

Abordaje del Síndrome de Burnout en docentes universitarios: revisión  
sistemática de literatura

Gina Marcela Mallama Pantoja

Universidad CESMAG  
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas  
Programa de Psicología  
San Juan de Pasto  
2024

Abordaje del Síndrome de Burnout en docentes universitarios: revisión  
sistemática de literatura

Egresada

Gina Marcela Mallama Pantoja

Asesora

Mag. Johana Suarez

Jurados

Esp. María Eugenia Cabrera

Esp. Yurani Castro

Universidad CESMAG  
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas  
Programa de Psicología  
San Juan de Pasto  
2024

NOTA DE ACEPTACIÓN

---

---

---

---

Sonia Patricia Argoty Constantín

Firma Presidente del Jurado

Manoel E. Cabrera L.

Firma del Jurado

Juan E. López

Firma del Jurado

San Juan de Pasto, 13 de Junio de 2024

## NOTA DE EXCLUSIÓN DE RESPONSABILIDAD INTELECTUAL

El pensamiento que se expresa en esta obra es de exclusiva responsabilidad de sus autores y no compromete la ideología de la Universidad CESMAG.

## Tabla de contenido

Resumen.....	7
Abstract.....	8
Introducción.....	9
Tema de investigación.....	10
Campo de aplicación.....	11
Línea de investigación.....	12
Planteamiento del problema.....	13
Descripción del problema.....	13
Formulación del problema.....	15
Justificación.....	16
Objetivos.....	18
Objetivo general.....	18
Objetivos específicos.....	18
Metodología.....	19
Bases de datos.....	19
Palabras claves o términos de búsqueda.....	19
Criterios de inclusión y exclusión.....	19
Unidad de análisis y unidad de trabajo.....	20
Unidad de análisis.....	20
Unidad de trabajo.....	20
Procedimiento de búsqueda de datos.....	20
Técnicas e instrumentos de recolección de información.....	20
Identificación preliminar de los sub-ejes temáticos que orientarán la revisión sistemática de literatura.....	21
Recursos de la investigación.....	22
Descripción del proceso metodológico y cronograma.....	22

Presupuesto.....	23
Elementos éticos y bioéticos.....	23
Procedimiento.....	24
Etapa de identificación.....	25
Etapa de examinar.....	25
Etapa de elegibilidad.....	25
Etapa de incluir.....	26
Análisis de resultados.....	27
Año de publicación.....	43
País.....	43
Bases de datos.....	44
Discusión.....	45
Contexto.....	45
Resultados manejo y/o atención.....	47
Hallazgos más relevantes en relación al manejo y/o atención.....	49
Conclusiones.....	50
Recomendaciones.....	52
Referencias.....	54
Apéndices.....	59

### Lista de tablas

<b>Tabla 1.</b> <i>Cronograma procedimiento metodológico</i> .....	23
<b>Tabla 2.</b> <i>Recursos y presupuesto</i> .....	24
<b>Tabla 3.</b> <i>Matriz de artículos seleccionados para la revisión sistemática de literatura: datos generales y metodología. Parte 1</i> .....	28
<b>Tabla 4.</b> <i>Matriz de los artículos seleccionados para la revisión sistemática de literatura dando a conocer los resultados en relación al abordaje del síndrome de Burnout. Parte 2</i> .....	39

### Lista de apéndices

Apéndice 1.	Propuesta de instrumento de recolección de información.	31
Apéndice 2.	Análisis documental - Burnout en docentes: Carreras de Salud.	32
Apéndice 3.	Análisis documental - Burnout en docentes: carreras técnicas y sociales.	35
Apéndice 4.	Análisis documental - Síndrome de Burnout en docentes universitarios.	37
Apéndice 5.	Análisis documental -Burnout en Docentes Universitarios.	41
Apéndice 6.	Análisis documental – Niveles de Burnout en docentes.	43
Apéndice 7.	Análisis documental - Niveles de Burnout y de afrontamiento en docentes.	45
Apéndice 8.	Análisis documental - Burnout y autoeficacia en profesores.	48
Apéndice 9.	Análisis documental –Síndrome de Burnout en docentes.	50
Apéndice 10.	Análisis documental – la amenaza del Burnout en docentes universitarios.	53
Apéndice 11.	Análisis documental – Calidad educativa en universidades.	55
Apéndice 12.	Análisis documental – Síndrome de Burnout y docentes universitarios.	57
Apéndice 13.	Análisis documental - Predictores del burnout.	59
Apéndice 14.	Análisis documental – Burnout en docentes universitarios.	62
Apéndice 15.	Análisis documental – Síndrome de burnout en docentes.	65
Apéndice 16.	Análisis documental – Promoción y prevención Positiva.	68
Apéndice 17.	Análisis documental –GSST ARL SURA.	71
Apéndice 18.	Análisis documental – Prevención del Síndrome de Burnout en docentes.	73
Apéndice 19.	Análisis documental – Intervención psicológica en Burnout.	76
Apéndice 20.	Análisis documental – Manejo del Burnout en docentes universitarios.	78

### Resumen

Se lleva a cabo el desarrollo de una revisión sistemática de literatura a partir de la inclusión de veinte artículos científicos sobre el abordaje del síndrome de Burnout en docentes universitarios los cuales fueron realizados en diferentes países de Latinoamérica en los años 2018 a 2022. Esta revisión tiene como objetivo fundamentar los hallazgos más relevantes del tema ya mencionado a través de su identificación, descripción y la atención que se le da a la presencia del síndrome. Para su desarrollo se utilizó la metodología PRISMA, para la selección de los artículos, la presentación de los resultados y la organización de la información metodológica de la revisión sistemática de literatura, siguiendo las cuatro etapas que la componen, siendo posible identificar, examinar, elegir e incluir investigaciones.

Los resultados fueron divididos en tres dimensiones para brindar una mejor organización. En la primera dimensión se aborda la descripción de los artículos seleccionados, haciendo énfasis en los autores, país de publicación, tipo de estudio, población e instrumentos; la segunda dimensión abarca los resultados obtenidos sobre el abordaje y/o atención que se lograron identificar en cada uno de los estudios elegidos, dando a conocer los métodos, estrategias, técnicas, rutas y programas que se implementaron en el abordaje del síndrome de Burnout; cabe mencionar que en el apartado de resultados se tienen en cuenta rutas de atención implementadas por algunas compañías de seguro de Latinoamérica, cuya función es velar por el bienestar y protección de los colaboradores. Para concluir, en la tercera dimensión se abordan los hallazgos más relevantes en relación al abordaje y/o manejo del síndrome de Burnout en docentes universitarios.

Finalmente, se concluye que el abordaje del síndrome de Burnout en docentes universitarios abarca factores no solo laborales, sino también personales y sociales, los cuales pueden incidir de manera positiva o negativa frente la aparición del síndrome y la atención que este pueda recibir.

**Palabras clave:** Enfermedad laboral, síndrome de Burnout, docente universitario, abordaje, atención.

### **Abstract**

A systematic literature review was conducted, which included twenty scientific articles on the approach to Burnout syndrome in university professors in different Latin American countries from 2018 to 2022. The objective of this review was to substantiate the most relevant findings on the mentioned topic through its identification, description and attention given to the presence of the syndrome.

The PRISMA methodology was utilized for the selection of articles, presentation of results, and organization of methodological information of the systematic literature review, following is four stages, which made it possible to identify, examine, choose, and include research. The results were divided into three dimensions to provide better organization.

The first dimension addresses the description of the selected articles, emphasizing authors, country of publication. Type of study, population, and instruments. The second dimension encompasses the results obtained regarding the approach and/or attention identified in each of the chosen studies, disclosing the methods, strategies, techniques, routes and programs implemented in addressing Burnout syndrome. It is worth mentioning that the results section considers care pathways implemented by some Latin American insurance companies, whose role is to ensure the well-being and protection of employees.

Finally, the third dimension addresses the most relevant findings regarding the approach and/or management of Burnout syndrome in university professors. In conclusion, it is established that the approach to Burnout syndrome in university professors encompasses not only work-related factors but also personal and social ones, which can positively or negatively influence the emergence of the syndrome and the care it receives

**Keywords:** Occupational disease, burnout syndrome, university professor, approach, attention.

## Introducción

El presente trabajo investigativo, tiene por objetivo realizar una revisión sistemática de literatura sobre la atención que las universidades dan a la presencia del síndrome de burnout en docentes por medio del abordaje de estudios realizados entre los años 2018 y 2022 en Latinoamérica, con el fin de recopilar, identificar y describir los hallazgos más relevantes encontrados. Para ello, se pretende realizar la búsqueda en diferentes bases de datos, como Redalyc, Scielo, Dialnet y Refseek, haciendo uso de palabras claves como: “Síndrome de Burnout en docentes universitarios” “Síndrome del quemado en docentes universitarios” y/o “Síndrome de desgaste en docentes universitarios”.

El término "burnout" fue descrito por primera vez en 1974 por el psicoanalista Herbert Freudenberger, describiéndolo así: "Una sensación de fracaso y una experiencia agotadora que resulta de una sobrecarga por exigencias de energía, recursos personales o fuerza espiritual del trabajador" (Díez y Martínez, 2021, p. 1). Su origen está directamente relacionado al ámbito laboral, el cual puede predisponer al sujeto a padecer las características de este síndrome.

Es también conocido como “síndrome de desgaste” o “síndrome del quemado” es considerado un factor de riesgo laboral ocasionado directamente por estrés que incide negativamente en la salud, seguridad, bienestar de las personas y calidad de vida en el trabajo (Tabares et al., 2020). Además, éste surge como respuesta a situaciones estresantes generadas en el área laboral de la persona, relacionados con las exigencias diarias de su profesión.

En concordancia con lo anterior, el presente estudio recopiló información de literatura divulgada, en el periodo comprendido entre los años 2018 y 2022, puesto que se consideran estudios recientes y además se expone que por criterio del investigador se determinó la viabilidad en cuanto a estudios recientes al aportar elementos que permiten cumplir con los objetivos propuestos.

La principal contribución que se realizará con esta investigación es proporcionar información relacionada sobre la atención y/o tratamiento que las universidades le brindan a la presencia del síndrome de Burnout en docentes, ya que se cuenta con información sobre éste síndrome, debido a que en varias instituciones universitarias se evidencia la alta prevalencia de esta problemática pero no se ha desarrollado una investigación que recopile de una manera organizada datos relacionados con la literatura divulgada y a su vez agrupan los hallazgos más relevantes encontrados en relación a la atención que las universidades le conceden a la prevalencia del síndrome de Burnout.

De esta manera, se contará con una revisión de literatura que además de condensar las investigaciones sobre síndrome de burnout tendrá por objetivo fundamentar la atención de las universidades de Latinoamérica ante esta problemática.

### **Tema de investigación**

El presente trabajo busca abordar la atención que prestan las universidades de Latinoamérica a la presencia del síndrome de Burnout en los docentes por medio de la revisión sistemática de literatura entre los años 2018-2022.

### **Campo de aplicación**

Alles (2005) define el área organizacional como la interrelación e influencia que tiene la vida laboral en las personas, debido a que se generan comportamientos dinámicos que impactan la función de la empresa. Es decir, se entiende como la disciplina que se relaciona con el comportamiento de la persona y los grupos en función de la estructura y funcionamiento de las organizaciones administrativas como sociales (Malvezzi, 2000). Es por ello, que esta disciplina se relaciona directamente con la dinámica de los colaboradores con su entorno, tanto con el bienestar de los mismos, el ambiente laboral en el que se encuentran inmersos y la cultura organizacional. Por lo tanto, la presente investigación tiene como propósito fundamentar la atención que le dan las universidades a la presencia del síndrome de burnout en sus docentes, tomando a cada individuo dentro del ámbito laboral.

### **Línea de investigación**

El presente estudio tiene como propósito fundamentar la atención que las universidades de Latinoamérica le dan a la presencia de síndrome de Burnout en docentes en el periodo comprendido entre los años 2018-2022, por ello, se inscribe en la línea de investigación Psicología del trabajo en las organizaciones, que según Arnold y Randall (2012), se encarga del estudio del comportamiento, pensamientos y emociones de los seres humanos en relación a su actividad laboral, es decir; se ocupa de todos los aspectos del comportamiento humano referidos al trabajo.

Esta investigación se enmarca en la línea de Psicología del trabajo en las organizaciones, que tiene como propósito describir, explicar y orientar la conducta del individuo y sus experiencias en el campo laboral y dentro de la organización, resolviendo problemáticas concretas con el fin de optimizar el rendimiento, la productividad y potenciar el desarrollo personal de los colaboradores (Grupo de Investigación Perspectivas Psicológicas, 2015). Es decir, que esta línea contribuye al desarrollo del conocimiento mediante investigaciones en el campo de la psicología organizacional con el planteamiento de propuestas analíticas, evaluativas e interventoras que respondan a las necesidades actuales en la relación que hay de la persona-trabajo y organización.

## **Planteamiento del problema**

### **Descripción del problema**

El síndrome de burnout es también conocido como síndrome de desgaste profesional, de sobrecarga emocional, del quemado o de fatiga en el trabajo y es descrito por Cristina Maslach como una forma inadecuada de afrontar el estrés crónico, caracterizado por presencia de agotamiento emocional, despersonalización y disminución del desempeño laboral (Morales e Hidalgo, 2015). Es decir, el desgaste conlleva al individuo al bajo rendimiento en el ejercicio de sus funciones debido al cansancio y decaimiento que experimenta al presentar burnout. Debido a lo anterior el padecer este síndrome no solo afecta el ámbito laboral de la persona, sino también incide directamente de manera negativa en el desempeño de los roles familiares, personales y sociales, lo cual disminuye la motivación de las personas frente a las actividades que realiza a diario. Del mismo modo, el síndrome de burnout es una respuesta mediada por el estrés crónico en el trabajo, relacionado con sus exigencias predominando el agotamiento emocional, acentuándose más en síntomas mentales y conductuales que físicos, relacionados directamente con el trabajo al presentar una disminución en la efectividad y desempeño (Juárez et al., 2014).

Por ello, cuando se dice que un profesional padece el síndrome de burnout debe reflejar el hecho de que una situación laboral le ha sobrepasado, agotando su capacidad de reacción de manera adaptativa seguido de un proceso continuo de tensión y estrés, por lo que la presentación de burnout es la secuencia predecible de la persistencia de un estresor dentro del ámbito laboral, caracterizado por un periodo de mal ajuste a los cambios que se harían necesarios para mantener la estabilidad psicológica de la persona (Lovo, 2020). En consecuencia, el síndrome de Burnout se considera una problemática que afecta a nivel general la capacidad de interacción del individuo.

En este sentido, se presenta con mayor frecuencia en las profesiones, tales como la medicina, la educación y diversas ocupaciones orientadas hacia las personas (Hernández, 2018). Por esta razón, en el mundo actual son muchas las exigencias que tienen los profesionales de estas áreas, en relación a la actualización de sus conocimientos desde el punto de vista investigativo y a su vez apoyado en los resultados y hallazgos de diferentes investigaciones puesto que esto les permite conocer más a fondo las causas de la problemática y de esta manera poder desempeñar el rol de manera adecuada, frente a las situaciones que se les puedan presentar.

Así, conociendo las causas que pueden representar en un momento determinado una

sobrecarga de actividades en los sujetos, las cuales conduzcan al padecimiento de estrés, se puede afirmar que dichas situaciones con el paso del tiempo y sin un debido manejo puede desencadenarse en un caso de síndrome de Burnout. Por ello, el realizar una recopilación de estudios que aborden el manejo y/o tratamiento de este síndrome y en especial de sus hallazgos genera un impacto significativo para lograr reconocer y afrontar este tipo de situaciones.

Ahora bien, enfatizando en la docencia como profesión, esta se ha considerado de alto riesgo para desarrollar el síndrome de burnout, porque obliga a la realización simultánea de tareas diversas que van desde la constante interacción con alumnos y compañeros, hasta la planeación de actividades curriculares, elaboración de informes de desempeño, evaluación constante de estudiantes y participación en actividades administrativas e investigativas (Botero et al., 2012). En los docentes universitarios se ve reflejada una gran responsabilidad al esperar que cumplan un papel de formación y orientación con sus estudiantes, enfrentándose a estar en constante actualización, preparación y también a acoplarse a reestructuraciones del sistema educativo y los métodos empleados para la enseñanza. Así pues, la salud mental de los docentes debería tenerse muy en cuenta en todo momento, debido a que la reorganización constante a la que se encuentran sometidos al adaptarse a ellos y a los cambios que todo ello puede generar podría traer consigo la presencia del síndrome de Burnout. Las instituciones universitarias deben prestar mayor atención al bienestar de los docentes y a las necesidades que lleguen a surgir enfrentándose a las exigencias diarias de la profesión, para de esta manera lograr identificar posibles casos en donde se esté presentando el síndrome de Burnout y así brindarles la atención correspondiente.

A pesar de su reconocimiento como factor de riesgo laboral por parte de la OMS y su corriente diagnóstico por parte de médicos y profesionales de la salud mental su definición no se encuentra en el DSM-V ni en el CIE 10, por lo que al realizar una revisión sistemática de literatura podrán condensarse las investigaciones que evalúen el síndrome de burnout en docentes universitarios y lograr identificar la atención que las universidades les dan a estos casos, además de realizar un aporte al campo clínico desde el énfasis en la importancia del estudio de este síndrome. De esta manera, se logrará contar con una revisión de literatura que realice aportes a la trascendencia de abordar este tema y que permita identificar la relación existente entre el ámbito organizacional; en este caso representado por las universidades, y el ámbito educativo teniendo en cuenta el contexto en el que se va a abordar la presencia de esta problemática y que de igual forma condense la información existente sobre el síndrome de

burnout fundamentando la atención que se le da a los casos en los que se presenta, reconociendo su efectividad y del mismo modo poder contar con una herramienta que permita ampliar los conocimientos existente sobre el tema.

De igual manera, se puede manifestar que las causas que originan este tipo de situaciones se deben a las inadecuadas jornadas laborales que los colaboradores deben desempeñar en sus puestos de trabajo, razón por la cual se evidencian diversas situaciones desfavorables que se despliegan de lo mencionado anteriormente. Además, se puede agregar que algunas organizaciones pueden no contar con recursos técnicos, económicos, físicos, humanos y tecnológicos, lo cual incide directamente en sobrecargas laborales, esfuerzos extras y desgaste físico y mental por parte de los trabajadores y a su vez se constituye como una debilidad y de hecho es una carencia que impide planear, organizar, dirigir y controlar las organizaciones de una manera efectiva afectando de paso la salud de los colaboradores y generándoles estas enfermedades. Por lo anterior, es posible que en algunas organizaciones se presente el síndrome de Burnout y si desde el área de recursos humanos no se cuenta con información sobre este síndrome, conocimiento de sus características y particularidades no se podría realizar ningún tipo de intervención y mucho menos un abordaje o tratamiento.

### **Formulación del problema**

¿Cómo sistematizar la información del periodo 2018-2022 sobre la atención que las universidades realizan ante la presencia del síndrome de burnout en los docentes?

### **Justificación**

El abordaje de la literatura existente sobre esta problemática en el ámbito universitario permite fortalecer los conocimientos sobre su presencia en dicho contexto, conocer sus características y también las respuestas que las universidades brindan a quienes llegan a padecerlo.

Desde la perspectiva de las teorías del campo de la Psicología Organizacional es pertinente indagar sobre la temática del síndrome de burnout estudiado principalmente en el área de la salud relacionado con la alta demanda o sobrecarga en actividades basado principalmente en la presencia de estrés dentro del ámbito laboral que puede desencadenarse en problemas como desgaste y agotamiento afectando así el rendimiento laboral y la calidad de vida del sujeto.

Esta revisión busca condensar la información obtenida a partir de las investigaciones realizadas con docentes universitarios que padecen síndrome de Burnout, dado que al parecer esta problemática aún no ha tomado gran relevancia evidenciándose en que no existen muchas investigaciones que aborden la atención que prestan las instituciones a la presencia del síndrome en sus docentes, por ende, se convierte en un tema novedoso y relevante, ya que es importante que se reconozca la existencia de este síndrome en los docentes universitarios y de mayor importancia el conocer si las instituciones le prestan atención o emplean un tratamiento para contrarrestar este síndrome y aplacar las consecuencias que puede desencadenar su presencia.

El síndrome de burnout se determina por el agotamiento emocional manifestando apatía, frustración, irritabilidad, insatisfacciones, intolerancia y desapego emocional que muchas veces no puede ser percibido por la persona (Botero et al., 2012). Por lo anterior, cabe destacar la importancia de que exista información que permita ampliar el conocimiento sobre las características de este síndrome y más valiosa aún una herramienta que pueda condensar la información más importante de las investigaciones realizadas respecto al tema para que de acuerdo a ello pueda brindar aprendizajes en relación al abordaje que se le realiza a esta problemática.

Finalmente, la revisión sistemática de literatura es hacer uso de la crítica y los estudios anteriores de una manera ordenada, precisa y analítica del tema de interés, al tiempo que señala las similitudes y las inconsistencias en la literatura analizada (Guirao, 2015). El principal propósito de esta investigación es fundamentar la atención que las universidades de Latinoamérica brindan a la presencia de síndrome de Burnout en docentes en el periodo

comprendido entre los años 2018-2022.

En concordancia con lo anterior, la investigación es pertinente ya que ofrece elementos relacionados con las causas que conllevan al desarrollo del síndrome de burnout, lo cual permite conocer acciones de mejora al interior de las organizaciones para contrarrestar esta problemática, por lo cual también permite conocer que tan informadas se encuentran las instituciones universitarias sobre este síndrome y las acciones que se deben realizar para contrarrestarlo en caso de llegar a presentarse.

