



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIA DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Síndrome de burnout, calidad de vida
profesional y estrategias de afrontamiento en
policías de diferentes comisarías de la ciudad de
Trujillo

AUTORAS:

Gutiérrez Arroyo, Mónica (0000-0001-9707-9074)

Tirado Cornelio, Joshelyn Katitza (0000-0003-4877-362X)

ASESOR:

Dr. Loyaga Bartra, Ernesto Maximiliano (0000-0002-5126-7501)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Desarrollo Organizacional

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Desarrollo económico, empleo y emprendimiento

TRUJILLO - PERÚ

2023

Dedicatoria

Dedico este trabajo a mis padres, porque ellos son la motivación de mi vida y la razón de sentirme orgullosa de culminar mi meta, gracias por sus sacrificios y por confiar siempre en mí. A mi querido hijo Piero André por ser mi mayormotivación e inspiración para superarme día a día y enseñarme a nunca rendirme.

A mis abuelos que están en el cielo, que siempre me enseñaron que estudiando se llega lejos, y poco a poco alcanzamos nuestros objetivos de vida. A mi Universidad, docente y todos aquellos que fueron parte de mi proceso académico y personal.

¡Gracias!, Mónica Gutiérrez Arroyo.

Dedico esta investigación a quienes han sido mi mayor inspiración y apoyo incondicional. A Dios, por darme fuerzas para alcanzar cada logro, a mi madre Haydeé, quien me ha guiado en cada paso de mi vida. A mis hermanos Bryan y Roger, quienes siempre han estado a mi lado, brindándome su aliento y amistad inquebrantable.

A mis adorables sobrinos Fabrizio y David, quienes han llenado mis días de alegría, cada logro que alcanzo tiene un significado aún más profundo al saber que ustedes son testigos de mi crecimiento.

Y a mi leal compañero de noches de desvelo Drako, quien, desde el cielo, me enseñó a caminar por la tierra con el corazón en el cielo, recordándome que la verdadera esencia de la vida reside en el amor y la conexión con quienes amamos.

Esta tesis no solo es un reflejo de mis esfuerzos y dedicación, sino también un tributo a cada uno de ustedes, que han sido mi fuente de fortaleza y motivación. Agradezco infinitamente el apoyo y comprensión que me han brindado a lo largo de esta hermosa carrera académica.

Agradecimiento

A través de estas líneas, queremos expresar nuestros más sinceros agradecimientos a todos nuestros maestros, por su dedicación y apoyo durante nuestro tiempo en la Universidad César Vallejo. Su pasión por la enseñanza y su compromiso con nuestros aprendizajes han dejado una huella duradera en nuestra formación académica y personal.

Cada clase fue una oportunidad para expandir nuestros horizontes y adquirir nuevos conocimientos. Sus orientaciones, consejos y retroalimentación constructiva han sido invaluable para nuestro crecimiento. Gracias por compartir sus conocimientos y experiencias de manera tan inspiradora.

También queremos agradecer a la Universidad César Vallejo por brindarnos un entorno propicio para aprender, crecer y conectarnos con personas maravillosas. Estamos agradecidas por las oportunidades que nos ha brindado esta institución para desarrollarnos como estudiantes y como personas.

Llevaremos con nosotras las lecciones aprendidas y los recuerdos compartidos en esta etapa de mi vida.

Índice de contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de contenidos.....	iv
Índice de tablas	v
Abstract	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	14
3.1 Tipo y Diseño de InvestigaciónTipo de Investigación	14
3.2 Variables y Operacionalización.....	15
3.3 Población, muestra y muestreo, unidad de análisis.....	16
3.4 Técnicas e Instrumentos de correlación de datos.....	17
3.5 Procedimientos	19
3.6 Método de análisis de datos	20
3.7 Aspectos éticos.....	21
IV. RESULTADOS	21
V. DISCUSIÓN	27
VI. CONCLUSIONES	30
VII. RECOMENDACIONES.....	31
REFERENCIAS	32
ANEXOS.....	45

Índice de tablas

Tabla 1 Relación entre síndrome de burnout, calidad de vida profesional y estrategias de afrontamiento.....	23
Tabla 2 Nivel de Síndrome de Burnout y sus dimensiones	24
Tabla 3 Niveles de calidad de vida profesional y sus dimensiones	25
Tabla 4 Nivel de estrategias de afrontamiento.....	26
Tabla 5 Prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov de burnout	45
Tabla 6 Prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov de estrategias de afrontamiento	45
Tabla 7 Prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov de calidad de vida profesional.....	46

Resumen

El propósito central de este estudio consistió en determinar la correlación existente entre el síndrome de burnout, calidad de vida profesional y las estrategias de afrontamiento en policías de diferentes comisarías de la ciudad de Trujillo. Esta elección fue motivada por las características de sus funciones laborales, las cuales los exponen de manera significativa al desarrollo del mencionado síndrome, la cual, incide de manera adversa en la calidad de vida profesional de esta población, agravado por la carencia de capacitación en la implementación efectiva de estrategias de afrontamiento. La relevancia académica de este estudio surge de esta intersección de factores y sus posibles implicaciones en el ámbito policial.

La metodología utilizada fue cuantitativa, de tipo básica y de diseño no experimental con corte transversal - descriptivo. La población de dicha investigación fue de 4000 efectivos policiales de las diferentes comisarías de la ciudad de Trujillo, la muestra estuvo conformada por 349 efectivos policiales. Se aplicaron 3 cuestionarios, el primero mide el síndrome de burnout, la cual está constituida por 22 ítems, la segunda mide calidad de vida profesional, conformada por 35 ítems y la tercera mide las estrategias de afrontamiento, la cual consta de 22 ítems.

Los resultados obtenidos en esta investigación fueron que el síndrome de burnout tiene relación con la calidad de vida profesional, sin embargo, el síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento no mantienen una relación, y finalmente encontramos que la calidad de vida profesional y las estrategias de afrontamiento tienen una relación.

Palabras claves: Síndrome de burnout, calidad de vida profesional, estrategias de afrontamiento, policías.

Abstract

The central purpose of this study was to determine the correlation between burnout syndrome, quality of professional life and coping strategies in police officers from different police stations in the city of Trujillo. This choice was motivated by the characteristics of their work functions, which significantly expose them to the development of the aforementioned syndrome, which adversely affects the quality of professional life of this population, aggravated by the lack of training in the effective implementation of coping strategies. The academic relevance of this study arises from this intersection of factors and its possible implications in the police field.

The methodology used was quantitative, of a basic type and of a non-experimental design with a descriptive cross-section. The population of said investigation was 4000 police officers from the different police stations in the city of Trujillo, the sample consisted of 349 police officers. 3 questionnaires were applied, the first measures burnout syndrome, which is made up of 22 items, the second measures quality of professional life, made up of 35 items, and the third measures coping strategies, which consists of 22 items.

The results obtained in this investigation were that the burnout syndrome is related to the quality of professional life, however the burnout syndrome and coping strategies do not maintain a relationship, and finally we found that the quality of professional life and coping strategies coping have a relationship.

Keywords: Burnout syndrome, professional quality of life, coping strategies and police.

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el ámbito ocupacional ha implicado el desarrollo de nuevas habilidades en los colaboradores, desencadenando efectos negativos a nivel físico y emocional (Majumdar et al., 2020; Briones-Jacomé, 2020; ILO, 2020; WHO & ILO, 2021).

Además, es común que los procesos en las organizaciones experimenten cambios continuos, para ello los empleados suelen adoptar rutinas de adaptación. Sin embargo, el ritmo de trabajo intenso puede provocar malestar físico y emocional en los colaboradores, predisponiéndolos al Síndrome de Burnout (S.B), ya que el ritmo biológico no puede mantenerse al ritmo frenético del trabajo (De Nascimento, 2019).

Esto dió pase a la aparición del S.B o estrés crónico, tal como lo señalaron Maslach y Jackson (2016). Se ha demostrado que este síndrome existió y aún perdura en diversas ocupaciones e industrias y sus principales factores estuvieron relacionados con la organización y la estructura del trabajo, así como los estilos de afrontamiento y el manejo del estrés laboral (Silva & Gomes, 2021).

A nivel internacional, la Organización Mundial de la Salud (OMS) destacó que aproximadamente 1,9 millones de individuos en todo el mundo mueren anualmente debido a enfermedades relacionadas con el trabajo (OMS, 2021). La Organización Internacional del Trabajo (OIT), menciona que, en Finlandia, más del 50% de los colaboradores sufren algún tipo de síntomas relacionados con el estrés, tales como ansiedad, sentimientos depresivos, dolor físico, exclusión social y trastornos del sueño; el 7% de ellos experimentan una fatiga intensa que podría desembocar en el agotamiento reduciendo su capacidad profesional (OIT, 2023).

En Europa continental, según el portal (Cepyme New, 2018), la Fundación para la Humanidad encontró que el 60% del desempleo se debía al estrés, otro 66% a la carga de trabajo, lo que indicaba que 1 de cada 6 empleados experimentaba dificultades emocionales debido al estrés.

Además, en 2016, se identificó a 10,931,225 empleados que habían sufrido estrés crónico en el lugar de trabajo, de los cuales el 40% reportó sentir estrés y ansiedad.

En diversas naciones como EE. UU, Japón, Corea del Sur, entre otros, se llegó a la conclusión que la cultura social ejerce un impacto significativo en las tasas del S.B o agotamiento. Esto convierte al S.B en un problema importante en esos países, donde se crea un ambiente competitivo poco saludable en lugar de uno saludable (Cepyme New, 2018).

Cuando se menciona la calidad de vida profesional (C.V.P) a nivel global, se percibe una situación de crisis, con un aumento en la inestabilidad y una disminución en los logros de situaciones de trabajo que habían sido registradas en los últimos doscientos años, en gran mayoría debido al sistema capitalista mundial. En el contexto Latinoamericano, específicamente en Colombia, hubo un esfuerzo por firmar acuerdos con la Organización Internacional del Trabajo (OIT) para perfeccionar la C.V.P, sin embargo, las políticas y estrategias que aseguran el bienestar de las personas discapacitadas son escasas (OIT, 2023).

De acuerdo con García y Siqueira (2023), en el entorno laboral, la C.V.P ha adquirido una importancia significativa, además de reconocimiento. Además, la OMS, ha destacado que la C.V.P influye en aspectos más allá de lo físico, emocional, social y ocupacional, examinando también que la percepción y las experiencias personales de cada colaborador pueden influir en su calidad de vida (OMS,2021). Así mismo, Vidotti, Trevisan, Quina, Perfeito y Carmo (2019) refieren que el estrés crónico acompañado de una baja c.v.p logra influir en el desarrollo del S.B.

A nivel nacional, Bonifaz (2022), manifestó que el S.B en el Perú no es indiferente, así lo indicó el gerente de marca de Bumeran Selecta, quien declaró que según la encuesta del área de Bumeran, 7 de cada 10 colaboradores padecen esta situación por sobrecarga, lo que causa constantes renunciaciones. Es por ello que en nuestro país el 72% de los

colaboradores sufren dicho síndrome, el 24% por sobrecarga de trabajo, el 17% por no cumplir con los plazos, el 14% por demasiada presión y el 14% por sentirse maltratados por sus jefes directos.

En el contexto peruano, Vásquez (2019) indica que la C.V.P se ve deteriorada por diversos factores, como las bajas remuneraciones, contratos esporádicos, entorno laboral desfavorable, sistemas de control exigentes y largas jornadas laborales, que demandan un alto rendimiento y esfuerzo.

Se sobreentiende, que muchas personas utilizan estrategias de forma inconsciente para hacerle frente al estrés, también conocidos como mecanismos de defensa tales como la negación y el aislamiento emocional, sin embargo, la inconveniente de estos es que no encarar al sujeto a su existencia y que solo ocultan el problema de forma temporal, por ello en algún momento volverá aparecer con mayor intensidad (Fernández, 2009). De modo que cuando las E.A aprovechadas sean insuficientes, el estrés causará consecuencias negativas como algún padecimiento o síndrome.

Las formas en que los colaboradores controlan las causas estresantes asociados con el trabajo determinan en gran medida el desarrollo del S.B, es así como las E.A son importantes para establecer los niveles provenientes del síndrome (Cumbe et al., 2017).

