



**FACULTAD DE EDUCACIÓN  
ESCUELA DE EDUCACIÓN EN CIENCIAS DEL MOVIMIENTO Y DEPORTES**

**SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES  
DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA EN  
EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNIVERSIDAD  
CATÓLICA SILVA HENRÍQUEZ QUE SE  
ENCUENTREN CURSANDO SUS PRÁCTICAS:  
INTERMEDIA Y PROFESIONAL**

**SEMINARIO PARA OPTAR  
AL GRADO DE LICENCIADO EN  
EDUCACIÓN Y TÍTULO DE  
PROFESOR DE EDUCACIÓN MEDIA  
EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**INTEGRANTES:**

**ARMESTO MUÑOZ GABRIEL  
MARTINEZ VILLOUTA FRANCISCO  
MARAMBIO CABEZAS BRANDON  
RAMIREZ CANCINO IGNACIO**

**DIRECTOR DE SEMINARIO**

**SR. LUIS MARCEL VALENZUELA**

**2019**

## **Dedicatoria.**

Este estudio lo dedicamos a nuestras familias y profesores que estuvieron ahí para ayudarnos a completar nuestras metas y objetivos, a movilizar el conocimiento, vencer la adversidad dentro de la docencia escolar, el trabajo realizado en equipo y la dedicación de cada uno de los integrantes.

Les dedicamos y agradecemos por su apoyo en la culminación de esta etapa universitaria.

## **Agradecimientos.**

Finalizando esta etapa universitaria quiero agradecer a todas las personas que de alguna manera u otra hicieron posible mi formación profesional y académica, en primer lugar, a mi pareja Wanda Quintana, la cual me ayudo de manera gigantesca en este arduo camino, a no rendirme y convencerme a mí mismo que nada es imposible y siempre es posible avanzar, todo depende de tu propia voluntad y perseverancia, también sobre el gran amor que me ha dado de manera incondicional, a mi familia que a pesar de estar lejos me brindaron su apoyo, en especial a mi abuela Adriana Pizarro, que siempre fue y será mi ejemplo de docencia, a mi abuelo Luis Armesto que siempre me apoyó y me enseñó sobre la importancia de la puntualidad y el respeto.

Sin ellos no hubiera logrado lo cometido. también agradezco a mis profesores de la universidad, que a lo largo de los años de permanencia en la institución me entregaron sus mejores conocimientos y dedicación, muchas gracias a todos ellos por ayudarme a finalizar esta etapa.

### **Gabriel Armesto Muñoz**

Quisiera agradecer en primer lugar a Dios por abrirme las oportunidades para poder entrar a mi carrera profesional y darme las fuerzas para avanzar día a día, así también agradecer de todo corazón a mi familia de los cuales recibí un apoyo incondicional tanto económico como motivacional para poder avanzar con mi formación profesional, agradezco mi padre Cristian Eduardo Marambio Vidal que siempre me apoyó y me respaldó económicamente para poder ir la universidad, así también a mi madre Ana Eufemia Cabezas Aránguiz que siempre estuvo conmigo en lo económico como en lo afectivo brindándome ánimos y buenas energías, agradecido de la institución UCSH que a través de su curriculum pudo potenciar mis habilidades como profesor, agradecido con mis profesores de cada ramo los cuales forman cada uno de ellos una parte de mi como profesor de educación física, agradecido con el apoyo de mis compañeros ante situación de vida y de mérito académico los cuales fueron guías y apoyo para la aprobación de mis ramos.

### **Brandon Marambio Cabezas**

Agradezco de todo corazón a Dios y cada una de las personas que de una u otra forma me apoyaron y ayudaron a finalizar esta etapa de mi vida agradezco a la Dios por darme la oportunidad de poder llegar hasta este momento y poder seguir avanzando.

A lo largo de este proceso, todo el aprendizaje que obtuve se lo dedico especialmente a mi madre Carmen Gloria Cancino quien es la principal mujer que me dio el valor para poder salir adelante en cada obstáculo que se me presentó en la carrera en donde pude crecer tanto como persona y como profesional, también a la profesora Ana María Mellado por guiarme siempre en cada momento que necesite un consejo en cada práctica que curse en la Universidad orientándome siempre a tomar buenas decisiones y en todo momento aprender y poder superarme a mí mismo. Agradezco a mi grupo de tesis por toda la paciencia y dedicación para poder culminar esta linda etapa.

**Ignacio Andrés Ramírez Cancino.**

La realización de esta tesis se la agradezco a mi madre Ema Villouta Uval y a mi hermana Yenny Fariña Villouta, por ayudarme y guiarme en el camino pedregoso que he recorrido hasta el día de hoy, ellas me han enseñado que toda persona se puede equivocar, pero siempre el saber aceptar tus errores, logrando la auto superación y el autoconocimiento, en conjunto con esto pude encontrar el amor propio, donde sé que la felicidad solo depende de uno, también agradezco por el esfuerzo realizado por estas personas , para lograr lo que soy hoy en día.

Esto es de gran importancia en la formación de mi futuro como profesor y como persona, pudiendo encontrar el camino correcto a través de la reflexión, la autodeterminación y la resiliencia como ejes fundamentales en mi vida, los siguientes años vendrán nuevos desafíos, que con estas virtudes inculcadas por estas personas podría superar los distintos retos que se vienen.

**Francisco Javier Martínez Villouta**

## Índice

Resumen.	8
Introducción.	10
Capítulo 1: Planteamiento del problema.	13
1.1 Antecedentes del problema.	13
1.2 Pregunta de investigación.	14
1.3 Justificación.	14
1.4 Objetivos de la investigación.	15
1.4.1 Objetivo general.	15
1.4.2 Objetivos específicos.	15
1.5 Hipótesis.	16
1.5.1 Hipótesis de investigación.	16
1.5.2 Hipótesis nula de investigación.	16
1.6 Limitaciones	17
Capítulo 2: Marco teórico.	19
2.1 Estrés.	19
2.2 Síndrome de burnout	21
2.3 Síntomas del Burnout	23
2.4 Burnout en profesionales docentes	24
2.5 Burnout en estudiantes universitarios	26
2.6 Prácticas profesionales universitarias de Pedagogía en educación física y Salud	28
Capítulo 3: Marco metodológico.	30
3.1 Metodología.	30
3.2 Diseño.	31
3.3 Método.	32
3.4 Muestreo.	32
3.5 Muestra.	33

3.6 Técnica y estrategia.	33
3.6.1 Aplicación.	34
3.6.2 Validación.	34
- Tabla N°1: Alfa de cronbach del cuestionario modificado.	34
- Tabla N°2: Alfa de cronbach del cuestionario original.	34
3.6.3 Instrumento de medición.	35
- Tabla N°3: Puntuación según cada dimisión.	35
- Tabla N°4: Rango de puntuación de 1 a 7.	36
3.6.4 Valoración de puntuación.	36
- Tabla N°5: Media según dimensión.	36
3.6.5 Materiales.	37
3.7 Variables.	37
Capítulo 4: Análisis de datos.	39
4.1 Descripción de la población.	39
4.1.1 Según género.	39
- Tabla N°1: Género.	39
- Gráfico N°1: Género.	39
4.1.2 Según edad.	40
- Tabla N°2: Edad.	40
. Tabla N°3: Rango de edad.	41
- Gráfico N°2: Edad.	41
4.1.3 Según nivel.	42
- Tabla N°4: Nivel.	42
- Gráfico N°3: Nivel.	42
4.1.4 Según práctica.	43
- Tabla N°5: Práctica.	43
- Gráfico N°4: Práctica.	43
4.2 Análisis escala M.B.I.	44
4.2.1 General M.B.I.	45
- Tabla N°6: Análisis general M.B.I.	45
- Gráfico N°5: Media general M.B.I.	45

- Gráfico N°6: Porcentaje según dimensión.	45
4.2.2 Escala M.B.I según variable de género.	46
4.2.2.1 Dimensión cansancio emocional.	47
- Tabla N°7: Cansancio emocional según género.	47
- Gráfico N°7: Media cansancio emocional según género.	47
4.2.2.2 Dimensión despersonalización.	47
- Tabla N°8: Despersonalización según género.	47
- Gráfico N°8: Media despersonalización según género.	48
4.2.2.3 Dimensión realización personal.	48
- Tabla N°9: Realización personal según género.	48
- Gráfico N°9: Media realización personal según género.	48
4.2.3 Escala M.B.I. según variable de edad.	49
4.2.3.1 Dimensión cansancio emocional.	49
- Tabla N°10: Cansancio emocional según edad.	49
- Gráfico N°10: Media cansancio emocional según edad.	49
4.2.3.2 Dimensión despersonalización.	50
- Tabla N°11: Despersonalización según edad.	50
- Gráfico N°11: Media despersonalización según edad.	50
4.2.3.3 Dimensión realización personal.	51
- Tabla N°12: Realización personal según edad.	51
- Gráfico N°12: Media realización personal según edad.	51
4.2.4 Escala M.B.I. según variable de nivel.	52
4.2.4.1 Dimensión cansancio emocional.	52
- Tabla N°13: Cansancio emocional según nivel.	52
- Gráfico N°13: Media cansancio emocional según nivel.	52
4.2.4.2 Dimensión despersonalización.	53
- Tabla N°14: Despersonalización según nivel.	53
- Gráfico N°14: Media despersonalización según nivel.	53
4.2.4.3 Dimensión realización personal.	54
- Tabla N°15: Realización personal según nivel.	54
- Gráfico N°15: Media realización personal según nivel.	54

4.2.5 Escala M.B.I. según variable de práctica.	55
4.2.5.1 Dimensión cansancio emocional.	55
- Tabla N°16: Cansancio emocional según práctica.	55
- Gráfico N°16: Media cansancio emocional según práctica	55
4.2.5.2 Dimensión despersonalización.	56
- Tabla N°17: Despersonalización según práctica.	56
- Gráfico N°17: Media despersonalización según práctica.	56
4.2.5.3 Dimensión realización personal.	57
- Tabla N°18: Realización personal según práctica.	57
- Gráfico N°18: Media realización personal según práctica.	57
4.3 Diferencias significativas	58
4.3.1 Diferencia significativa según género	58
- Tabla N°19: Diferencia significativa según género en la dimensión de despersonalización	58
4.3.2 Diferencia significativa según practica	59
- Tabla N° 20: Diferencias significativas según prácticas.	59
4.3.3 Diferencia significativa según edad	59
- Tabla N°21: Anova de un factor según variable de edad.	60
- Tabla N°22: Diferencia significativa según variable de edad.	60
4.3.4 Diferencia significativa según nivel	61
- Tabla N°23: Descripción según nivel y dimensión.	61
- Tabla N°24: Comparación según nivel y dimensiones.	61
4.4 Burnout presente	62
- Tabla N°25: Porcentaje de casos de burnout	62
Capítulo 5: Discusión y conclusiones.	64
5.1 Discusiones.	64
5.2 Proyecciones	66
5.3 Conclusión	67
Bibliografía.	68
Anexos.	73

## Resumen

El objetivo de la presente investigación fue analizar la presencia de las dimensiones del Síndrome de Burnout en los estudiantes que se encuentren desarrollando sus prácticas intermedias y profesionales en la carrera de Pedagogía en Educación Física de la Universidad Católica Silva Henríquez.

Este estudio tiene un enfoque cuantitativo con un método descriptivo no experimental, la muestra está constituida por 117 estudiantes de tal universidad, donde se ejecutó el cuestionario Maslach Burnout Inventory (Modificado) el cual mide las dimensiones de agotamiento emocional, despersonalización y realización personal, se utilizaron parámetros basados en rangos (Bajo - Medio - Alto), cuyo resultado es que los estudiantes no presentan indicadores altos de burnout, pero sí logran presentar diferentes sintomatologías del síndrome, en diferentes variables correlacionadas entre sí, tales como el género (masculino y femenino), nivel de práctica (Intermedia y Profesional) y según el nivel institucional (800 - 900 - 1000). El trabajo de recolección de datos se realizó durante el segundo semestre académico del año 2019.

Esta investigación marca un precedente sobre los estudiantes de esta carrera y universidad, anteriormente se hizo este estudio, pero en los docentes de la escuela de educación física debido a que es la primera investigación de esta índole en su población. es por esto por lo que el objetivo del estudio es analizar la manifestación de las dimensiones del burnout en los estudiantes practicantes de la carrera, con el fin de poder iniciar estudios sobre el burnout académico dentro de la universidad, lo que puede dejar una gran ayuda para mejorar el manejo del estrés en el estudiantado.

## Abstract

The objective of this research was to analyze the presence of the dimensions of Burnout Syndrome in students who are developing their intermediate and professional practices in the Physical Education Pedagogy of the Silva Henríquez Catholic University. This study has a quantitative approach with a non-experimental descriptive method, the sample is made up of 117 students from such a university, where the Maslach Burnout Inventory (Modified) questionnaire was run, which measures the dimensions of emotional exhaustion, depersonalization and personal fulfillment. they used parameters based on ranges (Low - Medium - High), whose result is that the students do not present high indicators of burnout, but if they manage to present different symptoms of the syndrome, in different variables correlated with each other, such as gender (male and female ), level of practice (Intermediate and Professional) and according to the institutional level (800 - 900 - 1000). The data collection work was carried out during the second semester of the year 2019. This research marks a precedent for the students of this career and university, this study was previously done, but in the teachers of the physical education school because it is the first such investigation in its population. This is why the objective of the study is to analyze the manifestation of the dimensions of burnout in the students practicing the race, in order to be able to initiate studies on academic burnout within the university, which can leave a great help to improve stress management in students.

## Introducción

En la actualidad el síndrome de burnout, también conocido como síndrome de agotamiento físico y mental, fue utilizado por Freudenberg en 1974 para referirse a la situación que experimentan aquellos profesionales que trabajan en algún tipo de institución cuyo objeto de trabajo son personas, señaló también que estos profesionales les llega un momento en que fallan, se agotan o se quedan exhaustos emocionalmente debido a que se implican excesivamente en su trabajo y sufren manifestaciones de estrés, llegando a ser infelices para realizar el desempeño adecuado. Lo que conlleva al interés de abrir nuevas investigaciones no solo en el ámbito laboral, sino también en el ámbito académico, ya que, al ser el inicio a la nueva generación de profesionales, es importante la realización de investigaciones que comienzan desde los inicios de la formación de los estudiantes universitarios. (Saborio & Hidalgo, 2015)

Durante el proceso formativo muchos de los estudiantes logran desarrollar las competencias necesarias en su proceso de formación académica que favorecen el logro de sus objetivos, sin embargo, otros jóvenes presentan dificultades que sólo se registran en indicadores tales como; reprobación de asignaturas académicas, atrasos en las prácticas profesionales y un elevado porcentaje de abandono académico según Seguel & Valenzuela, (2016), en esta última situación, los estudiantes generalmente experimentan una alta carga de estrés durante su proceso formativo. Algunos de ellos logran identificar estrategias para afrontar las exigencias académicas, mientras que otros no lo consiguen, y llegan a sentirse superados emocionalmente, sin encontrar vías de escape para mejorar la problemática, lo que trae como consecuencia formas de afrontamiento poco apropiadas para la situación, como el abandono o deserción de la profesión. En base a lo anterior, es que en la siguiente investigación se dará énfasis al estudio del síndrome de Burnout en los estudiantes de la carrera de Pedagogía en Educación Física, que se encuentren cursando sus práctica intermedia y profesionales, para identificar si existe presencia simultánea de estas manifestaciones conocidas como "síndrome de burnout académico".