Por otra parte, la investigación es novedosa porque hasta el momento no se ha desarrollado una investigación con estas características lo cual favorece el reconocimiento de la implementación de alternativas y planes de acción al interior de las universidades para disminuir la probabilidad de ocurrencia del síndrome en personas que se encuentran expuestas a cargas laborales altas y que en un momento determinado pueda desencadenar en síntomas relacionados con el síndrome y su presencia en los docentes.

Finalmente, la investigación adquiere una utilidad práctica y teórica, práctica; puesto que permite llevar al contexto educativo y organizacional un conocimiento que será de gran utilidad en el momento de fundamentar planes de acción para mitigar los efectos del síndrome de burnout y teórica al retomar diferentes teorías, autores y estudios relacionados con el tema de investigación los cuales generan una visión amplia y a la vez detallada acerca del tema estudiado y también permite tomar decisiones respecto al tema para el cumplimiento de los objetivos propuestos.

## **Objetivos**

### **Objetivo general**

Fundamentar la atención que le dan las universidades de Latinoamérica a la presencia del síndrome de burnout en docentes en el periodo comprendido entre los años 2018-2022.

### **Objetivos específicos**

Realizar una búsqueda exhaustiva de la literatura existente sobre el tratamiento del síndrome de Burnout en docentes universitarios

Identificar el abordaje que se le da a la presencia de síndrome de burnout en los docentes y su efectividad

Describir los hallazgos más relevantes encontrados en relación al tratamiento del síndrome de Burnout

### **Metodología**

La presente revisión sistemática de literatura se realizará de forma objetiva, rigurosa y detallada y tendrá en cuenta los parámetros que se describen a continuación.

### **Bases de datos**

Las bases de datos seleccionadas para la búsqueda de las investigaciones que se tendrán en cuenta para el desarrollo de la revisión sistemática de literatura son: Redalyc, Scielo, Dialnet y Refseek

### **Palabras claves o términos de búsqueda**

Los términos de búsqueda o palabras claves fueron: “Atención/manejo del Síndrome de Burnout en docentes universitarios” “Abordaje del Síndrome del quemado en docentes universitarios” y/o “Tratamiento del síndrome de desgaste en docentes universitarios”.

### **Criterios de inclusión y exclusión**

Para el desarrollo de la revisión sistemática de literatura se tuvieron en cuenta criterios de inclusión como: investigaciones de enfoque cuantitativo y cualitativo, con tipos de estudio descriptivo, no experimental, correlacional, fenomenológico hermenéutico, transversal y etnográfico; publicados en periodo comprendido entre los años 2018-2022, priorizando artículos en el idioma español y pertenecientes al continente latinoamericano. Cabe mencionar que, se tendrán en cuenta rutas de atención establecidas por ARL (Administración de Riesgos Laborales) correspondiendo a las compañías de seguros responsables de proveer soluciones de aseguramiento. En cuanto a los criterios de exclusión, no se tendrán en cuenta artículos de idiomas diferentes al español y no se utilizarán investigaciones con una población diferente a la que se va a analizar en la presente revisión.

### **Unidad de análisis y unidad de trabajo**

#### ***Unidad de análisis***

Mediante la búsqueda realizada en las bases de datos como Scielo, Redalyc, Dialnet, Refseek, se describen los siguientes resultados:

En la biblioteca virtual Scielo se encuentran 35 artículos con el criterio de búsqueda “síndrome de burnout en docentes universitarios” durante los años 2018 a 2022 con idioma español, como disciplinas se utilizó Psicología y Educación; en la revista científica Redalyc como palabras claves se utilizó “síndrome del quemado en docentes universitarios” obteniendo un resultado de 40 artículos; en la base de datos Dialnet con el término de

búsqueda “Síndrome de desgaste en docentes universitarios” se encontraron 16 documentos; en la base de datos Refseek con la palabra clave “síndrome de burnout en docentes universitarios” arrojó 133 resultados.

### ***Unidad de trabajo***

El consolidado de documentos viables para el desarrollo de la unidad de trabajo se encuentran más de 50 estudios literarios, discriminados de la siguiente manera: a través de la base de datos Scielo, se revisaron 35 artículos y se excluyeron 20 de ellos, ya que a partir de la revisión se identificó que no cumplen con los criterios de inclusión; mediante la cadena de búsqueda Redalyc se revisaron 40 artículos y se descartaron 34; de la revista científica Dialnet se revisaron 16 artículos y se excluyeron 8; en el buscador Refseek se revisan 133 artículos y se descartan 105, al no cumplir con los criterios determinados.

### **Procedimiento de búsqueda de datos**

En la base de datos de Redalyc se filtraron criterios como Año: 2018, 2019, 2020, 2021 2022, Idioma: español, País: Puerto Rico, Argentina, Chile, Cuba, Brasil y Colombia; para la base de datos Dialnet se utilizó como filtro artículos de revista, siendo este su único filtro; es importante mencionar que el buscador Refseek no cuenta con cadena de búsqueda, dado que en esta plataforma el único filtro a utilizar es documentos.

### **Técnicas e instrumentos de recolección de información**

En cuanto instrumentos para la recolección de la información se plantea hacer uso de la ficha de análisis documental, la cual fue modificada en pro de favorecer el cumplimiento de los objetivos de la investigación y generar un proceso de organización y sistematización de los hallazgos de las investigaciones abordadas por lo que se plantea de la siguiente manera: en primer lugar, se menciona el título original del documento seguido del nombre completo del autor o autores; en el tercer apartado se menciona el año de publicación del estudio identificando uno de los criterios de inclusión; se continúa nombrando el país en el que se llevó a cabo la investigación para dar cumplimiento a otro de los criterios, luego se enfatiza en las palabras clave del texto que menciona el autor, seguido de la referencia bibliográfica que da cuentas de la fuente de la información acompañada del URL. Posterior a ellos se especifica la metodología utilizada en el estudio, posterior a ello se describen los resultados de la investigación y el aporte del autor al tema seleccionado; luego, se establece una casilla para conocer los conceptos abordados que contribuyen al tema de la revisión sistemática y finalmente se mencionan las conclusiones y recomendaciones realizadas por el autor de cada uno de los estudios abordados.

Establecer la ficha de análisis documental como se describió anteriormente permite contar con una organización pertinente y clara de la información que facilita el cumplimiento de los objetivos de la presente investigación.

### **Identificación preliminar de los sub-ejes temáticos que orientarán la revisión sistemática de literatura**

Como resultado de la revisión preliminar se evidencian los ejes y sub-ejes que influyen en el síndrome de Burnout en docentes los cuales incidieron en las palabras clave que se utilizaron para realizar la búsqueda de los artículos y/o estudios. Los sub-ejes priorizados para la investigación fueron atención, síndrome, burnout, quemado, desgaste, estrés, los cuales orientan la búsqueda de la información para el desarrollo de la investigación.

## Recursos de la investigación

### Descripción del proceso metodológico y cronograma

El cronograma que se da a conocer a continuación hace referencia a la modalidad de trabajo de revisión sistemática de literatura, en el que se consideran tres etapas para el desarrollo del proyecto. En la primera etapa de elaboración de proyecto se presenta la idea de la revisión sistemática y la metodología que la orienta; dentro de la segunda etapa de ejecución o avance del proyecto se da a conocer el procedimiento, las principales características y los resultados de los estudios; por último, la tercera etapa donde se elabora el informe final, recopilando todo el trabajo de las anteriores fases, el análisis e interpretación de resultados, conclusiones y recomendaciones.

**Tabla 1**

*Cronograma procedimiento metodológico*

<b>Mes</b>	<b>Fases de desarrollo</b>
Junio/Julio/Agosto	Fase 1. Elaboración del proyecto
Septiembre/ Octubre/Noviembre	Fase 2. Avance del proyecto
Diciembre/Enero/ Febrero	Fase 3. Elaboración del informe final

Fuente: elaboración propia.

### Presupuesto

Se debe tener en cuenta que para la elaboración de la revisión sistemática es muy necesario e indispensable el acceso a un computador y a conexión de internet, es necesario contar con ello para realizar la búsqueda de toda la información y el respectivo análisis. A continuación, se mencionan los recursos que se consideran apropiados para el desarrollo de la investigación.

**Tabla 2***Recursos y presupuesto*

<b>Descripción</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Valor unitario</b>	<b>Valor total</b>
Computador	1	\$2.000.000	\$2.000.000
Mantenimiento de equipos	1	\$50.000	\$50.000
Recibo mensual de internet	8	\$30.000	\$240.000
Recibo mensual de energía	8	\$35.000	\$280.000
<b>Total</b>			<b>\$ 2.570.000</b>

Fuente: elaboración propia.

**Elementos éticos y bioéticos**

La presente revisión sistemática de literatura se fundamenta en unas consideraciones éticas y morales de acuerdo al Colegio Colombiano de Psicólogos, en el que se encuentra la ley 1090 de 2006, donde se reglamenta la deontología y bioética del ejercicio de la psicología en Colombia, en el Art 49 refiere que:

Los profesionales de la psicología dedicados a la investigación son responsables de los temas de estudio, la metodología usada en la investigación y los materiales empleados en la misma, del análisis de sus conclusiones y resultados, así como de su divulgación y pautas para su correcta utilización. (p. 43)

De la misma manera, se tiene en cuenta la ley 1090 de 2006, la cual reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología y se dicta el Código deontológico y Bioético, con el fin de encaminar el proyecto de acuerdo a las bases psicológicas (Ley 1090, 2006).

El estudio partió desde unos principios éticos como lo es la responsabilidad, dignidad y el respeto por los demás y se toma como referencia el capítulo VII de la investigación científica, la propiedad intelectual y las publicaciones, donde el artículo 49 menciona que los profesionales de la salud mental dedicados a la investigación son responsables de temas de estudio, metodología y de realizar un correcto análisis de conclusiones y resultados, como también de la divulgación apropiada de materiales empleados (Colegio Colombiano de Psicólogos, 2009).

La presente investigación se basa en los principios éticos mencionados anteriormente, no brindará información no verídica en cuanto a datos ni divulgación de respuesta, debido a que se realiza una sistematización de documentos, no solicita ninguna clase de información personal, busca que futuras investigaciones lo tomen como referente, teniendo en cuenta las

fuentes bibliográficas que servirán de base para la realización de la presente investigación.

Desde la parte teórica del documento, se garantiza llevar a cabalidad todo factor que garantice las actividades de derechos de autor, tal y como lo plantea la Dirección Nacional de Derecho de Autor. Toda la información que se condense en el desarrollo del trabajo contendrá debidamente los datos de sus creadores y fuentes de las que se obtenga.

### **Procedimiento**

Para el desarrollo de la investigación se retoma la información de los artículos encontrados, los cuales pasaron por un proceso de elección realizado de forma específica, analítica y detallada teniendo en cuenta los criterios de inclusión tales como lo fueron el enfoque cuantitativo y cualitativo, con tipos de estudio descriptivo, no experimental, correlacional, fenomenológico hermenéutico, transversal y etnográfico; publicados en periodo comprendido entre los años 2018-2022, priorizando artículos en el idioma español y pertenecientes al continente latinoamericano. Y también, se tuvieron en cuenta los criterios de exclusión, no se tuvieron en cuenta artículos de idiomas diferentes al español y no se utilizaron investigaciones con una población diferente a la que se va a analizar en la presente revisión.

Para el vaciado de la información se hizo uso del programa Word para construir el diagrama de flujo desde la metodología PRISMA; la cual se define como una guía científica diseñada para la presentación de resultados y organización de información metodológica de la revisión sistemática y metaanálisis, teniendo como objetivo garantizar la calidad y pertinencia de las investigaciones, guiado desde la importancia del aporte y la descripción de los métodos utilizados, de igual forma permite explorar la estructura y forma de los documentos encontrados. Para así establecer la conveniencia de los estudios incluidos y detectar lo que no aportan a la investigación (Hutton, López y Moher, 2016). A continuación, se describen las etapas de la metodología seleccionada.

### **Etapas de identificación**

En esta primera etapa se retoman los artículos que fueron encontrados a partir de la investigación realizada en las 4 bases de datos seleccionadas: para la búsqueda se utilizaron palabras clave como: atención/manejo del Síndrome de Burnout en docentes universitarios, abordaje del síndrome del quemado en docentes universitarios y tratamiento del síndrome de desgaste en docentes universitarios, para así obtener un total de 108 investigaciones, de las

cuales 2 se conforman por las rutas de atención de algunas de las ARL de Latinoamérica a las cuales se logró acceder, confiando en que la información obtenida es confiable. Posterior a ello se realiza la validación de estudios duplicados, encontrando 15 investigaciones duplicadas en las bases de datos. Por lo cual la unidad de análisis se redujo a 93 estudios.

### **Etapa de examinar**

De las 93 investigaciones seleccionadas se realiza una revisión general y manual de los resultados, debido a que algunas de las bases de datos no tienen los filtros necesarios para consolidar la información necesaria para el desarrollo de la investigación. La revisión manual consistió en verificar que los artículos abordan el tema y hayan sido publicados dentro de los años establecidos, como también se hace énfasis en que algunas de las investigaciones encontradas con las palabras claves se desviaban del tema objetivo las cuales fueron descartadas. Después del análisis de los artículos se consolida un total de 17 investigaciones que cumplen con los criterios de inclusión, descartando así 76 artículos, de los cuales la mayoría se centraba en poblaciones diferentes a la población seleccionada para la investigación, se desviaban del tema principal o consistían en evaluar la aplicación de un instrumento. A los 17 artículos seleccionados se le suman los 2 planes de acción propuestos por las ARL.

### **Etapa de elegibilidad**

Una vez elegidos los 19 artículos se da inicio al proceso de examinar cada uno de ellos, con el fin de confirmar el cumplimiento de los criterios planteados.

### **Etapa de incluir**

Finalmente, los estudios incluidos fueron 19, los cuales cumplen con todos los criterios de inclusión y ofrecen valiosos aportes para el desarrollo de la investigación. La selección se clasifica de la siguiente manera; en la base de datos Scielo se encontraron 8 artículos, en la revista científica Redalyc 3, en la base de datos Dialnet 5, y en el buscador Refseek 1 sumado a ellos los 2 planes de acción contemplados por las ARL.

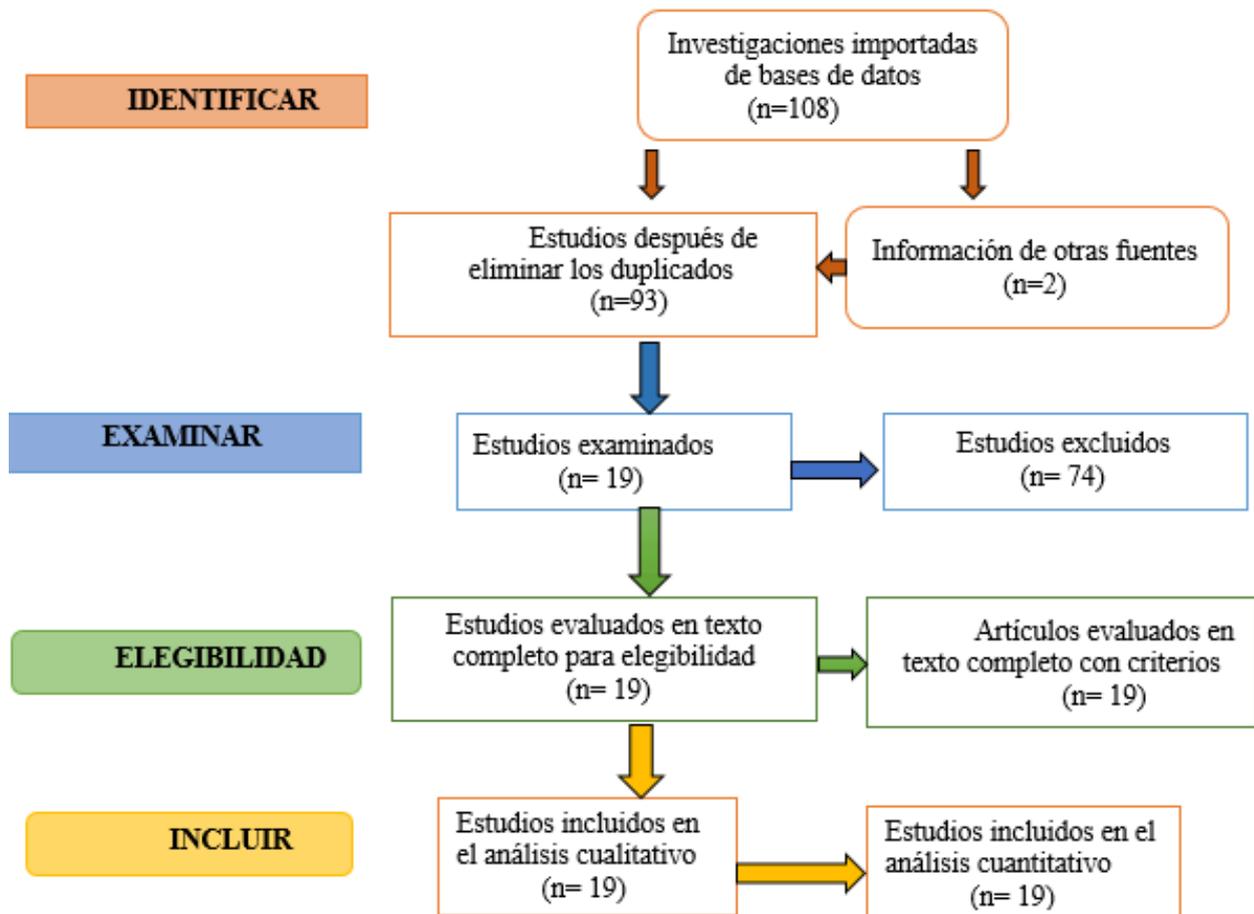


Figura 1. Diagrama de flujo (PRISMA)

### Análisis de resultados

A partir de la búsqueda realizada en las cuatro bases de datos se obtuvieron los artículos necesarios para la elaboración de la presente revisión sistemática de literatura, evidenciando en ellos el cumplimiento de los criterios de inclusión y exclusión establecidos.

Desde la metodología Prisma se elaboró el diagrama de flujo para la elegibilidad e inclusión de los artículos, seleccionando para la fase de resultados 19 artículos entre los años 2018 a 2022 desarrollados en países de Latinoamérica, los cuales abordan el síndrome de Burnout y algunas estrategias de manejo, prevención e intervención; en los artículos se determinó el nombre del documento, autores, año de publicación, país, palabras clave del texto, referencia bibliográfica, base de datos, ubicación electrónica, metodología identificando en ella enfoque, tipo de estudio, número de población, instrumento y también se identificó el aporte que realiza el estudio a la revisión, los conceptos abordados y por último, las conclusiones y recomendaciones realizadas por los autores de cada uno de los artículos.

