti, Viviane, Martins, Júlia Trevisan, Galdino, Maria José Quina, Ribeiro, Renata Perfeito, & Robazzi, Maria Lucia do Carmo Cruz. (2019). Síndrome de burnout, estrés laboral y calidad de vida en trabajadores de enfermería. *Enfermería Global*, 18(55), 344-376. Epub 21 de octubre de 2019. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.18.3.325961>
- [24] Durán Rodríguez, Reudis, Gamez Toirac, Yanine, Toirac Sánchez, Kelvin, Toirac Fuentes, Joselmi, & Toirac Terrero, Delvis. (2021). Síndrome de burnout en enfermería intensiva y su influencia en la seguridad del paciente. *MEDISAN*, 25(2), 278-291. Epub 24 de marzo de 2021. Recuperado en 01 de mayo de 2023, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192021000200278&lng=es&tlng=es
- [25] (OPS/OMS), O. P. Obtenido de https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=11973:workplace-stress-takes-a-toll-on-individuals-employers-and-societies&Itemid=135&lang=es
- [26] Oramas Viera, A., Almirall Hernández, P., & Fernández, I. (2007). Estrés Laboral y el Síndrome de Burnout en Docentes Venezolanos. *Salud de los trabajadores*, 15(2). Obtenido de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1315-01382007000200002

- [27] Bernal Guerrero, A., & Donoso González, M. (2013). El cansancio emocional del profesorado buscando alternativas al poder estresante del sistema escolar. *Cuestiones Pedagógicas*, 259-285. Obtenido de http://institucional.us.es/revistas/cuestiones/22/art_11.pdf
- [28] Gallardo López, J., López Noguero, F., & Gallardo Vázquez, P. (2019). Análisis del síndrome de burnout en docentes de educación infantil, primaria y secundaria para su prevención y tratamiento. *Revista eletrónica educare*. Obtenido de https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-42582019000200324
- [29] Gil Monte, P. (2003). Burnout syndrome: ¿síndrome de quemarse por el trabajo, desgaste profesional, estrés laboral o enfermedad de Tomás? *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 19(2), 181-197. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2313/231318052004.pdf>
- [30] Upegui Correa, E., & Zuluaga Posada, B. (2020). *Estrategias para la prevención del síndrome de Burnout en los docentes de educación media del Taller Psicopedagógico de los Andes*. Universidad Cooperativa de Colombia, Bogotá. Obtenido de https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/17927/2/2020_estrategias_prevenccion_sindrome.pdf
- [31] Montoya Zuluaga, P., & Moreno Moreno, S. (2012). Relación entre síndrome de burnout, estrategias de afrontamiento y engagement. *psicología desde el caribe*, 29(1). Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v29n1/v29n1a11.pdf>
- [32] Sierra Osorio, Z. (2021). *Factores Estresores y Estrategias de Afrontamiento Utilizadas por los Docentes*. Trabajo de grado, Universidad Antonio Nariño, Armenia. Obtenido de <http://repositorio.uan.edu.co/bitstream/123456789/5048/1/2021MarcelaSierra.pdf>
- [33] Salcedo Guerrero, H., Cárdenas Vásquez, Y., Carita Chambi, L., & Ledesma Cuadros, M. (2020). Síndrome de Burnout en docentes en un contexto de emergencia sanitaria, Lima. (E. Especial, Ed.) *Revista de investigación científica y tecnológica*, 1, 14. Obtenido de <http://journalalphacentauri.com/index.php/revista/article/view/18/21>
- [34] Marengo Escuderos, A., & Ávila Toscano, J. (julio de 2016). Dimensiones de apoyo social asociados con síndrome de burnout en docentes de media académica. *Scielo*, 14(2). Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-89612016000200001



Jojhan Enrique Villamizar Fonseca
Psicólogo Especialista en Gerencias de la Universidad de Externado de Colombia, Coordinador de Recursos Humanos PSIG y Docente del Instituto Universitario de la Paz- UNIPAZ. Actualmente es director de un proyecto enfocado, en un estudio de las influencias en las condiciones socioculturales y sociodemográficas sobre el reciclaje de residuos electrónicos en el Distrito de Barrancabermeja-Santander