El estudio del burnout en estudiantes universitarios es una línea de investigación novedosa y muy reciente, por lo mismo es que el siguiente estudio será dirigido a la incidencia del síndrome en las prácticas profesionales e intermedia de los estudiantes de Pedagogía en Educación Física de la Universidad Católica Silva Henríquez.

## CAPÍTULO I

## **1 Planteamiento del problema**

### **1.1 Antecedentes del problema**

Según Palacio, Caballero, González, Gravini, & Contreras (2012), los estudiantes universitarios están expuestos a múltiples demandas dadas por el contexto educativo en el cual el aprendizaje y el rendimiento académico se constituyen en fuentes de estrés, que a menudo dan lugar a sensaciones de intensa tensión en ellos, llamándolo estrés académico, seguidamente, este autor nos dice que durante el último tiempo existen distintas problemáticas en salud mental que afectan a nuestra sociedad, el estrés es aquel que posee mayor predominio dentro de estas.

En el estudio realizado por Castro Bastidas, Ceballos, & Delgado (2011), en estudiantes de pregrado se observa que el componente de agotamiento emocional posee una correlación fuerte y con una prevalencia del Síndrome de Burnout está presente en el 15,5% de la muestra total, relacionándose con problemas psicológicos que padecen los estudiantes tales como trastornos de ansiedad, estrés académico, temor a la evaluación y tensión asociada a las situaciones académicas, donde se requiere retener una gran cantidad de información en periodos cortos de tiempo.

En este sentido Barraza Macías (2009), nos refiere a que un individuo que se encuentra en constante desequilibrio frente a las demandas y exigencias de la vida, genera un agotamiento constante expresado al somatizarse en emociones de temor, ansiedad, irritabilidad, deserción laboral o académica, no obstante, este autor nos refiere que, en este estudio, la muestra presenta un nivel leve de este síndrome.

Para Gil-Monte (2003), el Síndrome de burnout no es conceptualizado como una forma particular de estrés, sino más bien como una respuesta al estrés laboral crónico que ocurre con frecuencia en los profesionales de las organizaciones de servicios que trabajan en contacto directo con los usuarios de tales entidades.

Rosales Ricardo & Rosales Paneque (2013), nos expone que hoy en día las instituciones de educación superior suelen ser lugares altamente estresantes. En dichas instituciones, los alumnos se enfrentan de manera cotidiana a una serie de demandas que bajo su propia valoración se constituyen en situaciones generadoras

de estrés. Cuando son prolongadas y frecuentes, estas situaciones pueden conducir al síndrome de burnout.

En el ámbito estudiantil, quienes están más predispuestos son las carreras enfocadas al contacto directo con personas, en este caso la Pedagogía en Educación Física, sería una de las más afectadas, debido a que, al trabajar con un gran número de menores de edad, existe un alza de factores de riesgo, como el estrés, lo cual podría afectar e influir desde la formación académica, hasta el momento de enfrentarse a las prácticas profesionales, ya que sin importar la preparación teórica surgen niveles de estrés, al encontrarse con una nueva realidad y sus limitaciones, sintiendo miedo de no actuar de la forma correcta y así poder causar daños incorregibles por la falta de experiencia, lo cual va en aumento generando una inestabilidad emocional, sin considerar el no poder responder de manera adecuada ante las otras cargas académicas que son parte de la malla curricular, lo que desencadenaría en bajas calificaciones, problemas interpersonales, sociales, y problemáticas propias de cada individuo. Todo esto podría desencadenar el Síndrome de Burnout en los estudiantes.

## **1.2 Pregunta de investigación**

¿Los estudiantes de la Carrera de Pedagogía en Educación Física y Salud de la Universidad Católica Silva Henríquez, padecen del Síndrome de Burnout durante las prácticas intermedia y profesionales?

## **1.3 Justificación**

Ver el rol del profesor en la actualidad, es ver una realidad con un déficit en muchos aspectos, donde este cumple una función fundamental en el proceso de enseñanza de las nuevas generaciones.

En este contexto Cárdenas Rodríguez, Méndez Hinojosa, & González Ramírez, (2014) hablan de que el profesorado tiene que estar en una constante entrega laboral y desempeño, ya que fuera de las horas de aula ellos tienen que planificar clases, unidades, atender apoderados, crear evaluaciones, y así también organizar estrategias didácticas en función del buen ambiente y aprendizaje.

Durante el último tiempo existen distintas problemáticas en salud mental que afectan a nuestra sociedad, donde el estrés es una arista dentro de esta. Quaa (2006), nos muestra que los profesores universitarios de la región de Valparaíso, muestran una población sana respecto a los índices de baja despersonalización y un elevado logro personal, a su vez se presenta un grado leve a moderado de agotamiento emocional, principalmente en mujeres.

Al mismo tiempo Darrigrande Osorio y otros (2009), nos muestra que profesores de colegios privados y liceos técnicos de Santiago de Chile, presentan importantes niveles de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal en el trabajo, siendo la prevalencia del síndrome baja, con esto podemos identificar la presencia de indicadores de Burnout dentro del contexto actual de nuestra sociedad, entonces ¿Qué es lo que pasa en nuestro contexto académico dentro de la universidad?

En el estudio realizado el año 2018 por Céspedes, Celedon, & Rubio (2018), a profesores de la facultad de Educación en Ciencias del Movimiento de la Universidad Católica Silva Henríquez, muestran indicadores de prevalencia sobre dicho síndrome, con esto nace la importancia de realizar estudios dentro de los estudiantes próximos a salir de dicha carrera, pudiendo identificar la presencia de dichos niveles en una población que se inicia en un contexto docente.

## **1.4 Objetivos de la Investigación**

### **1.4.1 Objetivo general**

- Analizar existencia del síndrome de burnout en los estudiantes que se encuentren desarrollando sus prácticas intermedia y profesionales en la carrera de pedagogía en educación física de la Universidad Católica Silva Henríquez, mediante el cuestionario Maslach Burnout Inventory modificado.

### **1.4.2 Objetivos específicos**

- Identificar la presencia de indicadores de despersonalización, realización profesional y agotamiento emocional en los estudiantes en prácticas intermedia y profesionales de la carrera de Pedagogía en educación Física.

- Reconocer niveles de Síndrome de Burnout presente en los estudiantes que se encuentren realizando sus prácticas según los niveles institucionales de la Universidad Católica Silva Henríquez.
- Relacionar entre las dimensiones agotamiento emocional, despersonalización y realización personal, en las poblaciones de estudiantes que estén en las prácticas intermedia y profesional según edad y género.
- Comparar las dimensiones de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización profesional en las poblaciones de estudiantes que se encuentren desarrollando su práctica intermedia con los estudiantes que estén impartiendo sus prácticas profesionales de la carrera de pedagogía en educación física de la Universidad Católica Silva Henríquez.

## **1.5 Hipótesis**

### **1.5.1 Hipótesis de Investigación**

Los estudiantes de la carrera de Pedagogía en Educación Física de la Universidad Católica Silva Henríquez, que se encuentran cursando prácticas profesionales, están sometidos a constantes situaciones de estrés, lo que supera sus recursos psicológicos generando el Síndrome Burnout.

### **1.5.2 Hipótesis Nula de Investigación**

Los estudiantes de la carrera de Pedagogía en Educación Física de la Universidad Católica Silva Henríquez, que están cursando prácticas intermedia y profesionales, no se encuentran sometidos a constantes situaciones de estrés, lo que no genera un alto índice en las dimensiones del síndrome de burnout y siendo inexistente dicho síndrome.

## **1.6 Limitaciones.**

La realización de la presente investigación, trajo consigo diferentes problemáticas para la ejecución de esta, una de las primeras limitantes que tuvimos es que, al realizar la aplicación del instrumento de recogida de información vía correo electrónico, se obtuvo una respuesta fue baja, por esto se tomó la decisión de realizarla de forma presencial, a partir de este punto, se presentaron nuevas limitaciones en la aplicación de dicho instrumento, partiendo por la impresión de los cuestionarios, realizándose en las instalaciones de la universidad. Otra limitante fue la asistencia de los estudiantes a las reuniones de practica de las diferentes secciones tanto de intermedia como profesional, para esto se decidió dividir la distribución de los cuestionarios en las diferentes secciones.

Por último, en el análisis de datos se nos presentó la limitante del uso del sistema estadístico SPSS, debido al poco conocimiento de este, se recurrió a tutoriales online.

## CAPÍTULO II

## 2 Marco teórico

Resulta primordial hacer una referencia teórica, para abordar los elementos centrales del estudio, pudiendo identificar los diferentes indicadores de la escala Maslach Burnout Inventory (M.B.I), exponiendo una serie de supuestos que ayudan a entender la problemática planteada en la investigación.

Como establece Maslach, Jackson, & Leiter (1986), el Síndrome de Burnout es una manifestación que provoca malestar dentro de la población de trabajadores, clientes y sobre todo en los profesionales asistenciales, como lo son servicios de salud, servicios sociales, servicios de salud mental, servicios de justicia y de educación.

### 2.1 Estrés

El término estrés se ha convertido en una de las palabras más utilizadas por los diferentes profesionales, como en el lenguaje del común, la literatura muestra una gran riqueza en conceptualización partiendo de la definición general, definido como un desequilibrio entre las demandas propias del ambiente y en los recursos con los que cuenta el individuo para dar respuesta a estas demandas, por tanto se comprende como una relación del individuo con el entorno que se evalúa por el primero como amenazante o de peligro para su bienestar (Botero, 2012).

Según la Real Academia Española definen estrés como la tensión provocada por situaciones agobiantes que originan manifestaciones psicósomáticas o trastornos psicológicos, a veces, graves.

A su vez, Román, Gelpi, Cano, & Romero (2008) definen a este como un estado de tensión física y psicológica que se produce cuando existe un desequilibrio entre las demandas del medio y los recursos de la persona para hacerle frente, definiendo varios aspectos que es necesario tener en cuenta para una adecuada comprensión del mismo:

- **Aspecto situacional:** este es de carácter situacional, es decir, que los niveles de estrés dependen de la situación en la cual se encuentre el individuo, no siendo los mismos niveles para todas las vivencias que se nos presentan.

- **Aspecto individual:** existen diferencias individuales que se asocian con unos mayores niveles de estrés, dependiendo de los recursos psicológicos de la persona.
- **Aspecto de inestabilidad temporal:** los niveles de estrés van variando de un momento a otro, siendo el resultado de la interacción del individuo y la situación.
- **Aspecto de dimensionalidad:** en una misma situación, los diferentes actores presentaran niveles de estrés propios de la función de esa persona en dicha situación, variando a lo largo del tiempo.

El término estrés se ha utilizado históricamente para denominar realidades muy diferentes, siendo un concepto complejo, vigente e interesante. Por tal razón Martínez & Díaz (2007) sostienen que el fenómeno del estrés se lo suele interpretar en referencia a una amplia gama de experiencias, entre las que figuran el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, la inquietud y otras sensaciones similares, como la desmesurada presión escolar, laboral o de otra índole. Igualmente, se lo atribuye a situaciones de miedo, temor, angustia, pánico, afán por cumplir, vacío existencial, celeridad por cumplir metas y propósitos, incapacidad de afrontamiento o incompetencia interrelacionar en la socialización, sobre todo cuando se dan en un contexto socioeducativo.

Según Molina, Gutierrez, Hernández, & Contreras (2008), en términos generales, un estrés es una situación que perturba la homeostasis, lo que puede ser percibido como un peligro real o aparente, produciendo la activación del sistema nervioso vegetativo y ciertos procesos del sistema nervioso central. Donde el ambiente en el cual se encuentre afecta a individuos vulnerables.

A su vez, Montero (2016) plantea que una persona será psicológicamente vulnerable en términos de estrés a una situación particular, si no posee suficientes recursos de afrontamiento para manejarla adecuadamente, y al mismo tiempo, les concede una importancia considerable a las consecuencias de un manejo inadecuado.

El agotamiento de los recursos para cumplir con las actividades puede aumentar la sensación de estrés hasta ocasionar burnout según Crawford, LePine, & Rich (2010).

Aunque según Escriba, Artazcoz, & Perez (2008) no se dispone de una definición unánimemente aceptada de burnout o desgaste profesional, este concepto se refiere a un tipo de estrés generalmente vinculado a las profesiones asistenciales, representando los trabajadores sanitarios y educacionales como unos de los más afectados. Por esta razón es que cuando los individuos han estado expuestos al estrés de manera sostenida, el sujeto presenta un deterioro físico, cognitivo y un desgaste psicológico asociado a un agotamiento emocional, disminución del desempeño laboral e incluso cambios conductuales negativos o de riesgo, es a esto lo que se denomina Síndrome de Burnout.

## **2.2 Síndrome de Burnout**

El concepto de Burnout fue utilizado por primera vez en el ámbito de la psicología por Freudenberg (1974), psicólogo que lo definió como un estado de fatiga o frustración que se produce por la dedicación a una causa, forma de vida o relación que no produce el esperado esfuerzo. Ya en 1981 la psicóloga Cristina Maslach lo reestructura como la pérdida gradual de la preocupación y de todo sentimiento emocional hacia las personas con las que se trabaja, que conlleva a un aislamiento o deshumanización y lo caracteriza como un estrés que trasciende en tres dimensiones (Agotamiento emocional, Despersonalización y Realización personal) con distinta intensidad, que dependerá de las características personales del sujeto. Más tarde, Maslach y Jackson (1986) propusieron tres dimensiones interrelacionadas: el cansancio emocional (CE), la despersonalización (DP) y la realización personal (RP). Estas dimensiones se integran en el cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) que se utiliza para medir dicho síndrome (Carlin & Garces, 2010)

En otros estudios realizados por Quigley, Slack, & Smith (1987) se encontró que existía relación entre el sexo de los profesores y entrenadores deportivos, su edad,

la valoración negativa del apoyo administrativo, la compensación, reconocimiento y gratificación con altos niveles de Burnout.

García (2000), definió el burnout como el impacto de la percepción de estrés sostenido durante años de trabajo, por una persona, que se refleja en el estado emocional, despersonalizando, agotándose y reduciendo su percepción personal.

Este Síndrome fue declarado en el año 2000 por la Organización Mundial de la Salud como un factor de riesgo laboral por su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso poner en riesgo la vida. Más aún, en personas en contacto directo con otros tales como Pedagogía. A pesar de no ser reconocido por la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-10), ni por el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-IV V) como entidad, es conocida la capacidad que posee de afectar la calidad de vida de los individuos que lo sufren (inclusive puede provocar suicidio en los casos más graves), por lo que es vital entenderlo para poder prevenirlo y tratarlo (Saborio & Hidalgo, 2015)

Según las especialistas en psicología de la salud, Maslach y Jackson (1981), para diagnosticar un proceso de burnout es necesaria la presencia de tres manifestaciones que pueden aparecer de manera paulatina y secuencial, presentándose con distintos niveles de intensidad de acuerdo a las características personales de cada trabajador/a.