Arias y Jiménez (2012), en su investigación realizada entre diferentes profesionales como enfermeras, policías y algunos docentes de la Ciudad de Arequipa, en el cual determinaron que los efectivos policiales, son los profesionales que presentan un nivel elevado de S.B, revelando desniveles de autorrealización personal, consecutivo de la aparición del agotamiento emocional. Tomando en cuenta a nuestra población, el efectivo policial está vinculado con los peligros que ocurren dentro del trabajo, perjudicando su bienestar psicológico y minimiza su capacidad laboral, impidiendo su desempeño de custodiar la seguridad pública (Basinska, Wiciak & Dãderman, 2014).

La investigación se centró en abordar la problemática del S.B en los colaboradores de los diversos rubros, el estudio tuvo como población a los efectivos policiales, ya que su labor tiende a ser considerada una de las más estresantes y peligrosas, afrontando situaciones de violencia e sucesos traumáticos, abarcando la posibilidad de morir o ser herido, desencadenando en ellos el S.B(Chen et al. 2006),en conjunto se añadió a la investigación la variable de calidad de vida profesional C.V.P y estrategias de afrontamiento E.A en mención a los mismos es que se planteó la siguiente interrogante: ¿Cuál es la relación que existe entre el S.B, la C.V.P y las E.A. en los policías de diferentes comisarías de la ciudad de Trujillo?

Por ende, la hipótesis nula fue determinar que no existe relación significativa e inversa entre las variables: síndrome de burnout, calidad de vida profesional y estrategias de afrontamiento en efectivos policiales de diferentes comisarías de la ciudad de Trujillo, 2023.

Nuestra investigación se justifica desde una perspectiva teórica, correspondiendo a la carencia de estudios que revisen la interacción entre las tres variables en los efectivos policiales de nuestra ciudad. Por lo tanto, es esencial llevar a cabo esta investigación para conseguir información sobre la relación entre los niveles de las dimensiones del S.B, las dimensiones de la C.V.P y las dimensiones de las E.A en los policías de diferentes comisarías en la ciudad de Trujillo, tomando en cuenta que el S.B llega a ser el peor defecto en un colaborador, siendo el motivo principal de la incapacidad laboral, afectando en la C.V.P, disminuyendo así el bienestar y produciendo la insatisfacción, estropeando su desempeño y rendimiento dentro de la organización, finalmente las E.A. afectan a los efectivos policiales, cuando estas no son usadas de manera correcta como prevención a los sucesos estresores.

Desde una perspectiva práctica, nuestro estudio se considera valioso, ya que ofrece resultados sobre los niveles de las variables, tomando en cuenta los riesgos que impactan en su desarrollo y que perjudica la productividad laboral de los efectivos en diversas comisarías de la ciudad de Trujillo.

El alcance metodológico de este estudio incluye la utilización de tres instrumentos para el análisis, presentando la relación entre el S.B, la C.V.P y las E.A en esta profesión. Además, los resultados de este estudio podrían ser una referencia útil para futuras investigaciones en otras profesiones donde los colaboradores enfrenten situaciones similares.

Conforme al objetivo general se planteó: Establecer la relación entre el síndrome de burnout, la calidad de vida profesional y las estrategias de afrontamiento en policías de diferentes comisarías de la ciudad de Trujillo. Como objetivos específicos se tuvo: Determinar el nivel de las dimensiones del Síndrome de Burnout en policías de diferentes comisarías de la ciudad de Trujillo; determinar el nivel de las dimensiones de Calidad de Vida Profesional en policías de diferentes comisarías de la ciudad de Trujillo y determinar el nivel de las dimensiones de las Estrategias de Afrontamiento en policías de diferentes comisarías de la ciudad de Trujillo.

II. MARCO TEÓRICO

Durante el procedimiento de la obtención de estudios, es importante destacar que la búsqueda realizada sobre las variables de estudio como, el síndrome de burnout (S.B), la calidad de vida profesional (C.V.P) y las estrategias de afrontamiento (E.A) en la población atribuida (cuerpo policial de nuestro país), arrojaron resultados mínimos. Por lo tanto, no se encontraron antecedentes que relacionan las tres variables, lo que convierte a este estudio en un aporte novedoso en la investigación de este campo.

En su investigación titulada "Síndrome de Burnout con la Calidad de Vida en colaboradores de una empresa privada de Chiclayo", Paz y Llaque (2021) se propusieron analizar la relación entre el S.B y la C.V en los colaboradores de dicha empresa. El enfoque metodológico empleado fue no experimental, transversal y correlacional, teniendo como muestra a 120 colaboradores, donde concluyeron la existencia de una relación moderada

inversa entre el S.B y la C.V.P. En otras palabras, a medida que aumenta el nivel del S.B, la C.V.P. de los colaboradores tiende a disminuir.

En su estudio, Rafael y Castañeda (2021) gestionaron su estudio con la finalidad de identificar la relación entre la C.V.P y los E.A al estrés en los efectivos policiales de la Divincri Huancayo durante el año 2021. La investigación fue sustentada en un enfoque cuantitativo, no experimental, transversal, prospectivo y correlacional, con una población de 285 efectivos. Sus resultados demostraron que existe una relación significativa entre la C.V.P y los E.A. al estrés en estos efectivos policiales ($0.009 < 0.05$). Por lo tanto, se pudo confirmar la hipótesis general del estudio planteado.

En la investigación titulada "Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en tiempos de pandemia por la COVID-19 en trabajadores de una clínica Huacho, 2021", Milla (2021) propuso establecer la relación del estrés laboral y las E.A en tiempos de pandemia por covid-19 en trabajadores de una clínica en Huacho, el enfoque usado fue básica, a nivel descriptivo - correlacional, diseño no experimental y corte transversal, abarcando una muestra de 62 colaboradores, donde concluyen que existe una relación significativa entre el estrés laboral y E.A.

Lombardi y Becerra (2020) efectuaron un estudio con la intención de reconocer la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y el S.B en el personal Policial de Investigación del departamento de Cajamarca. La investigación se llevó a cabo utilizando un diseño no experimental, específicamente de tipo transversal y descriptiva correlacional. La muestra de estudio estuvo compuesta por 113 agentes policiales. Los resultados alcanzados en la investigación señalaron que existe una significativa correlación entre el afrontamiento al estrés y el S.B en la población, con un nivel de confiabilidad del 99%.

Valero (2019) realizó un análisis acerca del S.B y la C.V.P en diez compañías pertenecientes a la IV Comandancia de bomberos, teniendo como muestra a 120 bomberos. Concluyendo que el 63,3% (76) de los bomberos

mostraron un nivel medio de C.V.P, mientras que el 79,2% (95) presentó un nivel bajo de S.B. A partir de los hallazgos, no se encontró una relación entre las dos variables estudiadas. Los bomberos de la IV Comandancia muestran un nivel bajo de S.B y C.V.P en un nivel medio.

En su investigación, Yauri (2019) se propuso analizar la correlación existente entre los mecanismos de afrontamiento y el S.B en el personal policial de Chimbote. Para ello, empleó un diseño no experimental de tipo descriptivo-correlacional, trabajando con 301 agentes policiales, incluyendo ambos sexos. Los resultados logrados refieren una correlación significativa de $r = 0,301^{**}$, $p < 0,05$, lo que indica una relación moderada y positiva entre los modos de afrontamiento y el S.B en los agentes.

En la investigación titulada “Estrés laboral y estilos de afrontamiento en policías de la comisaría central de la ciudad de Cajamarca”, Bazán y Cerna (2019) tiene como propósito establecer el nivel de estrés laboral y E.A en policías, la muestra se conformó por 184 policías con enfoque metodológico de tipo básica, diseño no experimental, descriptivo, concluyendo que existe un alto nivel de estrés laboral, en cuanto a los estilos de afrontamiento presentaron un nivel medio, mostrando que el 79% de ellos habitualmente utilizan los estilos de afrontamiento.

González y Sandoval (2016) en un hospital de Lima, en su estudio sobre C.V.P y S.B en enfermeras, arrojó resultados con un grado de significancia de ($p < 0,05$) y un coeficiente de correlación de Pearson ($r = - 0,769$), indicando una relación inversa y fuerte entre el S.B y la C.V.P. En otras palabras, estos resultados también sugieren que el S.B se relaciona con la C.V.P en diferentes poblaciones estudiadas.

Zuazo, A. (2018) llevó a cabo la investigación sobre Burnout y calidad de vida profesional en policías de Lima Metropolitana, teniendo como finalidad conocer la relación entre S.B y la C.V.P, siendo de tipo correlacional y de diseño transversal y con una muestra de 200 efectivos policiales, sus resultados concluyen que existe relación entre el S.B y la C.V.P.

Saldaña (2018) realizó una investigación con la intención de examinar la conexión a través de las E.A y el S.B en los suboficiales de la División de Investigación de Robos de la Dirección de Investigación Criminal de la Policía Nacional del Perú (PNP) en Lima, durante el año 2017. La muestra del estudio estuvo basada por 133 suboficiales, y se utilizó un diseño no experimental de corte transversal con un enfoque descriptivo correlacional de nivel básico. El estudio indicó que existe una relación significativa entre las E.A y el S.B en los suboficiales de la PNP. Se llegó a esta conclusión ya que el nivel de significancia calculado fue $p < 0.05$ y el coeficiente de correlación de Rho de Spearman tuvo un valor de -0.516 , lo que sugiere una correlación inversa moderada entre ambas variables.

Así mismo, Valladares (2017) llevó a cabo un estudio con el fin de reconocer el nivel de S.B. presente en los policías de la División policial de Huaral. Su metodología empleada fue descriptiva y no experimental, siendo este conformado por 64 agentes policiales y para medir el S.B se utilizó un cuestionario compuesto por 16 preguntas. Los resultados obtenidos revelaron que el 56.3% de los agentes policiales presentaron un grado medio de S.B, mientras que el 23.4% mostraron un grado bajo y el 20.3% un grado alto. En cuanto a las dimensiones del síndrome, el 56.3% obtuvo un grado medio en cansancio emocional, el 43.8% en despersonalización, y el 54.7% en realización personal. En conclusión, los resultados proponen que la mayoría de los efectivos policiales muestran niveles medios de S.B, lo que indica que existe un riesgo de que algunos policías puedan desarrollar niveles más altos de este síndrome.

En su investigación, Parrera (2020) buscó establecer la conexión entre el S.B y las E.A en miembros del Águila Negra en Perú, utilizando una muestra de 251 policías. La investigación se sitúa dentro de un diseño descriptivo correlacional, los resultados del estudio revelaron que los evaluados mostraron niveles medios de agotamiento emocional (41.4%), un nivel bajo de despersonalización (39%) y un nivel medio de realización personal (43.4%). En cuanto a las estrategias de afrontamiento, se identificó un nivel medio de afrontamiento orientado al problema (43.4%) y un nivel medio de

afrontamiento evitativo (37.5%). Estos hallazgos brindan información sobre la situación de los miembros del Águila Negra con respecto al S.B y las E.A.

Por otro lado, se hallaron antecedentes, donde se investiga una sola variable, como, por ejemplo; Palomino (2017) realizó un estudio con el propósito de reconocer las E.A empleadas por los miembros de la policía de tránsito que trabajan en el sector Pro-Lima Norte II para enfrentar el estrés laboral. La muestra consistió en 65 policías de tránsito a quienes se les asignó el cuestionario de Estilos de Afrontamiento abreviado (Carver, 1997). Los resultados revelaron que el 44.8% de los policías utilizaron estrategias de afrontamiento centradas en la emoción, mientras que el 35.6% optaron por un afrontamiento enfocado en el problema, y el 19.6% empleó estrategias evitativas. Como conclusión, se determinó que las E.A son moderadamente adecuadas para enfrentar el estrés laboral.

En cuanto, a las investigaciones internacionales tenemos, Álvarez (2019) que realizó una investigación llamada "Burnout, estrés, técnicas de afrontamiento al estrés, satisfacción laboral y riesgos psicosociales en funcionarios de un centro penitenciario de Chile", el cual se analizó una muestra de 290 colaboradores de dicho centro penitenciario. El diseño utilizado en el estudio fue descriptivo-correlacional. Los resultados del estudio revelaron que los colaboradores afectados por el Burnout presentaron puntajes bajos en satisfacción laboral en comparación con aquellos que no lo padecían. Además, se encontró que los funcionarios que experimentaban el S.B utilizaban técnicas de afrontamiento centradas en la solución del problema.

Villasano, Gonzales, Ochoa & Colin (2020), llevaron a cabo una investigación que se centró en la consecuencia de la calidad de vida y burnout de los trabajadores de la región de Jalisco. La razón principal fue establecer una relación de estas dos variables en dos empresas de la zona. El enfoque metodológico utilizado fue cuantitativo, no experimental y descriptivo. Los resultados del estudio indicaron que los colaboradores se vieron afectados en su estabilidad emocional y personal debido a la situación laboral, lo que los

llevó a trabajar y esforzarse más. Estos hallazgos resaltan la importancia de considerar el impacto del burnout en la C.V de los colaboradores en la región de Jalisco.

