



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**Miedo al COVID-19 y burnout en trabajadores administrativos de la
Provincia de Rioja**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Psicología

AUTORAS:

Barturen Mas, Bany Elizabeth (ORCID:000-0004-3832-2110)

Max Paredes, Marly Liliana (ORCID:000-0002-3948-2209)

ASESORA:

Dra. Tirado Bocanegra, Patricia Ibeth (ORCID:000-0002-4859-3509)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

DESARROLLO ORGANIZACIONAL

TRUJILLO - PERÚ

2022

Dedicatoria

A Mis Padres

A los que amo tanto y que por su apoyo
Constante he podido llegar hasta aquí: Mi
Bello papito André y mi preciosa mamita
Elizabeth; ¡para ellos todo mi corazón y respeto.

A Mis Hermanas

A las que llenan mi vida de alegría con su
Cariño y su perenne ayuda: Analiz y Maricielo.

A Mis Tíos

A Ernesto Gómez Y Mercedes Núñez
quienes me brindaron todo su cariño y
respaldo mientras estaba fuera de casa:
tíos todo mi cariño y admiración.

Bany Elizabeth

En Memoria A Mi Querida Madre

Con inmenso amor y eterna gratitud dedico esta
obra a mi querida madre Clara, que supo inculcarme
el espíritu de superación, gracias, por haberme acompañado
tan cerca en la culminación de mi carrera profesional.

A Mis Hijas

Brianna y Valentina, que son mi motor
y motivo para seguir luchando.

A Mi Familia

Por su comprensión y apoyo incondicional, que
Sin ellos no fuera posible llegar a cumplir tan
anhelado sueño.

Marly Liliana

Agradecimiento

Agradecimiento a Dios por guiar nuestros pasos y permitirnos culminar esta investigación pudiendo así hacerse realidad.

Del mismo modo a los trabajadores administrativos de la Provincia de Rioja, que colaboraron con la aplicación de los instrumentos y por la confianza depositada permitiéndonos realizar el proyecto.

A sí mismo, a nuestra asesora Mg. Patricia Tirado Bocanegra por la constante orientación que permitió que esta investigación llegue a culminar.

Queremos agradecer con mucho cariño a nuestros padres, por la confianza y apoyo durante tantos años de estudio. Sin ellos el desarrollo de nuestros estudios, ni esta investigación se hubiesen realizado.

Índice de Contenidos

Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento	iii
Índice de Contenidos.....	iv
Índice de Tablas	v
Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. MÉTODOLÓGÍA.....	9
3.1. Tipo y diseño de investigación	9
3.2. Variables y operacionalización.....	9
3.3. Población, muestra y muestreo.....	10
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	10
3.5. Procedimientos	11
3.6. Método de análisis de datos.....	12
3.7. Aspectos éticos	12
IV. RESULTADOS	13
V. DISCUSIÓN.....	14
VI. CONCLUSIONES.....	18
VII. RECOMENDACIONES	19
REFERENCIAS.....	20
ANEXOS.....	27

Índice de Tablas

Tabla 1	Correlaciones entre las dimensiones del miedo al COVID-19 y el burnout en el personal administrativo de Rioja.....	13
---------	--	----

Resumen

Como reacción natural ante los vertiginosos cambios que ha ocasionado la pandemia por COVID-19 surge el miedo, el cual, a su vez, puede ocasionar afectación psicológica. Por lo mencionado, el presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre miedo al COVID-19 y el burnout en trabajadores administrativos de la Provincia de Rioja. Para tal fin, se planteó un estudio básico descriptivo, correlacional en una muestra de 200 trabajadores administrativos elegidos mediante un muestreo no probabilístico. Los instrumentos usados fueron la Escala del Miedo al Covid-19 y el Inventario de Burnout (Maslach Burnout Inventory General Survey – [MBI-GS]). Los resultados indicaron correlatos pequeños, directos y estadísticamente significativos entre el miedo al COVID-19 y sus dimensiones y las dimensiones del burnout agotamiento emocional e indiferencia, mientras que no se identificaron asociaciones estadísticamente significativas con la dimensión eficacia profesional. En conclusión, el miedo al COVID-19 se asocia al burnout en sus dimensiones agotamiento emocional e indiferencia.

Palabras clave: Miedo, burnout, COVID-19, pandemia, empleados.

Abstract

As a natural reaction to the rapid changes caused by the COVID-19 pandemic, fear arises, which, in turn, can cause psychological damage. Therefore, the objective of this document is to determine the relationship between fear of COVID-19 and burnout in administrative workers in the Province of Rioja. For this purpose, a basic descriptive, correlational study was proposed in a sample of 200 administrative workers chosen through non-probabilistic sampling. The instruments used were the Covid-19 Fear Scale and the Burnout Inventory (Maslach Burnout Inventory General Survey - [MBI-GS]). The results indicate small, direct and statistically significant correlates between fear of COVID-19 and its dimensions and the dimensions of exhaustion, emotional exhaustion and indifference, while no statistically significant associations were identified with the professional efficacy dimension. In conclusion, the fear of COVID-19 is associated with exhaustion in its dimensions, emotional exhaustion and indifference.

Keywords: Fear, burnout, COVID-19, pandemic, employees.