- Agotamiento emocional que se expresa en la pérdida paulatina del agrado por la tarea que se realiza. Una sensación de cansancio e incluso disgusto por el trabajo. En esta etapa las personas intentan modificar por sí mismas las sensaciones negativas, sin embargo, no encuentran respuestas adecuadas.
- Despersonalización manifestada a través de cambios en las relaciones con los/as consultantes. Se caracteriza por el desinterés, la pérdida de empatía e incluso la culpabilización. Así, se afecta la calidad de la atención y dedicación a las personas, predominando en el/la trabajador/a una baja en su estado de ánimo (ánimo depresivo) y sentimientos hostiles.

- Pérdida de la realización personal en la que se produce una sensación cada vez más generalizada de que no tiene sentido implementar cambios, pues no se pueden mejorar las cosas. De esta manera se pierde la ilusión y el idealismo respecto al propio trabajo.

Cada una de estas manifestaciones por sí sola indica la presencia de desgaste laboral. Cuando se dan simultáneamente y permanecen por un largo tiempo estamos frente a un proceso más perturbador, que podría terminar en burnout.

### **2.3 Síntomas del Burnout**

El Burnout aparece como la exposición prolongada en el tiempo ante eventos estresantes. Los síntomas en general que se han reportado en la literatura son los siguientes, acorde con Quiceno y Alpi (2007). ( citado por Cárdenas, Méndez & González, 2014).

- A nivel somático: Fatiga crónica, cansancio, frecuentes dolores de cabeza, espalda, cuello y musculares, insomnio, alteraciones respiratorias, alteraciones gastrointestinales, hipertensión, etc.
- A nivel conductual: Comportamiento suspicaz, y paranoide, inflexibilidad y rigidez, incapacidad para estar relajado, superficialidad en el contacto con los demás, aislamiento, actitud cínica, incapacidad de poder concentrarse en el trabajo, quejas constantes, comportamientos de alto riesgo como conductas agresivas, ausentismo, consumo de sustancias psicoactivas, tranquilizantes y barbitúricos.
- A nivel emocional: Agotamiento emocional, expresiones de hostilidad, irritabilidad y odio, dificultad para controlar y expresar emociones, aburrimiento, impaciencia e irritabilidad, ansiedad, desorientación y sentimientos depresivos.

- A nivel cognitivo: Baja autoestima, baja realización personal en el trabajo, impotencia para el desempeño del rol y fracaso profesional.

Cuando el padecimiento del síndrome persiste por un largo período de tiempo, muy probablemente, tendrá consecuencias nocivas para la salud del individuo, mientras que en la organización se presentarán bajos índices de motivación laboral, aunado a un déficit en el rendimiento de la producción y la calidad productiva (Pardo, Aranda, Aldrete , Flores & Pozos, 2006)

#### **2.4 Burnout en profesionales docentes.**

Según Buzzeti (2005) las profesiones más afectadas por estrés laboral o también conocido como Síndrome de Burnout, son las que tienen directa relación con el servicio y prestación de ayuda, destacándose principalmente como una de ellas, la docencia.

Los docentes educadores o profesionales de la educación se sitúan en consecuencia, como una de las profesiones de más alto riesgo, esto se debe a que los profesores deben estar preparados para enfrentar la desmotivación del alumnado, la presión de padres y/o apoderados e incluso, lidiar con la falta de recursos para solucionar los problemas y conflictos de grupos (Silva, Quintana, Jimenez, & Rivera, 2005).

Además, en esta profesión, existen determinantes fundamentales que causan el síndrome del Burnout, tales como, conflicto de roles, políticas inconsistentes y confusas respecto de la conducta de los estudiantes, la sobrecarga de trabajo, el ambiente de la clase, la escasa o nula participación en la toma de decisiones y el apoyo social recibido por parte de compañeros y supervisores (Buzzetti, 2005).

Asimismo, Marrau (2004) comenta que no todas las funciones de los profesores se realizan en la institución y en el horario de clases, muchas veces ocurre que, los docentes extienden en su hogar la jornada laboral, terminando o planificando actividades para sus estudiantes.

Esta situación de riesgo se ve evidenciada en la investigación desarrollada por Casen (2000), en donde los profesionales de la educación chilena obtuvieron un 65.5% en el deterioro de su salud mental (INE, 2006). Además, Buzzetti (2005), halló que un gran número de profesores chilenos son afectados por el síndrome del Burnout, con una prevalencia entre un 20% y 60%. Del mismo modo se realizó un estudio a docentes de la ciudad de Chillán, el cual arrojó que el 15.7% de los profesores, presentó un nivel intermedio de Burnout y un 12.7% un nivel alto del mismo síndrome (Silva & cols., 2005). Otro estudio se efectuó en Limache el que indicó la presencia de un 24% de Burnout en el profesorado, un 56% propenso al Burnout y un 20% sano (Molina & Real, 1999). Del mismo modo Goulart y Novaes (2008) en un estudio que se ejecutó a 175 profesores de escuelas públicas brasileñas reveló que el 56,6% de éstos, presentaban síntomas de desgaste físico constante, cansancio excesivo e irritabilidad entre otros. (Jimenez, Jara, & Miranda Celis, 2012)

Considerando la realidad y situación de esta problemática, es que se ha decidido estudiarla como variable principal. Maslach y Jackson (1986) revelaron que el estrés asociado a este tipo de activación podía tener consecuencias dañinas y debilitantes para los individuos incluyendo a la organización en la cual se encontraban insertos laboralmente. Del mismo modo, identificaron que este síndrome era un proceso de estrés crónico por contacto que se compone de tres grandes dimensiones: Agotamiento Emocional, Despersonalización y la dimensión Realización Personal o Logro. Sin embargo, la pérdida de esta última dimensión provoca una percepción de que las posibilidades de realización en el trabajo han disminuido considerablemente, junto con la sensación de fracaso y baja autoestima e insatisfacción con sus resultados profesionales propuesto por Ortega (citado por Montoya & Moreno, 2012) .La adecuada motivación y el bienestar de los profesores son factores psicológicos necesarios para tener un correcto rendimiento profesional. En este sentido, los bajos niveles de motivación y malestar docente se relacionan con consecuencias negativas como descenso en la calidad de la enseñanza (Maslach & Leiter, 2005), absentismo, falta de preparación de las clases, bajos niveles de empatía hacia los alumnos y también hacia los otros docentes del

establecimiento educativo, asimismo teniendo un escaso compromiso con la profesión docente (Burke, Greenglass, & Schwarzer, 1996)

El análisis de la salud psicológica de los profesores resulta especialmente necesario en el caso de los docentes de educación física (EF), ya que por la índole de su asignatura según Sanches Llull (2013) se encuentran expuestos a fuentes de estrés adicional, inclusive más que las materias de carácter conceptual.

Así, Sáenz-Lopez, Almagro, & Ibáñez (2011) proponen que el constante movimiento del estudiantado en clase, el bajo estatus social entre la sociedad docente o la falta de instalaciones adecuadas, e implementaciones correspondientes para la realización de su clase pueden derivar en un descenso de la motivación y la aparición del agotamiento físico y mental entre estos profesionales.

## **2.5 Burnout en estudiantes universitarios**

En el contexto académico, el burnout en los estudiantes (burnout académico) ha sido una variable utilizada para operacionalizar el bienestar psicológico relacionado con los estudios (Bresó, 2008); y se entiende como una consecuencia y respuesta al estrés crónico vinculado al rol, la actividad y el contexto académico, de carácter maligno, insidioso y que puede afectar el desarrollo, el compromiso y la satisfacción de los estudiantes con su formación y vida académica, además de su salud psicosocial (Palacio, Caballero, González, Gravini, & Contreras, 2012).

El síndrome de burnout es uno de los principales problemas psicológicos en el ámbito laboral, inicialmente ha sido estudiado en contextos asistenciales en donde los trabajadores tienen contacto directo con las personas, luego se pasó a estudiarlo en otros contextos laborales, sin embargo muy recientemente se vio la necesidad de investigar dicho síndrome en contextos no laborales, ya que, los retos y demandas no solo se remiten a los trabajadores, sino también a personas como los estudiantes universitarios quienes se ven enfrentados a diferentes exigencias propias del contexto educativo, en el trabajo de (Pines, 1981), que ubica este síndrome tanto en trabajadores como en personas que no lo son, pero se ven enfrentadas a otro tipo de exigencias que dan lugar a desarrollar el síndrome de burnout (Barrazas, 2008)

En recientes investigaciones se considera que los estudiantes llegan a padecer o manifestar el síndrome de burnout; desde el enfoque teórico conceptual de (Pines 1981), se afirma que este síndrome se desarrolla por personas que no están expuestos al medio laboral, en este caso los estudiantes universitarios quienes se ven enfrentados a otros tipos de demandas (Barraza, Gutiérrez, & Ceniceros, 2009).

Lo anterior, según Vélez & Roa (2005), sustentado en que las persona que comienzan una carrera superior se enfrentan a una responsabilidad mayor, cursos y docentes que les exigen y asignan diversas actividades, como sustentar trabajos grupales, presentar informes, llevar a cabo prácticas, trabajos de investigación y exámenes con una exigencia elevada; todos estos elementos constituyen situaciones de evaluación y es importante que sean exitosas, pues facilitan el paso al siguiente semestre o una entrada más rápida a la vida profesional.

En este sentido, el estudiante universitario se expone a un sin número de retos, decisiones, problemas y exigencias de diferente índole proporcionados por el contexto educativo, en donde la formación, el aprendizaje y el rendimiento académico son aspectos que pueden constituirse en fuentes de estrés cuando el estudiante no se logra adaptar a los eventos de estrés, podría desencadenar sensaciones de no poder dar más de sí mismo (agotamiento) y responder con una actitud negativa de autocrítica, desvalorización y pérdida del interés en valor y trascendencia del estudio (cinismo), lo cual podría incrementar sus dudas acerca de la capacidad para realizarlo (autosuficiencia personal) (Gil-Montes, 2001); estas manifestaciones son un indicador claro de burnout y generan un impacto negativo no solo en la salud (Viñas y Chaparrós, 2000), sino también en el rendimiento académico de dichos estudiantes (Caballer D., Abello LL., & Palacios S., 2007).

De esta manera la población estudiantil universitaria es vulnerable al desarrollo al síndrome de burnout, además este síndrome de quemarse por los estudios podría ocasionar depresión, malestar psicosocial, e incluso los abandonos de los mismos (Salanova, Cifre, Grau, Llorens, & Martínéz, 2005)

## **2.6 Prácticas profesionales universitarias de Pedagogía en Educación Física.**

Las prácticas profesionales son definidas como el ejercicio de cualquier arte o facultad conforme a sus reglas; aquello que se organiza bajo la dirección de un maestro y que, por cierto, tiempo, tienen que realizar algunas profesiones para habilitarse y poder ejercer públicamente su profesión. Dentro de las situaciones estresantes a la que se ven enfrentados los estudiantes de Pedagogía en Educación Física y Salud encuentran estas actividades prácticas, que son parte fundamental de la formación de los futuros profesionales. Se realizan en instituciones educativas públicas o privadas, reconocidas por el Ministerio de Educación (Mineduc) con alumnos reales supervisados por profesionales asignados por la coordinación de prácticas, que a su vez son tutores docentes del estudiante. Los individuos en estas instancias interrelacionan contenido teórico-práctico. Se destacan no solamente el aprendizaje teórico, sino que también se estimula al estudiante a la toma de decisiones, a hacer observaciones, a percibir relaciones y a trabajar con indagaciones (Seguel & Valenzuela, 2016)

Implica también la capacidad de adaptación unida a un óptimo aprendizaje, lo que se hace dificultoso, por el escaso tiempo y las extensas cargas académicas sumado a variables sociodemográficas de cada individuo lo que puede provocar mucho malestar, frustración, estresando al sujeto, en casos más extremos provocando reprobación o deserción estudiantil (valenzuela, 2016).

## CAPÍTULO III

### **3 Marco Metodológico**

#### **3.1 Metodología**

El enfoque utilizado en esta investigación es de tipo cuantitativo ya que se busca cuantificar y aportar evidencias a través del análisis numérico de los resultados obtenidos a través del instrumento de medición estandarizado (Gómez, 2016).

El instrumento de recogida de datos será el cuestionario de Maslach Burnout Inventory (modificado), el que abarcará un número específico de estudiantes de la Universidad Católica Silva Henríquez que se encuentran cursando las prácticas intermedia y profesional. Se analizan los datos obtenidos por medio del programa estadístico SPSS utilizando tablas multivariadas para describir los datos ingresados.

Esta opción metodológica busca comparar sujetos de la muestra en las diferentes prácticas que desarrollan en su formación para así poder observar a través de los resultados del cuestionario si la existencia del síndrome de burnout de forma baja, media o alta.

### **3.2 Diseño**

El diseño de la investigación se define como el plan o manejo que se destina al estudio con el propósito de obtener la información necesaria, es decir el instrumento que guía la investigación abarca todo el proceso y las etapas que se caracterizan por determinar la elaboración de la problemática hasta el análisis de resultados requeridos.

El diseño metodológico de la investigación es no experimental ya que no existe una real manipulación de las variables utilizadas como el género, edad, nivel y práctica por lo cual los estudios realizados se observan las manifestaciones de manera independiente, en efecto los resultados de las distintas variables se producen de manera natural dentro del marco de la investigación para poder ejercer un análisis.

El objetivo final de este estudio es estimar la presencia significativa del Síndrome de Burnout en los estudiantes que ejercen la práctica intermedia y profesional en la Universidad Católica Silva Henríquez, sin tener la necesidad o posibilidad de dirigir las variables establecidas por la medición del cuestionario de Maslach Burnout Inventory modificado. Una vez obteniendo los dichos resultados los estudiantes puedan indagar y relacionar las distintas situaciones expuestas ante el Síndrome así en consecuencia tener una completa noción de herramientas y técnicas para afrontar o prevenir el Síndrome de agotamiento físico y mental.

### **3.3 Método**

El método a utilizar en esta investigación es descriptivo, que fundamentalmente tiene énfasis en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo como objeto de estudio y la relación que existe entre estos aspectos para así poder explicar la hipótesis estableciendo su estructura o comportamiento, en donde se desarrolla globalmente el objeto de estudio para describir en efecto su evolución (Fidias G., 2012).

En la investigación se utilizó el diseño de forma transversal, debido a que se realizó dentro de un tiempo determinado en el cual se aplicó el cuestionario de MBI modificado hacia el estudiantado que imparte sus prácticas intermedia y profesional.

Este método busca comparar sujetos de la muestra en las diferentes prácticas que desarrollan en su formación para así poder observar a través de los resultados del cuestionario, si el síndrome de burnout se encuentra presente de forma baja, media o alta.

### **3.4 Muestreo**

La metodología por utilizar es de tipo no probabilístico con muestreo por juicio, ya que no todas las personas de la población tienen la opción de poder ser elegidas para la realización de la investigación. Esto quiere decir que en base al muestreo por juicio los estudiantes seleccionados son escogidos por medio del propio conocimiento y criterio profesional de los investigadores fundamentando el muestreo a través de estudios anteriores o conocimientos previos de la población y su comportamiento.

### **3.5 Muestra**

El universo de la investigación son los estudiantes que cursan prácticas de la Carrera de Pedagogía en Educación Física de la Universidad Católica Silva Henríquez. Según López (2004), la muestra, es un subconjunto que es parte del universo o población en la que se lleva a cabo la investigación, debido a esto la muestra del estudio son los estudiantes de la carrera de pedagogía en Educación Física de la Universidad Católica Silva Henríquez que están desarrollando sus prácticas intermedia y profesionales, dejando fuera los estudiantes de práctica de los deportes.