**Tabla 3**

*Matriz de artículos seleccionados para la revisión sistemática de literatura: datos generales y metodología. Parte 1*

Datos generales				Metodología				
Nº	Autores	Año de publicación	País	Base de datos	Enfoque	Tipo de estudio	Nº Población	Instrumento
1	Henry Passos de Oliveira, Victor Pereira da Silva, Selene Cordeiro Vasconcelos, Maria	2021	Brasil	Scielo	Cuantitativo	Descriptivo transversal	Mujeres: 68,4% Hombres: 31,5%	Inventario de Burnout Maslach Cuestionario socioeconómico Se aplicó la Prueba exacta de Fisher, la cual se utiliza para determinar si existe o no una asociación significativa entre

	de Jesus					dos variables
	Gabriela					categorías.
	da Silva					Se aplicó un
	Oliveira,					cuestionario
	Antonio					socioeconómico
	Savio					
	Ignacio,					
	Murilo					
	Duarte da					
	Costa					
	Lima,					
	Felicialle					
	Pereira da					
	Silva					
2	Ángela	2021	Ecuador	Scielo	Cuantitativo	U central del Cuestionario de
	Rosario				ativo	Ecuador: Maslach Burnout
	Tarco,				vo	69,6% Inventory (MBI) en
	Gladys					U técnica de el cual se plantea
	Verónica					Cotopaxi: una serie de
	Llano,					30,3% enunciados sobre
	Jorge					Total: 56 los pensamientos y
	Fernando					participantes sentimientos con
	Carlozama					relación a su
	Puruncajas					interacción con el
	, Piedad					trabajo.
	Gisela					
	Mejía					
	Gaviláñez,					
	Tania					
	Margarita					
	Borja					
	Padilla,					
	Luz					

- Amparo  
Guanoluis  
a Condor
- 3 Ingrid 2021 Ecuador Dialnet CuantitRevisión  
Gurumend ativo- de  
i, Amelia cualitatliteratura  
Panunzio, ivo  
Marco  
Antonio  
Calle,  
Maritza  
Borja
- 4 Elías 2018 Colombia Redalyc CuantitAnalítico-Mujeres: Se aplicó una  
Bedoya, ativo transversa73,3% encuesta  
Nancy 1 Hombres sociodemografica  
Vega, 26,7% para recolección  
Carlos Total: 150 básica de los  
Severiche participantes pacientes. Se utilizó  
y María el instrumento  
Meza Maslach Burnout  
Inventory (MBI)
- 5 Edmundo 2018 Ecuador Scielo CuantitDescripti  
Cabezas y ativo – vo-  
Daniel cualitattransversa  
Beltrán ivo 1

- |   |   |      |          |         |                             |  |  |
|---|---|------|----------|---------|-----------------------------|--|--|
| 6 | Segunda<br>Cabellos,<br>Rudi Loli,<br>Miguel<br>Sandoval<br>y Rosa<br>Velásquez | 2020 | Perú     | Scielo  | Cuantitativo<br>Descriptivo |  |  |
| 7 | Arlington<br>García;<br>Carla<br>Escocia y<br>Blinis<br>Pérez                   | 2018 | Colombia | Dialnet | Empírico<br>co-analítico    | Mujeres:<br>58,3%<br>Hombres:<br>41,7%<br>Total: 37<br>participantes | Cuestionario de<br>Burnout de Maslach<br>para Docentes<br>(MBI-Ed) revisada<br>por Seisdedos<br>(1997) el cual<br>evalúa tres<br>dimensiones:<br>cansancio<br>emocional,<br>realización personal<br>y<br>despersonalización.<br>-Instrumento de<br>Sentimiento de<br>Autoeficacia (2001)<br>el cual evalúa la<br>eficacia en relación<br>a estudiantes,<br>estrategias de<br>enseñanza, manejo<br>de clases y eficacia<br>en la atención a la<br>singularidad de los<br>estudiantes. |

- |    |  |      |        |         |                          |  |  |
|----|--|------|--------|---------|--------------------------|--|--|
| 8  | Caridad Casanova;<br>Mabel Mustelier<br>y Teressa Casanova | 2019 | Cuba   | SciELO  | Cuantitativo-descriptivo | Exploratorio<br>Mujeres: 50,3%<br>Hombres: 49,6%<br>Total: 143 participantes | Inventario de Burnout potencial es un cuestionario que consta de 48 ítems divididos en 11 subcategorías evaluando impotencia, desinformación, conflicto, pobre trabajo de equipo, sobrecarga aburrimiento, retroalimentación, castigo, ambigüedad, ausencia de recompensa, conflicto de valores. |
| 9  | Raquel Mansur;<br>Denise del Valle y Ximena Ravelo         | 2018 | México | Dialnet | Cuantitativo-descriptivo |  |  |
| 10 | Janette Brito Laredo                                       | 2018 | México | SciELO  | Cuantitativo-empírico    | Total: 20 participantes  | Maslach-Burnout Inventory General Survey (MBI-GS), el cual consta de tres dimensiones: agotamiento, cinismo y eficacia profesional. Altas  |

							puntuaciones en las dimensiones agotamiento y cinismo unidas a bajas puntuaciones en la dimensión de eficacia profesional son indicadores de Burnout
11	Claudia Torres Calvimontes	2020	Bolivia	Scielo	Cuantitativo Descriptivo		
12	Edgar Torres Hernández	2018	México	Redalyc	Cuantitativo Descriptivo	Mujeres: 41,53% Hombres: 58,47% Total: 509 participantes	Se aplicaron tres instrumentos: -Inventario de Competencias Socioemocionales de Mikulic et al. (2015) en el que se consideran ocho factores: optimismo, asertividad, expresión emocional, conciencia emocional, regulación emocional, prosocialidad y

empatía.  
-Escala de Autoeficacia Docente de Prieto (2007), que cuenta con cuatro dimensiones que evalúan el proceso enseñanza-aprendizaje considerando las estrategias de enseñanza, la interacción docente-estudiante y la evaluación del aprendizaje de los estudiantes y autoevaluación de la función docente.  
-Escala de Desgaste Ocupacional de Uribe (2014) que consta de las escalas de agotamiento emocional, despersonalización o cinismo

- 13 Dayana 2021 Colombia Dialnet Cualita Descriptivo  
Castiblanco
- 14 Álvaro 2018 Ecuador Redalyc Cuantit Descriptivo Total: 270 Entrevista  
Rivera; Pedro  
Segarra;  
Gianella  
Giler participantes
- 15 Diana 2021 Colombia Dialnet Cualita Descriptivo – Total: 11 -Cuestionario  
Manrique; Luis Bueno y William Chala transversa participantes Maslach burnout  
Inventory (MBI).  
-Cuestionario Sociodemográfico:  
permite recolectar información general sobre un grupo de personas  
-Ficha documental:  
permite consignar de manera resumida información teórica relevante.

16	Katty Villavicencio; Italo Bello; Lorena Luzardo y Erick Delgado	2020	Ecuador	Refseek	Cuantitativo Descriptivo	Total: 120 participantes	Cuestionario Maslach burnout Inventory (MBI).
17	Sandra Rodríguez	2022	México	Scielo	Cuantitativo Descriptivo	Total: 4 participantes	Se aplicó el Cuestionario de Burnout del Profesorado de Moreno et al. (2000) el cual comprende tres factores principales: estrés y burnout, desorganización, problemática administrativa. También se aplicó el Inventario de Depresión de Beck II el cual evalúa la sintomatología depresiva. Además, se aplica el Inventario de Ansiedad de Beck, el cual permite evaluar los niveles de ansiedad de la persona mediante

un auto informe de la sintomatología una semana antes de la aplicación del instrumento.

---

*Fuente. Elaboración propia*

**Tabla 4**

*Matriz de los artículos seleccionados para la revisión sistemática de literatura dando a conocer los resultados en relación al abordaje del síndrome de Burnout. Parte 2*

<b>Resultados</b>		
<b>No</b>	<b>Abordaje</b>	<b>Descripción</b>
<b>1</b>	Fomentar factores protectores: factores psicosociales y organizacionales.	Enfatiza en que las variables socio ambientales como el entorno social y cultural fundamentan un papel de apoyo en el proceso de afrontar el síndrome de Burnout, además de ser importante las relaciones fuera de trabajo y actividades de esparcimiento que pueden ser considerados como factores protectores ante el síndrome, por lo que se considera relevante la participación en otras actividades fuera del contexto laboral, por ello el abordaje de síndrome se relaciona con el seguimiento de los factores psicosociales y organizacionales en el trabajo y fuera de él, esta vigilancia y atención puede permitir reconocer los problemas y reflexionar sobre nuevas posibilidades para promover la salud y prevenir la aparición de la enfermedad. Finalmente fomenta la reflexión e implementación de estrategias de cuidado en los ambientes de trabajo, especialmente aquellos que involucran a

---

		docentes frente al riesgo de enfermedades laborales.
<b>2</b>	Desarrollo integral de los docentes a partir de la gestión de talento humano de las organizaciones universitarias.	El talento humano es parte importante en la ejecución del desarrollo de los objetivos de las universidades, lo cual depende del comportamiento, esfuerzo, motivación e involucramiento con las actividades. El proceso enseñanza-aprendizaje va más allá teniendo una connotada influencia en la sociedad por lo que la gestión interna de una organización universitaria especialmente la dirección de talento humano debe abarcar todos los factores necesarios estableciendo estrategias que involucren la creación de condiciones agradables y óptimas para el trabajo académico relacionado con la excelencia. El desarrollo integral involucra partir de la necesidad de que los docentes tomen conciencia de los niveles de agotamiento emocional, despersonalización y realización personal por lo que se debe considerar la relación del síndrome con otros fenómenos personales, sociales y organizacionales que influyen y confluyen en el ejercicio de su profesión.
<b>3</b>	Medidas de prevención y tratamiento a través de un adecuado apoyo social.  Modelo de Atención Integral en Salud MAIS	Las medidas de prevención y tratamiento a través del apoyo social se relacionan con las formas de asistencia, respaldo y comprensión que una persona recibe de su red de relaciones sociales en la que se incluyen familiares, amigos, personas cercanas o miembros de una comunidad.  Busca la implementación de un modelo que busque integrar la investigación, la formación y la capacitación del talento humano promoviendo un sistema que abarque la buena gestión de la seguridad y la salud laboral a partir del reconocimiento de las necesidades, expectativas y derechos de los colaboradores.
<b>4</b>	Promoción de la evaluación de los contextos laborales	La formación profesional en el ejercicio de la docencia universitaria logra asociarse con el agotamiento emocional y la baja realización personal, lo cual se relaciona tanto como factor protector como factor de riesgo; factor protector en relación a que los docentes con mayor antigüedad pueden llegar a desarrollar mejores estrategias de afrontamiento con el paso del tiempo y mayor capacidad de resiliencia frente a situaciones estresantes, pero de igual forma

- puede ser considerado un factor de riesgo por la influencia del tiempo de antigüedad relacionándose con el agotamiento emocional y la baja realización personal.
- 5** Promoción de la salud mental Busca poner en evidencia la necesidad de establecer una ruta de atención a la presencia del síndrome de Burnout enfocado a la profesión docente a través del inicio de estrategias como el manejo de la respiración, realización de actividades dentro del ambiente laboral con fin de contrarrestar los primeros indicios de la aparición del síndrome.
- En relación a la intervención del síndrome propone estrategias enfocadas desde los aspectos cognitivo, conductual, fisiológico, pero también desde una perspectiva organizacional y social teniendo en cuenta factores protectores y de riesgo.
- 6** Estrategias de afrontamiento fomentadas en la organización Por medio de la investigación realizada se evidencia que los docentes universitarios si hacen uso de estrategias para afrontar el estrés, algunas relacionadas a la solución del problema, la búsqueda de ayuda o apoyo social, la reevaluación positiva y la implementación de psicoterapia.
- 7** Promoción de la autoeficacia Considera que el conocimiento que cada docente tiene de sí mismo, de sus capacidades y confianza puede fortalecer los mecanismos de afrontamiento de situaciones estresantes dentro del contexto laboral. El fomentar su promoción y propiciar un ambiente adecuado para el desarrollo y apropiación de esta herramienta permite que los docentes puedan contar con variedad de beneficios en la esfera laboral, social y personal.
- 8** Fomentar factores de promoción y prevención a partir de modificaciones y adecuaciones en el ámbito organizacional Promueve la adecuación del ámbito organizacional de acuerdo a las necesidades de los colaboradores, brindando un ambiente propicio y estilos de vida saludables para el personal, asegurando en gran medida el bienestar laboral para el logro de la eficacia, eficiencia y efectividad, motivar el compromiso con la educación y la adopción de herramientas que soporten el proceso enseñanza- aprendizaje y de esta forma disminuir los factores de riesgo que pueden originar la presencia del síndrome de Burnout.

- 9** Desarrollo de habilidades socioemocionales
- Enfatiza en que factores personales e individuales influyen en la aparición del síndrome de Burnout. Abarca las estrategias que aborda el modelo de Kyriacou (2003): gestión de tiempo; capacidad de organización; asertividad; salud física y mental; y, salud emocional y espiritual. Promueve la gestión del tiempo en una agenda semanal, capacidad de organización para administrar el tiempo, asertividad; trabajo en inteligencia emocional descrita como la habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones promoviendo un crecimiento personal e intelectual. Aborda la salud física y mental, la salud emocional y la salud espiritual.
- 10** Énfasis en la mejora de las condiciones laborales
- El desgaste laboral se relaciona con la disminución del compromiso en el trabajo, por lo que puede afectar la actitud de los docentes hacia sus estudiantes y a la vez se refleja en la calidad de enseñanza en las organizaciones educativas. Propone reconocer las fuentes de estrés, con la finalidad de promover medidas preventivas, para así fortalecer la salud laboral y la mejora del ambiente laboral.
- 11** Prevención primaria de la aparición del síndrome de Burnout y enfermedades laborales
- Entre los procedimientos se menciona el re-diseño de tareas, mejora de supervisión, establecer objetivos claros para los roles profesionales, mejorar las redes de comunicación organizacional, mejorar las condiciones del trabajo, formación de grupos de trabajo, entre otros. Se deben abordar factores intrapersonales, factores interpersonales y factores organizacionales.
- 12** Enseñanza y promoción de habilidades sociales y emocionales
- Si se fomenta el desarrollo de competencias socioemocionales desarrollando procesos cognitivos y mentales, el personal docente se dotará de herramientas para contrarrestar los primeros indicios de estrés crónico. Debido a lo anterior, hace énfasis en la necesidad de cultivar las habilidades personales del docente para evitar su desgaste personal y profesional.
- 13** Implementación de políticas o programas que
- Se recomienda la realización de estrategias de capacitación continua ante las actividades que se demandan para disminuir la carga y el estrés laboral, como medidas preventivas que mejoren las

	promuevan la salud laboral de los docentes	condiciones de salud y seguridad para los docentes. Además, es necesaria la implementación de programas de prevención de salud y bienestar en el sector económico.
14	Ejecución de programas de capacitación	La promoción de talleres y actividades de crecimiento personal permitirán que los docentes se apropien y conozcan estrategias que les permitan hacer frente a la presencia de estrés y contrarrestar sus indicios de la manera más adecuada a partir del conocimiento y la información.
15	Promoción y prevención de riesgos laborales	Busca programar, ejecutar y controlar el cumplimiento del programa de salud ocupacional que todas las empresas y organizaciones deben tener. Esta compañía de seguros contempla una ruta de atención establecida ante la presencia de enfermedades laborales
16	Gestión psicosocial y promoción de la salud mental	Promueve la capacitación constante en cuanto a educación e información sobre las enfermedades laborales, busca que los colaboradores puedan hacer frente a las primeras apariciones de las enfermedades relacionadas con el contexto laboral y tomar las acciones correspondientes ante cualquier señal de riesgo.
17	Promoción de técnicas de abordaje desde el nivel organizacional	Promueve la información referente al síndrome de Burnout y a nivel general de las enfermedades que se puede padecer en el contexto laboral de la mano de la promoción de la salud mental y física fomentando estilos de vida saludables y estrategias de afrontamiento ante el estrés.

---

### Año de publicación

Como se puede apreciar, en los años 2018 se encontraron 7 artículos respectivamente, que corresponden al 41% de las investigaciones, siendo el año con mayores publicaciones; seguido del año 2021 con 5 artículos que corresponden al 29% de las publicaciones, en contraste con los años 2019, 2020 y 2022 con una cantidad igual o menor de 3 artículos por cada año, que corresponden al otro 41% de los artículos publicados.



Figura 2. Años de publicación

### País

En la tabla 3 y gráfica 3 se evidencian las investigaciones correspondientes a cada país, teniendo en cuenta que 5 de los artículos se publicaron en Ecuador, corresponden al 27%, continua Colombia con 4 publicaciones, con el 21%, posteriormente México con 4 estudios, con el 21%, así mismo Brasil, Perú, Cuba y Bolivia con 1 investigación cada país, logrando el 20%, sin dejar de lado otras fuentes de las cuales se obtuvieron 2 estudios que conforman el 11% de las investigaciones

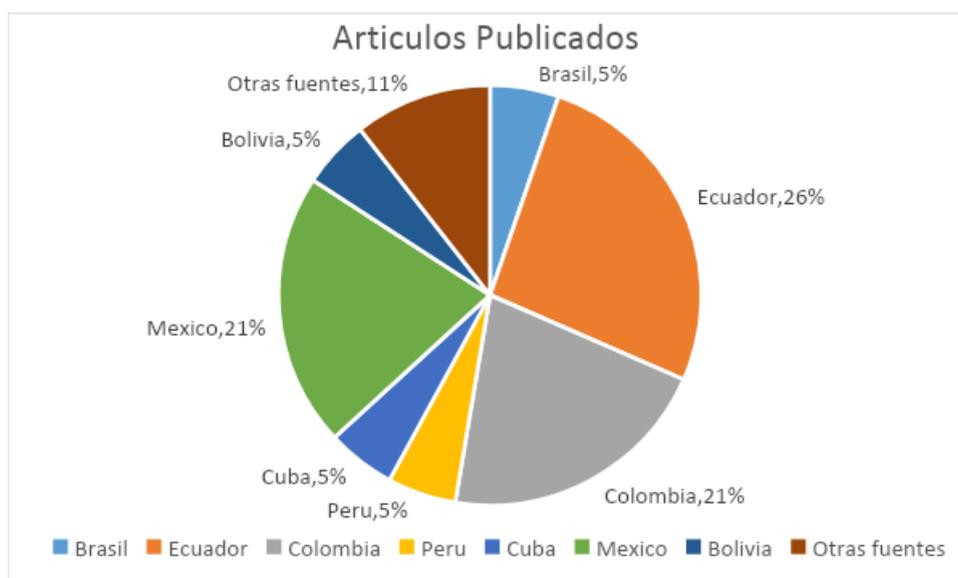


Figura 3. Países.

### Bases de datos

A través de las bases de datos seleccionadas se identificó que Scielo es la plataforma con mayor cantidad de artículos publicados, encontrando 12 estudios equivalentes al 42%, del mismo modo en Dialnet se registraron 5 artículos que corresponden al 26%, Redalyc con 3 publicaciones que equivalen al 16%, y Refseek con 1 publicación equivalente al 5% y para finalizar, otras fuentes consultadas que equivalen al 11%.

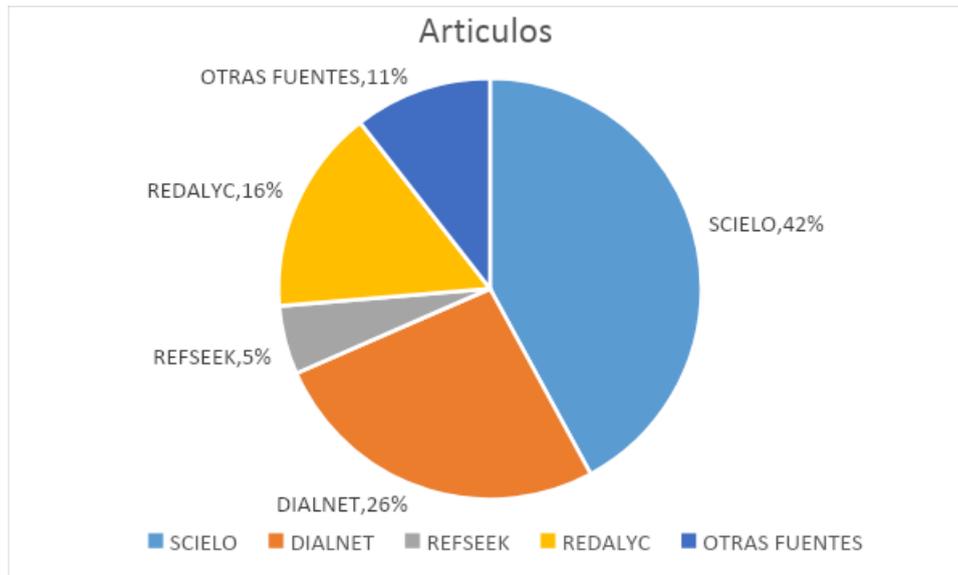


Figura 4. Bases de datos.

### Discusión

El análisis y la discusión de los resultados, se darán a conocer a partir de tres dimensiones, las cuales se consideran apropiadas para organizar la información obtenida en esta revisión sistemática de literatura; la primera dimensión, aborda la información acerca de los resultados encontrados en relación al contexto; en la segunda dimensión se abordan los hallazgos acerca del manejo y/o atención que las instituciones universitarias le dan a la presencia del síndrome de Burnout. Finalmente, en la tercera dimensión se describen los hallazgos más relevantes encontrados en relación al tratamiento del síndrome de Burnout.

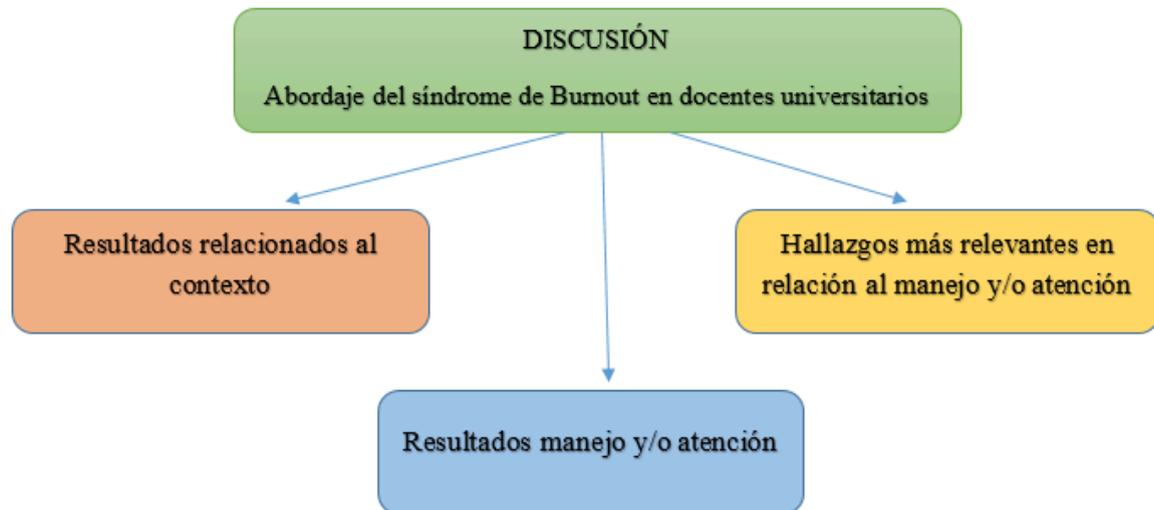


Figura 5. Dimensiones de la discusión acerca del abordaje y/o atención frente a la presencia del síndrome de Burnout

### Contexto

En esta dimensión, se especifican aspectos que permiten analizar y discutir sobre las publicaciones de artículos científicos en el contexto Latinoamericano, enfatizando en docentes universitarios, en el periodo de años comprendido entre 2018 a 2022 y los países en los que fueron publicados, con la finalidad de dar a conocer algunas razones que están relacionadas con el aumento o disminución de la producción literaria sobre el abordaje del síndrome de Burnout en docentes universitarios.

En relación a la primera dimensión se logra evidenciar la poca producción científica acerca del abordaje del síndrome de Burnout en docentes universitarios, lo cual señala que es necesaria una mayor visibilización frente al tema, tanto investigativa como de abordaje.