I. INTRODUCCIÓN

El bienestar emocional y psicológico están determinados por el estado de la vida y el ambiente (Macaya et al., 2018), por ello, es posible que la salud mental se vea vulnerada por eventos traumáticos (Goldmann y Galea, 2014), desastres naturales y epidemias (Ettman et al., 2020). La pandemia ocasionada por el nuevo coronavirus genera estados emocionales negativos (Huarcaya-Victoria, 2020) debido a la rápida propagación y las medidas de restricción social, causando así efectos psicológicos adversos (Saricali et al., 2020).

La pandemia por COVID-19 configura una emergencia sanitaria a nivel mundial, con una gran cantidad de fallecidos, grandes repercusiones económicas en muchos países (Mejia et al., 2020) y graves problemas de salud mental (Ramos-Vera, 2020). Las investigaciones actuales respaldan la idea de que los brotes de enfermedades infecciosas tienen un impacto psicológico en la población general (Alsulimani et al., 2021).

Una investigación realizada en China, lugar donde se originó la pandemia, en la fase inicial del brote identificó que el 53.8% de participantes calificó como moderado o severo el impacto psicológico de la pandemia (Wang et al., 2020). De igual modo, otro estudio halló elevadas tasas de malestar psicológico (Valiente et al., 2021). En el Perú, se identificó que el diagnóstico positivo al COVID-19 se relacionó positivamente con ansiedad y el contacto con alguien sospechoso de nuevo coronavirus se asoció con depresión (Virto-Farfan et al., 2021). Así mismo, en personal de salud se identificó ansiedad (39.1%), depresión (24.6%) y estrés (8.8%) (Obando et al., 2021).

Las pandemias son eventos inesperados que recuerdan la fragilidad del hombre y la vulnerabilidad de su estructura social (Muñoz, 2020). Factores como el escaso control sobre el virus, su letalidad, la información que presentan los medios de comunicación; pueden generar perturbación al percibir una amenaza inminente para la propia salud (Muñoz, 2020). Como reacción natural ante la amenaza surge el miedo, el cual puede evolucionar en una gran variedad de problemas de salud mental como episodios de angustia, conductas de riesgo y trastornos mentales;

además, las reacciones de miedo pueden desencadenar comportamientos erráticos entre las personas en distintos ámbitos de sus vidas (Huarcaya-Victoria et al., 2020).

La pandemia a causa de la COVID-19 también ha traído consigo dificultades en el mundo laboral. Un informe preparado por la Organización Internacional del Trabajo (2020) menciona que en el segundo trimestre abril-junio del 2020, la población que laboraba disminuyó en 6.7 millones y aumentaron las personas desocupadas o en empleos informales. Específicamente, en la región Selva, el empleo se redujo en un 22.9% (480 mil 900 personas) (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2020).

Estas y otras situaciones, han ocasionado altos niveles de estrés en la población activa laboralmente. Otro estudio en trabajadores peruanos, identificó que el 70% de encuestados manifestaron estrés laboral; como principales motivos se evidenciaron su relación con la fuente de trabajo, desempleo y responsabilidades (Lizama, 2021).

El estrés prolongado producido por distintos factores laborales, pueden desencadenar un estado más grave denominado síndrome de burnout. El síndrome de burnout es un trastorno psicológico, que resulta tras estar expuesto a un estrés prolongado en el trabajo, además de percibir niveles reducidos de motivación e interés por el trabajo (Amanullah y Ramesh, 2020).

Pese a que los elevados niveles de síndrome de burnout pueden estar presentes en todas las personas que ejercen alguna labor durante la pandemia, la mayor parte de los estudios que se han identificado analizan el burnout en el personal sanitario (Amanullah y Ramesh, 2020), principalmente médico, debido al protagonismo que han tomado actuando en la primera línea de defensa ante el nuevo coronavirus. Sin embargo, es necesario su estudio en población general que labora en otras áreas.

Las preocupaciones y miedos durante el curso pandémico se asocian a problemas de salud, colapso del sistema sanitario, pérdida de ingresos económicos, expansión mundial del virus y a problemas o dificultades laborales. Por ello, aunque no se han identificado estudios que prueben la asociación entre miedo al COVID-19 y síndrome de burnout, el presente estudio se apoya en la idea de que el miedo generado por la pandemia influye negativamente e impiden al

sujeto funcionar o desenvolverse de manera correcta en las distintas esferas de su vida (Quezada-Scholz, 2020), incluyendo el ámbito laboral.

El nuevo coronavirus ha traído consigo muchos cambios en la vida de las personas, además de consecuencias negativas para la salud mental: aislamiento social, alteración de las rutinas, dificultades financieras, sobrecarga de información e incertidumbre por el futuro (Tomás-Sábado, 2020). A pesar de ello, los esfuerzos por hacerle frente a la pandemia se han centrado en el control de los contagios, las tasas de curación y la búsqueda – actualmente la aplicación masiva- de la vacuna; sin que los efectos perjudiciales en la salud mental se hayan considerado a fondo (Ahorsu et al., 2020). Debido a ello, es necesario que las políticas públicas contemplen las medidas promocionales y preventivas dirigidas a salvaguardar la salud mental, enfocadas en disminuir el impacto psicológico negativo de la pandemia, desarrolladas por personal de la salud capacitados (Tamayo et al., 2020).

Por lo mencionado, este estudio plantea responder a la interrogante: ¿Qué relación existe entre miedo al COVID-19 y el burnout en trabajadores administrativos de la Provincia de Rioja?