La muestra está predefinida para que participen solo estudiantes de la Universidad Católica Silva Henríquez de la Carrera de Pedagogía en Educación Física que se encuentran cursando prácticas intermedia y profesional.

Participaron 117 personas, de las cuales el 100 % de las personas encuestas respondieron el cuestionario M.B.I modificado así de esta manera no hubo pérdida muestral. La participación de los estudiantes fue de manera voluntaria y anónima.

### **3.6 Técnica y estrategias**

Para la recopilación de información de datos se utiliza el cuestionario M.B.I que esta modificado y adaptado. El cuestionario nos entregó información sobre las problemáticas y preocupaciones del alumnado con respecto a sus prácticas profesionales ayudando a identificar si está presente el Síndrome de burnout.

Previo a la aplicación de los instrumentos se les entregó un consentimiento informado con el fin de que el participante se informe respecto al proceso de investigación.

### 3.6.1 Aplicación

La aplicación de los instrumentos será a través de la técnica de auto reporte la cual consiste en el sujeto responde el cuestionario de forma online o presencial. Para la distribución del cuestionario en primera instancia se juntó la información de los sujetos que se encontraban impartiendo sus prácticas intermedia y profesionales, este fue entregado por secretaría de estudios en la Universidad Católica Silva Henríquez, siguiente a esto se realizó la distribución del cuestionario MBI modificado para su realización de manera virtual (google encuesta), al obtener los datos en baja cantidad debido al medio online, se decidió realizarlo de manera presencial para obtener la totalidad de la muestra, para esto se consultó a los profesores a cargo de la carga académica de práctica intermedia y profesional un espacio de su reunión para efectuar la encuesta por parte del estudiantado.

### 3.6.2 Validación

Para el estudio de burnout en estudiantes que desarrollan su práctica intermedia y profesional, se utilizó el cuestionario de MBI, debido a que este esta creado para medir a los profesionales de las carreras asistenciales, por lo que se desarrolló una modificación al cuestionario, esto cambiando dos variables, la de “trabajo” por “práctica” y la de “pacientes” por “estudiantes”, este fue validado por dos profesionales en el área de la investigación, el profesor Miguel Barrera y el profesor Fernando Maureira. Bajo su análisis se aceptó la modificación al cuestionario, por medio del sistema estadístico SPSS arrojó un alfa de cronbach de 0.73 lo cual certifica nuestro instrumento de recogida de datos como fiable para su utilización.

Alfa de Cronbach modificado
alfa de Cronbach general obtenido del test: 0,73

Tabla N°1: se muestra el resultado de alfa de cronbach del cuestionario modificado.

Alfa de Cronbach original
alfa de Cronbach general obtenido del test: 0.70

Tabla N°2: se muestra el alfa de cronbach del cuestionario original.

### 3.6.3 Instrumento de medición

El instrumento utilizado para esta investigación es el cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI), el cual fue elaborado en 1981 por Christina Maslach, Psicóloga experta en Burnout, de la Universidad de Berkeley California. Es el más frecuentemente utilizado en estudios, tanto nacionales, como internacionales para poder medir el riesgo psicosocial del Burnout. Pretende medir la frecuencia e intensidad de síndrome de burnout, adaptándose a la población en la cual se encuentra investigando, este instrumento es uno de los más utilizados a nivel mundial para medir el estrés crónico que se desenvuelve en el síndrome de burnout, Esta escala tiene una alta consistencia interna y una fiabilidad cercana al 90%, está constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo y hacia los pacientes y su función es medir el desgaste profesional. El cuestionario Maslach (modificado) se realiza en 10 a 15 minutos y mide los 3 aspectos del síndrome: Cansancio emocional, despersonalización, realización personal. Con respecto a las puntuaciones se consideran bajas las por debajo de 34, altas puntuaciones en las dos primeras subescalas y bajas en la tercera permiten diagnosticar el trastorno.

Mide los 3 aspectos del síndrome de Burnout:

Subescala de cansancio emocional	Subescala de despersonalización	Subescala de realización personal
Valora la evidencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo.  Costa de 9 preguntas: 1,2,3,6,8,13,14,16 y 20  <b>puntuación máxima 63.</b>	Valora el grado en cada uno reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento.  está formado por 5 ítems: 5,10,11,15 y 22  <b>puntuación máxima 35.</b>	Evalúa los sentimientos de autosuficiencia y realización personal en el trabajo  se compone en 8 ítems: 4,7,9,12,17, 18,19 y 21  <b>puntuación máxima 56.</b>

Tabla N°3: Puntuación según cada dimensión, con la puntuación máxima a obtener.

Rango de media de la escala	
1	Nunca
2	pocas veces al año o menos
3	una veces al mes o menos
4	unas pocas vez al mes
5	una vez a la semana
6	pocas veces a la semana
7	todos los días

Tabla N°4: Rango de puntuación de 1 a 7.

### 3.6.4 Valoración de puntuación

Se consideran que las puntuaciones del M.B.I son bajas entre 1 y 33. Puntuaciones altas en los dos primeros y baja en el tercero definen el síndrome.

Este test pretende medir la frecuencia y la intensidad con la que se sufre el Burnout. Las respuestas a las 22 preguntas miden tres dimensiones diferentes: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

Se realizó un análisis muy detallado de la puntuación y resultados para así poder observar si en los estudiantes de Pedagogía de Educación Física de la UCSH presentan o no bajos o altos indicios del síndrome, este ayuda a poder observar nuestros puntos fuertes o débiles de manera de poder tener una idea de cómo estamos llevando la labor en la práctica intermedia y profesional.

	Bajo	Medio	Alto
Cansancio emocional	9 - 27	28 - 35	36 - 63
Despersonalización	5 - 10	11 - 14	15 - 35
Realización personal	8 - 41	42 - 47	48 - 56

Tabla N°5: división de índice de media según dimensión, dividiéndose en los rangos bajo, medio y alto.

### **3.6.5 Materiales**

Los materiales y recursos que se utilizaron para realizar el test:

- Hojas tamaño oficio con la impresión del cuestionario M.B.I y el consentimiento informado.
- Computadores.
- Lápiz.
- Impresoras.
- Transporte público

### **3.7 Variables**

En esta investigación las variables son, agotamiento emocional, despersonalización y realización personal como las dimensiones del síndrome de burnout. A su vez las variables manejadas para realizar la investigación fueron género, edad, nivel y práctica.

- Agotamiento Emocional
- Despersonalización
- Realización Personal
- Género
- Edad
- Nivel
- Práctica

## **CAPITULO IV**

#### 4. Análisis de datos.

A continuación, se presentará los resultados de los datos sobre el síndrome de burnout, recolectados a través de la escala de M.B.I. modificado, asimismo se describe la población encuestada y en sus diferentes variables (género, edad, nivel, práctica) y la diferencia significativa dentro de las variables.

##### 4.1 Descripción de la población.

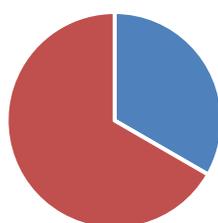
###### 4.1.1 Según género.

Resultados de la descripción según la variable de género, se presenta la tabla n°1 y gráfico n°1.

**Tabla N°1: genero**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Femenino	39	33,3	33,3	33,3
	Masculino	78	66,7	66,7	100,0
	Total	117.	100,0	100,0	

**Grafico N°1: genero.**



■ Femenino ■ Masculino

De un total de 117 encuestados, 39 (33,3%) lo componen mujeres y 78 (66,7%) son hombres.

#### 4.1.2 Según edad.

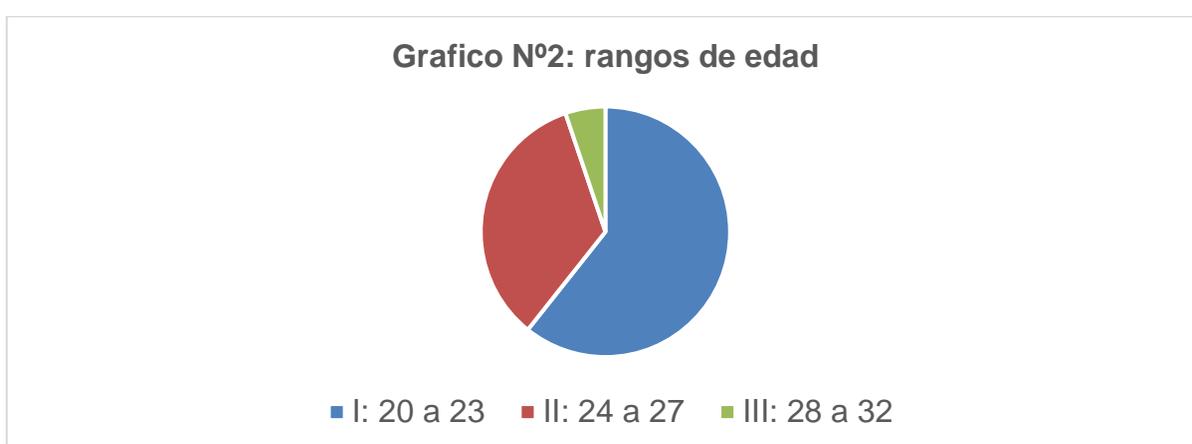
Resultados de la descripción según la variable de edad, se presenta la tabla nº2, tabla nº3 y gráfico nº2.

**Tabla N°2: edad.**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	20	1	,9	,9	,9
	21	11	9,4	9,4	10,3
	22	27	23,1	23,1	33,3
	23	32	27,4	27,4	60,7
	24	21	17,9	17,9	78,6
	25	13	11,1	11,1	89,7
	26	5	4,3	4,3	94,0
	27	1	,9	,9	94,9
	28	1	,9	,9	95,7
	29	1	,9	,9	96,6
	30	3	2,6	2,6	99,1
	32	1	,9	,9	100,0
	Total	117	100,0	100,0	

**Tabla N°3: rango de edad.**

Rango	Frecuencia	Porcentaje
I : De 20 a 23 años.	71	60,7
II : De 24 a 27 años.	40	34,1
III: De 28 a 32 años.	6	5,2



De un total de 117 encuestado, existe una mayor predominancia de sujetos con edad de 22 años (23,1%) y 23 años (27,4%), dividiéndose en tres rangos etarios, donde el primero va desde los 20 a 23 años con un 60,7%, a su vez el segundo rango que va desde los 24 a 27 años correspondiente a un 34,1% y el tercero que va desde los 28 a 32 años con un 5,2% del total de la muestra.

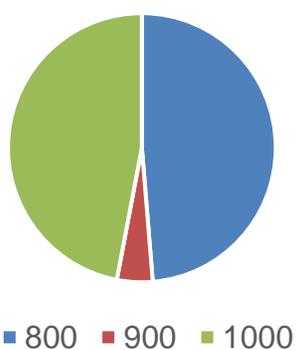
### 4.1.3 Según nivel.

Resultados de la descripción según la variable de nivel de la muestra, se presenta la tabla n°4 y el gráfico n°3.

**Tabla N°4: Nivel.**

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
GVálido 800	57	48,7	48,7	48,7
900	5	4,3	4,3	53,0
1000	55	47,0	47,0	100,0
Total	117	100,0	100,0	

**Gráfico N°3: Nivel.**



De un total de 117 encuestados, se aprecia que el nivel 900 (4,3%), es el que posee menos estudiantes cursando alguna práctica, otro rasgo que nos entregan estos datos son que el nivel 800 (48,7%) y 1000 (47%), son los que poseen los que poseen mayor participación dentro de la actividad curricular de la práctica ya sea intermedia o de los deportes.

#### 4.1.4 Según práctica.

Resultados de la descripción según la variable de práctica que actualmente se encuentra cursando la muestra, se presentan la tabla nº5 y gráfico nº4.

**Tabla N°5: Práctica.**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Práctica intermedia	56	47,9	47,9	47,9
	Práctica profesional	61	52,1	52,1	100,0
	Total	117	100,0	100,0	

**Gráfico N°4: Práctica.**



De un total de 117 encuestados, 56 (47,9%) están cursando actualmente la actividad curricular de práctica intermedia y 61 (52,1%) están cursando la actividad curricular de práctica profesional.

## **4.2 Análisis escala M.B.I.**

La escala M.B.I. se enfoca en medir el nivel de síndrome de burnout presente en una población, esta consta de tres dimensiones: cansancio emocional, despersonalización y realización personal, la presencia de este síndrome se da solo si las dos primeras tengan niveles altos y el último esté bajo, podremos establecer estos niveles según los criterios basados en los niveles entregados por la escala M.B.I. (Baja – Media – Alta).

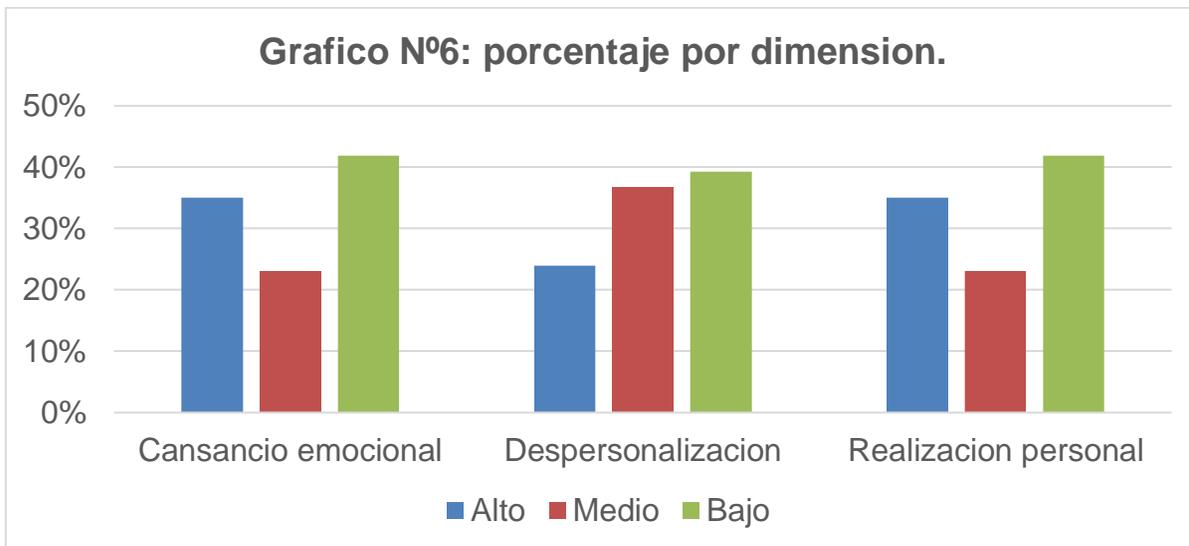
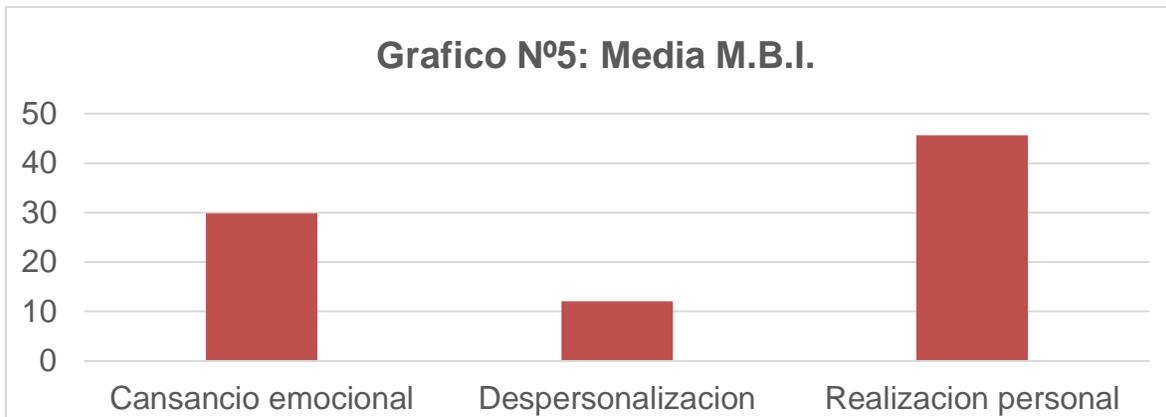
En los siguientes apartados se expondrán las tablas y gráficos correspondientes a los resultados obtenidos, primeramente, se dará una muestra general, para luego diferir esos resultados en las diferentes variables.