Así, para la primera variable, nos fundamentamos en el cuestionario desarrollado por Maslach (1997), quien realizó una investigación con colaboradores que brindan asistencia a otras personas, y encontró que el ritmo de trabajo les generaba una carga emocional excesiva, lo que tenía un impacto negativo en su bienestar psicológico. Maslach (1986) denominó este fenómeno como síndrome de burnout y lo dividió en tres dimensiones: Relación personal, Agotamiento emocional y Despersonalización.

El "Modelo Tridimensional del Burnout de Maslach" recibe este nombre porque fue diseñado por Christina Maslach y Susan E. Jackson en la década de 1980, y se basa en una concepción tridimensional del síndrome de burnout. Este modelo ha sido ampliamente reconocido y aplicado en investigaciones sobre el burnout en el ámbito laboral y de la salud. Maslach señaló, que el Burnout se presenta como un síndrome tridimensional distinguido por agotamiento emocional, despersonalización y reducida realización personal. Ha sido ampliamente adoptado por distintos investigadores en el campo (Schaufeli, 1999). El modelo es ampliamente utilizado para comprender el fenómeno del burnout y ha sido respaldado por numerosos estudios que validan su relevancia en diversos contextos laborales y profesionales.

Según el marco teórico relacionado con esta variable, Pines y Aaronson (1988) mencionaron que el S.B se manifiesta como un agotamiento físico, emocional y actitudinal, lo que conduce a una insatisfacción inadecuada del individuo con respecto a sus responsabilidades laborales. De igual manera, Perlman y Hartman (1982) lo definieron como una reacción al estrés en el contexto laboral, de naturaleza crónica, que comprende tres factores: el agotamiento físico y/o emocional, la disminución en la productividad laboral y el desarrollo de actitudes de despersonalización

Además, Maslach y Jackson (1986) llegan a la conclusión de que el Burnout representa una fatiga emocional y una pérdida de identidad, manifestándose en forma de esfuerzos excesivos, actitudes de indiferencia y posibles ausencias laborales debido al agotamiento.

Por otra parte, Rodríguez y de Rivas (2011) señalan que el S.B. es una respuesta a la fatiga crónica en el trabajo, resultante de las exigencias laborales que requieren un gran esfuerzo físico, psicológico e intelectual, lo que provoca efectos negativos en el bienestar y rendimiento del individuo dentro de una organización laboral.

En cuanto a las causas del S.B, Maslach y Leiter (1997) indican que puede deberse al aumento de la carga de trabajo, cuando este se vuelve más intenso, la falta de control sobre las tareas laborales y la insuficiencia de recompensas proporcionadas en relación al esfuerzo realizado.

En función a la obtención de datos de la segunda variable, se utilizó la Escala de Calidad de Vida Profesional CVP-35, creada originalmente por Cabezas (1998), y adaptada en Perú por Grimaldo y Reyes (2013) con una muestra de 409 estudiantes de posgrado, siendo esta la única adaptación realizada en nuestro país. Según Fernández, Iglesias y Vidal (2002), el cuestionario CVP-35 proporcionó información detallada sobre aspectos específicos que influyen en la C.V.P, evaluando factores como el apoyo directo de los colegas. la motivación intrínseca y las cargas de trabajo.

El marco teórico, Putallaz (2019), revela la descripción de calidad de vida, que presenta la persona, tanto física y emocional, y su conexión con aspectos económicos, sociales y afectivos, todo ello evaluado a través de la percepción y experiencias del individuo con su entorno. Cabezas (1998), menciona que esta concepción está vinculada a la evaluación de la capacidad percibida para hacer frente a las exigencias laborales y lograr un desarrollo adecuado a nivel profesional, familiar y personal a lo largo de la vida.

La C.V.P de un colaborador puede ser dañada por el recurrente padecimiento del estrés, originando carga emocional, imposibilitando así ejecutar mejor sus funciones laborales. Somoray, Shakespeare, Finch & Armstrong (2017), conservando una posible situación por la que los integrantes que constituyen la PNP encontrándose en un nivel bajo por la recargada presión laboral debido a los hechos precedentes ocasionados por la COVID-19 produciendo secuelas dañinas para el bienestar psicológico del cuerpo policial.

En relación a las dimensiones sobre C.V.P, la gran mayoría de autores coinciden, en la división de tres grupos: La carga de trabajo, entendida como la percepción física como mental a la que está expuesto el colaborador durante su jornada More (2016), luego nos refiere que la motivación intrínseca, es aquella que cada individuo posee, siendo la consecuencia de diversos factores internos para hallar la auto satisfacción en el lugar de trabajo, por último, el apoyo directivo, brindando el soporte que recibe el colaborador por parte de su jefe inmediato o supervisores donde labora, recibiendo la retribución monetaria conforme al esfuerzo y producción que genera en el trabajo, de esta manera comprende su valor y consideración dentro de la organización (Chiavenato, 2004).

El cuestionario CVP-35, presentado por Salvador Garcia y validado por Cabezas, fue formado bajo el marco teórico del modelo de "Karasek" creado por Robert Karasek en (1979) "demandas-control", siendo reconocido en distintos ambientes del sistema de salud, este hace referencia a las situaciones que requieren un elevado esfuerzo mental y un escaso control sobre la toma de elecciones, indicando que el estrés laboral aparece cuando las demandas del trabajo son altas, al igual que la capacidad de gestionarlas. Es importante destacar que este concepto muestra validez y consistencia dentro de cada individuo, además de una relación satisfactoria con otras herramientas que evalúan el impacto del estrés en el ámbito profesional. Además, fue aprovechado para medir la C.V.P., con el propósito de identificar aspectos a mejorar dentro de la estructura de la empresa o

examinar los impactos del ambiente laboral en la organización (Fernández, Gómez, Martínez, Del Cura, & Cabezas, 2008).

Posteriormente, el marco teórico de nuestro estudio, sobre la variable de E.A, Halstead, Bennet, Cunningham (1993), se desarrolla a nivel conductual y cognitivo, colaborando a contrarrestar y disminuir las necesidades laborales. Por ello, si la E.A empleada es la más adecuada, no existirán otros inconvenientes, sin embargo, si se utiliza una E.A poco efectiva, podría seguir causando deterioros en la salud teniendo consecuencias negativas hacia el sujeto.

En relación a la evaluación de las E.A, se basaron en el modelo teórico del estrés propuesto por Lazarus y Folkman en 1984. En 1997, Carver presentó una versión abreviada de su primer inventario COPE (Carver et al., 1989), conocida como Brief COPE, siendo un recurso valioso para analizar las E.A en investigaciones relacionadas con la salud mental, y que incluye la medición de E.A. En sus argumentos, los investigadores sostuvieron que debido a la diversidad de las E.A, es necesario medirlas de manera individual, ya que pueden compartir la misma naturaleza, es decir, centrarse en el problema o en la emoción; no obstante, pueden variar considerablemente entre sí y tener diferentes resultados para cada individuo al emplearlas.

Gómez (2006) nos proporciona una explicación sobre las estrategias de afrontamiento (E.A) como una categorización en la que, por un lado, los estilos de afrontamiento de aproximación al problema se conforman mediante una expresión conductual previa a un proceso cognitivo. Por otro lado, el estilo de afrontamiento de evitación se considera inoperante, ya que aumenta la probabilidad de desarrollar dificultades tanto físicas como mentales.

En cuanto a los modelos planteados por diferentes autores, estos se centraron en continuar con las investigaciones iniciadas por Lazarus y su equipo. Fueron varios los modelos examinados como sugerencias secundarias, en relación al enfoque del fundador que introdujo la variable del

afrontamiento. Un ejemplo de ello es Endler y Parker (1990), quienes sugirieron la idea de que el afrontamiento sigue una secuencia específica para el desarrollo de la evaluación cognitiva. Proponen que los estilos de afrontamiento son patrones de comportamiento relativamente estables y deben ser examinados como rasgos de la personalidad.

III. METODOLOGÍA

La investigación aseguró una metodología cuantitativa, para el cual se utilizó la estadística para la medición entre las variables del síndrome de burnout, la calidad de vida profesional y las estrategias de afrontamiento, analizadas desde una perspectiva externa y objetiva. Su finalidad fue buscar la relación entre las variables antes mencionadas y presentar el resultado de la aplicación en la población asignada (efectivos policiales). En este método se elabora principalmente con el dato cuantificable (Hernández et al., 2010).

3.1 Tipo y Diseño de Investigación

La investigación por presentar es de tipo básica, donde incluye herramientas de estadísticas e informáticas para obtener resultados las cuales, contribuirán a formar un conocimiento. El propósito es percibir la intención de la investigación de un meticuloso transcurso, sobre una población (Sampieri, Fernández y Baptista, 2018).

Diseño de Investigación

Se desarrolló esta investigación bajo un diseño no experimental y de corte transversal descriptivo, por esta razón, no estuvo sujeto a un cambio en las variables bajo investigación y simultáneamente recopilando datos durante un periodo determinado, siendo así su población comisarías de la Ciudad de Trujillo. (Hernández y Mendoza, 2018). Así mismo, corresponde a una correlación simple, procurando identificar las relaciones que

presentaron las variables S.B, C.V.P y E.A, mediante el uso de algún coeficiente de correlación (Ato et al., 2013).

Seguidamente el diseño es no experimental, puesto que no existirá manipulación deliberada de las variables en el estudio; finalmente, será de tipo descriptivo simple y transversal por que la medición se realizará en un solo momento.

Así mismo, presenta un enfoque cuantitativo, por lo que se recurrió al método estadístico para la elaboración de los datos y presentación de resultados para poder llevar a cabo el estudio de la relación entre las 3 variables mencionadas previamente (Bisquerra, 2000).

3.2 Variables y Operacionalización

Síndrome de Burnout (Independiente, cuantitativa)

- **Definición conceptual:** Etapa de desequilibrio entre la disposición de contestación del colaborador o profesional de apoyo y el total de servicios, la cual se halla en constante comunicación con sujetos que expresan distintas dificultades o orígenes de daño y sufrimiento (Maslach y Jackson, 2010).
- **Definición operacional:** Mediante sus puntuaciones obtenidas en el Maslach Burnout Inventory (MBI), mediante sus 3 dimensiones: la despersonalización, agotamiento emocional, y la realización personal.
- **Indicadores:** Está conformado por el cansancio emocional, despersonalización y autorrealización personal.
- **Escala de medición:** Tipo Likert.

Calidad de vida profesional (Dependiente, cuantitativa)

- **Definición conceptual:** Evaluación efectuada por los profesionales acerca de su satisfacción o insatisfacción con respecto a su entorno laboral. Esta valoración implica considerar el bienestar y el progreso que estas circunstancias generan en los trabajadores. Cuando la evaluación es negativa, esto afecta significativamente el desempeño y funcionamiento de la organización (Ardilla, 2003).

- **Definición operacional:** Se logrará emplear la escala de calidad de vida profesional (CVP - 35) de Cabezas (1998), contando su validez de constructo y confiabilidad, dicho instrumento fue utilizado en estudios anteriores como en España, Perú y Colombia (Contreras, Espinosa, Hernández & Acosta, 2013; Grimaldo, 2010; Tomás-sábado, 2011). Se hará uso de la versión adaptada por Grimaldo y Reyes (2015).
- **Indicadores:** Está conformado por las cargas en el trabajo y/o demandas en el trabajo, motivación intrínseca y apoyo directivo.
- **Escala de medición:** Likert.

Estrategias de Afrontamiento (Dependiente, cuantitativa)

- **Definición conceptual:** Llegan a ser el conjunto de pensamientos, dirigidos a manejar demandas, ya sea internas como externas, las cuales son valoradas como el agotamiento que excede las demandas del individuo (Carver et al., 1989).
- **Definición operacional:** Se realizará bajo las puntuaciones de la escala, con los 22 reactivos que lo conforman, tomando en cuenta las estrategias de afrontamiento, en sus 4 dimensiones mencionadas posteriormente en los indicadores.
- **Indicadores:** Está conformado por el Afrontamiento activo, planificación, apoyo instrumental, reinterpretación positiva, aceptación, humor, desconexión, desahogo, uso de apoyo, negación, religión, uso de sustancias, auto- inculpación y auto distracción.
- **Escala de medición:** Likert.