Este estudio se justificada porque contiene relevancia social, debido a que se han identificado altos índices de miedo y burnout en la población general. Por lo tanto, empíricamente, esta investigación aportará resultados que ayuden a comprender el vínculo entre ambas variables. Este conocimiento sentará una base, pues no se han identificado estudios similares en la región, para intervenciones basadas en la evidencia que sirvan para contrarrestar los efectos negativos de la pandemia en la población que actualmente se encuentra laborando.

Como objetivo general se planteó determinar la relación entre miedo al COVID-19 y burnout en trabajadores administrativos de la Provincia de Rioja. Como objetivos específicos se propone determinar la relación entre el miedo al COVID-19 y sus dimensiones: reacciones de miedo emocional y expresiones somáticas de miedo, y las dimensiones de burnout: agotamiento emocional, indiferencia y eficacia profesional. Por último, la hipótesis de investigación plantea que existe relación entre el miedo al COVID-19 y las dimensiones del burnout.

II. MARCO TEÓRICO

Durante el curso de la pandemia es muy frecuente encontrar elevados niveles de miedo en la población debido a la alta tasa de mortalidad de esta infección (Ahorsu et al., 2020), igualmente, la sensación de miedo puede ocasionar diferentes afecciones en la salud mental, comportamientos de riesgo (Shigemura et al., 2020), depresión y episodios ansiosos (Choi et al., 2020; Özdin et al., 2020).

De la misma forma, la pandemia por COVID-19 ha impuesto diferentes retos en el ámbito laboral, pues ha disminuido la producción en las empresas, ocasionando despidos e inestabilidad con una lenta recuperación (Martínez, 2020); esta situación de incertidumbre para los trabajadores puede llevarlos a experimentar situaciones de estrés laboral, incluso, si se sostiene por un periodo prolongado de tiempo, síndrome de burnout.

Luego de revisar la bibliografía actualizada, se han identificado estudios que exploran la relación entre el miedo al COVID-19 y el estrés laboral. El primero se realizó en profesionales de la salud en Tumbes (Noriega, 2021) y el segundo en efectivos policiales de Huaraz (Bustamante, 2020). Ambos estudios usaron la Escala de estrés laboral OIT – OMS y la adaptación peruana de la Escala de miedo al COVID-19. En ambas investigaciones se identificaron correlatos directos y moderados entre las variables.

Por su parte, Mohamed et al. (2020) en su estudio con médicos egipcios que laboraban durante el brote de COVID-19 identificaron que el miedo al nuevo coronavirus presentó una correlación directa con la ansiedad y depresión. Así mismo, hallaron que el miedo presentó un correlato moderado y directo con agotamiento emocional, pequeño y directo con despersonalización y pequeño e inverso con realización personal.

En la misma línea, Palomino y Taboada (2020) propusieron una relación entre el síndrome de burnout y las condiciones de trabajo en el contexto de pandemia en efectivos policiales limeños. Sus resultados identificaron una relación negativa y significativa estadísticamente entre ambas variables, de igual modo, el burnout se asoció con condiciones físicas, condiciones psicológicas y condiciones sociales de

trabajo. Igualmente, se analizó el burnout en conductores de transporte metropolitano arequipeños, y se encontraron niveles severos de agotamiento, despersonalización y burnout (Arias et al., 2013)

Como puede observarse, no se han encontrado disponibles investigaciones que busque la asociación entre ambas variables; además, el mayor número de estudios sobre burnout en el contexto pandémico, se centran en población sanitaria: médicos, enfermeras, personal que labora en un nosocomio; cuando la pandemia ha afectado a la población general en todos los ámbitos de sus vidas.

El brote de SARS ha reportado diversos síntomas de ansiedad, aburrimiento, enojo y miedo. El miedo asociado a la seguridad personal y la carga psicológica en un curso pandémico puede acarrear consecuencias psicosociales importantes (Jacob-Galicia et al., 2020). El miedo es una emoción adaptativa que tiene como función movilizar energía para afrontar una amenaza potencial (Valero et al., 2020). Del mismo modo, Quezada-Scholz (2020) señala que el miedo como emoción básica es fundamental para la supervivencia, pues es una reacción innata ante un objeto o situación que pone en peligro la vida o integridad física o psicológica. Sin embargo, cuando el miedo es desproporcionado a la amenaza real puede ser desadaptativo (Valero et al., 2020).

Así mismo, el miedo tiene influencia en la conducta. Cuando se detecta una amenaza real, se desencadenan diferentes reacciones de miedo o alarma, mediante respuestas autónomas (acortamiento de la respiración, aumento en la presión arterial y frecuencia cardíaca), conductuales (congelamiento, sobresalto, huida, evitación, lucha) y hormonales (liberación de adrenalina y cortisol) (Quezada-Scholz, 2020).

En el contexto pandémico, puede decirse que el miedo es una reacción adaptativa y necesaria para sobrevivir al virus, la cual activará comportamientos de cuidado personal y de salud (Quezada-Scholz, 2020). Esto, debido a que existen algunas claves contextuales que nos permiten anticiparnos a las amenazas y actuar en correspondencia; de la misma forma, algunas claves presentes en el contexto pueden anular la reacción de miedo cuando predicen seguridad y protección. Por ejemplo, en el contexto actual, el ascenso en la curva de contagios y las noticias sobre supermercados repletos y desabastecidos, pueden actuar como señales de

amenaza que aumentan el miedo por el contagio y las medidas de privación (Quezada-Scholz, 2020).