### 4.2.1 General M.B.I.

Resultados del M.B.I. en una descripción general del contexto estudiado, se presenta la tabla n°6, gráfico n°5 y n°6.

**Tabla N°6: Media y porcentaje de síndrome de burnout.**

Dimensión	Media	Desviación Típica	Alto	Medio	Bajo
Cansancio Emocional	29,85	10,90	35%	23,1%	41,9%
Despersonalización	12,13	4,79	23,9%	36,8%	39,3%
Realización Personal	45,57	7,95	35%	23,1%	41,9%



Con la tabla y los gráficos anteriormente mostrados, podemos observar que la dimensión de cansancio emocional tiene una media de 29,85 correspondiendo a un nivel medio con respecto a los indicadores del M.B.I., la dimensión de despersonalización posee una media de 12,13 viéndose indicadores bajos, y para la realización personal se mostró una media de 45,57 siendo alta con respecto a dichos indicadores.

A su vez, analizando dimensión por dimensión, en el ámbito del cansancio emocional, del total de 117 encuestados, se aprecia que los niveles bajo con 49 encuestados (41,9%) y alto con 41 encuestados (35%) son los de mayor predominancia, reflejándose una diferencia significativa en los niveles de esta dimensión.

Asimismo, en la dimensión de despersonalización, la predominancia la obtuvieron el nivel bajo con 46 encuestados (39,3%) y medio con 43 encuestados (36,8%), en su contraste, se aprecia que 28 encuestados (23,9%) poseen un nivel alto de despersonalización con respecto a los indicadores de la escala M.B.I.

Todavía cabe señalar, que en la dimensión de realización personal se aprecia una cantidad de 49 encuestados (41,9%) en un nivel bajo de este, en su contraste el nivel más alto presenta una cantidad de 41 encuestados (35%), siendo estos con la mayor predominancia.

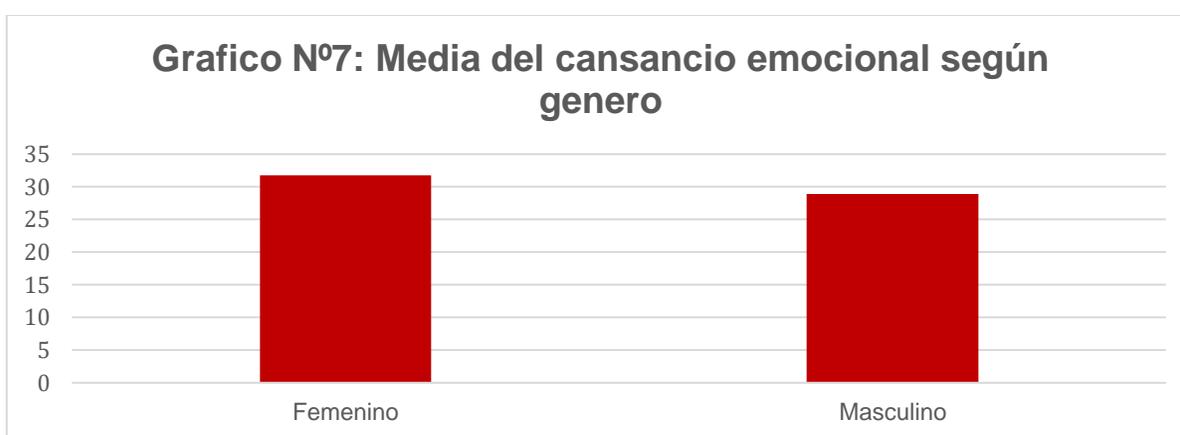
#### **4.2.2 Escala M.B.I según la variable de género.**

Resultados del M.B.I. según la variable de género, se presentarán en la dimensión de cansancio emocional la tabla nº7 y gráfico nº7, en la dimensión de despersonalización la tabla nº8 y gráfico nº8, finalmente en la dimensión de realización personal la tabla nº9 y gráfico nº9.

#### 4.2.2.1 Dimensión de cansancio emocional.

**Tabla N°7: Cansancio emocional según género.**

Cansancio Emocional	Género del encuestado	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
	Femenino	39	31,72	11,698	1,873
	Masculino	78	28,92	10,444	1,183

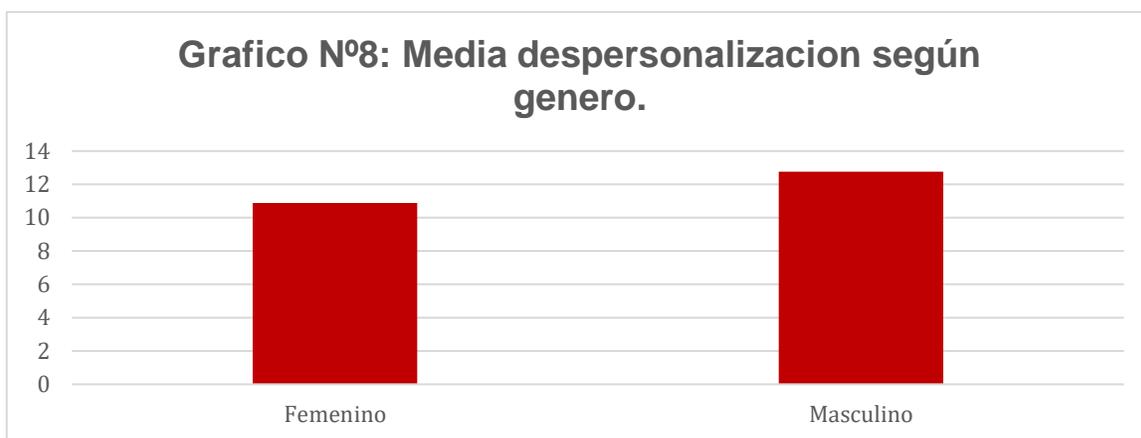


Se aprecia según los gráficos arrojados, en la dimensión de cansancio emocional según género, el género femenino posee una media de 31,72 que representa un nivel medio según los indicadores de la escala M.B.I., asimismo el género masculino arroja una media de 28,92, al igual que las mujeres estos se ubican en el nivel medio, no habiendo presencia de indicadores altos según dicha escala.

#### 4.2.2.2 Dimensión de despersonalización.

**Tabla N°8: Despersonalización según género.**

Despersonalización	Género del encuestado	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
	Femenino	39	10,87	4,985	,798
	Masculino	78	12,76	4,604	,521

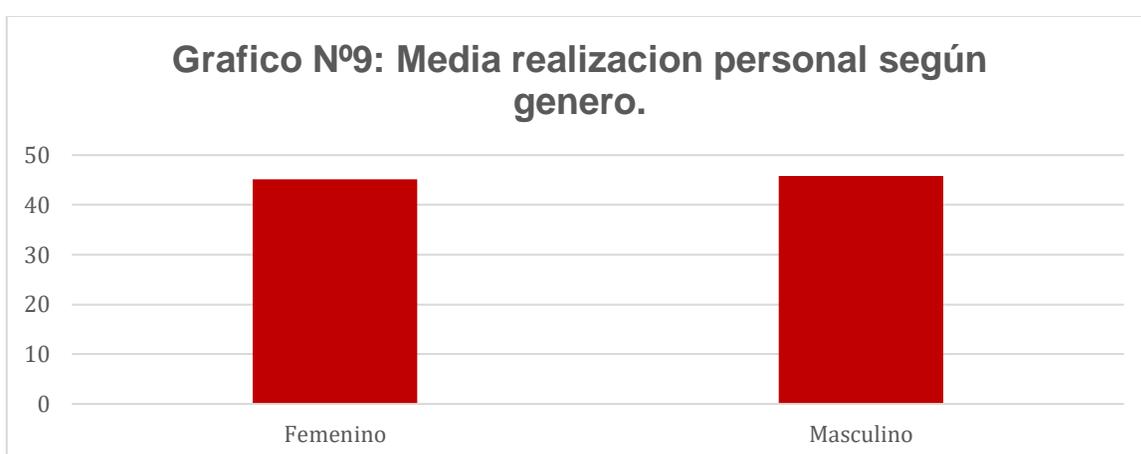


Según los resultados otorgados por el sistema estadístico SPSS, se logra apreciar una media de 10,87 en el género femenino y 12,76 para el género masculino, esto indica niveles bajos para el primero y nivel medio para el segundo, según la escala M.B.I.

#### 4.2.2.3 Dimensión de realización personal

**Tabla N°9: Realización personal según género.**

Realización personal	Género del encuestado	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
	Femenino	39	45,10	8,084	1,295
	Masculino	78	45,81	7,923	,897



Según el programa estadístico SPSS, se muestra que la media de realización personal tanto en el género femenino (45,10) y masculino (45,81), se encuentran en un nivel medio de la escala M.B.I.

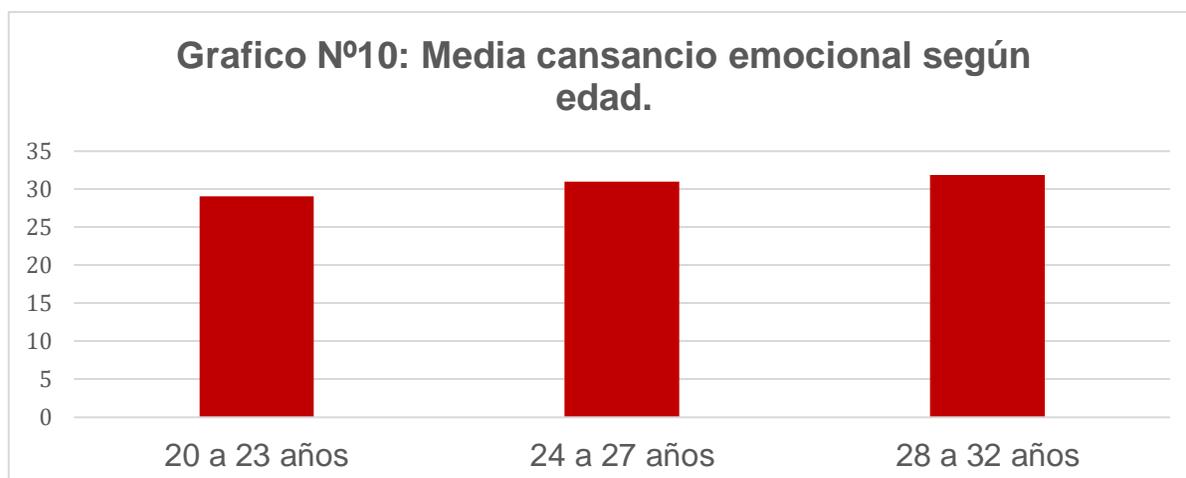
#### 4.2.3 Escala M.B.I. según variable de edad.

Resultados del M.B.I. según la variable de edad, se presentan en la dimensión de cansancio emocional la tabla nº10 y gráfico nº10, en la dimensión de despersonalización se presentan la tabla nº11 y gráfico nº11, por último, en la dimensión de realización personal se presentan la tabla nº12 y gráfico nº12.

##### 4.2.3.1 Dimensión de cansancio emocional.

**Tabla N°10: Cansancio emocional según edad.**

	Rangos	N	Media	Desviación típica
Cansancio emocional	20 a 23 años	71	29,04	11,054
	24 a 27 años	40	31,00	11,227
	28 a 32 años	6	31,83	6,494

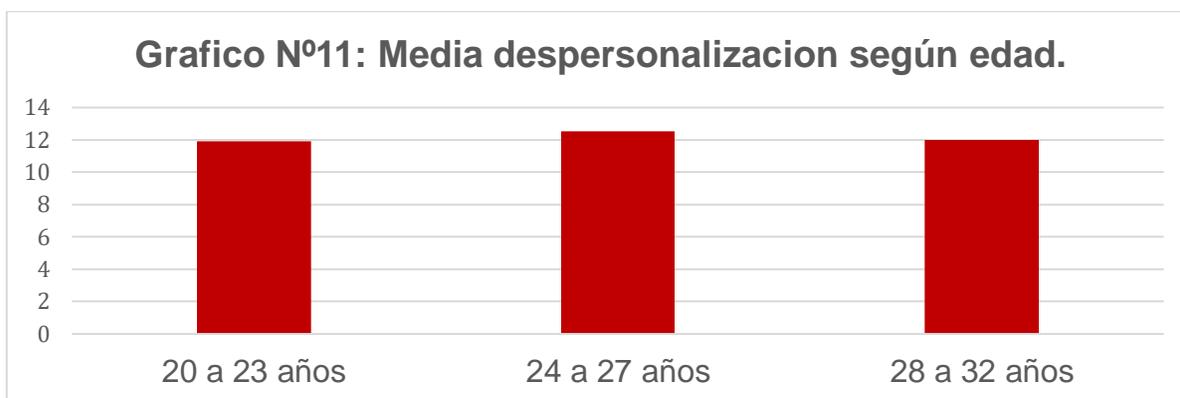


Según el programa estadístico SPSS, se aprecia que, en la dimensión de cansancio emocional, existe un aumento de la media a medida que aumenta el rango de edad, pero estos no pasan del nivel medio según la escala M.B.I., para el rango nº1 correspondiente a encuestados de 20 a 23 años, obtuvimos una media de 29,04, en el rango nº2, correspondiente a encuestados de 24 a 27 años, con una media de 31, y para el rango nº3, correspondientes a los encuestados de 28 a 32 años de edad, con una media de 31,83.