Sin embargo, a pesar de la poca demanda científica se logró recopilar información importante que permite identificar y analizar los países y los años en donde se hicieron publicaciones. Teniendo en cuenta los resultados encontrados entre los años 2018 y 2022, se puede evidenciar que la producción de investigación sobre el tema ha presentado varios cambios, evidenciando que en los últimos años se ha estancado, debido a que en el año 2018 y 2021 se publicaron siete y cinco artículos cada año, pero en los años intermedios como 2019 y 2020 se publicaron uno y tres artículos, seguidos del año 2022 con una publicación de tres artículos.

Lo anterior, permite plantear el cuestionamiento del porqué de esta situación ya que se pueden constatar picos en la producción literaria de los años abordados, lo que evidencia que la investigación acerca de este tema no ha tenido gran auge; y a pesar de que en algunos de estos años las publicaciones aumentan la producción literaria sigue siendo reducida, lo que dificulta la producción de conocimiento que ayudaría a la visibilización de esta problemática y por ende informaría más a las sociedad sobre la importancia de su reconocimiento y abordaje lo cual alimentaría el incremento de técnicas y métodos que aborden la presencia del síndrome ofreciendo mayor variedad en las herramientas con las que se puede contrarrestar.

Teniendo en cuenta esto, la discusión se apoya en que se conoce que en los años donde hubo un incremento de publicaciones se presentaron acontecimientos relevantes en relación al abordaje proporcionando herramientas como la promoción de la salud mental y la prevención de las enfermedades laborales relacionado con la información y sensibilización acerca de las características del síndrome. La promoción de la salud según la Carta de Ottawa de 1986 es la estrategia que proporcionar a las comunidades los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma lo que implica fomentar estilos de vida saludables y reducir los precursores de la enfermedad. En este sentido, lo que busca la promoción de la salud es aminorar los problemas que favorecen el desarrollo de la enfermedad a través de propuestas integradoras de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, como es en este caso el fortalecer el conocimiento de las enfermedades laborales para lograr su identificación y prevenir la aparición primaria de alguna de ellas.

En cuanto a los países con mayor producción literaria sobre estudios que abordan el síndrome de Burnout en docentes universitarios se encuentran Ecuador con cinco estudios y Colombia con cuatro en la mayoría de los cuales se busca fomentar la implementación de políticas y programas que promuevan la salud laboral y la evaluación de los contextos laborales. A través de ello, se propone la mejora de las relaciones profesionales y generar un ambiente laboral positivo, garantizar mayor seguridad y acompañamiento a los colaboradores lo cual sería proporcionar a la motivación laboral y bajas tasas de enfermedades laborales.

### **Resultados manejo y/o atención**

En esta segunda dimensión se abordan los resultados encontrados sobre el manejo y/o atención del síndrome de Burnout en docentes universitarios, partiendo de la premisa que fomentar factores protectores relacionados a factores psicosociales y organizacionales busca que se tengan en cuenta las variables socio ambientales como el entorno social y cultural

hacen parte de la red de apoyo en el proceso de afrontamiento del síndrome de Burnout. Según Góngora y Casullo (2009) la inteligencia emocional se define como un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales que influyen en la capacidad para adaptarse y enfrentar las demandas del medio, de esta manera, influirá en la selección y el control de las estrategias de afrontamiento para contrarrestar efectivamente la presencia de estrés y que a futuro no se genere un estrés crónico que pueda desencadenarse en una enfermedad laboral. En consecuencia, se enfatiza en la importancia de fomentar la reflexión e implementación de estrategias de cuidado en los ambientes de trabajo, especialmente aquellos que involucran a docentes frente al riesgo de enfermedades laborales.

Ahora bien, uno de los hallazgos obtenidos en el desarrollo de la revisión literaria es que la influencia del talento humano es fundamental para alcanzar los objetivos de las instituciones; su comportamiento, esfuerzo, compromiso y motivación con las actividades son determinantes para el éxito. Por lo tanto, la gestión interna de las universidades debe considerar todos los factores necesarios y establecer estrategias que creen condiciones favorables para el trabajo académico y la excelencia. Además, es importante que los docentes sean conscientes de su agotamiento emocional, despersonalización y realización personal ya que estos factores están relacionados con otros fenómenos personales sociales y organizacionales que afectan y se entrelazan con la práctica de su profesión.

Por otra parte, en el marco de la promoción de un ambiente laboral propicio se evidencian hallazgos relacionados a la adecuación del entorno organizacional acorde a las necesidades de los colaboradores, proporcionando condiciones que fomenten estilos de vida saludables. Asimismo, se promueve la búsqueda de motivación y compromiso con la educación adoptando herramientas que respalden en primer lugar el proceso de enseñanza - aprendizaje contribuyendo a la reducción de los factores de riesgo asociados al síndrome de burnout. En segundo lugar; busquen combatir las repercusiones negativas en la actitud de los docentes hacia los estudiantes, lo cual impacta directamente en la calidad de enseñanza ofrecidas en las instituciones educativas. Por consiguiente, se busca implementar medidas preventivas que fortalezcan la salud laboral y mejoren el ambiente de trabajo. Además, se considera prioritario fomentar el desarrollo de competencias socioemocionales, impulsando procesos cognitivos y mentales que doten al personal docente de habilidades para enfrentar el estrés de manera adecuada. De igual forma, se enfatiza en la importancia de cultivar las habilidades personales del docente para prevenir el desgaste tanto a nivel personal como profesional.

Otro hallazgo que se evidencia en la literatura abordada es hacer énfasis en la importancia

de establecer rutas de atención para abordar el síndrome de Burnout en el ámbito de la educación, específicamente en el caso de los docentes universitarios. Proponer iniciar estrategias relacionadas al autocontrol y la realización de actividades dentro del entorno laboral para contrarrestar los primeros signos del síndrome. Además, se propone la intervención del síndrome de Burnout desde diferentes aspectos, tales como el cognitivo, conductual, fisiológico y la perspectiva organizacional y social. La intervención desde el aspecto cognitivo busca trabajar en el cambio de patrones negativos mentales y la promoción de pensamientos más positivos y adaptativos. Desde el aspecto conductual a través del desarrollo de conductas y hábitos que favorezcan el equilibrio emocional y la gestión del estrés. El aspecto fisiológico promueve la implementación de técnicas de relajación, ejercicio físico y cuidado del cuerpo para reducir la tensión física que podría asociarse al síndrome de Burnout. Y, por último, la perspectiva organizacional y social considerando la cultura de la organización en el área laboral y tener en cuenta factores externos que pueden influir en el bienestar emocional de los docentes.

Finalmente, la promoción de la evaluación de los contextos laborales, la prevención primaria del síndrome de Burnout y la implementación de políticas o programas que promuevan la salud laboral en docentes universitarios están estrechamente relacionados. La promoción de la evaluación de los contextos laborales implica el reconocimiento de las condiciones laborales y ambientales en las que los docentes universitarios desempeñan sus funciones. Esta evaluación puede identificar factores de riesgo para la aparición del síndrome de Burnout, como altas demandas laborales, falta de apoyo organizacional y conflictos interpersonales. Lo anterior va de la mano con la identificación y abordaje de los factores de riesgo antes de que se manifiesten los síntomas.

### **Hallazgos más relevantes en relación al manejo y/o atención**

Se determina con esta dimensión en gran porcentaje la discusión y el cumplimiento del objetivo general de la presente revisión sistemática de literatura sobre el abordaje del síndrome de Burnout en docentes universitarios durante el periodo de 2018 a 2022 en Latinoamérica.

El análisis y discusión se iniciará dando a conocer de manera general los porcentajes de los resultados encontrados, enfocándose en cada uno de los aspectos.

En contraste a lo anterior, el desconocimiento de las características y componentes del

síndrome de Burnout es uno de los factores visibilizados en la revisión literaria, debido a que la producción literaria que aborda el síndrome enfocado a la población de docentes universitarios no es amplia, dado que en los resultados se hace evidente la escasa información suministrada en relación al manejo y abordaje como tal desarrollado en la aplicación directa a la población para contrarrestar el síndrome y las enfermedades laborales, si bien aporta estrategias y métodos de manejo no se evidencia la aplicación directa de los mismos en todas las investigaciones.

Algunos aspectos relevantes a tener en cuenta son:

**Importancia de los factores protectores:** se destaca la relevancia de la promoción de los factores protectores relacionados a factores psicosociales y organizacionales para abordar el síndrome de Burnout en docentes universitarios, se considera crucial tener en cuenta variables socioambientales como el entorno social y cultural, como parte de la red de apoyo en el proceso de afrontamiento del síndrome.

**Influencia del talento humano:** se enfatiza que el comportamiento, esfuerzo, motivación e involucramiento de los docentes son fundamentales para el éxito institucional. Por lo tanto, se menciona la importancia de la gestión interna de las universidades para crear condiciones favorables que promuevan el trabajo académico y la excelencia.

**Ambiente laboral propicio:** se debe resaltar la importancia de adaptar el entorno organizacional a las necesidades de los colaboradores para fomentar estilos laborales saludables, a través de la promoción de la motivación y el compromiso con la educación, así como herramientas que respalden el proceso de enseñanza- aprendizaje y así se reduzca y mitigue la aparición de factores de riesgo asociados al síndrome de Burnout.

**Enfoque de intervención del síndrome de Burnout:** es de gran relevancia intervenir el síndrome desde un modelo integral teniendo en cuenta todas las variables personales que pueden influir, así como variables externas que se relacionan a la aparición del síndrome. Se sugieren estrategias para fomentar estilos de vida saludables, implementación de técnicas que fortalezcan los mecanismos de afrontamiento ante situaciones estresantes y también la consideración de factores organizacionales y sociales en el bienestar del personal docente.

**Promoción de la salud laboral:** Se debe destacar la importancia de evaluar los contextos laborales, prevenir el Burnout desde sus inicios y llevar a cabo la promoción de políticas y programas que favorezcan la salud laboral de los docentes universitarios. La identificación y abordaje de los factores de riesgo antes de que se manifiesten los síntomas es esencial para su prevención.

### **Conclusiones**

A través del desarrollo de la presente revisión sistemática de literatura se logró dar cumplimiento al objetivo general de la investigación, lo que permitió obtener información sobre el abordaje que las instituciones universitarias dan a la presencia del síndrome de Burnout en sus docentes entre los años 2018 – 2022 en la población latinoamericana comprendiendo que la atención al síndrome de Burnout se relaciona directamente a factores personales, sociales y organizacionales al tratarse de una enfermedad laboral, los cuales fueron organizados en las dimensiones de resultados relacionados al contexto, resultados de

atención y destacar finalmente los hallazgos más relevantes que se obtuvieron a lo largo de la investigación

A partir del desarrollo de la revisión sistemática de literatura cabe mencionar que la producción literaria e investigaciones que fueron seleccionadas abordan el síndrome de Burnout, desde sus características, orígenes y particularidades, con una perspectiva integral y concibe en gran parte que el tratamiento debe considerar factores de riesgo; que pueden estar inmersos en el área laboral y también factores protectores; los cuales se relacionan a vínculos familiares y tiempo de esparcimiento que logran afianzar mecanismos de afrontamiento frente a posibles situaciones estresantes en el ámbito laboral.

El ejercicio de la docencia universitaria es una profesión que exige alta demanda, tanto a nivel personal como de formación debido a que la constante capacitación y actualización docente puede originar estrés, los cuales pueden ser síntomas desencadenantes del síndrome de Burnout.

Por otra parte, se considera que un punto a favor para continuar con el estudio del abordaje del síndrome de Burnout en docentes universitarios es el fácil acceso de las plataformas digitales y bases de datos, gracias al gran avance tecnológico que va en auge y crecimiento con el paso de los años; la importancia del desarrollo de investigaciones radica en el conocimiento y la información del síndrome de Burnout por lo cual se posibilita el tener una mejor comprensión de la influencia del contexto laboral en los colaboradores y su desempeño, con el fin de poder mitigar y abordar el surgimiento de esta y otras enfermedades laborales.

Actualmente, el desarrollo de investigaciones lleva consigo grandes retos y alta exigencia en su metodología y control de calidad, hecho que a su vez permite evitar sesgos en la información y proporciona la garantía de que cada uno de los artículos incluidos en la investigación cumplan a cabalidad con los criterios que se establecen en la misma. Por lo anterior, es importante referir que la presente revisión sistemática de literatura brinda un valioso aporte a la psicología, ya que desde la recopilación de la información y su respectivo análisis permite conocer la magnitud del problema, llevándolo a discusión y generando críticas constructivas que contribuyan a una psicología más incluyente en relación a los contextos organizacionales; como también ayuda a generar mayor interés en los estudiantes y

profesionales de la salud mental, incluyendo el universo de otras disciplinas en estudiar estos temas.

### **Recomendaciones**

Los resultados de la investigación permiten recomendar la implementación de programas de capacitación que brinden información a la comunidad sobre la incidencia de las enfermedades laborales como lo es el síndrome de Burnout. A través de dichos programas es posible el reconocimiento de las causas y consecuencias del padecimiento del síndrome, como también la implementación de políticas o programas para que a través de la educación y la capacitación se promueva la salud mental a nivel integral.

De igual forma se logra evidenciar que existe una gran variedad de factores que inciden en los contextos universitarios, como lo es la formación profesional, la exigencia de calidad educativa, la labor investigativa, el cumplimiento de funciones administrativas, por lo que se analiza la necesidad de implementar estrategias que incluyan campañas de sensibilización que permitan el reconocimiento de las enfermedades laborales, las cuales pueden pasar desapercibidas, dirigidas a personal docente, estudiantil, administrativos y directivos para la población que se sienta identificada con alguna de las sintomatologías del síndrome de Burnout y cualquier otro tipo de enfermedad laboral.

Es preciso mencionar, que al encontrar la presencia de factores protectores y de riesgo frente al origen del síndrome, se recomienda realizar estudios que busquen reconocerlos, con el fin de que el personal docente pueda tomar consciencia de estas enfermedades y poder prevenir de manera temprana mediante orientación con información científica, que verdaderamente contribuya al conocimiento y a la aceptación de la influencia de estas enfermedades en los contextos laborales, sociales y personales de quienes las padecen.

En síntesis de todo el proceso desarrollado en la investigación, se resalta la importancia de realizar revisiones sistemáticas de literatura, ya que permiten hacer un análisis riguroso de las diferentes investigaciones a partir de la evolución en el tiempo y espacio en el que se desarrollan, permitiendo identificar, evaluar y sintetizar la información existente acerca de un tema en particular; como también, contribuye a generar construcción conceptual de un tema y a aumentar el interés para realizar futuros estudios acerca de fenómenos sociales, sus posibles causas y consecuencias en la vida de las personas, enriqueciendo el conocimiento profesional de la salud mental desde la psicología organizacional para establecer estrategias que mitiguen o extingan la problemática, con el objetivo de mejorar la calidad de vida y el bienestar de los colaboradores.

### Referencias

- Alles, M. A. (2005). *Desarrollo del talento humano basado en competencias*. Ediciones Granica SA.
- Arnold, J., y Randall, R. (2012). *Psicología del trabajo*. (5ª ed.). Pearsons Education.
- Arquero, J. L., y Donoso, J. A. (2013). Docencia, investigación y burnout: el síndrome del quemado en profesores universitarios de Contabilidad. *Revista de contabilidad*, 16(2), 94-105. <https://doi.org/10.1016/j.rcsar.2013.04.001>
- Ayuso Marente, J. A. (2006). Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los

- conceptos de estrés laboral y burnout. *Revista Iberoamericana de Educación (ISSN: 1681-5653)*. <http://www.rieoei.org/deloslectores/1341Ayuso.pdf>.
- Barreto Toro, M. O., Bernal Lara, J. E., y Espinosa Peña, R. A. (2021). *Revisión bibliografía del Síndrome de Burnout en los docentes universitarios*.  
<https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/13847>
- Barreto, M., Bernal, J. y Espinosa, R. (2021). *Revisión bibliográfica del Síndrome de Burnout en los docentes universitarios* [Trabajo de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. Bogotá – Colombia.
- Bedoya, E. A., Vega, N. E., Severiche, C. A., y Meza, M. J. (2017). Síndrome de Quemado (Burnout) en Docentes Universitarios: El Caso de un Centro de Estudios del Caribe Colombiano. *Formación Universitaria*, 10(6),51-58.
- Bedoya, E. A., Vega, N. E., Severiche, C. A., y Meza, M. J. (2017). Síndrome de Quemado (Burnout) en Docentes Universitarios: El Caso de un Centro de Estudios del Caribe Colombiano. *Formación Universitaria*, 10(6),51-58.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=373554030006>
- Brito Laredo, J. (enero-junio de 2018). Calidad educativa en las instituciones de educación superior: evaluación del síndrome de burnout en los profesores. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8(16).  
doi:10.23913/ride. v8i16.356
- Caballero, I. G., Martínez, M. F., y de la Cruz, S. P. (2021). Síndrome de burnout y factores relacionados en docentes universitarios. *NURE investigación: Revista Científica de enfermería*, (110), 3.
- Cabellos, S., Loli, R., Sandoval, M., Velásquez, R. (2020). *Niveles de Burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de educación superior*. Recuperado de: [cnf202t.pdf](http://cnf202t.pdf) (medigraphic.com)
- Cabezas, E., & Beltrán, D. (Julio - diciembre de 2018). Niveles de Burnout en docentes de educación media y superior en la ciudad de Riobamba- Ecuador. *Sathiti: sembrador*, 13(2),22-31.
- Carlotto, M. S., y Gonçalves Câmara, S. (2007). Preditores da Síndrome de Burnout em professores. *Psicologia escolar e educacional*, 11, 101-110.  
<https://doi.org/10.1590/S1413-85572007000100010>
- Casanova Rodríguez, C. L., Mustelier Hernández, M., & Casanova Rodríguez, T. (2019). Manifestaciones del Síndrome de Burnout, en docentes de la Universidad de

- Cienfuegos. Revista Conrado, 15(66), 91-97.
- Castiblanco, D. A. (2021). *Síndrome de burnout en docentes universitarios latinoamericanos. Revisión Sistemática*. [Monografía]. Repositorio Institucional UNAD.
- Colegio Colombiano de Psicólogos (COLPSIC). (2009). *Deontología y bioética del ejercicio de la psicología en Colombia*.  
[https://www.infopsicologica.com/documentos/2009/Deontologia\\_libro.pdf](https://www.infopsicologica.com/documentos/2009/Deontologia_libro.pdf).
- Correa, Z., Muñoz, I. y Chaparro, A. (2010). *Síndrome de Burnout en docentes de dos universidades de Popayán, Colombia*. Revista de Salud Pública. 12 (4): 589-598, 2010
- Díez, F., y Martínez, P. (2021). *Burnout: qué es el creciente síndrome de estar "quemado" por el trabajo y cómo combatirlo*. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-57861825>
- García Padilla, Arlington Antonio, Escorcía Bonivento, Carla Vanessa, & Perez Suarez, Blinis Sat. (2017). Síndrome de Burnout y sentimiento de autoeficacia en profesores universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 5(2), 65-126.
- Góngora, Vanesa C., & Casullo, María Martina. (2009). Factores protectores de la salud mental: Un estudio comparativo sobre valores, autoestima e inteligencia emocional en población clínica y población general. *Interdisciplinaria*, 26(2), 183-205. Recuperado en 28 de febrero de 2024, de [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1668-70272009000200002&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1668-70272009000200002&lng=es&tlng=es).
- Guirao Goris, S. J. A. (2015). Utilidad y tipos de revisión de literatura. *Ene*, 9(2).  
<https://dx.doi.org/10.4321/S1988-348X2015000200002>
- Gurumendi España, I. E., Patricia Panunzio, A., Calle Gómez, M. A., y Borja Santillán, M. A. (2021). Síndrome burnout en docentes universitarios. *Recimundo*, 5(3), 205-219.  
[https://doi.org/10.26820/recimundo/5.\(2\).julio.2021.205-219](https://doi.org/10.26820/recimundo/5.(2).julio.2021.205-219)
- Hernández, C. (2018). Ocupaciones laborales: clasificaciones, taxonomías y ontologías para los mercados laborales del siglo XXI. *Technical report, Observatorio laboral*:  
<http://www.observatoriolaboral.gob.mx>.
- Hutton, B., López, F., & Moher, D. (2016). *La extensión de la declaración PRISMA para revisiones sistemáticas que incorporan metaanálisis en red: PRISMA-NMA*. Medicina clínica. Recuperado de:  
[https://www.researchgate.net/profile/Ferran-Catala-Lopez/publication/299593270\\_La\\_extension\\_de\\_la\\_declaracion\\_PRISMA\\_para\\_revisiones\\_sistematicas\\_que\\_incorporan\\_metaanalisis\\_en\\_red\\_PRISMA-NMA/links/5702407408ae1408e15f4f43/La-extensio](https://www.researchgate.net/profile/Ferran-Catala-Lopez/publication/299593270_La_extension_de_la_declaracion_PRISMA_para_revisiones_sistematicas_que_incorporan_metaanalisis_en_red_PRISMA-NMA/links/5702407408ae1408e15f4f43/La-extensio)

- n-de-la-declaracion-PRISMA-para-revisiones-sistematicas-que-incorporan-metaanalisis-en-red-PRISMA-NMA.pdf
- Juárez-García, A., Idrovo, Á. J., Camacho-Ávila, A., y Placencia-Reyes, O. (2014). Síndrome de burnout en población mexicana: Una revisión sistemática. *Salud mental*, 37(2), 159-176. <https://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v37n2/v37n2a10.pdf>
- Ley 1090 de 2006. *Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones*. 6 de septiembre de D. O. No. 46.383
- Lovo, J. (2020). Síndrome de burnout: un problema moderno. *Entorno*, (70), 110–120. <https://doi.org/10.5377/entorno.v0i70.10371>
- Malvezzi, S. (2000). Psicología organizacional da administração científica à globalização. *Una historia de desafíos En: C. Machado (Ed.), Fronteiras da Psicologia*, 2.
- Manrique, D., Bueno, L., Chala, W. (2021). *Plan para prevenir el Síndrome de Burnout en docentes del posgrado Gerencia en Riesgos Laborales en SST de Uniminuto*. Recuperado de [repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/12511/5/TE.RLA\\_ManriqueDiana-BuenoLuis-ChalaWilliam\\_2021.pdf](https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/12511/5/TE.RLA_ManriqueDiana-BuenoLuis-ChalaWilliam_2021.pdf)
- Mansur Garda, R., del Valle Macleod, D., & Ravelo Barba, X. (2018). La amenaza del burnout en docentes universitarios. *Fábrica de Innovaciones*, 4-10.
- Mansur Garda, R., del Valle Macleod, D., & Ravelo Barba, X. (2018). La amenaza del burnout en docentes universitarios. *Fábrica de Innovaciones*, 4-10. Obtenido de <https://biblat.unam.mx/hevila/Didac/2018/no72/2.pdf>
- Passos de Oliveira, Henry Johnson, Pereira da Silva, Victor Manoel, Alves da Silva, Raphael, Cordeiro Vasconcelos, Selene, da Silva Oliveira, Maria de Jesus Gabriela, Sávio Inácio, Antônio, Duarte da Costa Lima, Murilo, & Pereira da Silva, Felicialle. (2021). Síndrome de burnout em docentes universitários dos cursos de saúde. *Revista de Salud Pública*, 23(6), 1. Epub March 08, 2023. <https://doi.org/10.15446/rsap.v23n6.92326>
- Positiva Compañía de Seguros (2021). *Riesgos Laborales: promoción y prevención*. Recuperado de: Promoción y Prevención - Portal ([positiva.gov.co](https://positiva.gov.co))
- Rivera Guerrero, Á., Segarra Jaime, P., & Giler Valverde, G. (2018). Síndrome de Burnout en docentes de instituciones de educación superior. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 38(2), 17-23. [fecha de Consulta 05 de noviembre de

2023]. ISSN: 0798-0264. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55960422004>

Rodriguez, S. (2022). *Manejo del Síndrome de Burnout en docentes universitarios a través de una intervención cognitivo conductual*. Recuperado de:

[erecursos.uacj.mx/bitstream/handle/20.500.11961/6475/Tesis Sandra Verenice Rodríguez Villarreal %281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://recursos.uacj.mx/bitstream/handle/20.500.11961/6475/Tesis%20Sandra%20Verenice%20Rodr%C3%ADguez%20Villarreal%20-%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Rodríguez Ramírez, J. A., Guevara Araiza, A., & Viramontes Anaya, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *IE Revista de Investigación Educativa de la Rediech*, 8(14), 45-67.