Aunque las medidas impuestas para frenar el crecimiento de los contagios son útiles y necesarias, en paralelo, han contribuido a aumentar niveles de estrés, ansiedad y miedo, debido al distanciamiento social, y la soledad que eso genera (Valero et al., 2020).

Otra de las fuentes generadoras de miedo durante el coronavirus es la rápida transmisión de información, mediante los medios de comunicación, los cuales en ocasiones pueden presentar información errada o exagerada. Al respecto, el estudio de Mejia et al. (2020) identificaron que la mayor parte de sus participantes señalaban que las redes sociales y la televisión exageraban la información, y, además, aumentaban la percepción de miedo.

No hay duda de que las amenazas que nos presenta la pandemia, generan miedo e incertidumbre. Todo ello facilita la aparición de comportamiento evitativos, que nos impiden ser funcionales en distintas esferas de nuestras vidas (Quezada-Scholz, 2020).

Por su parte, el burnout o desgaste emocional es un efecto psicológico negativo que se genera por condiciones de trabajo adversas. La Organización Mundial de la Salud (OMS) lo define como un síndrome que resulta de estresores crónicos que no han sido manejados de forma adecuada, y se encuentra caracterizado por tres aspectos: agotamiento o deterioro de energía, distanciamiento mental del trabajo o indiferencia relacionada a sus labores y reducción en la eficacia profesional (Juárez-García, 2020).

La definición brindada por la OMS coincide con la de Maslach, la más difundida, quien menciona que este síndrome es ocasionado por una forma inadecuada al momento de afrontar el estrés crónico, comprendido en tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y desempeño personal (Saboría e Hidalgo, 2015).

La traducción más usada para la expresión *Burnout Syndrom* es síndrome de quemarse por el trabajo, se usa para describir un estado psicológico que aparece luego de un período prolongado de exposición a factores de riesgo psicosocial.

Como respuesta está la pérdida de ilusión en el trabajo, conductas negativas hacia los clientes e institución en la que se labora, mostrarse indiferente, frío, lesivo y con sentimientos de culpa (Cabello y Hernández, 2016).

En el 2019, la OMS lo incluyó dentro de la lista de Clasificación Internacional de Enfermedades, sin embargo, sólo está incluido como un fenómeno ocupacional, más no una enfermedad o trastorno de salud (Juárez-García, 2020). Empero, tiene consecuencias negativas que sí comprenden trastornos de salud mental, así como deterioro en el sistema respiratorio, cardiovascular, endócrino, inmunológico y musculoesquelético; además de efectos en el desempeño laboral como ausentismo (Juárez-García, 2020).

La primera dimensión es el agotamiento emocional, la cual se manifiesta en desgaste, fatiga y pérdida progresiva de la energía (Saboría e Hidalgo, 2015) y disminución de los recursos emocionales (Gutiérrez et al., 2006).

La indiferencia es la dimensión cognitiva del burnout, se puede definir como una estrategia de afrontamiento que resulta ineficaz, y se manifiesta con actitudes indiferentes, distantes y negativas hacia los demás (Jacobo-Galicia et al., 2020). En pandemia, el miedo puede aumentar la probabilidad de presentar comportamientos agresivos ante otros, como falta de preocupación por los demás, falta de empatía, cooperación y solidaridad (Quezada-Scholz, 2020). Las manifestaciones que pueden encontrarse en esta dimensión están centradas en la construcción del sujeto de una defensa para protegerse de los sentimientos de impotencia, frustración e indiferencia (Saboría e Hidalgo, 2015); además, actitudes negativas hacia los receptores del servicio que se presta (Gutiérrez et al., 2006).

La tercera dimensión, es la eficacia profesional manifestada cuando el trabajo pierde importancia o valor para el sujeto (Saboría e Hidalgo, 2015), percepción negativa de las labores que realiza, reproche sobre no alcanzar los objetivos propuestos, percepción de insuficiencia personal y baja autoestima profesional (Gutiérrez et al., 2006).

Los componentes mencionados, se presentan de forma oculta no súbita, de forma progresiva, cíclica (puede repetirse a lo largo del tiempo). En este sentido, una persona puede experimentar estos tres aspectos en diferentes etapas de su vida, en el mismo trabajo o en otro (Saboría e Hidalgo, 2015). Como factores de

riesgo se han identificado: personas jóvenes, con mayores turnos laborales o sobrecarga de trabajo, estado civil sin pareja, rasgos de personalidad como idealismo, optimismo, expectativas altruistas, deseo de prestigio, mayores ingresos económico; sin embargo, parece que el factor más relevante es la sobrecarga de trabajo (Gutiérrez et al., 2006). Las consecuencias, pueden darse tanto en el plano personal como organizacional, con mayor riesgo de sufrir enfermedades psiquiátricas, mayor facilidad para caer en las drogas, ausentismo laboral, disminución del rendimiento, mayor probabilidad de cometer errores, alteración en las funciones de memoria y aprendizaje, dificultad para realizar trabajo en equipos y mayor movilidad laboral (Gutiérrez et al., 2006).