3.3 Población, muestra y muestreo, unidad de análisis.

3.3.1 Población:

Estará constituido por personal policial, de sexo masculino y femenino, con relación a la edad oscilan entre 24 y 65 años, de las 4 comisarías de la Ciudad de Trujillo.

- Criterios de inclusión:
 - 1 año a más de servicio.
 - Todas las edades.
 - Policías de ambos sexos.
 - Ser de grado, Suboficiales.
- Criterios de exclusión:
 - Policía que manifiesten su falta de disposición.
 - Llenado incorrecto de las encuestas.

3.3.2 Muestra:

Nuestro estudio tiene como muestra a 349 efectivos policiales de la Policía Nacional de Perú en 5 comisarías de la Ciudad de Trujillo, La Libertad, siendo estas Comisaría de Ayacucho, Comisaría de El Alambre, Escuadrón de Emergencia PNP, Unidad de Servicios Especiales y Comisaría La Noria. Dado que en cada una de ellas encontramos un aproximado de 80 suboficiales en cada comisaría, por ende, se tomó en cuenta la cantidad de comisarías antes mencionadas.

3.3.3 Muestreo:

Con relación al muestreo se utilizó uno de tipo no probabilístico – intencional, dado que no se emplearán fórmulas de probabilidad, por el contrario, los participantes serán elegidos a criterio de las investigadoras, basándonos en ciertos criterios de inclusión y exclusión antes establecidas (Otzen y Manterola, 2017).

3.3.4 Unidad de Análisis:

La unidad de análisis en este estudio hará referencia a un policía, este puede ser de sexo masculino o femenino quien responda a los cuestionarios a utilizar en la presente investigación.

3.4 Técnicas e Instrumentos de correlación de datos.

La técnica seleccionada para la recolección de datos será la encuesta, la cual dependerá del uso de tres instrumentos, los cuales contienen

afirmaciones, preguntas cerradas y/o abiertas, permitiendo caracterizar un atributo dentro de la unidad de análisis (Ther,2017).

Instrumento 1: Cuestionario de Síndrome de Burnout (S.B.)

FICHA TÉCNICA

Nombre : Inventario de Burnout de Maslach.
Autor original : Christina Maslach y Susan Jackson.
Autores de revisión psicométrica para Perú: Llaja, Sarria y García.
Año : 2007.
Adaptación : Gonzales Fernández, Alessandra Yezabel.
Finalidad : Evaluar el Síndrome de Burnout.
Aplicación : Individual y colectiva.
Tiempo : 10 a 15 min aprox.
Dimensiones 3
Ítem 22

Se utilizó la versión actual de Gonzales (2017) del Síndrome de Burnout de Maslach (IBM), que está conformado por 22 ítems.

Instrumento 2: Cuestionario de Estrategias del Afrontamiento (COPE - 28)

FICHA TÉCNICA

Nombre : Cuestionario de Estimación del Afrontamiento (COPE- 28) Versión Abreviada
Autor original :Carver, Scheier y Weintraub (1997)
Finalidad : Realizar una evaluación de las diversas manifestaciones de reacción frente al estrés.
Aplicación : Individual y Colectiva.
Tiempo : 15 minutos
Dimensiones 4
Ítems 22

Es la versión actual de Consuelo Morán y Dionisio Manga (2010) del cuestionario COPE- 28

Instrumento 3: Calidad de vida profesional

FICHA TÉCNICA

Nombre : Escala de Calidad de Vida Profesional (CVP-35).

Autor original : Cabezas (1998).

Adaptación : Grimaldo, Mirian; Reyes Bossio, Mario Alexander (2015).

Finalidad : Conocer los niveles de calidad de vida profesional en policías.

Tiempo : 15 minutos.

Dimensiones : 3

Ítems : 35

3.5 Procedimientos

Para dar inicio a la investigación, se realizó un proceso de ideación donde se generaron diversas ideas vinculadas con el motivo de estudio. Luego, se promovió a ejecutar una revisión minuciosa de la literatura para buscar antecedentes relevantes relacionados con el tema de interés. Esta revisión resultó en un mayor interés y curiosidad, ya que se encontró que había una escasez de estudios previos que abordan las variables en cuestión.

Posteriormente se tomó en cuenta el tipo de diseño a investigar, mientras tanto se comenzó con la búsqueda de los instrumentos, para así aplicarlos en la investigación (solicitudes de permisos, adaptaciones en el país, entre otros), luego determinamos la población en la que serían aplicados los instrumentos siendo estos los efectivos policiales, para lo cual se llevó a cabo la coordinación pertinente con la PNP en cuanto a permisos en las instituciones seleccionadas, así como la fecha y hora para la aplicación de los

cuestionarios a los efectivos, considerando que el tiempo de aplicación duró 3 semanas aproximadamente, poco tiempo después se obtuvo la base de datos requerida para nuestra investigación.

Así mismo se empleó la correlación de Spearman (Rho) para determinar la relación entre las tres variables aplicadas, con la finalidad de conseguir nuestros resultados.

3.6 Método de análisis de datos

A nivel descriptivo, centró la clasificación y recopilación de dicha información habiendo alcanzado una indagación extensa sobre las variables utilizadas., es decir, se centra en la presentación y resumen de los datos recolectados.

Posteriormente, el análisis que se utilizó consistió en conseguir información relevante y actualizada sobre las variables. En un principio los datos recaudados, se reflejaron usando el programa de excel para poder ordenar los datos arrojados en cada cuestionario, esta base de datos se envió al programa IBM SPSS STATISTICS - V.25., donde se efectuó una verificación de normalidad, seleccionando el estadístico de correlación correcta. Se buscaron los percentiles de las distintas variables para identificar los baremos de calificación.

Luego, se empleó la prueba de normalidad Kolmogorov Smirnov; donde se indica que si la significancia es mayor a 0.05, se sostiene que los datos presentan una distribución normal, por lo que se utilizó la prueba de correlación de Spearman.

Se establecieron relaciones entre las variables y sus dimensiones mediante la aplicación de la prueba de correlación de Spearman. Esta prueba evalúa la significancia para determinar si se acepta o rechaza la hipótesis nula. Si el valor de significancia es menor a 0.05, se rechaza la hipótesis nula; de lo contrario, es aceptada.

3.7 Aspectos éticos

Según el Colegio de Psicólogos del Perú (2017), en cuanto a los aspectos éticos, es necesario dignificar, proteger y preservar los derechos de las personas. Aquellos que proporcionan información para investigaciones científicas con fines pedagógicos deben ser tratados con mucha responsabilidad por parte de los psicólogos, quienes mantienen el deber de velar por los beneficios de sus clientes.

El artículo 19 del reglamento establece que los psicólogos deben seguir una rigurosa regulación en lo que respecta a la investigación con seres humanos y animales. La confidencialidad y los resultados deben manejarse con el máximo cuidado y objetividad, sin revelar información obtenida de cada participante.

Además, se considera la independencia del individuo, las intenciones negativas y el amplio impacto positivo que se tuvo en la población en general, al conocer los resultados, con el objetivo de lograr una equidad justa entre todos los participantes.

La presente investigación considera que los aspectos éticos están vinculados con el compromiso y la responsabilidad de las estudiantes, teniendo en cuenta la adecuada atribución de las fuentes teóricas o empíricas previamente obtenidas. Asimismo, se enfatiza en la provisión del documento de consentimiento informado a los policías de diferentes comisarías al momento de aplicar los instrumentos, donde se les informa sobre la voluntariedad y la confidencialidad de la investigación, proporcionándole a los participantes antes de la recopilación de datos.

IV. RESULTADOS

Se realizó una evaluación de prueba de normalidad de los datos recolectados para determinar los estadísticos pertinentes a emplear (paramétricos o no paramétricos) por medio de la prueba de kolmogorov smirnov dando como resultado que los datos para el síndrome de burnout, calidad de vida profesional y estrategias de

afrontamiento, presentan un comportamiento no paramétrico ($p < 0.05$), por consiguiente, se manejó el coeficiente de correlación Rho de Spearman (Tabla 5, anexos).

Tabla 1 *Relación entre síndrome de burnout, calidad de vida profesional y estrategias de afrontamiento*

		BURNOUT	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	CALIDAD DE VIDA PROFESIONAL
BURNOUT	Coeficiente de correlación		0.069	-.173
	Sig. (bilateral)		0.266	0.005
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	Coeficiente de correlación	0.069		.145
	Sig. (bilateral)	0.266		0.007
CALIDAD DE VIDA PROFESIONAL	Coeficiente de correlación	-.173	,145**	
	Sig. (bilateral)	0.005	0.007	

Con respecto a la relación de las variables, se puede observar que entre Burnout y estrategias de afrontamiento se presenta una significancia superior a 0.05, por lo que se acepta la hipótesis nula, es decir, no existe relación. En la relación entre burnout y calidad de vida profesional se obtiene una significancia de 0.005, por lo que se rechaza la hipótesis nula, con un coeficiente de -0.173, se afirma que existe una relación negativa muy baja entre las variables. Finalmente, entre estrategias de afrontamiento y calidad de vida profesional se obtiene una significancia inferior a 0.05, por lo que se rechaza la hipótesis nula y con coeficiente de 0.145 se afirma que existe una relación positiva muy baja.

Tabla 2 Nivel de Síndrome de Burnout y sus dimensiones

	BAJO		MEDIO		ALTO	
	f	%	f	%	f	%
Cansancio Emocional	82	23.5%	181	51.9%	86	24.6%
Despersonalización	81	23%	185	53%	83	23.8%
Realización Personal	99	28%	170	48.7%	80	22.9%
Burnout	73	20.9%	190	54.4%	86	24.6%

En cuanto al Burnout, el 20.9% se ubica en un nivel bajo, el 54.4% en un nivel medio y el 24.6% en un nivel alto. Respecto a la dimensión cansancio emocional el 23.5% ocupa un nivel bajo, el 51.9% nivel medio y el 24.6% el nivel alto. Con la dimensión despersonalización el 23% ocupa el nivel bajo, el 53% un nivel medio y 23.8% un nivel alto. Finalmente, con la dimensión realización personal el 28% presenta un nivel bajo, 48.7% un nivel medio y 22.9% un nivel alto.

Tabla 3 Niveles de calidad de vida profesional y sus dimensiones

	BAJO		MEDIO		ALTO	
	f	%	f	%	f	%
Carga en el Trabajo	72	20.6%	192	55.0%	85	24.4%
Motivación Intrínseca	76	21.8%	187	53.6%	86	24.6%
Apoyo Directivo	77	22.1%	186	53.3%	86	24.6%
Calidad de Vida Profesional	71	20.3%	192	55.0%	86	24.6%

En la calidad de vida profesional, el 20.3% se posiciona en un nivel bajo, el 55% en un nivel medio y el 24.6% en un nivel alto. Respecto a la dimensión carga en el trabajo, el 20.6% ocupa un nivel bajo, el 55% nivel medio y el 24.4% el nivel alto. Con la dimensión motivación intrínseca el 21.8% ocupa el nivel bajo, el 53.6% un nivel medio y 24.6% un nivel alto. Finalmente, con la dimensión apoyo directivo el 22.1% presenta un nivel bajo, 53.3% un nivel medio y 24.6% un nivel alto.

Tabla 4 Nivel de estrategias de afrontamiento y sus dimensiones

	BAJO		MEDIO		ALTO	
	f	%	f	%	f	%
Afrontamiento Cognitivo	83	23.8%	202	57.9%	64	18.3%
Afrontamiento de Apoyo Social	80	22.9%	198	56.7%	71	20.3%
Bloqueo del Afrontamiento	80	22.9%	197	56.4%	72	20.6%
Afrontamiento Espiritual	107	30.7%	192	55.0%	50	14.3%
Estrategias de Afrontamiento	78	22.3%	192	55.0%	79	22.6%

En cuanto a las estrategias de afrontamiento, el 22.3% se ubica en un nivel bajo, el 55% en un nivel medio y el 22.6% en un nivel alto. La dimensión afrontamiento cognitivo, el 23.8% se ubica en un nivel bajo, el 57.9% en un nivel medio y el 18.3% en un nivel alto. La dimensión afrontamiento apoyo social, el 22.9% se ubica en un nivel bajo, el 56.7% en un nivel medio y el 20.3% en un nivel alto. La dimensión bloqueo del afrontamiento, el 22.9% se ubica en un nivel bajo, el 56.4% en un nivel medio y el 20.6% en un nivel alto. La dimensión afrontamiento espiritual, el 30.7% se ubica en un nivel bajo, el 55% en un nivel medio y el 14.3% en un nivel alto.