#### 4.2.3.2 Dimensión de despersonalización.

**Tabla N°11: Despersonalización según edad.**

Despersonalización	Rangos	N	Media	Desviación típica
	20 a 23 años	71	11,92	4,792
	24 a 27 años	40	12,53	5,114
	28 a 32 años	6	12,00	2,530

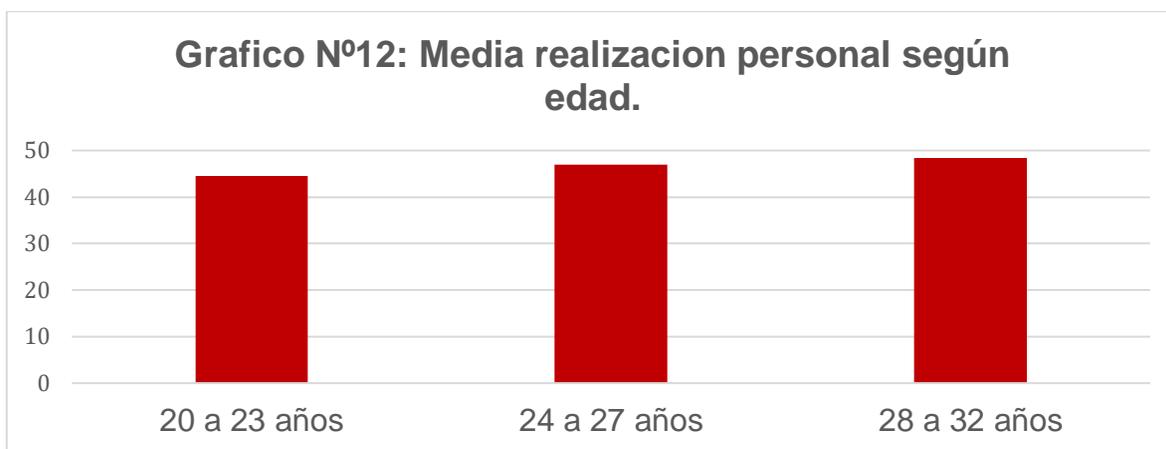


Según el programa estadístico SPSS, se logra apreciar que los tres rangos están en un nivel medio según la escala M.B.I., siendo el de menor valor el rango n°1 (20 a 23 años), con una media de 11,92, siguiéndolo el rango n°3 (28 a 32 años), con una media de 12 y para finalizar, el rango más elevado en esta dimensión fue el rango n°2 (24 a 27 años), con una media de 12,53.

#### 4.2.3.3 Dimensión de realización personal.

Tabla N°12: Realización personal según edad.

Realización personal	Rangos	N	Media	Desviación típica
	20 a 23 años	71	44,55	8,714
	24 a 27 años	40	46,98	6,359
	28 a 32 años	6	48,33	6,919



Según el programa estadístico SPSS, se aprecia que la dimensión de realización personal es de nivel medio en dos de sus tres rangos, el de menor valor es el rango n°1 (20 a 23 años), con una media de 44,55, seguidamente encontramos al rango n°2 (24 a 27 años), con una media de 46.98, y por último encontramos al rango n°3 (28 a 32 años), siendo el único en nivel alto según los indicadores del M.B.I. con una media de 48,33.

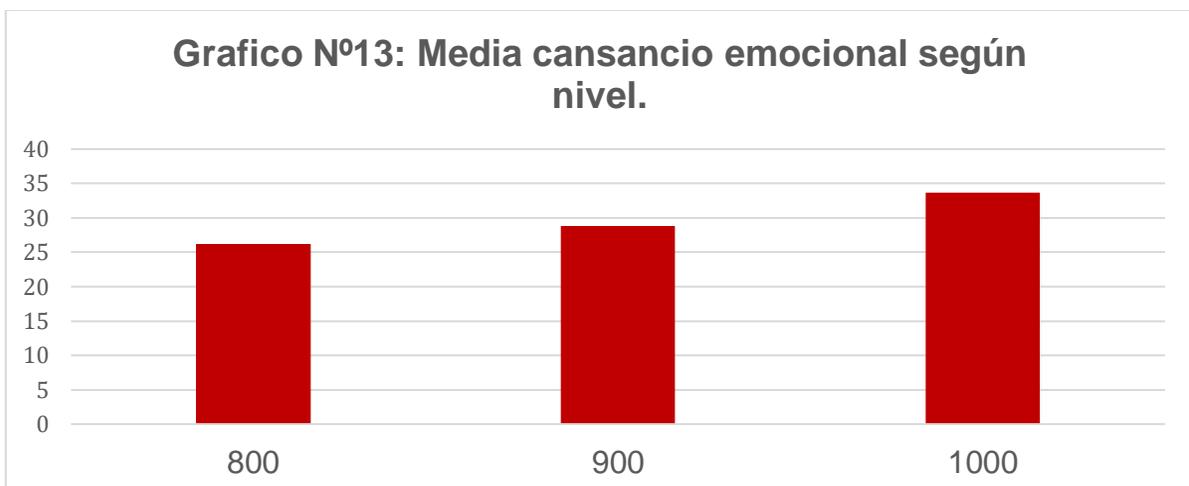
#### 4.2.4 Escala M.B.I. según la variable de nivel.

Resultados del M.B.I. según la variable de nivel, se presentan en la dimensión de cansancio emocional la tabla nº13 y gráfico nº13, en la dimensión de despersonalización la tabla nº14 y gráfico nº14, y en la dimensión de realización personal la tabla nº15 y gráfico nº15.

##### 4.2.4.1 Dimensión de cansancio emocional.

**Tabla Nº13: Cansancio emocional según nivel.**

	Nivel	N	Media	Desviación típica
Cansancio emocional	800	57	26,23	10,874
	900	5	28,80	15,865
	1000	55	33,71	9,359

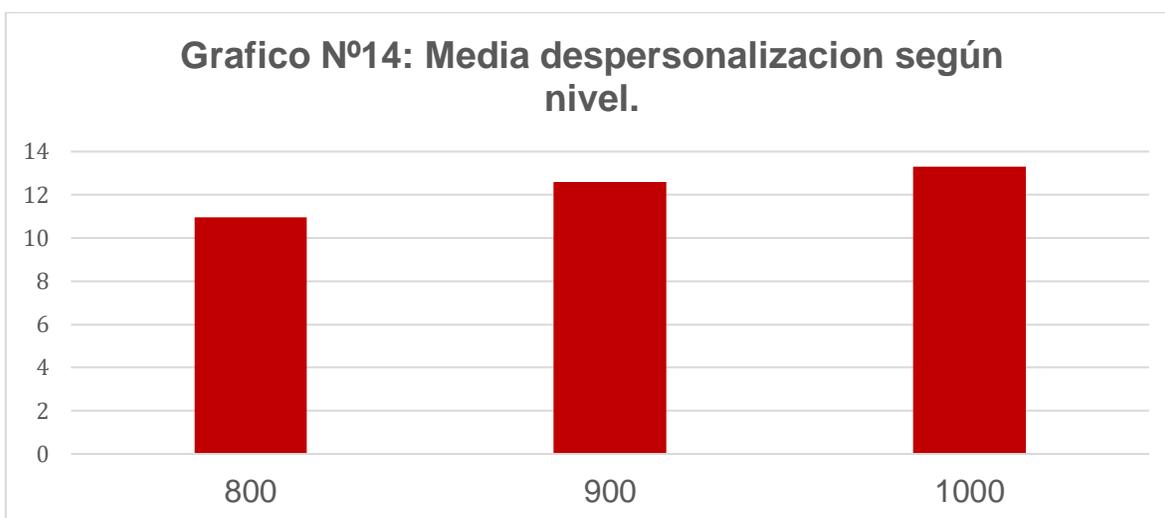


Según el programa estadístico SPSS, en la dimensión de cansancio emocional según nivel, el nivel 800 se encuentra en un nivel bajo con media de 26,23, por otra parte, el nivel 900 y 1000, con medias de 28,80 y 33,71, están en un nivel medio según los indicadores de la escala M.B.I.

#### 4.2.4.2 Dimensión de despersonalización.

Tabla N°14: Despersonalización según nivel.

Despersonalización	Nivel	N	Media	Desviación típica
	800	57	10,95	4,677
	900	5	12,60	0,894
	1000	55	13,31	4,876

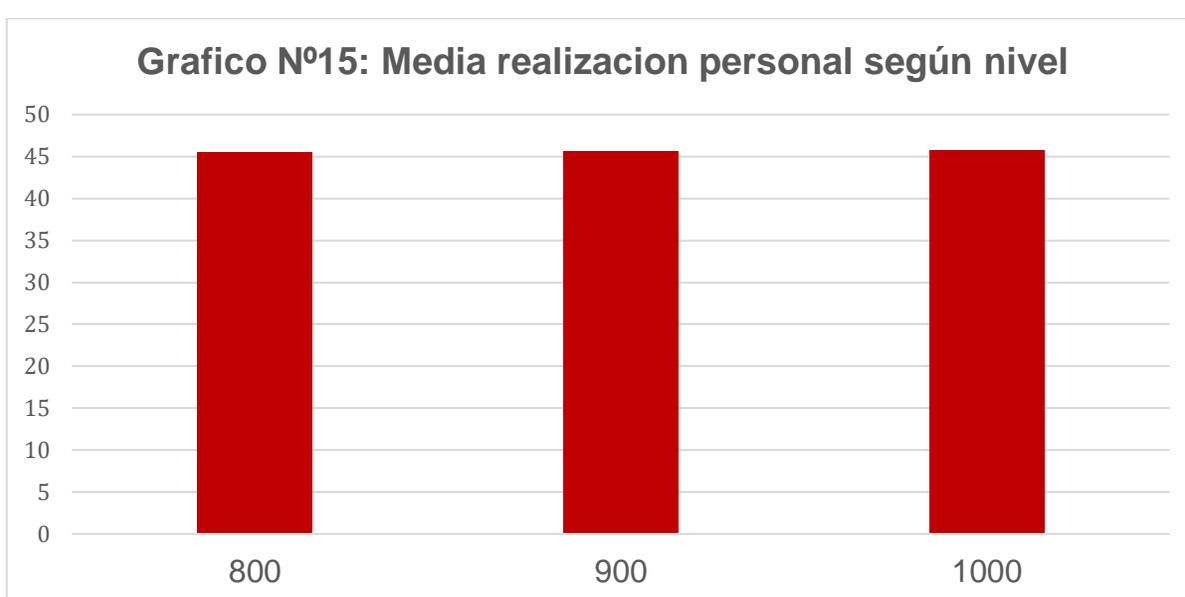


Según el programa estadístico SPSS, en la dimensión de despersonalización, el nivel 800 se encuentra con una media de 10,95, siendo baja para los niveles de la escala M.B.I., en comparación el nivel 900 y el nivel 1000, que obtuvieron una media de 12,60 y 13,31, estableciendo su presencia en el nivel medio de dicha escala.

#### 4.2.4.3 Dimensión de realización personal.

**Tabla N°15: Realización personal según nivel.**

	Nivel	N	Media	Desviación típica
Realización personal	800	57	45,47	8,904
	900	5	45,60	7,668
	1000	55	45,67	7,011



Según el programa estadístico SPSS, se muestra que, en los tres niveles de la carrera, se encuentran en un nivel medio en la dimensión de realización personal, siendo el nivel 800 con media de 45,47 el de menor valor, seguido por el nivel 900 con media de 45,60 y finalizando con el nivel 1000 con media de 45,67, siendo esta última la de mayor valor.

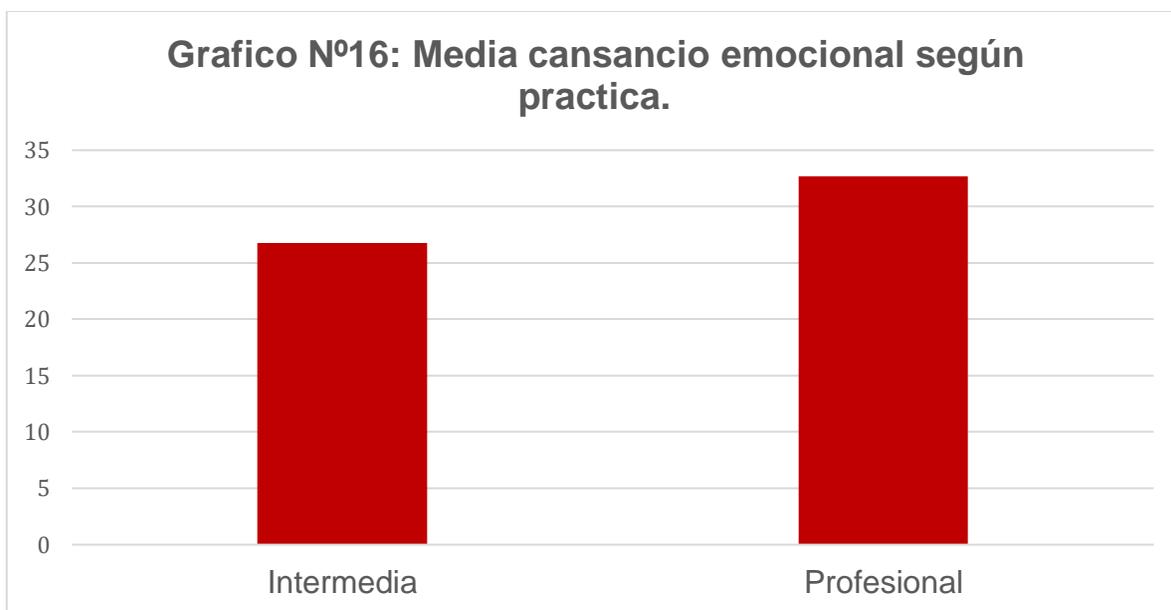
#### 4.2.5 Escala M.B.I. según variable de práctica.

Resultados del M.B.I. según la variable de práctica, se presentan en la dimensión de cansancio emocional la tabla nº16 y gráfico nº16, a su vez en la dimensión de despersonalización la tabla nº17 y gráfico nº17, finalizando con la dimensión de realización personal la tabla nº18 y gráfico nº18.

##### 4.2.5.1 Dimensión de cansancio emocional.

**Tabla Nº16: Cansancio emocional según práctica.**

Cansancio emocional	Práctica	N	Media	Desviación típica
	Intermedia	56	26,75	11,149
	Profesional	61	32,70	9,942

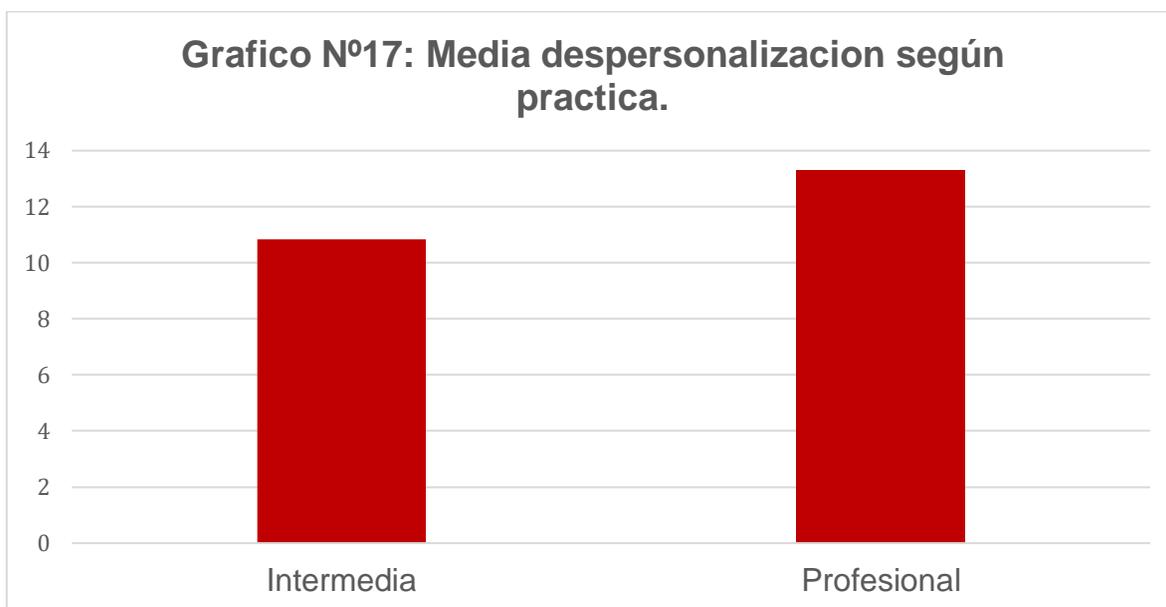


Según el programa estadístico SPSS, en la dimensión de cansancio emocional según la práctica, se aprecia que la práctica intermedia está presente en el nivel bajo según la escala del M.B.I., con una media de 26,75, en su comparación la práctica profesional se encuentra en un nivel medio con una media de 32,70.