Saborío Morales, L., e Hidalgo Murillo, L. F. (2015). Síndrome de burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(1), 119-124.

<https://www.scielo.sa.cr/pdf/mlcr/v32n1/art14v32n1.pdf>

SURA (2023). *Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo*. Recuperado de:

<https://www.arlsura.com/demos/kit-bienvenida/kit/docs/5.sitios-especializados-en-gestion-de-riesgos.pdf>

Tabares-Díaz, Y. A., Martínez-Daza, V. A., y Matabanchoy-Tulcán, S. M. (2020). Síndrome de Burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Universidad y Salud*, 22(3), 265-279. <https://doi.org/10.22267/rus.202203.199>

Tarco Montenegro, Ángela Rosario, Llano Zhinin, Gladys Verónica, Carlozama Puruncajas, Jorge Fernando, Mejía Gavilánez, Piedad Gisela, Borja Padilla, Tania Margarita, & Guanoluisa Condor, Luz Amparo. (2021). Síndrome de Burnout en docentes universitarios de carreras técnicas y sociales. *Infodir*, (36), e1163. Epub 04 de abril de 2022. Recuperado en 24 de octubre de 2023, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1996-35212021000300009&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-35212021000300009&lng=es&tlng=es).

Torres Calvimontes, C. (septiembre de 2020). Síndrome de Burnout y Docentes Universitarios (Caso: Docentes Universitarios Bolivianos de la Universidad Autónoma Gabriel René Moreno). *Educación Superior*, 7(2), 13-24

Torres; E., México (2018). *Competencias socioemocionales y creencias de autoeficacia como predictores del burnout en docentes mexicanos*. REXE.

Villavicencio, K., Bello, I., Luzardo L., Delgado, E. (2020). *Intervención psicológica en docentes con síndrome de Burnout: Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí*. Recuperado de: (PDF) INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN DOCENTES CON BOURNET (researchgate.net).

### Apéndices

Apéndice 1. Propuesta de instrumento de recolección de información.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	
<b>Autor (es)</b>	
<b>Año de publicación</b>	
<b>País</b>	
<b>Palabras clave de texto</b>	
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	
<b>Metodología</b>	
<b>Resultados</b>	
<b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b>	
<b>Conceptos abordados</b>	
<b>Conclusiones</b>	
<b>Recomendaciones</b>	

## Apéndice 2. Análisis documental - Burnout en docentes: Carreras de Salud.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Síndrome de Burnout en docentes universitarios de carreras de salud
<b>Autor (es)</b>	Henry Passos de Oliveira, Victor Pereira da Silva, Selene Cordeiro Vasconcelos, Maria de Jesus Gabriela da Silva Oliveira, Antonio Savio Ignacio, Murilo Duarte da Costa Lima, Felicialle Pereira da Silva
<b>Año de publicación</b>	2021
<b>País</b>	Brasil
<b>Palabras clave de texto</b>	Burnout; psicología; facultad; psicopatología.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Passos de Oliveira, Henry Johnson, Pereira da Silva, Victor Manoel, Alves da Silva, Raphael, Cordeiro Vasconcelos, Selene, da Silva Oliveira, Maria de Jesus Gabriela, Sávio Inácio, Antônio, Duarte da Costa Lima, Murilo, & Pereira da Silva, Felicialle. (2021). Síndrome de burnout em docentes universitários dos cursos de saúde. <i>Revista de Salud Pública</i> , 23(6), 1. Epub March 08, 2023. <a href="https://doi.org/10.15446/rsap.v23n6.92326">https://doi.org/10.15446/rsap.v23n6.92326</a>
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="https://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S0124-00642021000600012">https://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S0124-00642021000600012</a>
<b>Metodología</b>	<b>Enfoque:</b> Cuantitativo  <b>Tipo de estudio:</b> Descriptivo, transversal
<b>Resultados</b>	Los principales resultados obtenidos reflejan mayor presencia del

	<p>síndrome de burnout en la población de mujeres reflejada en el 68% de prevalencia. La mayor parte de los docentes que practican actividad física, actividades de ocio y entrenamiento aeróbico tienen menor incidencia en desarrollar características del síndrome.</p>
<p><b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b></p>	<p>Esta investigación hace un gran aporte al tema ya que demuestra que al abordar el síndrome de Burnout desde la prevención permite que se lleve a cabo un fortalecimiento de los factores protectores que evitan la presencia de un estrés que con el paso del tiempo puede convertirse en estrés crónico y desarrollarse el síndrome de Burnout, por lo tanto es muy importante analizar el tema desde esta perspectiva que va más allá del abordaje del síndrome y promueve el fortalecimiento de las herramientas individuales para promover la salud mental.</p> <p>Por otra parte, hace énfasis en el síndrome de Burnout desde una perspectiva multicausal relacionado con transformaciones sociales, económicas, legales, organizacionales y técnicas, las cuales al originarse el síndrome pueden contrarrestarse a través de variables socioambientales tales como la participación en actividades de ocio y descanso y todas las actividades fuera del contexto laboral, las cuales contribuyen a la reducción de tensiones laborales actuando como un efecto protector frente al síndrome. Contribuye la premisa de que a través de la vigilancia y atención se pueden reconocer los problemas y reflexionar sobre nuevas posibilidades que permitan promover la salud y prevenir la aparición del síndrome de Burnout implementando estrategias de cuidado en los ambientes de trabajo, especialmente aquellos que involucran a docentes frente al riesgo de enfermedades laborales.</p>
<p><b>Conceptos abordados</b></p>	<p>Aborda el síndrome de Burnout desde tres características; la primera el agotamiento emocional definiéndolo como un estado de fatiga; la despersonalización definido como desapego y la reducida realización</p>

	<p>profesional descrita como un auto concepto negativo de sí mismo. Hace énfasis en que la Organización Internacional del Trabajo considera la enseñanza como una profesión de alto riesgo para las enfermedades profesionales. Por lo cual se menciona que la falta del reconocimiento de la enfermedad se relaciona con las condiciones del trabajo de los profesores.</p> <p>Busca indagar sobre los factores protectores que contienen la aparición del síndrome de Burnout relacionados a todas las esferas de los individuos.</p>
<b>Conclusiones</b>	<p>Los autores concluyen que mediante la investigación realizada la presencia del síndrome de Burnout es multicausal y se relaciona directamente a la característica de agotamiento emocional debido al estrés que genera la sobrecarga laboral,</p> <p>Se concluye que dentro de la población evaluada la población de mujeres es más propensas a padecer el síndrome de burnout debido a que a las exigencias laborales puede sumarse las exigencias de las tareas domésticas.</p> <p>Finalmente se describen como factores protectores la estabilidad afectiva, el fortalecimiento de las estrategias de afrontamiento, , el periodo vacacional, la participación de actividades no relacionadas al ámbito laboral y la actividad física relacionada a intereses de cada sujeto.</p>
<b>Recomendaciones</b>	<p>La principal recomendación que brindan los autores es que se debe promover la salud mental dentro de las áreas de trabajo para de esta manera prevenir las enfermedades que se pueden presentar y proveer conocimiento a los individuos sobre los factores protectores que pueden fortalecer para evitar la aparición de enfermedades tales como el síndrome de Burnout.</p>

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Síndrome de Burnout en docentes universitarios de carreras técnicas y sociales
<b>Autor (es)</b>	Ángela Rosario Tarco, Gladys Verónica Llano, Jorge Fernando Carlozama Puruncajas, Piedad Gisela Mejía Gavilánez, Tania Margarita Borja Padilla, Luz Amparo Guanoluisa Condor
<b>Año de publicación</b>	2021
<b>País</b>	Ecuador
<b>Palabras clave de texto</b>	Desgaste; síndrome de Burnout; docentes universitarios; carreras universitarias ecuatorianas.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Tarco Montenegro, Ángela Rosario, Llano Zhinin, Gladys Verónica, Carlozama Puruncajas, Jorge Fernando, Mejía Gavilánez, Piedad Gisela, Borja Padilla, Tania Margarita, & Guanoluisa Condor, Luz Amparo. (2021). Síndrome de Burnout en docentes universitarios de carreras técnicas y sociales. <i>Infodir</i> , (36), e1163. Epub 04 de abril de 2022. Recuperado en 24 de octubre de 2023, de <a href="http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S1996-35212021000300009&amp;lng=es&amp;tlng=es">http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S1996-35212021000300009&amp;lng=es&amp;tlng=es</a> .
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	Síndrome de Burnout en docentes universitarios de carreras técnicas y sociales (sld.cu)
<b>Metodología</b>	<b>Enfoque:</b> cuantitativo  <b>Tipo de estudio:</b> descriptivo
<b>Resultados</b>	Evalúa tres dimensiones del síndrome de burnout, de las cuales la

	<p>despersonalización muestra resultados desfavorables debido a que puede afectar los resultados del proceso enseñanza- aprendizaje y el logro de los objetivos organizacionales. Esta dimensión presenta altos índices en los sujetos evaluados, además de observar afecciones en la dimensión de realización personal, la cual se relaciona directamente con la reflexión de cada docente en cuanto a su contexto laboral y mecanismos de funcionamiento limitando su profesionalización y desarrollo integral.</p> <p>De acuerdo a la aplicación de las diferentes pruebas en los resultados se evidencia relaciones significativas entre las tres dimensiones se determinó que a medida que se encuentra afectada la despersonalización influye negativamente sobre el agotamiento personal, así como en la disminución de la realización personal,</p>
<p><b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b></p>	<p>El principal aporte de esta investigación es que de acuerdo a los resultados obtenidos da cuentas de la relación que se establece entre el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución de la realización personal y por ello enfatiza en la importancia de promover prácticas saludables y mejora del ambiente laboral para evitar la presencia del síndrome de burnout, si bien no aporta tratamiento o ruta de atención para el abordaje del síndrome ofrece resultados sobre la presencia de las características del síndrome en la población evaluada.</p> <p>Otro aporte relevante, se relaciona con la afirmación de que el talento humano es clave para el logro de los objetivos en las universidades, lo cual depende del comportamiento, esfuerzo, motivación e involucramiento con las actividades, siendo el proceso de enseñanza-aprendizaje algo que va más allá teniendo en cuenta el desarrollo integral de los docentes a partir de la necesidad de que sean conscientes de los niveles de agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.</p>

<b>Conceptos abordados</b>	<p>Despersonalización, agotamiento emocional que repercute en la estabilidad emocional y física.</p> <p>La despersonalización influye negativamente sobre el agotamiento y la realización personal.</p>
<b>Conclusiones</b>	<p>El síndrome de Burnout se considera una problemática actual que con el paso de los días va tomando mayor relevancia y necesita de estudios que contrarresten sus características por lo cual se propone que las instituciones deben promover un ambiente de mayor motivación y compromiso por parte de los docentes.</p> <p>Se deben enfatizar acciones en relación a la prevención de la enfermedad y no al abordaje de su presencia, se deben promover ambientes de calidad para el libre esparcimiento de los docentes universitarios.</p>
<b>Recomendaciones</b>	<p>Se recomienda promover el desarrollo de investigaciones dirigidas a evaluar el agotamiento emocional, despersonalización y realización personal de docentes universitarios para el mejoramiento de las condiciones en las que estos desarrollan su actividad académica y laboral</p>

Apéndice 4. Análisis documental - Síndrome de Burnout en docentes universitarios.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Síndrome de Burnout em docentes universitarios
<b>Autor (es)</b>	Ingrid Gurumendi, Amelia Panunzio, Marco Antonio Calle, Maritza Borja
<b>Año de publicación</b>	2021

<b>País</b>	Ecuador
<b>Palabras clave de texto</b>	Síndrome de Burnout; estrés; personal docente universitario.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Gurumendi España, I. E., Patricia Panunzio, A., Calle Gómez, M. A., y Borja Santillán, M. A. (2021). Síndrome burnout en docentes universitarios. <i>Recimundo</i> , 5(3), 205-219. <a href="https://doi.org/10.26820/recimundo/5.(2).julio.2021.205-219">https://doi.org/10.26820/recimundo/5.(2).julio.2021.205-219</a>
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="https://doi.org/10.26820/recimundo/5.(2).julio.2021.205-219">https://doi.org/10.26820/recimundo/5.(2).julio.2021.205-219</a>
<b>Metodología</b>	<b>Enfoque:</b> cuantitativo- cualitativo  <b>Tipo de estudio:</b> revisión de literatura
<b>Resultados</b>	El surgimiento del síndrome de Burnout es una respuesta a la excesiva exigencia laboral, es una enfermedad descrita por la Organización Mundial de la Salud como un problema relacionado con el desgaste profesional, tiene un efecto multidimensional comprometiendo la esfera fisiológica, física y social. Como consecuencia la productividad laboral y la calidad del trabajo decrecen, se presenta ausentismo y una actitud negativa hacia su entorno. Por lo anterior los autores concluyen que la descripción más apropiada para el síndrome de Burnout es la siguiente: “es la respuesta del individuo a todos los estresores crónicos que pueden darse en el ambiente laboral, presentando una sintomatología no solo en el área laboral, relacionada a agotamiento inmedible, sensación de pereza y decrecimiento o frustración de la realización personal, sino también a nivel cardio metabólico, músculo esquelético y mental”. Los resultados también se relacionan a la Organización Internacional

	<p>del Trabajo (OIT) quienes mediante sus convenios y recomendaciones trata en sus artículos literales detallados sobre la seguridad y salud de los trabajadores manifiestan recomendaciones sobre el marco promocional para la seguridad y salud en el trabajo, definiendo el término salud no solamente como la ausencia de afecciones o de enfermedad, sino también los elementos físicos y mentales que afectan a la salud y están directamente relacionados con la seguridad e higiene en el trabajo. Se enfatiza en que se debe contar con un sistema que abarque la buena gestión de la seguridad y la salud en el trabajo, lograr la prevención de los daños y el deterioro de la salud que están relacionados con el trabajo. Lo anterior, se enfoca directamente a la protección de los trabajadores, identificación de peligros y la gestión de riesgos contribuye a mantener un ambiente de trabajo más saludable.</p>
<p><b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b></p>	<p>El aporte principal de este artículo se relaciona al planteamiento de un modelo que busque integrar la investigación, la formación y capacitación del talento humano para que la producción de conocimientos se constituya una herramienta que contribuya al mejoramiento de las condiciones de salud y vida, promoviendo un sistema que abarque la buena gestión de la seguridad y la salud laboral.</p> <p>Incorpora el Modelo de Atención Integral de Salud (MAIS) que hace énfasis en que la protección de la salud depende de la capacidad de la sociedad para mejorar la interacción entre la actividad humana y el ambiente químico, físico y biológico.</p> <p>Aporta la afirmación de que aspectos como la edad, la remuneración, el estrés laboral, la relación con los estudiantes y el reconocimiento institucional son factores determinantes en la presentación de casos de Burnout en docentes universitarios.</p>

<p><b>Conceptos abordados</b></p>	<p>Modelo de Atención Integral de Salud (MAIS) fomentar la salud de toda la comunidad la cual se logra manteniendo una misma forma de atención y dar continuidad considerando los determinantes de la salud que tienen potencial para general protección o daño para la salud individual y colectiva, según este concepto se debe promocionar la salud humana y prevenga la enfermedad. Además, este modelo plantea integrar la investigación, la formación y capacitación del talento humano. Aborda el concepto general del síndrome de burnout y su prevalencia en docentes universitarios, impacto del burnout en las esferas de cada docente que lo padece. Afirma que el estudio del síndrome de Burnout se ha estudiado en docentes universitarios y que los síntomas más notables son el agotamiento emocional, el estrés extremo, pérdida de sentido de su trabajo, incluso de la vida, exigiendo de esta manera respuestas por parte de las entidades universitarias.</p>
<p><b>Conclusiones</b></p>	<p>El síndrome de burnout es una enfermedad laboral de gran prevalencia entre los docentes universitarios, por lo que se impone la toma de decisiones en relación a medidas de prevención y tratamiento mediante un adecuado apoyo social.</p> <p>Este síndrome se presenta en los profesores universitarios con su sintomatología típica de agotamiento emocional, pérdida de sentido de la profesión, despersonalización e incapacidad de comunicación, aspectos que obstaculizan esencialmente la labor misma de la educación y tiene repercusiones en la calidad de vida del educador, así como en la del servicio educativo.</p> <p>Aspectos como la edad, la remuneración, el estrés laboral, la relación con los estudiantes y el reconocimiento institucional son factores determinantes en la presentación de casos de burnout entre los profesores universitarios.</p> <p>En Ecuador también se ha incrementado la cantidad de casos del síndrome burnout en las nuevas condiciones impuestas por</p>

	situaciones ajenas, como la reciente pandemia del COVID 19, que abruma a los educadores con nuevas exigencias y nuevos roles que ameritan una formación adecuada para poder responder a los requerimientos novedosos de las actuales condiciones de desempeño profesional.
<b>Recomendaciones</b>	Propone la opción de dotar a los docentes universitarios de estrategias de afrontamiento a situaciones de estrés intenso para evitar la proliferación del síndrome de Burnout. Así mismo prever terapias y dinámicas de grupo para el debido tratamiento

## Apéndice 5. Análisis documental -Burnout en Docentes Universitarios.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Síndrome de Quemado (Burnout) en Docentes Universitarios: El caso de un centro de estudios del Caribe Colombiano
<b>Autor (es)</b>	Elías Bedoya, Nancy Vega, Carlos Severiche y María Meza
<b>Año de publicación</b>	2017
<b>País</b>	Colombia
<b>Palabras clave de texto</b>	Agotamiento emocional, docentes universitarios; prácticas educativas; síndrome del quemado.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Bedoya, E. A., Vega, N. E., Severiche, C. A., y Meza, M. J. (2017). Síndrome de Quemado (Burnout) en Docentes Universitarios: El Caso de un Centro de Estudios del Caribe Colombiano. <i>Formación Universitaria</i> , 10(6),51-58.
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=373554030006">https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=373554030006</a>