V. DISCUSIÓN

La siguiente investigación se realizó debido a la escasez de información encontrada sobre las variables de interés en efectivos policiales de nuestra región. Previo a esta investigación, se tenía la creencia de que el síndrome de burnout solo perjudicaba a profesionales de la salud; sin embargo, esto se contradice con lo afirmado por Golembiewski et al. (1983), quienes sostienen que el S.B impacta en todas las profesiones y no se limita exclusivamente a las organizaciones de ayuda, como mencionan Quiceno y Vinaccia (2007).

Para el siguiente estudio, se planteó como objetivo general (Tabla 1) establecer la relación entre las variables del síndrome de burnout, la calidad de vida profesional y las estrategias de afrontamiento en policías de diferentes comisarías de la ciudad de Trujillo. Para hallar dicha correlación entre las variables, se estableció un emparejamiento: S.B. y C.V.P.; S.B. y E.A. finalmente C.V.P y E.A.

Para proporcionar una explicación más exhaustiva, se procedió a comparar los hallazgos de esta investigación con los antecedentes de otros autores previamente estudiados. Empezamos hallando que la relación del S.B. y C.V.P, donde se obtuvo una significancia < 0.05 y una correlación estimada de $-0,173$, la cual muestra que existe una relación negativa muy baja entre sí, dado que, si el individuo presenta dicho síndrome, su calidad de vida se ve levemente afectada, de esta manera encontramos la investigación de Zuazo, A. (2018) en su investigación sobre Burnout y calidad de vida profesional en policías de Lima Metropolitana, su propósito fue conocer la relación entre S.B y la C.V.P., donde sus resultados concluyen que existe relación entre el síndrome de burnout y la calidad. Al igual que Paz y Llaque (2021) obtuvieron resultados similares, donde revelan una relación inversa moderada entre el "Síndrome de Burnout" y la "Calidad de Vida Profesional", indicando que a medida que aumenta el nivel del S.B, disminuye la C.V.P de los colaboradores. En contraste, se identificaron diferencias con la investigación de Valero (2019) en una población diferente donde indica que las relaciones entre las variables estudiadas no mostraron

relación puesto que los bomberos presentaron un nivel bajo de S.B y una C.V.P media.

En el caso del S.B. y E.A., se alcanzó un nivel de significancia mayor a 0.05, indicando que no existe relación entre ambas variables, sin embargo, contrastamos estos resultados con los de Salas y Bustamante (2020) quienes tuvieron como objetivo de reconocer la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y el S.B en el personal Policial de Investigación del departamento de Cajamarca, sus resultados alcanzados señalaron que existe una significativa correlación entre el afrontamiento al estrés y el S.B en el personal policial del departamento de Cajamarca, con un nivel de confiabilidad del 99%. Al igual, que Saldaña (2018) donde examina la conexión a través de las E.A y el S.B en los suboficiales de la División de Investigación de Robos de la Dirección de Investigación Criminal de la Policía Nacional del Perú (PNP) en Lima, durante el año 2017. Los resultados obtenidos indicaron la presencia de una conexión significativa entre las E.A y el S.B en los suboficiales de la PNP. Concluyendo que el nivel de significancia calculado fue $p < 0.05$ y el coeficiente de correlación de Rho de Spearman tuvo un valor de -0.516, lo que sugiere una correlación inversa moderada entre ambas variables.

Por último, para finalizar el objetivo general, en relación entre las variables de E.A. y la C.V.P., se obtuvo una significancia inferior a 0.05, por lo que se rechaza la hipótesis nula y con coeficiente de 0.145, lo cual afirma que existe una relación positiva muy baja. Coincidiendo con la investigación de Rafael y Castañeda (2021) donde identificaron la relación entre la C.V.P y los E.A al estrés en los efectivos policiales de la Divincri Huancayo durante el año 2021. Sus resultados demostraron que efectivamente existe una relación significativa entre la C.V.P y los E.A. ($0.009 < 0.05$). Por lo tanto, se pudo confirmar y aceptar la hipótesis general de investigación planteada en el estudio.

De acuerdo con los objetivos específicos (Tabla 2), en relación a nuestro primer objetivo, se observó que el nivel de S.B. y sus dimensiones se hallan en el nivel medio, con un 54.4% de los encuestados ubicados en

este nivel. Asimismo, las tres dimensiones del síndrome también se encuentran en el nivel medio, siendo la despersonalización la que destaca con un 53%, seguida de la realización personal con un 48.7%, y finalmente el cansancio emocional con un 51.9%. Estos resultados son consistentes con estudios similares realizados por Valladares (2017) en la división policial de Huaral, Perú, donde también se encontró que el 56.3% de los agentes presenta un grado medio de S.B. Además, Gershon (2002) señala que los policías enfrentan una situación laboral estresante y peligrosa debido a su constante exposición a la confrontación y violencia, lo que aumenta el riesgo de sufrir heridas o perder la vida. Los turnos rotativos y el frecuente contacto con los ciudadanos también contribuyen a un ritmo acelerado que provoca angustia y estrés crónico, lo que puede desencadenar el S.B.

Referente a nuestro segundo objetivo específico (Tabla 3), se encontró que el nivel de C.V.P. y sus dimensiones se ubican en un nivel medio, con un 55% de los encuestados. Del mismo modo las tres dimensiones de C.V.P también se sitúan dentro del mismo nivel, destacando carga en el trabajo con un 55%, seguida de motivación intrínseca con un 53.6% y apoyo directo con un 53.3%. Encontrando estudios similares realizados por Rafael y Castañeda (2021), donde ubican la variable de C.V.P, en los efectivos en un nivel medio 74,2%, por el contrario, en relación a las dimensiones encontramos a Zarzosa (2018) buscando relacionar las dimensiones carga de trabajo, motivación intrínseca y apoyo directivo con mayor predominio en el nivel bajo, siendo preciso que mantenga una proporción y armonía entre los requerimientos profesionales y el confort del colaborador para que mejoren su nivel de vida. En vista de ello, encontramos teorías de demandas y recursos laborales de Demerouti et al., (2001), donde conceptualizan el aspecto repetitivo de grandes peticiones y/o requerimientos de trabajo causando tensión, desperfectos en la salud y bajando su productividad, haciendo referencia a la calidad de vida profesional del colaborador.

Siguiendo a nuestro tercer objetivo específico (Tabla 4), el nivel de estrategias de afrontamiento y sus dimensiones, está ubicado en el nivel

medio con un 55% de los encuestados, así mismo, en todas las dimensiones el nivel medio es el que destaca, empezando con el afrontamiento cognitivo con un 57.9%, la dimensión de apoyo social con un 56.7%, bloqueo de afrontamiento con el 56.4% y finalmente la dimensión afrontamiento espiritual con un 55%, sin embargo, no se encontró un estudio de la variable en la misma población, a pesar de, encontramos a Milla (2021), en su investigación demuestra que los colaboradores (personal de salud) de una clínica se ubican en nivel medio de estrategias de afrontamiento con un 71%. De igual forma en cuanto a dimensiones encontramos en la investigación de Bazán y Cerna (2019) donde sostienen que el 60% de los policías de la comisaría central de la ciudad de Cajamarca, presentan un nivel medio. Por lo antes expuesto tenemos el modelo de Lazarus y Folkman(1986), donde indica que el afrontamiento por lo general actúa como un mediador entre las situaciones que los colaboradores perciben como amenazadoras o altamente desafiantes, es por ello que las E.A permanecen en juego, ya que son las que ayudan a los colaboradores a enfrentar o negar la situación, dependiendo de sus propias características individuales.

Finalmente, con todo lo investigado se coincide con la teoría de Maslach (1997) donde manifiesta que el S.B crea en el efectivo policial una expresión de sentimientos y pensamientos en concordancia a su interacción laboral dentro de su institución. Por otra parte, se afirma la teoría de Karasek (1979) “demandas-control” donde refiere que el nivel de la C.V.P. de cada efectivo depende de las altas demandas laborales y del poco control sobre sus funciones. De la misma manera, se confirma la teoría Lazarus y Folkman (1986) donde hacen hincapié que con la ayuda de las E.A. el efectivo policial puede lidiar mejor con las amenazas que surjan en el transcurrir de su jornada laboral, la cual puede diferenciarse en cada uno de ellos.

VI. CONCLUSIONES

- Se encontró correlación baja e inversa entre las variables del S.B y la C.V.P en los efectivos policiales encuestados.

- Se encontró relación entre las variables de C.V.P y las E.A en los efectivos policiales encuestados.
- No se encontró significancia estadística entre las variables del S.B y las E.A en los efectivos policiales encuestados.
- Se logró determinar el nivel del S.B. situándonos en un nivel medio.
- Hemos determinado que el nivel de la C.V.P., se ubica en el nivel medio.
- Finalmente se determinó el nivel de las E.A, colocándolos en un nivel medio.

VII. RECOMENDACIONES

- Se sugiere que futuras investigaciones adopten como muestra a la totalidad de los efectivos policiales del Perú, incluyendo diversos segmentos de agentes, todos expuestos a múltiples problemas psicosociales que inciden en su salud mental.
- Se recomienda a los próximos estudios, trabajar con las variables de c.v.p y e.a., debido a la escasez de antecedentes que involucran estas variables en la investigación actual.
- Implementar enriquecimiento del puesto para evitar la acumulación de estrés en los efectivos policiales, asegurándose de que los policías tengan tiempo suficiente para descansar y recuperarse entre turnos.
- Brindar capacitación en técnicas de afrontamiento eficaces para manejar situaciones de alta tensión y estrés en el trabajo policial, incluyendo técnicas de relajación, respiración, mindfulness, entre otras.
- Fomentar el valor del cuidado del bienestar mental y emocional, proporcionando servicios de apoyo psicológico y terapia para aquellos que puedan estar experimentando altos niveles de estrés o agotamiento.
- Se aconseja llevar a cabo más investigaciones comparativas entre las variables expuestas, puesto que, al realizar su comparación se necesitan más evidencias para llegar a resultados óptimos.

REFERENCIAS

- Aliaga, J., & Tenicela, D. (s. f.). Calidad de vida y afrontamiento al estrés en pacientes con insuficiencia renal crónica (IRC) en tratamiento de hemodiálisis en un hospital de Huancayo – 2017. Repositorio Institucional. <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/1236>.
- Álvarez González, M., (2005). Reseña de "Metodología de la investigación educativa" de Rafael Bisquerra Alzina (coord.). *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 10(25), 593-596.
- Alvarez, L. (2014). *Síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en el* . Lima: UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS.
- Álvarez, P. (2019). *El Burnout, Estrés, las Técnicas de afrontamiento al estrés, satisfacción laboral y riesgos psicosociales en funcionarios de un centro penitenciario de Chile*. [Tesis Doctoral]. Universidad Complutense.
- Ardila, R. (2003) Calidad de vida: una definición integradora *Revista Latinoamericana de Psicología*, vol. 35, N° 2, 2003, pp. 163 Fundación Universitaria Konrad Lorenz Bogotá, Colombia.
- Arias Gallegos, W. L., Huamani Cahua, J. C. & Ceballos Canaza, K. D. (2019). Síndrome de Burnout en profesores de escuela y universidad: un análisis psicométrico y comparativo en la ciudad de Arequipa. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 72. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.390>.
- Arriola, O., Bocanegra, C. & Sim, M. (2017). El proceso de reclutamiento y selección en la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú (Tesis de Maestría, Universidad Del Pacifico). Recuperado de http://repositorio.up.edu.pe/bitstream/handle/11354/1937/Oscar_Tesis_maestria_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ato, M., López-García, J. J. & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3). <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>.