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Estudio de tipo básico, pues se origina de un marco teórico y busca aportar al conocimiento ya existente (Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e innovación Tecnológica [CONCYTEC], 2018). Además, se clasifica dentro de las investigaciones no experimentales, transversales descriptivas y correlacionales, debido a que los datos fueron recogidos en un momento específico y se establecieron asociaciones (Ato et al., 2013).

3.2. Variables y operacionalización

V1: Miedo al COVID-19

El miedo al COVID-19 está definido como un estado emocional desagradable que se suscita por la percepción de estímulos amenazantes (Pakpour y Griffiths, 2020). Como definición operacional, se asumieron las puntuaciones obtenidas luego de la aplicación de la Escala de Miedo al COVID-19, la cual es una escala bidimensional: reacciones de miedo emocional y expresiones somáticas de miedo al COVID-19; con una escala de medición de intervalo.

V2: Síndrome de burnout

El síndrome de burnout se conceptualiza como el síndrome ocasionado por una forma inadecuada al momento de afrontar el estrés crónico, comprendido en tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y desempeño personal (Saboría e Hidalgo, 2015). Como definición operacional, se asumieron las puntuaciones obtenidas luego de la aplicación de la Maslach Burnout Inventory General Survey – (MBI-GS). La variable no se explica de forma unidimensional, sino a través de sus tres dimensiones: agotamiento emocional, indiferencia y eficacia profesional, medidas en una escala de intervalo.

3.3. Población, muestra y muestreo

La población está conformada por 250 trabajadores administrativos de la Provincia de Rioja. Se aplicó un muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que los participantes fueron escogidos considerando criterios impuestos por las investigadoras (Otzen y Manterola, 2017). Se incluyeron a los trabajadores que brindaron su consentimiento informado. La muestra quedó conformada por 200 trabajadores (61.1% mujeres y 38.9% hombres).

En cuanto a sus características con respecto al Covid-19, el mayor porcentaje (58.1%) declaró no haberse contagiado del nuevo coronavirus. Así mismo, el mayor porcentaje mencionó no tener ningún familiar infectado por COVID-19, ni tener familiares o amigos fallecidos por tal enfermedad. Además, el mayor número de participantes no realizan trabajo remoto, más bien, trabajan fuera de su hogar.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica usada fue la encuesta, la cual es una de las más utilizadas dada su practicidad en la recolección de información de forma individual o masiva (Casas et al., 2003). En cuanto a los instrumentos, para medir el miedo al COVID-19 se usó la Escala de Miedo al COVID-19, la cual cuenta con siete ítems agrupados en una sola dimensión; calificados en una escala Likert de 5 puntos que van de 1 muy en desacuerdo a 5 muy de acuerdo. El propósito de la escala es medir el miedo asociado al COVID-19, donde puntuaciones altas indican mayor miedo.

La escala original tiene como nombre Fear of COVID-19 Scale (FCV-19S) y fue creada por Ahorsu et al. (2020). Sus propiedades psicométricas fueron analizadas en una muestra de 717 participantes iraníes. Los valores de fiabilidad por consistencia interna (alfa de Cronbach = 0.82) y fiabilidad test-retest (coeficiente de correlación intraclase = 0.72) fueron aceptables. La validez concurrente fue apoyada por la Escala Hospitalaria de Ansiedad y Depresión (depresión, $r = 0,425$, y ansiedad, $r = 0,511$) y la Escala de vulnerabilidad percibida a la enfermedad (infectabilidad percibida, $r = 0,483$ y aversión a los gérmenes, $r = 0,459$) (Ahorsu et al. (2020).

Para su adaptación al contexto peruano, la escala fue traducida del inglés al español por un experto en clínica e investigación, luego la versión traducida fue enviada a un profesional independiente bilingüe para su revisión. Huarcaya-Victoria et al. (2020) analizaron sus propiedades psicométricas en 832 participantes peruanos. El análisis factorial exploratorio mostró dos factores: reacciones de miedo emocional (F1) y expresiones somáticas de miedo al COVID-19 (F2). Tanto para el modelo de un factor y el de dos factores, las cargas factoriales fueron adecuadas ($\lambda > 0,49$), y una correlación entre factores de 0.72 para el modelo bifactorial. El modelo bifactor fue adecuada en todos los índices de ajuste. La escala obtuvo adecuados niveles de fiabilidad por consistencia interna para el factor general ($\omega = 0,94$, $\alpha = 0,88$, 7 ítems), F1 ($\omega = 0,91$, $\alpha = 0,85$, 4 ítems), y F2 ($\omega = 0,89$, $\alpha = 0,83$, 3 ítems)

Para medir el síndrome de burnout se usó el Maslach Burnout Inventory General Survey - MBI-GS creado en 1996 por Maslach, Jackson y Leiter. Esta versión, traducida al español por Juárez (2011, citado por Fernández-Arata et al., 2015) cuenta con 16 ítems, organizados en tres dimensiones: agotamiento emocional, indiferencia y eficacia profesional; y valorados en una escala tipo Likert de 7 puntos (de 0 nunca a 6 todos los días). Fernández-Arata et al. (2015), determinaron sus propiedades psicométricas en una muestra de 940 trabajadores peruanos con diferentes ocupaciones. En el análisis factorial confirmatorio verificaron la estructura de tres dimensiones. De igual modo, la confiabilidad por consistencia interna, mostró valores alfa de Cronbach mayores a 0.75.