<b>Metodología</b>	<p><b>Enfoque:</b> cuantitativo</p> <p><b>Tipo de estudio:</b> analítico – transversal</p>
<b>Resultados</b>	<p>Los resultados se asocian a características socio demográficas y laborales evidenciando que dentro de la población evaluada son mayormente afectadas las mujeres, enfatizando en el agotamiento emocional como principal característica del síndrome y el componente de mayor afectación, se evidencia que docentes cuyas cargas laborales son más altas y extensas pueden presentar agotamiento emocional o despersonalización. Los datos descritos en el estudio ratifican que el síndrome de Burnout se ha convertido en un tema cada día más frecuente en el personal docente, evidenciando el aumento de ausentismo, incapacidades e incluso deserción laboral.</p>
<b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b>	<p>El principal aporte es que el estudio afirma que la formación profesional, mayor antigüedad y desarrollo de actividades en ciencias de énfasis, para este caso particular, logra asociarse con el agotamiento emocional y se ha establecido una concordancia entre docentes con solo pregrado, menor antigüedad y una mayor presencia de Burnout. Además, se asocian al anterior fenómeno la baja realización personal y el agotamiento emocional en la población de estudio.</p>
<b>Conceptos abordados</b>	<p>Se evalúa el síndrome de Burnout en docentes de una institución de educación superior del caribe colombiano, abordando factores asociados, agotamiento emocional, despersonalización, realización personal en el trabajo, condiciones laborales, diferencias relacionadas al sexo y estrato socioeconómico. Influencia del tiempo de antigüedad laborando en la institución.</p>

<b>Conclusiones</b>	<p>Con base en los resultados encontrados se puede concluir que, el síndrome burnout solo se asocia al género al cual pertenecen los docentes indicando que las mujeres padecen más con esta enfermedad laboral. Es importante mencionar que se encontró un bajo porcentaje del síndrome de burnout reflejadas en dos de sus tres dimensiones (agotamiento emocional y despersonalización) en los docentes, para la dimensión de falta de realización personal, se encontraron resultados altos asociados en gran medida a docentes que inician su actividad laboral.</p> <p>Se concluye también que a medida que se alcanza experiencia el docente tiende a adaptarse a su ejercicio laboral buscando estrategias didácticas que lo ayuden a tener menor agotamiento y mayor productividad.</p>
<b>Recomendaciones</b>	<p>Promover la evaluación de los contextos laborales, debido a que cada uno presenta características propias y ambientes laborales particulares y diferentes.</p>

Apéndice 6. Análisis documental – Niveles de Burnout en docentes.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Niveles de Burnout en docentes de educación media y superior en la ciudad de Riobamba-Ecuador
<b>Autor (es)</b>	Edmundo Cabezas y Daniel Beltrán
<b>Año de publicación</b>	2018
<b>País</b>	Ecuador
<b>Palabras clave de texto</b>	Burnout; educación media- superior; docentes.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Cabezas, E., & Beltrán, D. (Julio - diciembre de 2018). Niveles de Burnout en docentes de educación media y superior en la ciudad de

	Riobamba- Ecuador. Sathiti: sembrador, 13(2),22-31.
<b>URL</b> <b>Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="https://doi.org/10.32645/13906925.752">https://doi.org/10.32645/13906925.752</a>
<b>Metodología</b>	<b>Enfoque:</b> cuantitativo – cualitativo  <b>Tipo de estudio:</b> descriptivo – transversal
<b>Resultados</b>	Se considera que un profesional presenta estrés laboral o Síndrome de Burnout cuando obtiene puntuaciones altas en alguna de las dimensiones del síndrome tales como despersonalización, cansancio emocional, realización personal, de acuerdo a los resultados obtenidos las tres esferas presentan altos puntajes lo que evidencia presencia del síndrome en la población evaluada.
<b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b>	Hace evidente dentro de la población la necesidad de establecer una ruta de atención a la presencia de síndrome de Burnout, propone el inicio con estrategias tales como el manejo de la respiración, realización de actividades dentro del ambiente laboral, promover la salud mental dentro de la universidad y de esta manera contrarrestar las primeras apariciones del síndrome de Burnout en los docentes. Un aporte muy importante que se tiene en cuenta es la investigación centra su desarrollo en relación a que la naturaleza de la profesión docente es una condición que puede influir en el desarrollo de estrés laboral y como consecuencia la aparición del síndrome de Burnout, incidiendo de manera negativa en el proceso de enseñanza, calidad educativa y relaciones interpersonales. Por lo anterior propone la implementación de estrategias de intervención orientadas a nivel individual desde los aspectos cognitivo, conductual y fisiológico y también a nivel organizacional y social, tomando a la persona como un ser integral.

	Finalmente, de acuerdo a los resultados obtenidos los autores afirman que las variables de tipo sociodemográfico, laboral y psicológico pueden ser consideradas como factores protectores o de riesgo en el desarrollo del síndrome, hecho que depende de las herramientas con las que cuente la persona para hacer frente al estrés que pueda presentar.
<b>Conceptos abordados</b>	Aborda el estrés crónico desde la perspectiva del agotamiento emocional e identifica y describe los diferentes niveles del Síndrome de Burnout en los docentes, además de recoger opiniones de los docentes a través de dos grupos focales. Aborda el síndrome de Burnout desde dimensiones y afectaciones.
<b>Conclusiones</b>	A través del análisis de estos resultados los autores concluyen que la población evidencia sentimientos de estar cansado y saturado emocionalmente en el trabajo, también se refleja la necesidad de implementar pausas activas, organización del trabajo y otro tipo de actividades como relajación, imano-terapia, reflexología para disminuir los niveles del Burnout. A partir del desarrollo del estudio también se concluye que los diferentes niveles de Burnout establecen las dimensiones del comportamiento del síndrome y sus afectaciones en el proceso de enseñanza-aprendizaje, así como en el entorno familiar.
<b>Recomendaciones</b>	Se deben contrarrestar las primeras apariciones del síndrome y evitar la aparición de síntomas graves tales como el abuso de psicofármacos, alcohol, drogas y ausentismo; o síntomas extremos descritos como presencia de baja autoestima, un estado de frustración con melancolía y tristeza, sentimientos de impotencia, pérdida o fracaso, estado de neurosis e ideación suicida.

Apéndice 7. Análisis documental - Niveles de Burnout y de afrontamiento en docentes.

**FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL**

<b>Nombre del documento</b>	Niveles de Burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de educación superior
<b>Autor (es)</b>	Segunda Cabellos, Rudi Loli, Miguel Sandoval y Rosa Velásquez
<b>Año de publicación</b>	2020
<b>País</b>	Perú
<b>Palabras clave de texto</b>	Agotamiento psicológico; adaptación psicológica; estrategias.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Cabellos, S., Loli, R., Sandoval, M., Velásquez, R. (2020). <i>Niveles de Burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de educación superior</i> . Recuperado de: cnf202t.pdf (medigraphic.com)
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	cnf202t.pdf (medigraphic.com)
<b>Metodología</b>	<b>Enfoque:</b> cuantitativo  <b>Tipo de estudio:</b> descriptivo
<b>Resultados</b>	La salud actúa como variable mediadora entre el estrés laboral y el Síndrome de Burnout y a pesar de ella esto se relaciona con una de las funciones de la universidad es la investigación, por lo tanto, actualmente constituye un reto para los docentes realizar paralelamente las actividades de enseñanza con las de investigación, que requieren mucha dedicación; es posible que las actividades de investigación constituyan motivo de estrés laboral toda vez que se deben cumplir con los plazos y productos según las normas de las universidades.

<p><b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b></p>	<p>Aporta las estrategias de afrontamiento que se implementan en varias universidades para contrarrestar problemáticas de salud mental, estrategias relacionadas a participar en actividades culturales, religiosas y sociales que pueden reducir la tensión y el desgaste derivado de las obligaciones académicas, y una de las estrategias que se consideran más relevantes es la búsqueda de ayuda a través de psicoterapia.</p>
<p><b>Conceptos abordados</b></p>	<p>Destaca el concepto de que el estrés también tiene que ver con las propias características de los docentes y su capacidad de ajuste a las situaciones estresantes, así como por las características del contexto de cada universidad, las presiones del clima organizacional, los estudiantes, la familia y el ambiente social, político y económico. A medida que el docente inicia su actividad laboral y alcanza experiencia tiende a adaptarse a su ejercicio laboral, buscando estrategias didácticas que lo ayuden a tener menor agotamiento. Aborda la presencia de estrategias de afrontamiento tales como la psicoterapia, búsqueda de apoyo social, estrategias de autocontrol y reevaluación positiva.</p>
<p><b>Conclusiones</b></p>	<p>Las estrategias para afrontar el estrés que utilizan los docentes son las enfocadas en la solución del problema, la búsqueda de ayuda o apoyo social, la reevaluación positiva y en menor frecuencia la evitación emocional del problema.</p> <p>Las investigaciones cualitativas aportan información: que los docentes son conscientes que participar en actividades culturales, religiosas y sociales, descansar y reducir la carga de trabajo disminuye el estrés, pero fuera del trabajo eliminan el tiempo que debe dedicarse al descanso y el ocio. En el cotidiano de la labor docente, la despersonalización se manifiesta en la disminución del afecto, cariño y paciencia con los estudiantes. La falta de realización personal tiene que ver con la burocracia, falta de infraestructura, la devaluación del trabajo del docente y los bajos salarios en la</p>

	educación superior.
<b>Recomendaciones</b>	Se recomienda establecer estrategias de intervención para mejorar la gestión del síndrome y la promoción de procesos de autoeficacia en los docentes y la apropiación de estrategias de afrontamiento.

Apéndice 8. Análisis documental - Burnout y autoeficacia en profesores.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Síndrome de Burnout y sentimientos de autoeficacia en profesores universitarios
<b>Autor (es)</b>	Arlington García; Carla Escocia y Blinis Pérez
<b>Año de publicación</b>	2017
<b>País</b>	Colombia
<b>Palabras clave de texto</b>	Síndrome de Burnout; desempeño docente; autoeficacia.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	García Padilla, Arlington Antonio, Escocia Bonivento, Carla Vanessa, Perez Suarez, Blinis Sat. (2017). Síndrome de Burnout y sentimiento de autoeficacia en profesores universitarios. <i>Propósitos y Representaciones</i> , 5(2), 65-126.
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="https://dx.doi.org/10.20511/pyr2017.v5n2.170">https://dx.doi.org/10.20511/pyr2017.v5n2.170</a>
<b>Metodología</b>	<b>Enfoque:</b> cuantitativo  <b>Tipo de estudio:</b> descriptivo – correlacional
<b>Resultados</b>	Con referencia a los resultados, se observa en las dimensiones de

	<p>Burnout que las puntuaciones de las dimensiones de Agotamiento Emocional y Despersonalización se encuentran por debajo del promedio, indicando que los profesores presentan puntuaciones altas en realización personal. Teniendo en cuenta los resultados obtenidos por los investigadores, el 60% de la muestra presentó niveles medios; sin embargo, en la dimensión de realización personal el 43% de la muestra presentó niveles altos, mientras que un 42% niveles medios y un 15% en niveles bajos.</p> <p>Por otra parte, la autoeficacia percibida supone que el individuo tiene una valoración positiva de sus capacidades referidas a la situación que tiene al frente, y que por tanto la ansiedad, la incertidumbre o el temor se encuentran en niveles que no interfieren con su desempeño, lo cual indicaría que en el caso de la docencia, aquellos profesores que tengan una autoeficacia alta tendrían menos posibilidades de padecer el síndrome de Burnout.</p>
<p><b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b></p>	<p>El principal aporte que realiza esta investigación es que si se cultivan los sentimientos de autoeficacia se pueden fortalecer los mecanismos de afrontamiento de cada una de las personas ante la aparición de síntomas del síndrome de Burnout. Propiciando un ambiente adecuado y herramientas para afrontar estos síntomas se obtienen variedad de beneficios tanto en la esfera laboral, social y personal del individuo.</p>
<p><b>Conceptos abordados</b></p>	<p>Se retoma a Botero (2012) quien describe que se han encontrado características que aumenta la prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes universitarios entre las que se encuentran “multiplicidad de tareas, sobrecarga de trabajo, limitaciones del tiempo para cumplir con las actividades académicas, falta de reconocimiento, carga mental, espacios de trabajo inadecuados, falta de una remuneración que compense los esfuerzos y bajas relaciones sociales en el trabajo”. Afirma que el estrés en los profesores se explica como una “disfunción entre las exigencias profesionales derivadas de la tarea</p>

	<p>docente y la capacidad del profesor para resolver las situaciones complejas, dinámicas y conflictivas que se dan en el medio escolar y que acaban traducéndose en situaciones de desbordamiento y estrés. Enfatiza en conceptos como la erosión del compromiso, erosión de las emociones y erosión para la organización.</p> <p>Las creencias de autoeficacia que los profesores perciben en relación a sus capacidades para facilitar el aprendizaje de los estudiantes constituyen una fuente fundamental de información que permite interpretar las acciones del docente en el aula. Teniendo los planteamientos de Chacón (2006) en donde la eficacia del docente se considera como el principal predictor del comportamiento del docente, en relación al esfuerzo y persistencia que dedica a sus actividades de enseñanza y su compromiso para apoyar y mejorar los aprendizajes de sus alumnos.</p>
<b>Conclusiones</b>	<p>Se evidenció una asociación significativa entre el desempeño docente con el sentimiento de autoeficacia.</p> <p>Entre las mayores consecuencias positivas hay una relación que se orienta en la valoración de la satisfacción personal y la mejora del clima laboral.</p> <p>Los docentes con alto grado en autoeficacia pueden tener un mayor éxito académico por un uso de la autoevaluación y estrategias meta cognitivas en los procesos de enseñanza aprendizaje.</p>
<b>Recomendaciones</b>	<p>Se recomienda prevenir, establecer estrategias de intervención para el manejo del Síndrome de Burnout y promoción de los procesos de autoeficacia en profesores universitarios, buscando trabajar en pro del desarrollo personal, profesional y laboral para generar climas relacionales, organizacionales y académico - investigativos saludables para favorecer así también el cumplimiento de metas institucionales y programáticas en el ejercicio de los docentes.</p>

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Manifestaciones el Síndrome de Burnout en docentes de la Universidad de Cienfuegos
<b>Autor (es)</b>	Caridad Casanova; Mabel Mustelier y Teresa Casanova
<b>Año de publicación</b>	2019
<b>País</b>	Cuba
<b>Palabras clave de texto</b>	Síndrome de Burnout; factor predictor; bienestar laboral.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Casanova Rodríguez, C. L., Mustelier Hernández, M., & Casanova Rodríguez, T. (2019). Manifestaciones del Síndrome de Burnout, en docentes de la Universidad de Cienfuegos. <i>Revista Conrado</i> , 15(66), 91-97.
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="http://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado">http:// conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado</a>
<b>Metodología</b>	<b>Enfoque:</b> cuantitativo  <b>Tipo de estudio:</b> exploratorio - descriptivo
<b>Resultados</b>	Los hallazgos realizados a través de la revisión documental permiten obtener como resultado que las TIC son vía y sustento material de los nuevos paradigmas educativos; son consideradas y tenidas en cuenta por muchos docentes como herramientas didácticas que pueden ser de mucha utilidad frente a la implementación de estrategias.
<b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b>	El principal aporte de esta investigación hace énfasis en fomentar factores de promoción y prevención a partir de modificaciones y adecuaciones en el ámbito organizacional, adecuar el ambiente

	<p>laboral acorde a las necesidades de los colaboradores, de esta manera al brindar un ambiente propicio este debe ir acompañado de información y educación en este caso en el síndrome de Burnout.</p>
<p><b>Conceptos abordados</b></p>	<p>El enfoque psicosocial asume que Burnout es un síndrome de agotamiento emocional, despersonalización y bajo logro o realización personal en el trabajo. De estos tres factores se ha señalado que la despersonalización es el elemento clave del fenómeno, considerando que tanto la disminución de la realización personal como el cansancio emocional se pueden encontrar en otros síndromes depresivos, pero sin embargo sería la despersonalización la que constituye una manifestación específica del estrés en las profesiones asistenciales.</p> <p>El interés del Ministerio de Educación Superior de avanzar en la elevación de la calidad de la enseñanza, se hace necesario promover estilos de vida saludables para el personal docente, que aseguren el bienestar laboral para el logro de la eficacia, eficiencia y efectividad de su trabajo, para el logro del compromiso con la educación</p> <p>Se muestra gran interés por parte de la institución en conocer cómo se manifiesta el Síndrome de Burnout en los profesionales a tiempo completo de la Universidad de Cienfuegos, para promover estilos de vida saludables, relaciones interpersonales y comunicación adecuadas entre los trabajadores</p>
<p><b>Conclusiones</b></p>	<p>La presencia del síndrome de Burnout en la población estudiada, se acompaña de altos niveles de cansancio emocional y en menor medida, aunque también muy significativamente, de la despersonalización; a pesar de que resultó interesante el hecho de que la realización personal no jugara ningún papel en la aparición del síndrome. El pobre trabajo en equipo, la sobrecarga y el conflicto, son los factores que mayormente se manifiestan en los docentes, a pesar de que se aprecian algunas insatisfacciones en los estilos de</p>

	dirección que provocan los resultados expuestos.
<b>Recomendaciones</b>	Se recomienda encaminar estudios a la evaluación de los contextos laborales y la organización que se establece para constituir el ambiente laboral más adecuado para la población docente

Apéndice 10. Análisis documental – la amenaza del Burnout en docentes universitarios.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	La amenaza del burnout en docentes universitarios
<b>Autor (es)</b>	Raquel Mansur; Denise del Valle y Ximena Ravelo
<b>Año de publicación</b>	2018
<b>País</b>	México
<b>Palabras clave de texto</b>	Burnout; estrés; docencia; habilidades socioemocionales; emociones; autoconocimiento.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Mansur Garda, R., del Valle Macleod, D., & Ravelo Barba, X. (2018). La amenaza del burnout en los docentes universitarios. <i>Fábrica de Innovaciones</i> , 4-10.
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="https://biblat.unam.mx/hevila/Didac/2018/no72/2.pdf">https://biblat.unam.mx/hevila/Didac/2018/no72/2.pdf</a>
<b>Metodología</b>	<b>Enfoque:</b> cuantitativo  <b>Tipo de estudio:</b> descriptivo
<b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b>	Aporta estrategias usadas para contrarrestar enfermedades laborales, teniendo en cuenta el contexto laboral, la organización y las herramientas de las que cada docente puede hacer uso para enfrentar

	<p>las situaciones estresantes que se pueden generar dando pie a la aparición de características propias del síndrome de Burnout, además de aportar el concepto de habilidades socioemocionales que juegan un papel relevante como herramienta para los docentes.</p>
<b>Conceptos abordados</b>	<p>Se abordan conceptos tales como el del proceso de enseñanza – aprendizaje, factores relacionados al contexto organizacional y social, evaluación docente tomada desde la búsqueda de mejora continua y no un proceso de desacreditación de la labor docente. Se aborda el concepto de factores vinculados a la relación educativa, factores personales e individuales, gestión de tiempo, asertividad, salud física, emocional y mental. Aborda el concepto de habilidades socioemocionales basadas en el autoconocimiento.</p>
<b>Conclusiones</b>	<p>Es un reto trabajar con las nuevas generaciones, las cuales, como ya vimos, tienen sus propias características que requieren al docente una actualización constante, por ejemplo, en el uso de recursos pedagógicos de vanguardia, pero especialmente, se requiere de una actitud de apertura para reinventarse.</p>
<b>Recomendaciones</b>	<p>La aplicación de cada una de las técnicas de habilidades socioemocionales se recomienda no solo para el área docente sino para toda la población en general. Se recomienda tener en cuenta que la adecuada recepción y aplicación de los conceptos abordados en el artículo dependen de cada persona y de la disponibilidad para apropiarse de los mismos.</p>

Apéndice 11. Análisis documental – Calidad educativa en universidades.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del</b>	Calidad educativa en las instituciones de educación superior:

<b>documento</b>	evaluación del síndrome de Burnout en los profesores.
<b>Autor (es)</b>	Janette Brito Laredo
<b>Año de publicación</b>	2018
<b>País</b>	México
<b>Palabras clave de texto</b>	Burnout; calidad educativa; educación superior; profesores.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Brito Laredo, J. (enero-junio de 2018). Calidad educativa en las instituciones de educación superior: evaluación del síndrome de burnout en los profesores. <i>Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo</i> , 8(16). doi:10.23913/ride.v8i16.356
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="https://doi.org/10.23913/ride.v8i16.356">2007-7467-ride-8-16-00516.pdf (scielo.org.mx)</a>
<b>Metodología</b>	<b>Enfoque:</b> cuantitativo  <b>Tipo de estudio:</b> empírico
<b>Resultados</b>	El agotamiento se refiere a la pérdida de recursos emocionales debido a la demanda laboral, ofrecen diversas explicaciones para comprender las causas de agotamiento docente, considerándolo el primer predictor del síndrome de Burnout, antecediendo a las otras dos dimensiones. La presencia de la segunda dimensión del síndrome se relaciona al cinismo descrito cómo hacer solo el mínimo trabajo, pérdida de entusiasmo por el desarrollo de las labores, respuestas negativas. Se proponen métodos de abordaje tales como la implementación de estrategias de mejora de las actitudes rígidas y burocráticas por parte de los docentes hacia alumnos y compañeros

	de trabajo, con el fin de que se vean reflejadas en la calidad educativa.
<b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b>	Aporta evidencias de la importancia de atender los factores psicosociales en la actividad docente en la búsqueda de la salud laboral. Desde el abordaje de esta investigación se aportan factores individuales y sociales sobre la presencia del síndrome.
<b>Conceptos abordados</b>	Aborda el síndrome de Burnout o síndrome de desgaste profesional desde una definición tridimensional, caracterizado por agotamiento, cinismo y eficiencia profesional .
<b>Conclusiones</b>	<p>Identificar el síndrome de Burnout en los trabajadores dedicados a la docencia es de suma importancia para el desarrollo de una propuesta de mejoramiento de condiciones laborales y evitar que se manifiesten niveles severos de alteraciones.</p> <p>La salud laboral es uno de los indicadores más importantes en el bienestar y la calidad de vida.</p> <p>El profesor universitario tiene entre sus funciones principales propiciar un aprendizaje significativo y de calidad entre los estudiantes, con la finalidad de formar profesionistas calificados, por lo que se considera al profesorado una parte fundamental en la calidad educativa.</p>
<b>Recomendaciones</b>	Se recomienda tomar las consideraciones necesarias para mejorar las condiciones laborales hacia el docente y disminuir el síndrome de estar quemado por el trabajo, ya que constituye uno de los daños laborales de carácter psicosocial más importantes en la sociedad actual. Uno de los principales síntomas de las personas que padecen el síndrome es la disminución del compromiso en el trabajo, por lo que, de acuerdo con los resultados, el desgaste de los docentes pudiera afectar en su actitud hacia los estudiantes y verse reflejado en la calidad de enseñanza en las organizaciones educativas. Por otra

	<p>parte, se considera que la actividad docente en el presente caso de estudio representa una condición de riesgo para la presentación del burnout, por lo que se recomienda la aplicación de programas preventivos que fortalezcan la salud laboral de los mismos y el mejoramiento de sus condiciones laborales.</p>
--	--

Apéndice 12. Análisis documental – Síndrome de Burnout y docentes universitarios.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Síndrome de Burnout y docentes universitarios (caso: docentes universitarios bolivianos de la Universidad Autónoma Gabriel René Moreno)
<b>Autor (es)</b>	Claudia Torres Calvimontes
<b>Año de publicación</b>	2020
<b>País</b>	Bolivia
<b>Palabras clave de texto</b>	Docente; síndrome laboral.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Torres Calvimontes, C. (septiembre de 2020). Síndrome de Burnout y Docentes Universitarios (Caso: Docentes Universitarios Bolivianos de la Universidad Autónoma Gabriel René Moreno). Educación Superior, 7(2), 13-24
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="http://www.scielo.org.bo/pdf/escepies/v7n2/v7n2_a05.pdf">http://www.scielo.org.bo/pdf/escepies/v7n2/v7n2_a05.pdf</a>
<b>Metodología</b>	<p><b>Enfoque:</b> cuantitativo</p> <p><b>Tipo de estudio:</b> descriptivo</p>

<b>Resultados</b>	Se relacionan los resultados al comportamiento docente que se toma como muy relevante, desde el punto de vista de motivación hacia los estudiantes, un docente que experimente Burnout termina por ser consumido por el agotamiento entre otras variables incluyéndose los principales problemas de salud mental derivados de la carencia de una prevención primaria del síndrome.
<b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b>	El principal aporte de esta investigación es que hace énfasis en que al realizar una prevención primaria de la aparición del síndrome de Burnout y enfermedades laborales.
<b>Conceptos abordados</b>	Se abordan conceptos tales como motivación, carga laboral, estado de ánimo, exigencia laboral, indicadores del síndrome de Burnout
<b>Conclusiones</b>	Es de gran importancia tener en cuenta el agotamiento emocional porque el docente universitario depende de su equilibrio emocional, mental, sentimental, espiritual para hacer todas sus actividades y cumplirlas en forma satisfactoria.
<b>Recomendaciones</b>	Se recomienda tener en cuenta las condiciones del trabajo de los docentes. Llevar a cabo actividades a las que se les debe otorgar mayor espacio y facilidades para que en el aula se realicen otras opciones de aprendizaje.