- Barrios, I (2016). Relación entre el síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en los trabajadores de la industria de aje Bolivia la Paz y el Alto. Universidad de San Andrés. Tesis para obtener el grado de licenciatura.
- Basinska, B., Wiciak, I. & Dåderman, A. (2014). Fatigue and burnout in police officers: the mediating role of emotions. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*, 37(3), 665-680. doi: <http://dx.doi.org/10.1108/PIJPSM-10-2013-0105>.
- Basombrío, C. (2007). *Delito e inseguridad ciudadana Lima y otras ciudades del Perú comparadas con América Latina*. Recuperado de: [https://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/80F36E775E86E8CA05257AB10073CC21/\\$FILE/delito-e-inseguridad-ciudadana.pdf](https://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/80F36E775E86E8CA05257AB10073CC21/$FILE/delito-e-inseguridad-ciudadana.pdf).
- Bazán, S., & Cerna, M. (2019). Estrés laboral y estilos de afrontamiento en policías de la comisaría central de la ciudad de Cajamarca. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/970/TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bisquerra, R. (2004). Metodología de la investigación educativa. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=5826>.
- Bonifaz, M. (2022). El síndrome de burnout y bienestar laboral - el blog de Bumeran. El Blog de Bumeran. <https://www.bumeran.com.mx/noticias/el-sindrome-de-burnout-y-bienestar-laboral/>.
- Briones, D. (2007). Presencia de Síndrome de Burnout en Poblaciones Policiales Vulnerables de Carabineros de Chile. *Ciencia & Trabajo*, 9(24), 43-50. Recuperado de www.cienciaytrabajo.cl/cytqa/EdicionesAnteriores/Volumen%2024.pdf.
- Cabezas, M. (1998). Síndrome de desgaste profesional, estrés laboral y calidad de vida profesional. *FMC - Formación Médica Continuada en Atención Primaria*, 5(8), 491-492.
- Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima

metropolitana. Persona, 0(005), 191.
<https://doi.org/10.26439/persona2002.n005.876>.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping Strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief Cope. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92-100. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16250744>.

Carver, C., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual review of Psychology*, 61, 679-704

Casuso, L. (1996). Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de Afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima. Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología con mención en psicología clínica no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.

CepymeNew (6 de febrero de 2018). España es el país europeo con más estrés laboral. <https://cepymenews.es/espana-es-el-pais-europeo-con-masestres-laboral/>.

Chiavenato, I. (2004). *Comportamiento Organizacional " Dinámica del éxito en las organizaciones.* Mc Grau Hill, https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/335680/Comportamiento_organizacional._La_dinamica_en_las_organizaciones..pdf.

Código de Ética y Deontología. (2017). Colegio de Psicólogos del Perú. https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf.

Contreras, F., Espinosa, J. C., Hernández, F., & Acosta, N. (2013). Calidad de vida laboral y liderazgo en trabajadores asistenciales y administrativos en un centro oncológico de Bogotá (Colombia). *Psicología desde el Caribe*, 30(3), 569-590.

Cruz Velazco, J. E. (2018). The quality of labor life and the study of the human resource: A reflection on its relationship with organizational variables. *Revista*

Científica Pensamiento Y Gestión, 45, 58–81.
<https://doi.org/10.14482/pege.45.10617>

Cumbe, V., Pala, A., Palha, A., Gaio, A., Esteves, M., & Mari, J. &. (2017). Burnout syndrome and coping strategies in Portuguese oncology health care providers. Sao Paulo: Scielo.

Declaración de principios. (2017). Unitru.
http://vin.unitru.edu.pe/images/etica/regla/codigo/cell_psicologo.pdf#:~:text=LOS%20PSICOLOGOS%20PERUANOS%3A%20Respetan%20la%20dignidad%20del%20ser,miras%20a%20contribuir%20al%20bienestar%20de%20la%20humanidad.

Endler, N.S., y Parker, J.D.A. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 844-854.

Espinoza, A. (2021). Síndrome de Burnout y calidad de vida en colaboradores de la Cooperativa sol & café, durante la pandemia de la Covid -19. Jaen. Disponible en:

[https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5597/TESIS%20SINDROME%20DE%20BURNOUT%20Y%20CALIDAD%20DE%20VIDA%20_AURELIO%20ESPINOZA%20SANTA%20CRUZ.pdf?sequence=1.](https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5597/TESIS%20SINDROME%20DE%20BURNOUT%20Y%20CALIDAD%20DE%20VIDA%20_AURELIO%20ESPINOZA%20SANTA%20CRUZ.pdf?sequence=1)

Felix Dill'Erva, I. (2021). Retos de la administración pública del bicentenario. Saber Servir: Revista De La Escuela Nacional De Administración Pública, (5), 117–138.
[https://doi.org/10.54774/ss.2021.05.07.](https://doi.org/10.54774/ss.2021.05.07)

Fernández, E. (2009). Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional. Universidad de León.

Fernández, J., Gómez, T., Martínez, C., Del Cura, M., & Cabezas, M. y. (2008). Medición de la capacidad evaluadora del cuestionario CVP-35 para la percepción de la calidad de vida profesional. España: El Servier.

Fernández, M., Iglesias. P, & Vidal, A. (2002). Percepción de la calidad de vida profesional. Asturias: Scielo.

- Fernández, O., García Del Río, B., Hidalgo, C., López, C., Martín, A., & Moreno, S. (2008). Percepción de la calidad de vida profesional de los médicos residentes de dos hospitales de distinto nivel asistencial. *Medicina de Familia*, 7, 83-90.
- Galarza Torres, K. & Nieves Torres, G. (2021). Estrategias de afrontamiento al estrés y síndrome de Burnout en policías de la UNIPREMB - Surquillo, Lima 2020. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/62708>.
- García, A., & Siqueira, A. (2023). EL SÍNDROME DE BURNOUT Y LA CALIDAD DE VIDA DE EQUIPO DE ENFERMERÍA EN AMBIENTE HOSPITALARIO. *Revista Foco*, 20.
- García, H. D., Fantin, M. B., & Pardo, A. Y. (2016). Estrategias de afrontamiento al estrés en aspirantes a Policía de la ciudad de San Luis. *Revista De Psicología Universidad De Antioquia*, 8(1), 23–34. Recuperado a partir de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/326890>.
- García,H., Fantin, M. & Pardo, A. (2016). Estrategias de afrontamiento al estrés en aspirantes a Policía de la ciudad de San Luis. *Revista de Psicología: (Universidad de Antioquía)*, 8(1), 23-34. Recuperado a partir de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/326890>
- Gershon R., Lin S. y Li X. Work stress in aging police officers. *Journal of occupational and environmental medicine* (2002), pp. 160-167.
- Gil Monte, P. & Peiró Silla, J. (1996). *Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse*. Madrid, España.
- Golembiewski, R. T., Munzenrider, R. y Carter, D. (1983). Phases of progressive burnout and their work-site covariants. *Journal of Applied Behavioral Science*, 13, 461-482. doi:10.1177/002188638301900408
- Gómez, J. (2006). Estrategias de afrontamiento en el inicio de la adolescencia y su relación con el consumo de drogas y la conducta problemática. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(3), 581-597.
- González Fernández, & Alessandra Yezabel. (2016). "Síndrome de burnout y agresividad en los efectivos de la Policía Nacional del Perú de las comisarías del distrito de Comas, Lima 2017." Universidad César Vallejo EBooks.

- González, M., Lacasta, M. y Ordóñez, A (2008). El síndrome de agotamiento profesional en oncología. Madrid: Editorial Medica Panamericana.
- González, M., y Sandoval, M. (2016). Calidad de vida profesional y síndrome de Burnout en enfermeras del hospital María Auxiliadora. *Revista Ciencia y Arte de Enfermería*, 1(2), 15-21.
<http://www.cienciaenfermeria.org/index.php/rcae/article/view/18/19>.
- González, Y. (2017). "Síndrome de burnout y agresividad en los efectivos de la Policía Nacional del Perú de las comisarias del Distrito de Comas, Lima 2017". En *Universidad César Vallejo*.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20500.12692/3267>
- Grimaldo, M., & Reyes Bossio, M. A. (2015). Calidad de vida profesional y sueño en profesionales de Lima. *Revista Latinoamericana De Psicología*, 47(1), 50–57.
[https://doi.org/10.1016/s0120-0534\(15\)30006-6](https://doi.org/10.1016/s0120-0534(15)30006-6).
- Halstead, M., Bennett S. y Cunningham, W. (1993). Measuring coping in adolescents: An application of the ways of coping checklist. *Journal of Clinical Child Psychology*, 22(3), 337-344.
- Hernández, S., Fernández, C. & Baptista, L. (2010). *Metodología de la Investigación*. Ed. Mc Graw Hill, Chile.
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* | RUDICS.
<https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>.
- Karasek, R. (1979). Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24(2), 285.
<https://doi.org/10.2307/2392498>.
- Katz, J., Edelwich, J. & Brodsky, A. (1980). Burn-Out: Stages of Disillusionment in the Helping Professions. *The Journal of Higher Education*, 53(5), 604.
<https://doi.org/10.2307/1981860>.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Evaluación,

afrontamiento y consecuencias adaptativas. Nueva York: Martínez Roca.

Linares, A. & Poma, Z. (2016). Estilos de afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en una dependencia de la Policía Nacional del Perú de Lima, 2016 (Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión). Recuperado de: http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/430/Angie_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Lincoln, B. (2009, 12 junio). El Estrés Policial. Seguridad pública - Seguridad pública española. <https://seguridadpublica.es/2009/06/12/el-estres-policial/>.

Llaja, V, Sarria, C. y García, P. (2007) MBI Inventario "Burnout" de Maslach & Jackson. Muestra Peruana. Lima: Pinedo Grafic.

Lobón, R. (2016). Síndrome de burnout y calidad de vida profesional del personal que laboran en violencia familiar en el Servicio de Atención Urgente del MIMP, Lima 2016. Lima: Universidad César Vallejo.

Lombardi, F. P. S., & Becerra, B. B. (2020). Afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en personal Policial de Investigación de la Ciudad de Cajamarca, 2019. En Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1263>

Maan Diong, S., Bishop, G. D., Enkelmann, H. C., Tong, E. M., Why, Y. P., Ang, J. C. & Khader, M. (2005). Anger, stress, coping, social support and health: Modelling the relationships. *Psychology & Health*, 20(4), 467-495. <https://doi.org/10.1080/0887044040512331333960>.

Majumdar, P., Biswas, A., & Sahu, S. (2020). COVID-19 pandemic and lockdown: cause of sleep disruption, depression, somatic pain, and increased screen exposure of office workers and students of India. *Chronobiology International*, 1191-1200. <https://doi.org/10.1080/07420528.2020.1786107>

Maslach, C. & Leiter, M. P. (1997). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103-111. <https://doi.org/10.1002/wps.2031>.

- Maslach, C. y Jackson, S. (1986). *The Maslach Burnout Inventory*. (Zaed) Palo Alto, Consulting Psychologists Press (Versión Española adaptada por Nicolás Seisdedos Cubero, TEA 1987),
- Maslach, C. y Jackson, S. (2010). *Manual de Maslach Burnout Inventorio*. Madrid, España: Spanish Version.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World psychiatry : official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 15(2), 103–111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- Mebus Espinoza, & Sujei Rosalvina. (2017). *Síndrome de Burnout en el personal de la Unidad de Desactivación de Explosivos, Policía Nacional del Perú*, 2017. Repositorio Institucional - UIGV.
- Mikulic, I. M., & Crespi, M. C. (2008). Adaptación y validación del inventario de respuestas de afrontamiento de Moos (CRI-A) para adultos. *Anuario de Investigaciones*, XV (), 305-312.
- Milla, B. (2021). *Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en tiempos de pandemia por la COVID-19 en trabajadores de una clínica Huacho*, 2021. Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/87679>
- Montoya Zuluaga, P. & Moreno Moreno, S. (2012). Relación entre síndrome de burnout, estrategias de afrontamiento y engagement. *Psicología desde el Caribe: revista del Programa de Psicología de la Universidad del Norte*, 29(1), 205-227.
- Morán Astorga, C., Landero Hernández, R., & González Ramírez, M. T. (2010). COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9(2), 543–552. <https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy9-2.capv>.
- Morán, C., Manga, D. (2010). COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9(2), 543-552. Recuperado em 13 de agosto de 2023, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672009000200020&lng=pt&tlng=es.

- More Mori, D. (2016). Calidad de vida profesional y sueño de reposo del personal médico de guardia en el servicio de emergencia del hospital Cayetano Heredia - 2016. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/7820>.
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022017000100037.
- Palomino, D. (2017). Estrategias de afrontamiento del estrés laboral empleada por policías de tránsito que trabajan en el sector II Pro-Lima Norte, 2016 (Tesis pregrado). Recuperado de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/5991>.
- Parrera Llanos de Chauca & Geraldine Yohana. (2020). Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento en efectivos del Águila Negra de la Policía Nacional del Perú. Universidad Autónoma del Perú.
- Paz, C., & Llaque, E. (2022). Síndrome de Burnout y Calidad de Vida Profesional en colaboradores de una Empresa Privada de Chiclayo. Univerdad Señor de Sipán. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/10458/Paz%20Castro%20Cesar%20%26%20Llaque%20Alburqueque%20Edwin.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Perlman, B., & Hartman, E. A. (1982). Burnout: summary and future research. *Human Relations*, 35(4), 283-305. <https://doi.org/10.1177/001872678203500402>.
- Pines, M., Aronson, E. (1988). Career burnout: causes and cures. *Choice Reviews Online*, 26(03), 26-1580. <https://doi.org/10.5860/choice.26-1580>.
- Pinzón, y Torres. (2014). Burnout en miembros de la Policía Nacional de Colombia: Un análisis crítico. *Sinapsis-Revista de Investigación de la Escuela de Administración y Mercadotecnia del Quindío EAM*; 5 (5): 62- 73.
- Prashant Lele, D. D. (2014). Quality of Work Life of Police Constables with special reference to Wellness. *IOSR Journal of Business and Management*, 16(11), 46-51. <https://doi.org/10.9790/487x-161144651>.
- Putallaz, P. (2019). Calidad de Vida. DOI: <https://10.13140/RG.2.2.26421.32484>.