3.5. Procedimientos

Primero se solicitó el permiso correspondiente a la organización donde se aplicó la investigación. En paralelo, se elaboró el cuestionario en Formulario Google, éste está diseñado de la siguiente forma: la primera parte contiene la presentación y el consentimiento informado, si el participante lo brinda, pasa a la siguiente sección de datos personales y finalmente a la sección que contiene ambos instrumentos de evaluación. El link de cuestionarios fue enviado mediante correo electrónico y WhatsApp. A la vez que los participantes llenaban los cuestionarios, fueron recepcionados por las investigadoras para su análisis.

3.6. Método de análisis de datos

Los datos se descargaron de Formularios Google para posteriormente realizar la base de datos en el procesador de cálculos Microsoft Office Excel. Luego, la base de datos fue exportada al software estadístico SPSS v26. Primero, se realizó el análisis descriptivo, donde se determinaron la frecuencia, media y análisis de la distribución de los datos mediante asimetría y curtosis. Al obtener distribuciones normales y asimétricas se optó por el uso de los coeficientes de correlación de Spearman y Pearson. Los niveles de coeficiente de correlación se interpretaron en función de: $r < .10$ correlación trivial, $r < .30$ correlación pequeña, $r < .50$ correlación moderada, $r \geq .50$ correlación grande. Además, la correlación se consideró significativa estadísticamente cuando $p < .05$. Cabe señalar que no fue posible determinar la relación entre la variable miedo al COVID-19 y burnout de manera global, puesto que el segundo instrumento no presenta una puntuación general, por tanto, el análisis se efectuó según sus dimensiones.

3.7. Aspectos éticos

Esta investigación se desarrollará bajo los criterios éticos impuestos por la American Psychological Association (2017). En consecuencia, se consideraron los derechos del participante a la libre determinación, información y confidencialidad. Los datos obtenidos fueron manejados de manera discreta sólo por las investigadoras y con fines puramente científicos. Los participantes tuvieron que brindar su consentimiento informado, donde aseguraron haber comprendido sus derechos de participantes, así como que podían retirarse en el momento que ellos quisieran así lo hubieran brindado. Por último, se respetaron los derechos de autoría, citando el material bibliográfico usado.

IV. RESULTADOS

En la tabla 1 se aprecia que el miedo al COVID-19 presentó relaciones directas pequeñas y estadísticamente significativas con agotamiento emocional e indiferencia. Así mismo, las dimensiones reacciones de miedo emocional y expresiones somáticas de miedo presentaron correlatos pequeños, directos y significativos estadísticamente con agotamiento emocional e indiferencia. Por el contrario, no se identificaron asociaciones significativas estadísticamente con eficacia profesional.

Tabla 1

Correlaciones entre las dimensiones del miedo al COVID-19 y el burnout en el personal administrativo de Rioja

	Miedo al COVID-19	Reacciones de miedo emocional	Expresiones somáticas de miedo
Agotamiento emocional	0.244**	0.242**	0.209**
Indiferencia	0.178**	0.181**	0.147**
Eficacia profesional	0.035	0.073	-0.034

**p < .05

V. DISCUSIÓN

La pandemia por COVID-19 ha traído consigo múltiples consecuencias en todos los niveles. La dificultad para controlar la diseminación de la infección, la gran cantidad de infectados y muertes han generado un ambiente preocupante y desalentador (Valero et al., 2020). A partir de ello, el miedo surge como una respuesta emocional innata; lo que a su vez puede generar consecuencias en el bienestar psicológico. Entre los miedos más comunes durante la pandemia por el nuevo coronavirus se ha identificado los problemas en el trabajo (Bonifacio et al., 2020).

El miedo constante no permite que el trabajador se desenvuelva de forma correcta en sus labores provocando una disminuida productividad, puesto que las reacciones de miedo pueden desencadenar comportamientos poco funcionales en los distintos ámbitos de la vida (Huarcaya-Victoria et al., 2020).

Por este motivo, el presente estudio se planteó determinar la relación entre miedo al COVID-19 y el burnout en trabajadores administrativos de la Provincia de Rioja. Como se mencionó, el instrumento de burnout no presenta una puntuación general, pues teóricamente la variable se explica a través de sus dimensiones. Por esta razón, el análisis de las relaciones se efectuó a partir de sus dimensiones.

Al analizar las asociaciones entre el miedo al COVID-19 y las dimensiones del burnout, se identificaron correlatos directos, pequeños y estadísticamente significativos con el agotamiento emocional y la indiferencia; es decir, a un mayor miedo relacionado al nuevo coronavirus, serán mayores los niveles de agotamiento e indiferencia.

Este primer resultado se traduce en que las experiencias vivenciadas durante la pandemia pueden generar elevados niveles de miedo debido a distintos aspectos como, por ejemplo, la alta tasa de mortalidad de esta infección (Ahorsu et al., 2020) lo que puede desembocar en un mayor agotamiento emocional manifestado en fatiga, cansancio y pérdida de energía (Saboría e Hidalgo, 2015). Así también, Valero et al. (2020) señala que el miedo y ansiedad con respecto a esta nueva enfermedad y lo que pueda suceder a partir de ella, pueden resultar abrumadores

y generar un cúmulo fuerte de emociones, lo que agotaría mentalmente al trabajador.