## Apéndice 13. Análisis documental - Predictores del burnout.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Competencias socioemocionales y creencias de autoeficacia como predictores del burnout en docentes mexicanos
<b>Autor (es)</b>	Edgar Torres Hernández
<b>Año de publicación</b>	2018

<b>País</b>	México
<b>Palabras clave de texto</b>	Profesores; competencias socioemocionales; creencias de autoeficacia; predictores; burnout.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Torres; E., México (2018). <i>Competencias socioemocionales y creencias de autoeficacia como predictores del burnout en docentes mexicanos</i> . REXE.
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="#">Competencias socioemocionales y creencias de autoeficacia como predictores del burnout en docentes mexicanos   Torres Hernández   REXE- Revista de Estudios y Experiencias en Educación</a>
<b>Metodología</b>	<b>Enfoque:</b> cuantitativo  <b>Tipo de estudio:</b> descriptivo
<b>Resultados</b>	<p>Según los resultados arrojados, los autores evidencian que la escala de optimismo y consciencia emocional ocupan el lugar de mayor dominio en los docentes evaluados y las que menor dominio ocupan son la empatía y autonomía emocional. Dentro de los resultados también se evidencia que la escala de la despersonalización ocupa el lugar más elevado, predominando como principal manifestación el desgaste en los docentes.</p> <p>En los hallazgos más relevantes se encuentra que los docentes mantienen un adecuado nivel de optimismo, lo que les permite tener la capacidad para obtener balances favorables de situaciones que les acontecen en lo cotidiano obteniendo un ajuste y cierto nivel de bienestar social.</p> <p>En referencia a los valores bajos estos se relacionan con la empatía y la autonomía emocional, lo que puede generar ciertos inconvenientes en el ejercicio de la docencia debido a que el docente con baja empatía mostraría menos interés por establecer relaciones más</p>

	<p>estrechas, conduciendo este signo a uno de los componentes del síndrome de Burnout. Por otra parte, una implicación negativa de la baja autonomía emocional es la dificultad para entablar relaciones interpersonales exitosas, con un bajo autocontrol, así como una pobre autodeterminación y que la persona sea propensa a padecer desgaste emocional debido a estos factores.</p> <p>En los resultados relacionados específicamente al burnout se encuentra que los docentes evaluados se muestran medianamente satisfechos con su trabajo, representando un foco de alerta, ya que la insatisfacción conduce al bajo desempeño, tendiendo a devaluar la eficiencia educativa, al perder la capacidad de innovación, creatividad y dominio de sus tareas; además, de que podría conducir al docente a desórdenes en su calidad de vida.</p>
<p><b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b></p>	<p>El aporte que brinda esta investigación es que si se aborda la problemática del burnout desde la enseñanza de habilidades sociales y emocionales como método de prevención y promoción de la salud se puede contrarrestar de manera efectiva los primeros índices de las enfermedades laborales tales como el síndrome de Burnout y el personal docente estaría adecuadamente capacitado y propiciaría un adecuado ambiente laboral y también dentro del aula favoreciendo así el aprendizaje de los estudiantes.</p> <p>Promueve la creación de programas para el desarrollo y apropiación de habilidades socioemocionales las cuales de manera indirecta también hacen parte de una formación integral hacia los estudiantes.</p>
<p><b>Conceptos abordados</b></p>	<p>En el estudio se abordan conceptos tales como competencias socioemocionales bajo ocho factores: optimismo, asertividad, expresión emocional, conciencia emocional, regulación emocional, prosocialidad y empatía desde el instrumento: Inventario de Competencias Socioemocionales, de Mikulic et al. (2015).</p> <p>Es importante mencionar que se describe el concepto de “educación emocional” en los docentes desde un concepto integral de</p>

	mecanismos de afrontamiento y habilidades para la vida.
<b>Conclusiones</b>	La investigación concluye que las competencias socioemocionales pueden ser consideradas un poderoso factor predictor de tipo negativo del burnout y que, de manera discreta, son también las creencias de autoeficacia. Es decir, un docente con suficientes competencias socioemocionales y favorables creencias de autoeficacia tienden a padecer de forma escasa una sintomatología asociada al síndrome.
<b>Recomendaciones</b>	Se recomienda la implementación de programas en los que se fomente la adquisición de habilidades socioemocionales y fortalezca a los docentes en cuanto al ejercicio de su rol.

## Apéndice 14. Análisis documental – Burnout en docentes universitarios latinoamericanos.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Síndrome de Burnout en docentes universitarios latinoamericanos; revisión sistemática.
<b>Autor (es)</b>	Dayana Castiblanco
<b>Año de publicación</b>	2021
<b>País</b>	Colombia
<b>Palabras clave de texto</b>	Síndrome de Burnout; síndrome del quemado; docentes universitarios.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Castiblanco, D. A. (2021). <i>Síndrome de burnout en docentes universitarios latinoamericanos. Revisión Sistemática</i> . [Monografía]. Repositorio Institucional UNAD.
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="https://repository.unad.edu.co/handle/10596/42083">https://repository.unad.edu.co/handle/10596/42083</a>

<b>Metodología</b>	<p><b>Enfoque:</b> cualitativo</p> <p><b>Tipo de estudio:</b> descriptivo</p>
<b>Resultados</b>	<p>Se identificó que personalidades relacionadas con la autoconciencia, el autocontrol y la autoeficacia funcionan como factores protectores ante el síndrome de burnout.</p> <p>Si bien son diversas las variables que intervienen e influyen en el desarrollo del burnout, también hay acciones preventivas que pueden ser llevadas a cabo para que los docentes no padezcan de manera muy severa el síndrome.</p> <p>La personalidad debe constituirse de tres elementos clave: el compromiso, el control y el reto. Hay un tipo de personas cuya personalidad los hace ser más competitivos, ambiciosos y trabajadores lo que también genera mayor tensión. Del mismo modo, se identificó que personalidades relacionadas con la autoconciencia, el autocontrol y la autoeficacia funcionan como factores protectores ante el síndrome de burnout.</p>
<b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b>	<p>El principal aporte de esta investigación es que se hace hincapié a lo relacionado con bienestar laboral y Engagement, como 40 condiciones necesarias para prevenir el síndrome o abordar el mismo, también se plantea desde términos de universidad saludable que previene el mejoramiento de la calidad de vida y desempeño del profesorado. Se categoriza como necesario la necesidad de brindar a los docentes mayores herramientas que les permitan hacer frente a los riesgos psicosociales intralaborales que desencadena el síndrome, y promover más la comunicación asertiva en la comunidad como mecanismo de apoyo. De esta manera, se plantea la necesidad de que las autoridades de las instituciones de educación superior implementen políticas o programas que promuevan la salud laboral de los docentes, primordialmente, el desarrollo emocional, por medio</p>

	<p>de estrategias de capacitación continua ante las actividades que se demandan para así disminuir la carga y el estrés laboral, esto como parte de las garantías con las que deben contar los docentes para desarrollar su labor, y como medidas preventivas que mejoren las condiciones de salud y seguridad para los docentes.</p>
<b>Conceptos abordados</b>	<p>La autora aborda el síndrome de Burnout desde las siguientes dimensiones: cansancio o agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Destaca que dentro de las investigaciones abordadas para el desarrollo de la investigación identifican niveles altos o medios del síndrome de Burnout. Aborda el concepto de factores organizacionales, sociodemográficos, psicosociales y alteraciones emocionales. Se destaca el concepto de factores protectores ante el síndrome de Burnout.</p>
<b>Conclusiones</b>	<p>Se identifica la necesidad de que las instituciones y organizaciones identifiquen y evalúen las condiciones de trabajo y los factores de riesgo psicosocial a los que se encuentran expuestos los docentes. De igual manera, a reconocer las actividades que generan mayor sobrecarga en los docentes.</p> <p>A modo de reflexión y a su vez de comparación algunos estudios también plantean la necesidad de tomar medidas en la que los docentes no solo sean vistos como parte de la cadena monetaria sino como personas vulnerables al padecimiento del síndrome en su ejercicio profesional. Por ende, se hace necesaria la implementación de programas de prevención de salud y bienestar en el sector académico. Todo esto por el riesgo latente que hay al padecer el síndrome.</p>
<b>Recomendaciones</b>	<p>Se plantea la necesidad de realizar estudios primarios sobre el síndrome de Burnout, denotando el interés y la necesidad por la producción científica sobre el problema.</p>

	La realización de estudios e investigaciones del síndrome de Burnout podrían garantizar la calidad de vida de los colaboradores y aunque el estrés no se puede eliminar, si se deben procurar las herramientas para que pueda ser controlado y manejado.
--	--

## Apéndice 15. Análisis documental – Síndrome de burnout en docentes.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Síndrome de Burnout en docentes de instituciones de educación superior
<b>Autor (es)</b>	Álvaro Rivera; Pedro Segarra; Gianella Giler
<b>Año de publicación</b>	2018
<b>País</b>	Ecuador
<b>Palabras clave de texto</b>	Síntomas; burnout; docentes de educación superior; desempeño.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Rivera Guerrero, Á., Segarra Jaime, P., & Giler Valverde, G. (2018). Síndrome de Burnout en docentes de instituciones de educación superior. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, 38(2),17-23. [fecha de Consulta 05 de noviembre de 2023]. ISSN: 0798-0264. Recuperado de: <a href="https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55960422004">https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55960422004</a>
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55960422004">Síndrome de Burnout en docentes de instituciones de educación superior (redalyc.org)</a>
<b>Metodología</b>	<b>Enfoque:</b> cuantitativo  <b>Tipo de estudio:</b> descriptivo

<b>Resultados</b>	<p>Los resultados del estudio arrojaron que el burnout se manifiesta de forma diferente según los años de experiencia en la docencia y de acuerdo a las condiciones del trabajo, además de identificarse una relación directa entre el estrés laboral percibido, el agotamiento emocional y los síntomas.</p> <p>La presencia de estrés laboral en los docentes estudiados en un 88,2% y de burnout en 67,5%, es un resultado que reveló la existencia de un problema de modo alarmante si se considera su impacto en la salud, el bienestar y el desempeño, con el consecuente daño social. Aunque se considere una profesión estresante, lo disfuncional no debe naturalizarse ni ser motivo de una conformista habituación para salubristas y/o decisores de políticas educativas.</p> <p>Los resultados obtenidos en las encuestas donde se analiza la relación con el Burnout, demuestra que los docentes han adquirido o son proclives a desarrollar el síndrome, donde la satisfacción personal y respeto de la sociedad son el pilar fundamental para desarrollar mecanismos de defensa. Otro factor de interés que arrojaron los resultados tiene que ver con los derechos laborales y la autoexigencia para tener un mayor ingreso adquisitivo. Las expectativas que ellos tienen con respecto a este tema los insertan en un abismo que puede influir negativamente en su salud mental y física.</p>
<b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b>	<p>Como principal aporte se destaca que esta investigación comprende al ser humano como un compuesto, propone que los colaboradores sean incluidos en actividades o talleres de crecimiento personal, ya que actualmente se manifiestan dentro de un proceso rutinario y monótono que limita su realización. La apropiación de herramientas que permitan evitar y hacer frente a los principales signos del síndrome.</p>

<p><b>Conceptos abordados</b></p>	<p>Se aborda el síndrome de Burnout desde síntomas en diferentes áreas del ser humano, partiendo desde lo mental, hasta lo conductual.</p> <p>Inicia desde aspectos cognitivos tales como sentimientos de fracaso, impotencia, desamparo, frustración e inadecuación profesional, con una percepción desproporcionada de los propios errores, como también una dificultad para ver los aciertos del éxito. Dentro de los aspectos fisiológicos describe una sensación de cansancio y fatiga crónico y como consecuencia generan el deterioro físico del educador que se vuelven constantemente barreras para que se desarrolle adecuadamente dentro del trabajo. Aborda el concepto de factores emocionales, agregando los síntomas emocionales dentro del síndrome de Burnout, destacando la baja autoestima, ansiedad e irritabilidad, distanciamiento y falta de empatía y también aborda el concepto de imagen personal.</p> <p>Por otra parte menciona factores que disminuyen el síndrome de Burnout, tales como la posesión de energías adecuadas para manejar el estrés y las situaciones conflictivas, la capacidad para aceptar y analizar los problemas que se plantean en el desempeño profesional en lugar de negarlos y la tolerancia a la frustración.</p>
<p><b>Conclusiones</b></p>	<p>La mayoría de docentes en instituciones de educación superior de la ciudad de Guayaquil, que llevan más de diez años en el servicio presentan algunos signos y síntomas del síndrome de burnout.</p> <p>Los docentes muestran baja prevalencia en las escalas de agotamiento emocional y despersonalización, siendo un factor de alerta, ya que con facilidad pueden llegar a caer en otros síntomas más crónicos del síndrome de Burnout.</p> <p>La realización personal en los docentes es baja, lo cual indica que la mayoría no están satisfechos con el trabajo que realizan, sintiéndose estancados en sus metas, sin expectativas personales ni laborales.</p>
<p><b>Recomendaciones</b></p>	<p>Se recomienda poner mayor atención a esta problemática a fin de tomar medidas preventivas que disminuyan dicho síndrome. Los</p>

	docentes en Instituciones de Educación Superior en la ciudad de Guayaquil necesitan ser motivados, para evitar que se siga instalando más el síndrome de burnout, esto se puede hacer a través de programas específicos de capacitación, ser incluido en actividades o talleres de crecimiento personal, ya que actualmente se manifiestan dentro de un proceso rutinario y monótono que limita su realización
--	--

Apéndice 16. Análisis documental – Promoción y prevención Positiva.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Riesgos Laborales: promoción y prevención Positiva
<b>Autor (es)</b>	Positiva Compañía de Seguros
<b>Año de publicación</b>	2021
<b>País</b>	Colombia
<b>Palabras clave de texto</b>	N/A
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Positiva Compañía de Seguros (2021). <i>Riesgos Laborales: promoción y prevención</i> . Recuperado de: Promoción y Prevención - Portal (positiva.gov.co)
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<u><a href="https://positiva.gov.co">Riesgos Laborales - Portal (positiva.gov.co)</a></u>
<b>Metodología</b>	N/A
<b>Resultados</b>	A través del programa de promoción y prevención busca programar, ejecutar y controlar el cumplimiento del programa de salud ocupacional que todas las empresas y organizaciones deben tener. Siendo responsabilidad de cada empresa el definir, firmar y divulgar

	<p>la política de seguridad y salud en el trabajo. La compañía de seguros brinda las herramientas para que se pueda capacitar a los colaboradores en aspectos de seguridad y salud en el trabajo.</p> <p>La ruta de atención que Positiva Compañía de Seguros contempla ante la presencia de enfermedades laborales es la siguiente:</p> <p>En primer lugar, el colaborador que posiblemente presente una enfermedad laboral debe dirigirse al hospital o clínica adscrita a su EPS.</p> <p>En segundo lugar, una vez el colaborador haya obtenido una cita con medicina general para una revisión médica en relación a enfermedades laborales debe obtener un diagnóstico por parte del médico, posterior a su evaluación y valoración.</p> <p>En tercer lugar, ya con el diagnóstico por parte de medicina general el colaborador comunicará a su empresa y ésta deberá enviar el reporte de la enfermedad laboral con el soporte médico a la ARL y a la EPS.</p> <p>Finalmente, posterior a la aprobación de la ARL se llevará a cabo el tratamiento necesario para abordar la enfermedad laboral presente en el colaborador.</p>
<p><b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b></p>	<p>El principal aporte de esta compañía de seguros es que proporciona una ruta de atención ante las enfermedades laborales y también proporciona información sobre los servicios y beneficios a los cuales acceden las empresas al contratar una compañía de seguros, debido a que también se realiza un acompañamiento constante para con la empresa y cada uno de sus colaboradores.</p> <p>La compañía de seguro Positiva cuenta con una gran variedad de herramientas de las cuales pueden hacer uso cada uno de sus usuarios y establece rutas de atención para cada una de las problemáticas que se pueden presentar dentro de las empresas y organizaciones. Aporta variedad de información a través de su extensión de Positiva educa, en la cual cada colaborador puede hacer uso de esa información y conocer las diferentes variables que pueden presentarse dentro del</p>

	ámbito laboral.
<b>Conceptos abordados</b>	Describe que su composición está conformada por: Sistemas de pensiones, Sistema de Salud (EPS), Sistema de Riesgos Laborales y Servicios Complementarios. Promueve la gestión en seguridad y salud en el trabajo con el fin de mejorar la productividad, cumplir la normatividad vigente e implementar procesos de mejora continua con responsabilidad social. Incorpora términos como promoción de la salud, prevención de riesgos en el trabajo, perspectiva integral del ser humano.
<b>Conclusiones</b>	Previene la enfermedad a través de la promoción de la salud y en dado caso que se presente una enfermedad laboral o de otra índole proporciona una ruta de atención específica para realizar un adecuado manejo de la misma tomando al ser humano como un ser integral.
<b>Recomendaciones</b>	N/A

## Apéndice 17. Análisis documental –GSST ARL SURA.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo ARL SURA
<b>Autor (es)</b>	SURA ARL
<b>Año de publicación</b>	2023