- Quiceno, J., Vinaccia, A. (2007). Burnout: «Síndrome de quemarse en el trabajo (SQT)». *acta colombiana de psicología*.
<https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/1031/1/v10n2a12.pdf>.
- Rafael R., Castañeda S. (2021). "Calidad de vida y afrontamiento al estrés en efectivos policiales durante la pandemia COVID-19-Huancayo".
- Reich, M., Costa, C., & Remor, E. (2016). Estudio de las propiedades psicométricas del Brief COPE para una muestra de mujeres uruguayas. *Revista: Avances en Psicología Latinoamericana*, vol. 34, no. 3, DOI:
<https://doi.org/10.12804/apl34.3.2016.13>.
- Rodríguez Carvajal, R. & Rivas Herмосilla, S. D. (2011). Los procesos de estrés laboral y desgaste profesional (burnout): diferenciación, actualización y líneas de intervención. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 57, 72-88.
<https://doi.org/10.4321/s0465-546x2011000500006>.
- Saldaña Oliva, H. (2018). Estrategias de afrontamiento y síndrome de Burnout de los suboficiales de la División de Investigación de Robos de la Dirincri de Lima, 2017. Universidad Alas Peruanas (UAP).
- Salinas, D. (2012). *Prevención y afrontamiento del estrés laboral*. Madrid: Editorial CCS.
- Sánchez, J., Sanz, M., Apellániz, A. & Pascual, A. (2017). *Policía y estrés laboral. Estresores organizativos como*. <https://studylib.es/doc/5886319/policia-y-estr%C3%A9s-laboral.-estresores-organizativos-como>.
- Sandín, B., (2003). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(1), 141-157.
- Santiago, A. y Paredes, J. (2015). Dimensiones del síndrome de Burnout y estilos de afrontamiento en militares profesionales del ejército peruano de la séptima brigada de infantería en Lambayeque, 2015 (Tesis de maestría). Recuperado de Dimensiones del Síndrome de Burnout y estilos de afrontamiento en militares profesionales del Ejército Peruano de la Séptima Brigada de Infantería en Lambayeque, 2015 (upagu.edu.pe)

- Schaufeli, W. B. (2003). Past performance and future perspectives of burnout research. *Journal of Industrial Psychology*, 29, 1-15.
- Segurado, A. & Agulló, E. (2002). Calidad de vida laboral: hacia un enfoque integrador desde la Psicología Social. *Psicothema*, 14(4), 828-836.
- Seisdedos, N. (1997). MBI-Burnout Manual Original TEA Ediciones. Scribd. <https://es.scribd.com/document/401906977/MBI-Burnout-Manual-Original-TEA-Ediciones>.
- Silva, Gabriel de Nascimento e. (2019). (Re)conhecendo o estresse no trabalho: uma visão crítica. *Gerais : Revista Interinstitucional de Psicologia*, 12(1), 51-61. <https://dx.doi.org/10.36298/gerais2019120105>.
- Silva-Gomes, R.N. y Silva-Gomes, V.T. (2021). Pandemia de la COVID-19: síndrome de Burnout en profesionales sanitarios que trabajan en hospitales de campaña en Brasil. *Enfermería Clínica*, 31(2), 128-129, <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2020.10.011>.
- Simon Easton, Darren Van Laar & Rachel Marlow-Vardy. (2012). Quality of Working Life and the Police. *Management Science*, 3(3), 135-141.
- Somoray, K., Shakespeare-finch, J. & Armstrong, D. (2017). The Impact of Personality and Workplace Belongingness on Mental Health Workers Professional Quality of Life. *Australian Psychologist*, 52(1), 52-60. <https://doi.org/10.1111/ap.12182>.
- Soria, I at el (2018). Estrés laboral, Burnout y estrategias de afrontamiento en trabajadores que intervienen con menores en riesgo de exclusión social. España. [Suclupe_Lizana_Nancy_y_Tirado_Regalado_Mary_Karito.pdf](https://www.unprg.edu.pe/Suclupe_Lizana_Nancy_y_Tirado_Regalado_Mary_Karito.pdf) (unprg.edu.pe)
- Un informe de la OIT estudia la salud mental en el trabajo en Alemania, Estados Unidos, Finlandia, Polonia y Reino Unido. (2023, 10 octubre). https://ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_008592/lang-es/index.htm

- Valero, M. (2019). Relación entre calidad de vida laboral y síndrome de burnout en bomberos de la IV Comandancia Departamental Lima – Centro. RENATI. T030_70505568_T Valero Palomino, Milagros Leonor.pdf (urp.edu.pe).
- Valladares, I. (2017). “Síndrome de burnout en agentes policiales de la división policial de Huaral Perú 2017”. Repositorio ucv. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/6193/Valladares_LI.pdf?sequence=1.
- Vásquez, J. (2019). Satisfacción y estrés laboral en policías de la dirección de investigación criminal de Lima. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/550>.
- Vidotti, V., Trevisan, J., Quina, M., Perfeito, R., & Carmo, M. (2019). Burnout syndrome, occupational stress and quality of life among . *Enfermería Global*, 11.
- Villasano, M., Gonzales, M., Ochoa, M., & Colin, M. (2020). Síndrome de burnout y su repercusión con la calidad de vida de los trabajadores en organizaciones de la región Ciénega de Jalisco. *Revista Relayn micro y pequeña empresa en Latinoamérica*, 4(2), 67-73. <https://doi.org/10.46990/relayn.2020.4.2.68>.
- Vizcarra Fernández, M. N., Llaja Rojas, V., Limo Sánchez, C., & Talavera Aguilar, J. (2015). Clima laboral, Burnout y Perfil de Personalidad: Un estudio en personal asistencial de un Hospital Público de Lima. *Informes Psicológicos*, 15(2), 111–126. <https://doi.org/10.18566/infpsicv15n2a06>.
- World Health Organization. (2016). OMS/OIT: Casi 2 millones de personas mueren cada año por causas relacionadas con el trabajo. OMS/OIT: Casi 2 millones de personas mueren cada año por causas relacionadas con el trabajo (who.int).
- World Health Organization. (2023). Entornos laborales saludables: fundamentos y modelo de la OMS: contextualización, prácticas y literatura de apoyo. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/44466>.
- Yauri, E., & Geraldine, F. (2019). Afrontamiento y síndrome de burnout en personal policial de Chimbote. En Universidad César Vallejo. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_525b94959262ffc246629ac05c031ae7.

Zarzosa, L. (2018). Calidad de vida profesional de los enfermeros en el área materno neonatal del Hospital Cayetano Heredia 2018. Tesis de maestría, Universidad César Vallejo. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/36538>.

Zuazo Uribe, A. L. (2018). Burnout y calidad de vida profesional en policías de Lima Metropolitana. Repositorio Académico UPC. <https://doi.org/10.19083/tesis/625148>.

ANEXOS

Tablas de Normalidad

Tabla 5 Prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov de burnout

	Estadístico de prueba	Sig. Asintótica (bilateral)
CANSANCIO EMOCIONAL	0.260	,000 ^c
DESPERSONALIZACIÓN	0.266	,000 ^c
REALIZACIÓN PERSONAL	0.409	,000 ^c
BURNOUT	0.454	,000 ^c

Tabla 6 Prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov de estrategias de afrontamiento

	Estadístico de prueba	Sig. Asintótica (bilateral)
AFRONTAMIENTO COGNITIVO	0.296	,000 ^c
AFRONTAMIENTO DE APOYO SOCIAL	0.286	,000 ^c
BLOQUEO DEL AFRONTAMIENTO	0.285	,000 ^c
AFRONTAMIENTO ESPIRITUAL	0.292	,000 ^c
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	0.275	,000 ^c

Tabla 7 Prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov de calidad de vida profesional

	Estadístico de prueba	Sig. Asintótica (bilateral)
CARGA EN EL TRABAJO	0.279	,000 ^c
MOTIVACIÓN INTRÍNSECA	0.270	,000 ^c
APOYO DIRECTIVO	0.269	,000 ^c
CALIDAD DE VIDA PROFESIONAL	0.279	,000 ^c

“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

Trujillo, 3 de diciembre 2022

- Comisaría de San Andrés
- Comisaría Ayacucho
- Comisaría Buenos Aires
- Comisaría La Noria

PRESENTE

Mediante la presente, nos dirigimos a usted para saludarlo cordialmente y al mismo tiempo presentarle a los alumnos del X ciclo de la Escuela de Psicología:

Gutiérrez Arroyo, Monika – 72947959

Tirado Cornelio, Joshelyn Katitza - 48337221

Quienes actualmente está desarrollando una investigación denominada “Síndrome de burnout, calidad de vida profesional y estrategias de afrontamiento en policías de diferentes comisarías de la ciudad de Trujillo”, para lo cual necesitan de su apoyo brindando su autorización, para que las alumnas en mención puedan realizar su investigación en la institución que Usted dirige.

Conocedores de su capacidad de colaboración para con las estudiantes, estoy seguro del apoyo que se les brindará a nuestros alumnos, quienes al culminar el trabajo de investigación se comprometen a compartir los datos obtenidos.

Agradeciéndole por su gentil atención, me despido de usted reiterándole mi especial consideración.

Atentamente,



Dr. Marvin Moreno Medina

Coordinador

Escuela de Psicología - Trujillo

UCV, licenciada para que
puedas salir adelante.



Autorización al uso del cuestionario COPE- 28 (según el original de Carver, 1997). Traducido por Consuelo Morán y Dionisio Manga (2010).



Universidad de León

DOCTORA MARIA CONSUELO MORÁN ASTORGA
PROFESORA TITULAR DE UNIVERSIDAD
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA, SOCIOLOGÍA Y FILOSOFÍA
UNIVERSIDAD DE LEÓN, LEÓN (ESPAÑA)

Autorizo a usar el "COPE-28, versión en español del Brief COPE", instrumento de mi autoría (la versión en español) en la investigación de:

Katitza Tirado y Monika Gutiérrez, estudiantes de la carrera de Psicología, de la Universidad César Vallejo de la Ciudad de Trujillo-Perú para desarrollar el Proyecto de Tesis.

MORAN ASTORGA MARIA CONSUELO - 11706982M
Firmado digitalmente por MORAN
ASTORGA MARIA CONSUELO - 11706982M
Fecha: 2022.11.16 10:46:08 +01'00'

En León (España) a 16 de noviembre del 2022

M. Consuelo Morán Astorga. Departamento de Psicología, Sociología y Filosofía. Campus de Vegazana, 24071 – León (España)- Email: mcmora@unileon.es www.unileon.es

Autorización al uso del Inventario de Burnout de Christina Maslach y Susan Jackson (1981), adaptado por Gonzales (2017) en su tesis: “Síndrome de Burnout y agresividad en los efectivos de la Policía Nacional del Perú de las comisarías del distrito de Comas, Lima 2017”

Trujillo, 19 de noviembre del 2022

**ALESSANDRA YEZABEL GONZALES FERNÁNDEZ
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA POR LA UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO**

Por medio de la presente, autorizo a las estudiantes Monika Gutiérrez Arroyo y Katitza Tirado Cornelio, estudiantes de la carrera profesional de psicología de la Universidad César Vallejo sede Trujillo, para la utilización de la adaptación del Inventario de Burnout de Maslach, hecho en efectivos de la Policía Nacional del Perú de las comisarías del distrito de Comas.

Para el desarrollo de su investigación tengo conocimiento de que dicho instrumento pasará por criterio de jueces. Asimismo, pongo en manifiesto de que la información que se recabará será usada con ética, deontología profesional y supervisada por asesores docentes investigadores.