Así mismo, el miedo aumenta la probabilidad de presentar comportamientos agresivos hacia los demás, también, falta de empatía, de cooperación y de preocupación por el resto (Quezada-Scholz, 2020). Esto, llevado a nuestro estudio, explicaría la relación directa entre el miedo al COVID-19 y la dimensión del burnout indiferencia, pues la indiferencia comprende actitudes indiferentes, distantes y negativas hacia el trabajo y hacia los demás (Jacobo-Galicia et al., 2020), centradas en la construcción de una defensa para protegerse de los sentimientos de frustración (Saboría e Hidalgo, 2015), las cuales pueden verse influenciados por el miedo.

Resultados similares se encontraron en el estudio de Mohamed et al. (2020) en médicos egipcios, donde el miedo al nuevo coronavirus se asoció de forma directa con el agotamiento emocional y la despersonalización (indiferencia). De igual forma, otras investigaciones han señalado la relación del miedo al COVID-19 con el estrés laboral en población peruana (Bustamante, 2020; Noriega, 2021).

En cuanto al análisis de la dimensión del miedo al COVID-19 “reacciones de miedo emocional” y su relación con las dimensiones de burnout, se identificaron asociaciones directas, pequeñas y estadísticamente significativas con el agotamiento emocional y la indiferencia, por lo que puede decirse que a mayores reacciones de miedo emocional mayores serán los niveles de agotamiento e indiferencia.

Las reacciones de miedo emocional están referidas a las manifestaciones de miedo, preocupación, incertidumbre y ansiedad en relación a aspectos del COVID-19. Valero et al. (2020) menciona que la posibilidad de que peligre nuestra salud y la de nuestros seres queridos es una fuente natural de preocupación y ansiedad, por lo que, en estos momentos, emociones como el miedo tienen la función de perseverar nuestra vida y movilizarnos para defenderla. Por tanto, el miedo enfoca nuestra atención en las posibles fuentes de daños y amenazas.

Sin embargo, cuando este miedo se encuentra en niveles muy altos puede generar que nuestra atención esté tan focalizada en buscar posibles amenazas que

propicie el desgaste emocional con manifestaciones como el cansancio y la disminución de energía (Saboría e Hidalgo, 2015); lo que generaría a su vez desánimo por el trabajo llevando a la indiferencia.

En respuesta a los resultados obtenidos en el análisis de las relaciones entre la dimensión del miedo al COVID-19 “expresiones somáticas de miedo” y las dimensiones del burnout, se obtuvo correlatos directos, pequeños y estadísticamente significativos con agotamiento emocional e indiferencia, lo que se traduce en que, a mayores expresiones somáticas de miedo, mayores serán el agotamiento y la indiferencia.

Al respecto, el miedo desencadena una serie de respuestas autónomas (acortamiento de la respiración, aumento en la frecuencia cardíaca y presión arterial), conductuales (huida, lucha) y hormonales (liberación de adrenalina y cortisol) (Quezada-Scholz, 2020). De igual modo, la exposición continua al estrés, y aún más, si no se hace nada al respecto, puede generar alteraciones metabólicas e inmunológicas que debilitan poco a poco el organismo y aumenta el riesgo de contraer enfermedades (Muñoz-Fernández et al., 2020, citado en Gómez et al., 2021). Como puede verse, las respuestas hormonales del miedo pueden generar modificaciones en los neurotransmisores (Monterrosa-Castro et al., 2020) como, por ejemplo, en la liberación del cortisol, la principal hormona del estrés, lo que puede generar un aumento de éste.

Por otro lado, la dimensión del burnout eficacia profesional no se asoció significativamente con el miedo al COVID-19 ni con sus dimensiones. Al respecto, una baja eficacia profesional se puede manifestar cuando el trabajo pierde importancia y valor para el empleado (Saboría e Hidalgo, 2015).

Según este resultado puede decirse que esta dimensión se encontraría más relacionada con otros aspectos, como factores del ambiente laboral, pues como menciona Gutiérrez et al. (2006) los afectados por una baja eficacia profesional se recriminan no alcanzar los objetivos propuestos, presentan insuficiencia personal y baja autoestima profesional.

Las fortalezas de este estudio radican en que hasta el momento no se han realizado investigaciones acerca del miedo y el burnout en nuestro contexto, a

pesar de que es bien sabida las repercusiones negativas ocasionadas por la actual pandemia. Por ello este estudio sienta una base para otras investigaciones, además, aporta datos donde se pueden afianzar intervenciones basadas en la evidencia que contrarresten el impacto psicológico negativo de la población que labora.

En cuanto a las limitaciones metodológicas, debido al tipo de muestreo no probabilístico, la validez externa del estudio se ve afectada y los resultados no podrán ser generalizados, por ello, se recomienda para estudios de mayor complejidad el uso de una técnica de aleatorización en la elección de la muestra.

Pese a las limitaciones, este estudio contribuye un valioso aporte al ámbito organizacional. La pandemia ha afectado gravemente el sector laboral: el paro de las labores, la instauración del trabajo remoto, altas tasas de desempleo, disminución de las horas de trabajo y/o remuneraciones económicas y, finalmente, el retorno al trabajo presencial, que, pese a las medidas sanitarias, causan miedo e incertidumbre por el contagio del virus.