#### 4.2.5.2 Dimensión de despersonalización.

**Tabla N°17: Despersonalización según práctica.**

Despersonalización	Práctica	N	Media	Desviación típica
	Intermedia	56	10,84	4,846
	Profesional	61	13,31	4,470



Según el programa estadístico SPSS, en la dimensión de despersonalización según práctica, que la práctica intermedia se encuentra en un nivel bajo según los indicadores del M.B.I., con media de 10,84 y en su comparación la práctica profesional se encuentra en un nivel medio, con media de 13,31.

#### 4.2.5.3 Dimensión de realización personal.

**Tabla N°18: Realización personal según práctica.**

Realización personal	Práctica	N	Media	Desviación típica
	Intermedia	56	45,88	7,961
	Profesional	61	45,30	7,994



Según el programa estadístico SPSS, en la dimensión de realización personal según práctica, la práctica profesional se encuentra en un nivel medio según los indicadores del M.B.I., con una media de 45,30 y a su vez la práctica intermedia se encuentra en este mismo, pero con una media más alta con 45,88.

### 4.3 Diferencias significativas.

En este apartado se verá las tablas donde existe diferencia significativa, tanto en la variable de género, practica, edad y nivel.

#### 4.3.1 Diferencia significativa según género.

Resultados de diferencia significativa según la variable de género en la dimensión de despersonalización, se presenta la tabla nº19.

**Tabla Nº19: Diferencia significativa según género en la dimensión de despersonalización.**

		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Error típ. de la diferencia	95% Intervalo de confianza para la diferencia	
									Inferior	Superior
Despersonalización	Se han asumido varianzas iguales	,421	,518	-2,030	115	,045	-1,885	,928	-3,723	-,046
	No se han asumido varianzas iguales			-1,977	70,958	,052	-1,885	,953	-3,786	,016

Según los datos obtenidos, se aprecia diferencia significativa en la dimensión de despersonalización en la variable de género, con un valor de 0,045.

### 4.3.2 Diferencia significativa según práctica.

Resultados de diferencia significativa según variable de práctica, se presenta la tabla n°20, las dimensiones de cansancio emocional, despersonalización y realización personal.

**Tabla N° 20: Diferencias significativas según prácticas.**

		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Error típ. de la diferencia	95% Intervalo de confianza para la diferencia	
									Inferior	Superior
SUMA CANSANCIO EMOCIONAL	Se han asumido varianzas iguales	2,026	,157	-3,054	115	,003	-5,955	1,950	-9,817	-2,092
	No se han asumido varianzas iguales			-3,039	110,589	,003	-5,955	1,960	-9,838	-2,072
SUMA DESPERSONALIZACION	Se han asumido varianzas iguales	,251	,617	-2,870	115	,005	-2,472	,861	-4,178	-,766
	No se han asumido varianzas iguales			-2,860	111,901	,005	-2,472	,864	-4,185	-,760
SUMA REALIZACION PERSONAL	Se han asumido varianzas iguales	,034	,854	,393	115	,695	,580	1,477	-2,345	3,505
	No se han asumido varianzas iguales			,393	114,229	,695	,580	1,476	-2,345	3,504

En la variables de practica se presentan diferencias significativa en las dimensiones de cansancio emocional (0.003) y despersonalización (0.005).

### 4.3.3 Diferencia significativa según edad.

Resultados de diferencias significativas según la variable de edad, se presentan la tabla n°21 y tabla n°22.

**Tabla N°21: Anova de un factor según variable de edad.**

		Suma de cuadrados	Gl	Media cuadrática	F	Sig.
SUMA CANSANCIO EMOCIONAL	Inter-grupos	122,823	2	61,412	,512	,601
	Intra-grupos	13679,707	114	119,997		
	Total	13802,530	116			
SUMA DESPERSONALIZACION	Inter-grupos	9,609	2	4,804	,206	,814
	Intra-grupos	2659,468	114	23,329		
	Total	2669,077	116			
SUMA REALIZACION OERSONAL	Inter-grupos	198,747	2	99,373	1,588	,209
	Intra-grupos	7131,886	114	62,560		
	Total	7330,632	116			

**Tabla N°22: Diferencia significativa según variable de edad.**

Variable dependiente	(I) EDADRANGO	(J) EDADRANGO	Diferencia de medias (I-J)	Error típico	Sig.	Intervalo de confianza al 95%	
						Límite inferior	Límite superior
SUMA CANSANCIO EMOCIONAL	1	2	-1,958	2,166	,666	-7,33	3,41
		3	-2,791	4,657	,836	-14,34	8,76
	2	1	1,958	2,166	,666	-3,41	7,33
		3	-,833	4,796	,985	-12,73	11,06
	3	1	2,791	4,657	,836	-8,76	14,34
		2	,833	4,796	,985	-11,06	12,73
SUMA DESPERSONALIZACION	1	2	-,610	,955	,816	-2,98	1,76
		3	-,085	2,053	,999	-5,18	5,01
	2	1	,610	,955	,816	-1,76	2,98
		3	,525	2,115	,970	-4,72	5,77
	3	1	,085	2,053	,999	-5,01	5,18
		2	-,525	2,115	,970	-5,77	4,72
SUMA REALIZACION PERSONAL	1	2	-2,426	1,564	,304	-6,30	1,45
		3	-3,784	3,363	,533	-12,12	4,56
	2	1	2,426	1,564	,304	-1,45	6,30
		3	-1,358	3,463	,926	-9,95	7,23
	3	1	3,784	3,363	,533	-4,56	12,12
		2	1,358	3,463	,926	-7,23	9,95

Se realizó un anova de un factor para la comparación de las dimensiones en la variable de edad, la cual no presenta una diferencia significativa.

#### 4.3.4 Diferencia significativa según nivel.

A continuación se presenta la diferencia significativa según la variable de nivel y la comparación entre estos, se presenta la tabla n°23 y tabla n°24.

**Tabla N°23: Descripción según nivel y dimensión.**

	N	Media	Desviación típica	Error típico	Intervalo de confianza para la media al 95%		Mínimo	Máximo	
					Límite inferior	Límite superior			
SUMA CANSANCIO EMOCIONAL	800	57	26,23	10,874	1,440	23,34	29,11	9	46
	900	5	28,80	15,865	7,095	9,10	48,50	11	48
	1000	55	33,71	9,231	1,245	31,21	36,20	14	52
	Total	117	29,85	10,908	1,008	27,86	31,85	9	52
SUMA DESPERSONALIZACION	800	57	10,95	4,677	,619	9,71	12,19	5	29
	900	5	12,60	,894	,400	11,49	13,71	11	13
	1000	55	13,31	4,876	,657	11,99	14,63	5	26
	Total	117	12,13	4,797	,443	11,25	13,01	5	29
SUMA REALIZACION OERSONAL	800	57	45,47	8,904	1,179	43,11	47,84	13	56
	900	5	45,60	7,668	3,429	36,08	55,12	36	54
	1000	55	45,67	7,011	,945	43,78	47,57	29	56
	Total	117	45,57	7,950	,735	44,12	47,03	13	56

**Tabla N°24: Comparación según variable de nivel y sus dimensiones.**

Variable dependiente	(I) Nivel del encuestado	(J) Nivel del encuestado	Diferencia de medias (I-J)	Error típico	Sig.	Intervalo de confianza al 95%	
						Límite inferior	Límite superior
SUMA CANSANCIO EMOCIONAL	800	900	-2,572	4,831	,868	-14,55	9,41
		1000	-7,481*	1,958	,001	-12,34	-2,63
	900	800	2,572	4,831	,868	-9,41	14,55
		1000	-4,909	4,838	,599	-16,91	7,09
	1000	800	7,481*	1,958	,001	2,63	12,34
		900	4,909	4,838	,599	-7,09	16,91
SUMA DESPERSONALIZACION	800	900	-1,653	2,189	,753	-7,08	3,78
		1000	-2,362*	,887	,032	-4,56	-,16
	900	800	1,653	2,189	,753	-3,78	7,08
		1000	-,709	2,193	,949	-6,15	4,73
	1000	800	2,362*	,887	,032	,16	4,56
		900	,709	2,193	,949	-4,73	6,15
SUMA REALIZACION OERSONAL	800	900	-,126	3,740	,999	-9,40	9,15
		1000	-,199	1,516	,991	-3,96	3,56
	900	800	,126	3,740	,999	-9,15	9,40
		1000	-,073	3,745	1,000	-9,36	9,22
	1000	800	,199	1,516	,991	-3,56	3,96
		900	,073	3,745	1,000	-9,22	9,36

Al realizar la comparación por medio de la tabla anova de un factor se encuentra diferencia significativa entre los niveles 800 y 1000 en la variable de agotamiento emocional (0,001) y despersonalización (0,032).

#### **4.4 Burnout presente.**

Resultados del porcentaje total de casos que presenta síndrome de burnout en los estudiantes que cursan practica intermedia o profesional, se presenta la tabla n°25.

**Tabla N°25: Porcentaje de casos de burnout.**

Total estudiantes	Estudiantes con presencia de burnout	Porcentaje de estudiantes que presentan burnout
117	6	5,13%

Se muestra que del total de 117 encuestados tan solo el 6 (5,13%) padecen síndrome de burnout, viéndose un porcentaje bajo de dicho síndrome.

## **CAPÍTULO V**

## **5. Discusiones y conclusiones.**

### **5.1 Discusiones.**

El objetivo de la presente investigación fue describir los niveles del síndrome de burnout dentro de la población de estudiantes de Pedagogía en Educación Física de la Universidad Silva Henríquez que estén desarrollando sus prácticas intermedia y profesionales.

Las puntuaciones medias de las escalas fueron correlacionadas entre sí dividiéndolas en grupos tales como género (femenino y masculino), nivel institucional (800, 900 y 1000), rango etario (20-23 años, 24-27 años y 28-32 años) y nivel de práctica (Intermedia y Profesional). Por medio de una tabla multivariada y realizando una tabla Anova para ciertas variables. En base a esto, las escalas utilizadas para medir las dimensiones del síndrome de burnout son agotamiento emocional, despersonalización y realización personal deben estar las dos primeras dimensiones en un rango alto y la última dimensión debe estar en un rango bajo para saber si padece el síndrome. En el análisis general tanto la dimensión de agotamiento emocional, despersonalización y realización personal se encuentran dentro de un rango medio, referente a estos análisis de datos, se observa que en los encuestados existe una posibilidad de padecer el síndrome de burnout, debido a que los estudiantes se encuentran susceptibles de poder sufrir los efectos que causan el estrés, desencadenando en síntomas como la irritabilidad, cansancio, dificultad en expresar sus emociones, tener comportamientos de inflexibilidad, aislamiento y ausentismo, entre otros, según lo planteado por Cárdenas, Méndez & González (2014). Estas sintomatologías podrían afectar la formación como futuros profesionales (docentes) generando así problemas para solucionar ciertas dificultades en su práctica institucional y en su formación académica lo que conlleva la realización de trabajos, informes, exámenes, etc.

Otro dato de análisis es el género, el femenino conforma el 33,3% y el masculino el 66,6%. La carrera de pedagogía en educación física es predominantemente masculina, debido a esta situación puede llevar que se identifique el síndrome de burnout en el sexo masculino, ya que conforman la mayor parte de la población

estudiantil dentro de su carrera, por otro lado en cuanto a la dimensión de despersonalización es posible identificar que estamos en presencia de una diferencia significativa, es posible que esto suceda ya que las mujeres según estudios de la neurobiología del estrés las mujeres tienen un proceso fisiológico adaptativo más favorecedor que el masculino, coincidentemente según el estudio de Duval, González y Rabia (2010), en el cual dice que ocurren diferencias hormonales que se desarrollan en cada género y por otro lado se asocia a que las mujeres al estar más expuestas a factores estresores tienen una estabilidad mayor al enfrentar momentos de estrés más agudo.

Continuando con la variable de nivel institucional, existe una diferencia significativa entre el nivel 800 y 1000 en las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización, dándole una posible explicación a lo anterior, según el estudio de Pines (1981), este afirma que se desarrolla en personas que no están expuestas al medio laboral como los practicantes, en este caso los estudiantes universitarios son quienes se ven enfrentados a otros tipos de demandas, lo anterior lo sustentan el estudio de Vélez y Roa (2005), que las personas que inician una carrera universitaria se enfrentan a mayores responsabilidades, cursos y docentes que les exigen y asignan diversas actividades académicas, como los exámenes, investigaciones, llevar a cabo prácticas y presentar informes con una exigencia elevada, por otro lado los estudiantes que se encuentran en el rango 800 están realizando prácticas con menos horas de intervención pedagógica y permanencia dentro del establecimiento educacional que los del rango 1000, por lo que aún no se encuentran insertos a la realidad laboral, generando un menor impacto en el factor aprendizaje. Sin embargo, en los estudiantes que se encuentran en el rango 1000 se logra identificar una despersonalización y agotamiento emocional de nivel medio durante la realización de sus prácticas y contexto académico, debido a las horas realizadas y su mayor inserción a la realidad docente.

Según estudios realizados por Valenzuela el año 2016, el desarrollo de las prácticas profesionales no solamente destacan el aprendizaje teórico-práctico, sino que también el estudiante se estimula para la toma de decisiones, a hacer observaciones, a percibir relaciones y trabajar con indagaciones, por lo que la

capacidad de obtener un óptimo aprendizaje, se hace difícil, por el escaso tiempo y las cargas académicas, esto sumado a las variables sociodemográficas que tiene cada individuo, debido a esto se genera un malestar en el estudiante en práctica, estresando a este y en casos más extremos provocando reprobación o deserción estudiantil. Esto se está generando en los sujetos que están impartiendo sus prácticas profesionales. Por otro lado según Sánchez el año 2014, el realizar un análisis de salud psicológica de los profesores de educación física resulta necesario, ya que por la índole de su asignatura se encuentran más expuestos a fuentes de estrés adicional, esto incluso más que las materias de carácter conceptual, adicionando esto al estudio de López, Almagro y Ibáñez en el año 2011, que dice que el constante movimiento del estudiantado en clase, el bajo estatus social entre la sociedad docente o la falta de instalaciones, e implementaciones necesarias para la realización de su clase, hace aparecer características negativas como un descenso en la motivación y provoca la aparición del agotamiento físico y mental entre los profesionales, por lo ya mencionado los estudiantes que se encuentran desarrollando la práctica profesional están constantemente en busca del logro, como una necesidad propia de superación y realización profesional, esto provoca niveles de estrés aún mayor produciendo anomalías en las dimensiones de despersonalización y agotamiento emocional según se pudo identificar en siguiente investigación y así genera una tendencia al fracaso profesional y el desempeño de este mismo en el establecimiento educativo, finalmente cabe mencionar que según los resultados obtenidos en la investigación, el burnout es un fenómeno, que afecta no solo a los profesionales asistenciales, sino también a los universitarios.