Atenta y respetuosamente


Alessandra Y. Gonzales Fernandez
PSICÓLOGA
C. Ps.P. N° 34928


Ps. Alessandra Yezabel, Gonzales Fernández

Psicóloga Organizacional

Autorización a la escala de calidad de vida profesional (CVP-35), adaptado por Grimaldo, Mirian; Reyes Bossio, Mario Alexander en su tesis: “Calidad de vida profesional y sueño en profesionales de Lima” (2015)

 **JOSHLYN KATITZA TIRADO CORNELIO** <jtiradoc@ucvvirtual.edu.pe> 8:41 (hace 2 horas) ☆ ↶ ⋮
para mgrimaldo2001 ▾

Buenas noches estimado, Dra. Grimaldo, esperando se encuentre bien de salud, le saluda Kalitza Tirado y Monika Gutierrez, somos estudiantes de la carrera de Psicología, de la Universidad César Vallejo, de la Ciudad de Trujillo-Perú.

 **Mirian Grimaldo** 8:43 (hace 2 horas) ☆ ↶ ⋮
para mí ▾

Estimadas, autorizó su uso.
Éxitos en su estudio
Saludos

[Enviado desde Yahoo Mail para iPhone](#)

↶ Responder ↷ Reenviar

Tabla 8: *Tabla de operacionalización de las variables*

Variables	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Rango
Síndrome Burnout	Cansancio emocional	Exhausto emocionalmente por las demandas de trabajo.	1,2,3,6, 8,13,14, 16, 20	Intervalo	Nunca, Pocas veces al año, Una vez al mes o menos, Unas pocas veces al mes, Una vez a la semana, Pocas veces a la semana y Todos los días
	Despersonalización	Actitudes de frialdad y distanciamiento.	5,10,11, 15,22		
	Realización personal	Sentimientos de autosuficiencia y realización personal en el trabajo.	4,7,9,12, 17,18,19,21		
Estrategias de Afrontamiento	Afrontamiento Cognitivo	Afrontamiento activo Planificación Reevaluación positiva Desconexión	2,10,6, 26,14,1 8	Intervalo	Alto Medio Bajo
	Afrontamiento de Apoyo Social	Apoyo emocional Apoyo social Desahogo	9,17,1, 28,12,2 3		
	Bloqueo del Afrontamiento	Negación Desentendimiento conductual	5,13,7, 19,		

		Desentendimient o mental Humor			
	Afrontamiento Espiritual	Religión Búsqueda de sentido Conexión	16,20,1 1,25,		
Calidad de Vida profesional	Cantidad de trabajo	Calidad de trabajo. Presión para mantener la cantidad de trabajo. Presión para mantener la calidad del trabajo. Prisas y agobios por falta de tiempo.	1, 6, 7, 8, 17, 18, 19, 21, 24, 25, 33	Intervalo	Nada Algo Bastante Mucho
	Motivación intrínseca	Apoyo de la familia. Ganas de ser creativo. Desconexión al acabar la jornada laboral. Capacitación necesaria para hacer el trabajo.	9, 12, 13, 15, 26, 27, 29, 31, 32, 34		
	Apoyo directivo	Satisfacción con el tipo de trabajo. Satisfacción con el sueldo. Posibilidad de promoción.	2, 3, 4, 5, 10, 11, 14, 16, 20, 22, 23, 28 y 30		

Reconocimiento
del esfuerzo.
Apoyo de los
jefes. Apoyo de
los compañeros
Posibilidad de ser
creativo

Validez y Confiabilidad del Instrumento del síndrome de burnout

Dicho instrumento se adaptó en España (Seisdedos, 1997) y en Perú (Llaja et al., 2007). En Perú se exploraron las evidencias psicométricas en muestras clínicas y no clínicas. Hallaron un índice de .56 para la despersonalización, .72 para la realización personal, y para cansancio emocional .80. En cuanto a la validez, en el análisis factorial evidenció que el cansancio emocional alcanzó la varianza mayor (39.970), la realización personal con un 34.90%, y la despersonalización con un 37.59%, de modo que se obtuvo menos del 40% de la varianza.

En la población estudiada también se encontraron diferentes estudios donde se evidencia su confiabilidad y validez del instrumento, como el de Mebus (2017), quien halló una confiabilidad de .711 en una muestra de efectivos de la PNP. Por su parte, Linares y Poma (2016) encontraron una confiabilidad global de alfa de Cronbach de .80, en la dimensión de agotamiento emocional 0.90, en la despersonalización 0.83, y en la realización personal .73. Asimismo, en su validez de construcción se halló un coeficiente de correlación producto-momento de Pearson (r) significativo. Del mismo modo Saldaña (2018), en una muestra piloto de 30 suboficiales de la Dirincri de Lima, calculó el coeficiente de alfa de Cronbach hallando una confiabilidad de .934, demostrando de esta manera su alta confiabilidad.

Por último, Gonzales (2017) adaptó el instrumento en una muestra de efectivos de las comisarías del distrito de Comas, encontrando una confiabilidad según el alfa de Cronbach de 0.842, y en el método de división por mitades encontró una correlación de 0.766 entre ambas mitades, lo que nos muestra un

nivel alto de confiabilidad. Asimismo, halló la validez de contenido según el coeficiente v de aiken, a través del juicio de 5 jueces expertos, utilizando la prueba binomial que incluía a todos los ítems, observando como resultado que ningún ítem se eliminará. Conservándose los 22 ítems del inventario original, es decir, la proporción de los jueces fue menor a 0.05, por lo tanto, la prueba fue válida.

Propiedades psicométricas peruanas

En el 2007, se realizó la adaptación del instrumento MBI a la realidad peruana por Victoria Llaja Rojas, César Sarriá Rojas, y Pedro García Pizarro, para ello se formalizó en estudio psicométrico como la confiabilidad de consistencia interna y la validez del constructo el cual, se exploró las correlaciones de las escalas e inter-escalas. De igual forma, el instrumento se sometió bajo el criterio de 15 jueces entendidos en Psicología clínica y de la salud para la validez de contenido. La confiabilidad obtenida en el instrumento, en la dimensión cansancio emocional (0.80), en la dimensión despersonalización(0.56) y en la dimensión realización personal (0.72) (Llaja, Sarria y García, 2007).

Adaptación en policías

Se adaptó el instrumento en una muestra de efectivos de las comisarías del distrito de Comas, encontrando una confiabilidad según el alfa de cronbach de 0.842, y en el método de división por mitades encontró una correlación de 0.766 entre ambas mitades, lo que nos muestra un nivel alto de confiabilidad. Asimismo, halló la validez de contenido según el coeficiente v de aiken, a través del juicio de 5 jueces expertos, utilizando la prueba binomial que incluía a todos los ítems, observando como resultado que ningún ítem se elimine. Conservándose los 22 ítems del inventario original, es decir, la proporción de los jueces fue menor a 0.05, por lo tanto, la prueba fue válida (Gonzalez, 2017).

Validez y Confiabilidad del Instrumento Calidad de Vida profesional

Cuenta con validez de constructo y confiabilidad, tanto en su país de origen como en estudios realizados en otros países (Fernández et al., 2007; Fernández et al., 2007; Martín et al., 2004; Sánchez et al., 2003).

Para el presente estudio, el instrumento fue sometido a validez de contenido a través del método de Criterio de Jueces (Coeficiente V. de Aiken). Se obtuvo una validez significativa del instrumento de $p < 0,05$ en todos los ítems.

En cuanto a la validez de constructo, se realizó el análisis factorial exploratorio mediante el método de extracción de ejes principales y el método de rotación oblicua. En cuanto a la determinación del número de factores, se obtuvo que tres factores extraídos contenían el 61% de la varianza de los ítems, es decir, estos factores alcanzaban a explicar con algún grado de significado conceptual las correlaciones entre los ítems.

Validez y Confiabilidad del Instrumento de Estrategias de afrontamiento

Carver (1997) creó una versión abreviada del COPE original, el cual posee 14 escalas con dos ítems cada una: afrontamiento activo, abandono, aceptación, auto culpa, auto distracción, consumo de sustancias, desahogarse, espiritualidad, reevaluación positiva, uso del apoyo instrumental, humor, negación, uso del apoyo emocional y planificación. De los cuales se tuvieron que eliminar dos escalas pertenecientes al inventario original.

Morán et al. (2010) ejecutaron un trabajo de investigación en España para conocer la validez del "brief COPE" creando una versión en español (no eliminaron ítems, ni se cambió la calificación). Esta investigación se realizó con 260 sujetos con edades entre los 21 y 61. La confiabilidad según el alfa de cronbach iba desde los 0.58 a 0.93. Sin embargo, la correlación entre los ítems de cada subescala, resultaron positivas y significativas. Por último, se estableció que la validez no era concluyente.

Por otro lado, Palomino (2017) en su investigación Estrategias de afrontamiento en policías de tránsito encontró según el alfa de cronbach una

confiabilidad de .866, y para la validez el instrumento pasó por la evaluación de cuatro expertos, los cuales aprobaron el cuestionario.

CUESTIONARIO COPE- 28

Morán y Manga (2010)

Instrucciones: Mediante este instrumento se pretende conocer qué hizo o cómo se sintió usted al encontrarse en una situación estresante. Responda a cada pregunta por separado. No hay preguntas correctas o incorrectas, solo elija la respuesta más exacta para usted. Indique lo que usted ha hecho realmente, no lo que la gente suele hacer o lo que debería haber hecho. Por favor, responda a todas las preguntas marcando con un aspa (**X**) en el recuadro que señale su mejor respuesta, para lo cual tenga en cuenta las siguientes alternativas: NUNCA, A VECES, CASI SIEMPRE Y SIEMPRE.

PREGUNTAS	Nunca	A vece s	Casi siempr e	Siempr e
1. Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.				
2. Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy.				
3. Acepto la realidad de lo que ha sucedido.				
4. Recorro al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente.				
5. Me digo a mí mismo “esto es irreal”.				
6. Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.				

7. Hago bromas sobre ello.				
8. Me critico a mí mismo.				
9. Consigo apoyo emocional de otros.				
10. Tomo medidas para intentar que la situación mejore.				
11. Renuncio a intentar ocuparme de ello.				
12. Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables.				
13. Me niego a creer que haya sucedido.				
14. Intento verlo con otros ojos para hacer que parezca más positivo.				
15. Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.				
16. Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.				
17. Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.				
18. Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				

19. Me río de la situación.				
20. Rezo o medito.				
21. Aprendo a vivir con ello.				
22. Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.				
23. Expreso mis sentimientos negativos.				
24. Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.				
25. Renuncio al intento de hacer frente al problema				
26. Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.				
27. Me echo la culpa de lo que ha sucedido.				
28. Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.				

Anexo 11: Inventario de Burnout de Maslach -MBI
INVENTARIO DE BURNOUT DE MASLACH MBI

Instrucciones: Lea cada frase y responda anotando la frecuencia con que ha tenido ese sentimiento de acuerdo con la escala siguiente.

Nunca	Pocas veces al año o menos	Una vez al mes o menos	Unas pocas veces al mes	Una vez a la semana	Pocas veces a la semana	Todo s los días
(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)

Preguntas	0	1	2	3	4	5	6
1. Me siento emocionalmente agotado con 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(a).							
4. Siento que puedo entender fácilmente a los ciudadanos.							
5. Siento que estoy tratando a algunos ciudadanos como si fueran objetos.							
6. Siento que trabajar todo el día con la gente me cansa.							
7. Siento que trato con mucha eficacia los problemas de los ciudadanos.							
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(a) 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(a) en mi trabajo.							
14. Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo.							
15. Siento realmente que me importa poco lo que le ocurra a los ciudadanos.							
16. Siento que trabajar en contacto directo con la gente me cansa.							
17. Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con los ciudadanos							
18. Me siento valorado(a) después de haber trabajado cercanamente con los ciudadanos.							
19. Creo que consigo muchas cosas valiosas con 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 ciudadanos me culpan de algunos de sus problemas.							



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, LOYAGA BARTRA ERNESTO MAXIMILIANO, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Tesis titulada: "Síndrome de burnout, Calidad de Vida Profesional y Estrategias de Afrontamiento en policías de diferentes comisarías de la ciudad de Trujillo", cuyos autores son TIRADO CORNELIO JOSHELYN KATITZA, GUTIÉRREZ ARROYO MÓNICA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 21.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

TRUJILLO, 01 de Agosto del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
LOYAGA BARTRA ERNESTO MAXIMILIANO DNI: 40709475 ORCID: 0000-0002-5126-7501	Firmado electrónicamente por: ELOYAGAB el 18-08- 2023 08:46:59

Código documento Trilce: TRI - 0633670