<b>País</b>	Suramérica
<b>Palabras clave de texto</b>	N/A
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	SURA (2023). <i>Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo</i> . Recuperado de: <a href="https://www.arlsura.com/demos/kit-bienvenida/kit/docs/5.sitios-especializados-en-gestion-de-riesgos.pdf">https://www.arlsura.com/demos/kit-bienvenida/kit/docs/5.sitios-especializados-en-gestion-de-riesgos.pdf</a>
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="https://www.arlsura.com/demos/kit-bienvenida/kit/docs/5.sitios-especializados-en-gestion-de-riesgos.pdf">Https://www.arlsura.com/demos/kit-bienvenida/kit/docs/5.sitios-especializados-en-gestion-de-riesgos.pdf</a>
<b>Metodología</b>	N/A
<b>Resultados</b>	Plantea un método de diagnóstico de riesgo, el cual permite ayudar a las empresas a realizar evaluaciones de riesgo en plantillas preestablecidas, donde se puede registrar hallazgos, evidencias y recomendaciones encontradas en el entorno laboral con el fin de gestionar de manera anticipada y sistemática los riesgos que se pueden presentar en los frentes de trabajo y que pueden impactar el talento humano de la empresa.
<b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b>	Aporta la implementación de gestión psicosocial y promoción de la salud mental, pausas saludables, fichas de prevención, gestión del ausentismo, observador de comportamientos. A través de todas estas herramientas se puede hacer frente a las primeras apariciones e índices de las enfermedades laborales tales como el síndrome de Burnout.  Promueve que la capacitación constante en cuanto a educación e información sobre las problemáticas que actualmente aquejan a los colaboradores es el primer paso para contrarrestarlas. Si el personal se encuentra capacitado en cuanto a las posibles enfermedades que pueden aparecer dentro de su entorno laboral podrá tomar en cuenta

	las acciones necesarias para hacerle frente.
<b>Conceptos abordados</b>	<p>ARL SURA es una empresa Administradora de Riesgos Profesionales (ARP), filial de <u>Suramericana</u>, cuya función principal consiste en prevenir, atender y proteger a los trabajadores de los efectos causados por accidentes y enfermedades que puedan ocurrirles con ocasión o como consecuencia del trabajo que desarrollan. Es la ARP líder del sector privado en el país con cubrimiento en más de 1.000 municipios y poblaciones. De una manera eficiente y efectiva, hace presencia con una sólida estructura en las principales ciudades de Colombia.</p> <p>Aborda el concepto de diagnóstico de riesgo que es un módulo para realizar evaluaciones detalladas de riesgo a partir de plantillas homologadas y estandarizadas construidas con equipos de expertos de cada riesgo o temas de riesgos laborales que permiten registrar hallazgos, evidencias y recomendaciones que se conecten con el módulo de gestor de recomendaciones y generar informes de resultados automáticos al finalizar cada evaluación.</p>
<b>Conclusiones</b>	Promover la promoción de la salud desde la educación es la clave fundamental para que las organizaciones generen soluciones ante situaciones adversas que puedan presentarse en el sector laboral.
<b>Recomendaciones</b>	N/A

Apéndice 18. Análisis documental – Prevención del Síndrome de Burnout en docentes.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Plan para prevenir el Síndrome de Burnout en docentes del posgrado Gerencia en Riesgos Laborales en SST de Uniminuto
<b>Autor (es)</b>	Diana Manrique; Luis Bueno y William Chala

<b>Año de publicación</b>	2021
<b>País</b>	Colombia
<b>Palabras clave de texto</b>	Síndrome de Burnout; docentes; estrés laboral.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Manrique, D., Bueno, L., Chala, W. (2021). <i>Plan para prevenir el Síndrome de Burnout en docentes del posgrado Gerencia en Riesgos Laborales en SST de Uniminuto</i> . Recuperado de <a href="https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/12511/5/TE.RLA_ManriqueDiana-BuenoLuis-ChalaWilliam_2021.pdf">repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/12511/5/TE.RLA_ManriqueDiana-BuenoLuis-ChalaWilliam_2021.pdf</a>
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/12511/5/TE.RLA_ManriqueDiana-BuenoLuis-ChalaWilliam_2021.pdf">repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/12511/5/TE.RLA_ManriqueDiana-BuenoLuis-ChalaWilliam_2021.pdf</a>
<b>Metodología</b>	<b>Enfoque:</b> cualitativo  <b>Tipo de estudio:</b> descriptivo - transversal
<b>Resultados</b>	Los autores concluyen que el cansancio emocional afecta más a las mujeres que a los hombres siendo más propensas a desarrollar el síndrome de Burnout en los aspectos de cansancio emocional y despersonalización, aunque también es importante mencionar que las mujeres fueron las que obtuvieron mayores puntajes dentro de la realización personal.  De acuerdo a los resultados obtenidos los autores plantean las siguientes estrategias de abordaje:  Sobre el nivel organizacional, plantea estrategias encaminadas a la creación de programas de socialización anticipatoria, programas de retroinformación y desarrollo organizacional. Así mismo se propone establecer programas de bienestar, recreación y turismo que involucren y garanticen la integración familiar, como componentes que permitan mejorar la calidad de vida de los trabajadores tales como torneos

	<p>deportivos, conciertos, actividades artísticas entre otros.</p> <p>Sobre el sistema interpersonal, las estrategias deben ser orientadas a la escucha activa hacia el docente, el apoyo profesional, y la necesidad de crear retos / metas. Otras estrategias se basarán en promover el fortalecimiento de las relaciones sociales con los compañeros de trabajo, familia, amigos entre otros, que les permita mitigar episodios que les puedan generar frustración o temor ante situaciones adversas a nivel laboral y personal.</p> <p>Sobre el individuo, estrategias involucran el desarrollo de una mejor salud mental y física, el camino más adecuado para que la persona lo logre es que desarrolle un estilo de vida saludable (Karl &amp; Fisher 2013) estableciendo metas personales claras como suficientes horas de sueño, práctica de actividades físicas frecuentes, moderando el consumo de bebidas alcohólicas, y empleando métodos y técnicas de relajación como el Mindfulness, la cual es una técnica terapéutica que puede ayudar a la persona a controlar y prevenir sentimientos de depresión, estrés, ansiedad o descontento.</p>
<p><b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b></p>	<p>El principal aporte de este estudio es que promueve técnicas de abordaje desde el nivel organizacional planteando estrategias en pro de la socialización de información referente al síndrome y a las enfermedades laborales. El aporte que plantea desde el abordaje del síndrome a nivel interpersonal es que hace énfasis en la escucha activa hacia el docente promoviendo el apoyo profesional. Otro aporte que realiza a la investigación es que a nivel individual se puede abordar el síndrome de Burnout desde la promoción de la salud mental y física desarrollando un estilo de vida saludable.</p>
<p><b>Conceptos abordados</b></p>	<p>De acuerdo con un estudio de la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2015), se estima que uno de cada cinco empleados padece estrés y fatiga, siendo estos los factores más perjudiciales para la salud de los trabajadores y detonante para los altos índices de rotación de personal en</p>

	<p>las organizaciones.</p> <p>Toma al ser humano como un ser integral, aborda conceptos como la esfera social, personal e individual.</p>
<b>Conclusiones</b>	<p>La formulación de estrategias de prevención para el síndrome de Burnout en los docentes del posgrado en Gerencia en Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo a distancia tradicional de la Universidad Minuto de Dios, se basaron en los resultados obtenidos en la investigación bibliográfica y la aplicación del cuestionario MBI; en donde se halló que tales alternativas deben estar dirigidas a intervenir tanto el cansancio emocional como la despersonalización, con el fin de disminuir su impacto en los profesores ya que pueden constituirse en una condición de riesgo que ocasione el desarrollo del Síndrome de Burnout</p>
<b>Recomendaciones</b>	<p>Se recomienda para futuros trabajos referentes al Síndrome de Burnout ahondar en otras profesiones poco exploradas en Colombia sobre este tema, dado a que es escasa la información y de esta forma se contribuye al conocimiento de la patología en las poblaciones, ya que es importante conocer aquellos factores o actividades que en nuestra cultura influyen en la generación del mismo, teniendo en cuenta la posibilidad que estos pueden llegar a variar de un país a otro, a partir de variables como el número de horas legales de trabajo, intensidad académica, número de personas a tratar, ambiente y condiciones de trabajo.</p> <p>tomar como guía este trabajo investigativo para identificar diferentes actividades que contribuyen a prevenir el síndrome de Burnout en el cuerpo docente durante el desarrollo de sus actividades laborales en el periodo de la pandemia e implementar las propuestas de prevención descritas, las cuales se pueden adicionar dentro del plan de gestión de seguridad y salud en el trabajo de la Universidad Minuto de Dios en su apartado psicosocial.</p>

## Apéndice 19. Análisis documental – Intervención psicológica en Burnout.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Intervención psicológica en docentes con síndrome de Burnout: Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí
<b>Autor (es)</b>	Katty Villavicencio; Italo Bello; Lorena Luzardo y Erick Delgado.
<b>Año de publicación</b>	2020
<b>País</b>	Ecuador
<b>Palabras clave de texto</b>	Intervención psicológica; síndrome de Burnout; docentes universitarios; prevención.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Villavicencio, K., Bello, I., Luzardo L., Delgado, E. (2020). <i>Intervención psicológica en docentes con síndrome de Burnout: Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí</i> . Recuperado de: (PDF) INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN DOCENTES CON BOURNET (researchgate.net).
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<a href="#"><u>(PDF) INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN DOCENTES CON BOURNET (researchgate.net)</u></a>
<b>Metodología</b>	<b>Enfoque:</b> cuantitativo  <b>Tipo de estudio:</b> descriptivo
<b>Resultados</b>	El síndrome de burnout es una problemática que afecta a la salud laboral de los docentes, presenta la necesidad de que los mismos tengan conocimiento de sus causas, efectos y estrategias de prevención con la finalidad de que puedan controlarlo y evitar padecerlo.  Por otro lado, en base a los resultados el síndrome de Burnout está latente siempre en la vida de las personas, puesto que no implica solo

	<p>tratarlo cuando sucede sino en cada situación de conflicto o estrés laboral que se presente, de este modo es posible evitar y prevenir su reaparición a cada momento y que contribuye a un bajo rendimiento laboral y dificultad en las relaciones familiares.</p>
<b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b>	<p>La investigación aporta variables como la salud mental de los colaboradores al momento de realizar una intervención frente a la aparición del síndrome de Burnout, abordada desde la psicología aplicada, y se debe tener en cuenta el concepto de calidad de vida como un punto de partida para la promoción de la salud y la prevención de la aparición de enfermedades laborales.</p> <p>Por otra parte se requiere la exploración de características y necesidades psicológicas de los docentes identificando las diferentes alteraciones psicológicas que presenten.</p>
<b>Conceptos abordados</b>	<p>El estudio y tratamiento de los trastornos mentales, del comportamiento y los problemas escolares, son un ámbito de ocupación importante, pero no el único, se debe considerar la promoción de la salud mental de personas sanas, la prevención, el uso de la misma en la mejora del rendimiento a diferentes niveles, siendo este concepto el de la psicología Aplicada, la cual se aborda desde las ramas de la psicología científica: psicología diferencial, psicología experimental, psicología fisiológica, psicología social, psicología evolutiva. Incorpora el término de salud mental en el trabajo docente relacionado con la calidad de vida, el cultivo de pensamientos positivos.</p>
<b>Conclusiones</b>	<p>Los autores concluyen que las características más comunes del Síndrome de Burnout que presentan los docentes son depresión, cansancio, mal humor, cefaleas, trastorno del sueño, vértigo, además de síntomas cognoscitivos y emocionales.</p>
<b>Recomendaciones</b>	<p>Se requiere un programa de intervención para la prevención de este síndrome, a fin de cuidar sus salud mental, social, laboral, familiar,</p>

	personal y evitar inconvenientes o conflictos derivados por estar siempre cansados, de mal humor, enojados y con baja autoestima.
--	---

## Apéndice 20. Análisis documental – Manejo del Burnout en docentes universitarios.

<b>FICHA DE ANÁLISIS DOCUMENTAL</b>	
<b>Nombre del documento</b>	Manejo del Síndrome de Burnout en docentes universitarios a través de una intervención cognitivo conductual
<b>Autor (es)</b>	Sandra Rodríguez
<b>Año de publicación</b>	2022
<b>País</b>	México
<b>Palabras clave de texto</b>	Síndrome de Burnout; docentes; agotamiento emocional; despersonalización; baja realización profesional.
<b>Referencia bibliográfica (APA)</b>	Rodríguez, S. (2022). <i>Manejo del Síndrome de Burnout en docentes universitarios a través de una intervención cognitivo conductual</i> . Recuperado de: erecursos.uacj.mx/bitstream/handle/20.500.11961/6475/Tesis Sandra Verenice Rodríguez Villarreal %281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y
<b>URL Ubicación (dirección electrónica)</b>	<u><a href="https://erecursos.uacj.mx/bitstream/handle/20.500.11961/6475/Tesis%281%29.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y">Manejo del Síndrome de Burnout en docentes universitarios a través de una intervención cognitivo conductual. (uacj.mx)</a></u>
<b>Metodología</b>	<b>Enfoque:</b> cuantitativo <b>Tipo de estudio:</b> descriptivo
<b>Resultados</b>	La reestructuración cognitiva con relación a la presencia del Burnout ha tenido un papel fundamental en la disminución de la

	<p>sintomatología, estos resultados se atribuyeron principalmente al abordaje de pensamientos distorsionados relacionados a la percepción de realización personal de los trabajadores. activación cognitiva y emocional, disminuyendo los pensamientos desadaptativos y los síntomas de estrés.</p> <p>El programa de intervención llevado a cabo tuvo la facilidad de centrarse en la problemática de cada participante al estar enfocado en sesiones individuales, lo que permitió trabajar en la adquisición de estrategias favorables ante los retos que cada uno de los docentes hacía frente en su práctica profesional</p>
<p><b>Descripción del aporte al tema seleccionado</b></p>	<p>El aporte principal que realiza esta investigación es que aporta información directa sobre la implementación de un programa de intervención para contrarrestar el síndrome de burnout y enfermedades laborales, aporta las características del diseño del mismo, variables, técnicas y detalles sobre la ejecución del mismo, dando a conocer sus resultados.</p>
<p><b>Conceptos abordados</b></p>	<p>Aborda el concepto de estrés laboral y características tales como síntomas emocionales como agotamiento, irritabilidad, mal humor, ansiedad y desmotivación. Establece como objetivo la implementación de una intervención orientada al manejo de las manifestaciones del Burnout, así como conocer el impacto que este tendría en los niveles de ansiedad y depresión de los participantes.</p> <p>Las sesiones incluyeron estrategias de intervención desde la Terapia Racional Emotiva Conductual que destaca el papel de las emociones, así como la conducta en el proceso de intervención, se apropia de herramientas tales como psicoeducación, reestructuración cognitiva, técnicas de relajación, habilidades sociales, así como técnicas emotivas.</p> <p>Aborda el término de reestructuración cognitiva para que los docentes identifiquen y cuestionen sus pensamientos desadaptativos, de modo que sean sustituidos por otros más positivos. Agrega</p>

	<p>técnicas de relajación como estrategias de afrontamiento y respuestas de Relajación a las reacciones fisiológicas automáticas que son completamente opuestas a las presentadas ante situaciones de estrés, en esta respuesta se encuentra una disminución de la tasa cardiaca y respiratoria, reducción de la presión arterial, disminución de la tensión muscular.</p> <p>El informe de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2017) señala que para asegurar una educación de calidad es necesario que el docente se comprometa a realizar tareas tales como adaptar los recursos a las necesidades de los estudiantes, abordar un plan de estudios, brindar retroalimentación a los alumnos y, si fuera el caso, a los padres para asegurar el compromiso y el aprendizaje, así como evaluar.</p>
<b>Conclusiones</b>	<p>Fundamentalmente se destaca la importancia de comprender la relación entre el Síndrome de Burnout y la aparición de trastornos mentales como ansiedad y depresión, los cuales pueden afectar e influir negativamente en el bienestar de los trabajadores mexicanos. Así como el estudio del Burnout pasó de ser estudiado exclusivamente en el ámbito de la salud a otro tipo de profesiones, lo mismo ocurrió con la comprensión del desgaste ocupacional pues este ha ido modificándose con el paso del tiempo y, aunque desde sus inicios se consideraron tres dimensiones para su valoración, es común que criterios como el agotamiento emocional y despersonalización por sí solos sean utilizados para el diagnóstico.</p>
<b>Recomendaciones</b>	<p>Para futuras investigaciones se recomienda contar con una muestra diversa que permita realizar un análisis comparativo respecto a los niveles de Burnout manifestados por hombres y mujeres que desempeñan su práctica profesional dentro del mismo ambiente laboral.</p>



 <p>UNIVERSIDAD <b>CESMAG</b> NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MIMEDUCACIÓN</p>	<b>CARTA DE ENTREGA TRABAJO DE GRADO O TRABAJO DE APLICACIÓN – ASESOR(A)</b>	<b>CÓDIGO:</b> AAC-BL-FR-032
		<b>VERSIÓN:</b> 1
		<b>FECHA:</b> 09/JUN/2022

San Juan de Pasto, 13 de Junio de 2024

Biblioteca  
**REMIGIO FIORE FORTEZZA OFM. CAP.**  
Universidad CESMAG  
Pasto

Saludo de paz y bien.

Por medio de la presente se hace entrega del Trabajo de Grado / Trabajo de Aplicación denominado abordaje del síndrome de Burnout en docentes universitarios: revisión sistemática de literatura presentado por el (los) autor(es) Gina Marcela Mallama Pantoja del Programa Académico Psicología al correo electrónico trabajosdegrado@unicesmag.edu.co. Manifiesto como asesor(a), que su contenido, resumen, anexos y formato PDF cumple con las especificaciones de calidad, guía de presentación de Trabajos de Grado o de Aplicación, establecidos por la Universidad CESMAG, por lo tanto, se solicita el paz y salvo respectivo.

Atentamente,



-----

**Mg. Johana Suarez Gómez**  
1085259240 Pasto  
Psicología 3108333872  
sicologajohana@gmail.com

 <b>UNIVERSIDAD CESMAG</b> <small>NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</small>	<b>AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>CÓDIGO:</b> AAC-BL-FR-031
		<b>VERSIÓN:</b> 1
		<b>FECHA:</b> 09/JUN/2022

<b>INFORMACIÓN DEL (LOS) AUTOR(ES)</b>	
<b>Nombres y apellidos del autor:</b> Gina Marcela Mallama Pantoja	<b>Documento de identidad:</b> 1004632062
<b>Correo electrónico:</b> mallamag99@gmail.com	<b>Número de contacto:</b> 3155451473
<b>Título del trabajo de grado:</b> Abordaje del Síndrome de Burnout en docentes universitarios: revisión sistemática de literatura	
<b>Facultad y Programa Académico:</b> Facultad de Ciencias Sociales y Humanas Programa de Psicología	

En mi calidad de autora y/o titular del derecho de autor del Trabajo de Grado o de Aplicación señalado en el encabezado, confiero a la Universidad CESMAG una licencia no exclusiva, limitada y gratuita, para la inclusión del trabajo de grado en el repositorio institucional. Por consiguiente, el alcance de la licencia que se otorga a través del presente documento, abarca las siguientes características:

- a) La autorización se otorga desde la fecha de suscripción del presente documento y durante todo el término en el que el firmante del presente documento conserve la titularidad de los derechos patrimoniales de autor. En el evento en el que deje de tener la titularidad de los derechos patrimoniales sobre el Trabajo de Grado o de Aplicación, me comprometo a informar de manera inmediata sobre dicha situación a la Universidad CESMAG. Por consiguiente, hasta que no exista comunicación escrita de mi parte informando sobre dicha situación, la Universidad CESMAG se encontrará debidamente habilitada para continuar con la publicación del Trabajo de Grado o de Aplicación dentro del repositorio institucional. Conozco que esta autorización podrá revocarse en cualquier momento, siempre y cuando se eleve la solicitud por escrito para dicho fin ante la Universidad CESMAG. En estos eventos, la Universidad CESMAG cuenta con el plazo de un mes después de recibida la petición, para desmarcar la visualización del Trabajo de Grado o de Aplicación del repositorio institucional.
- b) Se autoriza a la Universidad CESMAG para publicar el Trabajo de Grado o de Aplicación en formato digital y teniendo en cuenta que uno de los medios de publicación del repositorio institucional es el internet, acepto que el Trabajo de Grado o de Aplicación circulará con un alcance mundial.
- c) Acepto que la autorización que se otorga a través del presente documento se realiza a título gratuito, por lo tanto, renuncio a recibir emolumento alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y/o cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente autorización y de la licencia o programa a través del cual sea publicado el Trabajo de grado o de Aplicación.
- d) Manifiesto que el Trabajo de Grado o de Aplicación es original realizado sin violar o usurpar derechos de autor de terceros y que ostento los derechos patrimoniales de autor sobre la misma. Por consiguiente, asumo toda la responsabilidad sobre su contenido ante la Universidad CESMAG y frente a terceros, manteniéndola indemne de cualquier reclamación que surja en virtud de la misma. En todo caso, la Universidad CESMAG se compromete a indicar siempre la autoría del escrito incluyendo nombre de autor y fecha de publicación.
- e) Autorizo a la Universidad CESMAG para incluir el Trabajo de Grado o de Aplicación en los índices y buscadores que se estimen necesarios para promover su difusión. Así mismo autorizo a la Universidad CESMAG para que pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

 <p>UNIVERSIDAD <b>CESMAG</b> NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</p>	<p><b>AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b></p>	<p><b>CÓDIGO:</b> AAC-BL-FR-031</p>
		<p><b>VERSIÓN:</b> 1</p>
		<p><b>FECHA:</b> 09/JUN/2022</p>

**NOTA:** En los eventos en los que el trabajo de grado o de aplicación haya sido trabajado con el apoyo o patrocinio de una agencia, organización o cualquier otra entidad diferente a la Universidad CESMAG. Como autora garantizo que he cumplido con los derechos y obligaciones asumidos con dicha entidad y como consecuencia de ello dejo constancia que la autorización que se concede a través del presente escrito no interfiere ni transgrede derechos de terceros.

Como consecuencia de lo anterior, autorizo la publicación, difusión, consulta y uso del Trabajo de Grado o de Aplicación por parte de la Universidad CESMAG y sus usuarios así:

- Permito que mi Trabajo de Grado o de Aplicación haga parte del catálogo de colección del repositorio digital de la Universidad CESMAG por lo tanto, su contenido será de acceso abierto donde podrá ser consultado, descargado y compartido con otras personas, siempre que se reconozca su autoría o reconocimiento con fines no comerciales.

En señal de conformidad, se suscribe este documento en San Juan de Pasto a los 12 días del mes de junio del año 2024


<p>Firma del autor</p>
<p>Nombre del autor: Gina Mallama</p>

<p>Nombre del asesor: Mg. Johana Suarez</p>