## **5.2 Proyecciones**

Para las futuras investigaciones es recomendable realizar estudios sobre el síndrome de burnout en estudiantes universitarios, al ser futuros profesionales de la carrera de pedagogía tienen la probabilidad de manifestar más factores estresores que otras carreras que no tienen contacto con personas, por lo que sería interesante el continuar indagando en este fenómeno, pudiendo contrarrestar los factores de riesgos que producen el estrés y mejorar las condiciones de aprendizaje para los

estudiantes y profesores, mediante futuras investigaciones, podríamos entender por qué se desencadena en el estudiantado universitario, aplicando acciones para la disminución de este.

### **5.3 Conclusiones**

¿Existe Síndrome de Burnout en los estudiantes de Pedagogía en Educación Física de la Universidad Silva Henríquez que se encuentren realizando sus prácticas a nivel intermedio y profesional?

El Burnout es un problema preocupante en nuestro medio, por el estrés que resulta dentro de las prácticas profesionales, se demostró mediante este estudio que afecta al estudiante profundamente, si bien no hay una alta prevalencia en estos estudiantes, hay una predisposición media a desarrollarlo por las dimensiones afectadas, las cuales son el agotamiento emocional y la despersonalización de estos estudiantes.

Un estudiante que se encuentre desarrollando su práctica ya sea intermedia o profesional y presente estrés crónico dentro de su vida universitaria, se podría suponer que no entrega una atención óptima al centro de práctica y a sus estudiantes a cargo, lo que pone en riesgo su aprendizaje y el del otro. Por lo tanto, los estudiantes de Pedagogía en Educación Física debe gestionar su propia salud tanto física como mental para entregar posteriormente una enseñanza y atención óptima al otro.

Como se mencionó anteriormente un buen clima de aprendizaje y de trabajo es fundamental en la prevención del burnout. Es tarea de las organizaciones cuidar de aquellas condiciones laborales que facilitan la aparición de este síndrome, realizando una modificación para así disminuir los factores de riesgo que se encuentran dentro de este. Por otro lado, el burnout atenta contra la comprensión y retención de conocimiento, así como contra la promoción del autoaprendizaje, que es uno de los principales legados que les podemos dejar a nuestros estudiantes.

## Bibliografía

- Barraza Macías, A., Gutiérrez Rico, D., & Ceniceros Cazás, D. I. (2009). *Alumnos y profesores en perspectiva*. Mexico: Universidad pedagógica de durango.
- Barrazas Macías, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 270-289.
- Botero Álvarez, C. C. (2012). Riesgo psicosocial intralaboral y burnout en docentes universitarios de algunos países latinoamericanos. *Cuadernos de administración*, 117 - 132.
- Burke, R. J., Greenglass, E. R., & Schwarzer, R. (1996). Predicting teacher burnout over time: Effects of work stress, social support, and self-doubts on burnout and its consequences. *Anxiety, Stress y Coping an international journal*, 261-275.
- Buzzetti Bravo, M. D. (2005). Validación del Maslach Burnout Inventory (MBI), en dirigentes del colegio de profesores A.G. de Chile. *Memoria para optar al título de Psicólogo*. Universidad de Chile, Santiago de Chile.
- Caballer D., C. C., Abello LL., R., & Palacios S., J. (2007). Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 98-111.
- Canales Cespedes, F., Leiva Celedon, C., & Oyarce Rubio, J. (s.f.). Evaluación del síndrome de burnout en los docentes de educación física de la universidad católica Silva Henríquez. *Seminario para optar al grado de licenciado en educación*. Universidad Católica Silva Henríquez, Santiago.
- Cárdenas Rodríguez, M., Méndez Hinojosa, L. M., & González Ramírez, M. T. (2014). Desempeño, estrés, burnout y variables personales de docentes universitarios. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*, 289-302.

- Cárdenas Rodríguez, M., Méndez Hinojosa, L. M., & González Ramírez, M. T. (2014). Desempeño, estrés, burnout y variables personales de los docentes universitarios. *Educere*, 289-302.
- Carlin, M., & Garces de los Fayos Ruiz, E. J. (2010). El síndrome de burnout: evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de psicología*, 169-180.
- Castro Bastidas, C. D., David Ceballos, O. O., & Delgado, L. O. (2011). Síndrome de burnout en estudiantes de pregrado de la universidad de Nariño. *Revista electrónica de psicología iztacala*, 223-246.
- Crawford, E. R., LePine, J., & Rich, B. L. (2010). Linking job demands and resources to employee engagement and burnout: a theoretical extension and meta-analytic test. *Journal of applied psychology*, 834-848.
- Darrigrande Osorio, J. L., Olivares Faúndez, V. E., Aguilar, J., Marileo, C., Mansilla, N., & Méndez, J. (2009). Síndrome de quemarse en el trabajo en profesores de colegios privados y liceos técnicos de Santiago de Chile. *Revista de Psicología da IMED*, 243-252.
- Duval, F., González, F., & Rabia, H. (2010). Neurobiología del estrés. *Revista chilena de neuropsiquiatría*, 307-318.
- Escriba Aguir, V., Artazcoz, L., & Pérez Hoyos, S. (2008). Efecto del ambiente psicosocial y de la satisfacción laboral en el síndrome de burnout en médicos especialistas. *Gaceta sanitaria*, 300-308.
- Española, R. A. (2014). *Diccionario de la lengua española*. Madrid, España: Espasa libros.
- Fidias G., A. (2012). *El proyecto de investigación*. Caracas, Venezuela: Episteme.
- García Ucha, F. E. (s.f.). Fundamentos de la psicología del deporte: aspectos históricos, metodológicos y aplicativos. *Tesis de licenciatura*. Universidad de San Martín de Porres, Lima, Perú.

- Gil-Monte, P. R. (2003). El síndrome de quemarse por el trabajo (síndrome de burnout) en profesionales de enfermería. *Revista Eletrônica InterAção*, 19-33.
- Gómez, M. (2016). *Metodología de la investigación científica*. Buenos Aires, Argentina: Brujas.
- Jimenez Figueroa, A., Jara Gutierrez, M. J., & Miranda Celis, E. (2012). Burnout, apoyo social y satisfacción laboral en docentes. *Revista Semestral Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional*, 125-134.
- López, P. L. (2004). Población, muestra y muestreo. *Punto cero*, 69-74.
- Macías, A. B. (2009). Estrés académico y burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Psicogente*, 272-283.
- Marrau, C. M. (2004). El síndrome de burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente. *Fundamentos en Humanidades*, 53-68.
- Martínez Díaz, E. S., & Díaz Gomes, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y educadores*, 11-22.
- Maslach, C., & Leiter, M. (2005). Stress and Burnout: The critical research. *Handbook of stress medicine and health*, 153-170.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior*, 99-113.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1986). Maslach Burnout Inventory. *Psychologists Press*, 191-218.
- Molina Jimenez, T., Gutierrez Garcia, A. G., Hernández Domínguez, L., & Contreras, C. M. (2008). Estrés psicosocial: algunos aspectos clínicos y experimentales. *Anales de psicología*, 353-360.
- Montero Marín, J. (2016). El síndrome de burnout y sus diferentes manifestaciones clínicas: una propuesta para la intervención. *Anest Analg Reanim*, 29.

- Montoya Zuluaga , P. A., & Moreno Moreno, S. (2012). Relación entre el síndrome de burnout, estrategias de afrontamiento y Engagement. *Psicología desde el caribe* , 204-227.
- Palacio Sañudo, J. E., Caballero Domínguez, C. C., González Gutiérrez, O., Gravini Gómez, M., & Contreras Santos, K. P. (2012). Relación del burnout y las estrategias de afrontamiento con el promedio académico en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 535-544.
- Pardo Moreno, M., Aranda Beltrán, C., Aldrete , M. G., Flores Salinas, E. E., & Pozos Radillo, E. (2006). Factores psicosociales y burnout en docentes del centro universitario de ciencias de la salud. *Medigraphic*, 173-177.
- Pines, A. M., Aronson, E., & Kafry, D. (1981). Burnout: From Tedium to Personal Growth. New York: The Free Press.
- Quaas, C. (2006). Diagnóstico de burnout y técnicas de afrontamiento al estrés en profesores universitarios de la quinta región de Chile. *Psicoperspectivas*, 65-75.
- Quiceno, J. M., & Alpi, S. (2007). Burnout: Síndrome: Síndrome de quemarse en el trabajo . *Acta colombiana de psicología*, 117-125.
- Quigley, T., Slack, T., & Smith, G. J. (1987). Burnout in secondary school teacher coaches. *Alberta Journal of educational research*, 260-274.
- Román García, J., Gelpi Méndez, J. A., Cano Vindel, A., & Catalina Romero, C. (2008). *Como combatir el estrés laboral*. Madrid, España: Arteamima, S.L.
- Rosales Ricardo, Y., & Rosales Paneque, F. R. (2013). Burnout estudiantil universitario: Conceptualización y estudio. *Salud Ment*, 337-345.
- Saborio Morales , L., & Hidalgo Murillo, L. F. (2015). Revisión bibliográfica síndrome de burnout. *Medici legal de costa rica*, 1-6.
- Sáenz-Lopez Buñuel, P., Almagro, B. J., & Ibáñez, S. J. (2011). Describing problems experienced by Spanish novice physical education teachers. *the open sports sciences journal*, 1-9.

- Salanova, M., Cifre, E., Grau, R., Llorens, S., & Martínez, I. (2005). Antecedentes de la autoeficacia en profesores y estudiantes universitarios: un modelo causal. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 159-176.
- Sanches Llull, D. (2013). Estrategias de afrontamiento de burnout en centros de secundaria. *Educació i cultura*, 75-93.
- Seguel Palma, F., & Valenzuela Suazo, S. (2016). Síndrome de burnout en trabajadores de enfermería de dos hospitales del sur de Chile. *Avances en enfermería*, 39-47.
- Silva, C. L., Quintana, R., Jimenez, O. P., & Rivera, C. P. (s.f.). Nivel de estrés de docentes de enseñanza básica Chillan-Chile. *Tesis para optar al grado de Licenciado en enfermería*. Universidad de Bio Bio, Chillan.
- Vélez van Meerbeke, A., & Roa González, C. N. (2005). Factores asociados al rendimiento. *Educación médica*, 74-82.

## Anexos

### Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) Original

La escala se mide según los siguientes rangos:

- 0 = Nunca
- 1 = Pocas veces al año o menos
- 2 = Una vez al mes o menos
- 3 = Unas pocas veces al mes o menos
- 4 = Una vez a la semana
- 5 = Pocas veces a la semana
- 6 = Todos los días

1	Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo	
2	Cuando termino mi jornada de trabajo me siento vacío	
3	Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado	
4	Siento que puedo entender fácilmente a los pacientes	
5	Siento que estoy tratando a algunos pacientes como si fueran objetos impersonales	
6	Siento que trabajar todo el día con la gente me cansa	
7	Siento que trato con mucha eficacia los problemas de mis pacientes	
8	Siento que mi trabajo me está desgastando	
9	Siento que estoy influyendo positivamente en la vida de otras personas a través de mi trabajo	
10	Siento que me he hecho más duro con la gente	
11	Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente	
12	Me siento con mucha energía en mi trabajo	
13	Me siento frustrado en mi trabajo	
14	Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo	

15	Siento que realmente no me importa lo que les ocurra a mis pacientes	
16	Siento que trabajar en contacto directo con la gente me cansa	
17	Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis pacientes	
18	Me siento estimado después de haber trabajado íntimamente con mis pacientes	
19	Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo	
20	Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades	
21	Siento que en mi trabajo los problemas emocionales son tratados de forma adecuada	
22	Me parece que los pacientes me culpan de alguno de sus problemas	

### **Cuestionario de Maslach Burnout Inventory (Modificado)**

<b>Nivel que se encuentra</b>	
<b>Edad</b>	
<b>Sexo</b>	
<b>Práctica que está desarrollando</b>	
<b>Práctica que ha sido más estresante para usted</b>	

Se mide por medio de cuestionario Maslach de 1986, se modifica a la población que se encuentra investigando para su desarrollo óptimo, este instrumento es uno de los más utilizados a nivel mundial para medir el estrés crónico que se desenvuelve en el síndrome de burnout, Esta escala tiene una alta consistencia interna y una fiabilidad cercana al 90%, está constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo y hacia los pacientes y su función es medir el desgaste profesional. El cuestionario Maslach (modificado) se realiza en 10 a 15 minutos y mide los 3 aspectos del síndrome: Cansancio emocional, despersonalización, realización personal. Con respecto a las

puntuaciones se consideran bajas las por debajo de 34, altas puntuaciones en las dos primeras subescalas y bajas en la tercera permiten diagnosticar el trastorno.

La clasificación de las afirmaciones es la siguiente:

- Cansancio emocional: 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14,16, 20.
- Despersonalización: 5, 10, 11, 15, 22.
- Realización personal: 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21.

La escala se mide según los siguientes rangos:

- 0 = Nunca
- 1 = Pocas veces al año o menos
- 2 = Una vez al mes o menos
- 3 = Unas pocas veces al mes o menos
- 4 = Una vez a la semana
- 5 = Pocas veces a la semana
- 6 = Todos los días

Se consideran que las puntuaciones del MBI son bajas entre 1 y 33. Puntuaciones altas en los dos primeros y baja en el tercero definen el síndrome.

Este test pretende medir la frecuencia y la intensidad con la que se sufre el Burnout.

Las respuestas a las 22 preguntas miden tres dimensiones diferentes: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

1	Me siento emocionalmente agotado por mi práctica.	
2	Cuando termino mi jornada de práctica me siento vacío(a)	
3	Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de práctica me siento fatigado.	
4	Siento que puedo entender fácilmente a los alumnos.	
5	Siento que estoy tratando a algunos alumnos como si fueran objetos impersonales.	

6	Siento que trabajar todo el día con alumnos me cansa.	
7	Siento que trato con mucha eficacia los problemas de mis alumnos.	
8	Siento que mi práctica me está desgastando.	
9	Siento que estoy influyendo positivamente en la vida de otras personas a través de mi práctica.	
10	Siento que me he hecho más duro con los alumnos.	
11	Me preocupa que la práctica me esté endureciendo emocionalmente.	
12	Me siento con mucha energía en mi práctica.	
13	Me siento frustrado(a) en mi práctica.	
14	Siento que estoy demasiado tiempo en mi práctica.	
15	Siento que realmente no me importa lo que les ocurra a mis alumnos.	
16	Siento que trabajar en contacto directo con los alumnos me cansa	
17	Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis alumnos.	
18	Me siento estimado después de haber trabajado íntimamente con mis pacientes.	
19	Creo que consigo muchas cosas valiosas en esta práctica.	
20	Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades.	
21	Siento que en mi práctica los problemas emocionales son tratados de forma adecuada.	
22	Me parece que los alumnos me culpan de alguno de sus problemas.	