En el trabajo, estas preocupaciones pueden influir en el estrés laboral y generar baja productividad. Por tanto, las organizaciones deben prestar atención al bienestar psicológico de sus colaboradores y, en lo posible, dotarlos de herramientas útiles que les permitan hacer frente a estos estados psicológicos negativos. Por ejemplo, las estrategias de afrontamiento son efectivas para disminuir efectos negativos en la salud mental (Valero et al., 2020).

VI. CONCLUSIONES

1. Se determinó que el miedo al COVID-19 presenta una relación directa, pequeña y significativa estadísticamente con las dimensiones del burnout agotamiento emocional ($r = .244$; $p < 0.05$) e indiferencia ($r = .178$; $p < 0.05$); mientras que no se identificó asociación significativa con la dimensión eficacia profesional ($r = .035$; $p > 0.05$) en trabajadores administrativos de la Provincia de Rioja.
2. Se identificó una relación directa, pequeña y significativa estadísticamente entre las reacciones de miedo emocional y el agotamiento emocional ($r = .242$; $p < 0.05$) y la indiferencia ($r = .181$; $p < 0.05$) en trabajadores administrativos de la Provincia de Rioja.
3. Se determinó una relación directa, pequeña y significativa estadísticamente entre las expresiones somáticas de miedo y el agotamiento emocional ($r = .209$; $p < 0.05$) y la indiferencia ($r = .147$; $p < 0.05$) en trabajadores administrativos de la Provincia de Rioja.

VII. RECOMENDACIONES

- A la organización, plantear intervenciones destinadas a disminuir el impacto psicológico que la actual pandemia ha generado en sus colaboradores mediante programas o talleres que involucren el desarrollo de estrategias de afrontamiento saludables.
- Al área de recursos humanos, mantener una comunicación efectiva y bidireccional con los colaboradores de la organización con el fin de estar atentos a sus necesidades y comprender sus preocupaciones.
- A los trabajadores, asistir con regularidad al área de bienestar psicológico de su organización con el fin de recibir orientación si fuera necesario.
- A futuros investigadores, hacer uso de un muestreo probabilístico con el fin de permitir la generalización de resultados.
- A futuros investigadores, continuar con el estudio del impacto psicológico durante la pandemia por COVID-19, enfocándose principalmente en la población que labora.

REFERENCIAS

- Ahorsu, D., Lin, C., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M. y Pakpour, A. (2020). The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 27, 1-9. <https://dx.doi.org/10.1007%2Fs11469-020-00270-8>
- Alsulimani, L., Farhat, A., Borah, R., Alkhalifab, J., Alyaseen, S., Alghamdi, S. y Bajnaid, M. (2021). Health care worker burnout during the COVID-19 pandemic. A cross-sectional survey study in Saudi Arabia. *Saudi Medical Journal*, 42(3), 179-187.
- Amanullah, S. y Ramesh, R. (2020). The impact of COVID-19 on physician Burnout globally: A review. *Healthcare*, 8(4), 421. <https://doi.org/10.3390/healthcare8040421>
- American Psychological Association. (2017). *Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct*. Recuperado de <https://www.apa.org/ethics/code>
- Arias, W., Mendoza, L. y Masías, M. (2013). Síndrome de burnout en conductores de transporte público de la ciudad de Arequipa. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 2(2), 111-122.
- Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, 29(3), 1038-1059. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16728244043>
- Bonifacio, R., García-Escalera, J. y Chorotm P. (2020). Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. *Journal of Psychopathology and Clinical Psychology*, 25(1), 1-22.
- Bustamantem E. (2020). *Estrés laboral y miedo al COVID-19 en efectivos de la Región Policial Ancash, Huaraz, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/60589/Bustamante_SEE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Cabello, N. y Hernández, G. (2016). Elementos históricos y conceptuales del Síndrome de Burnout. *Archivos en Medicina Familiar*, 8(3), 51-53.
- Casas, J., Repullo, J. y Donado, J. (2003). La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos. *Atención Primaria*, 31(8), 527-538. [https://doi.org/10.1016/S0212-6567\(03\)70728-8](https://doi.org/10.1016/S0212-6567(03)70728-8)
- Caycho-Rodríguez, T., Carbajal-León, C., Vilca, L., Heredia-Mongrut, J. y Gallegos, M. (2020). COVID-19 y salud mental en policías peruanos: resultados preliminares. *Acta médica Peruana*, 37(3). <http://dx.doi.org/10.35663/amp.2020.373.1503>
- Choi, E., Hui, B. y Wang, E. (2020). Depression and Anxiety in Hong Kong during COVID-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 3740. <https://doi.org/10.3390/ijerph17103740>
- Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e innovación Tecnológica. (2018). *Reglamento de calificación, clasificación y registro de los investigadores del sistema nacional de ciencia, tecnología e innovación tecnológica - reglamento RENACYT*. Recuperado de https://portal.concytec.gob.pe/images/renacyt/reglamento_renacyt_version_final.pdf
- Ettman, C., Abdalla, S., Cohen, G., Sampson, L., Vivier, P. y Galea, S. (2020). Prevalence of Depression Symptoms in US Adults Before and During the COVID-19 Pandemic. *JAMA Netw Open*, 3(9), e2019686. Recuperado de <https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2770146/>
- Fernández-Arata, M., Juárez, A. y Merino, C. (2015). Análisis estructural e invarianza de medición del MBI-GS en trabajadores peruanos. *Liberabit. Revista de Psicología*, 21(1), 9-20.
- Goldmann, E. y Galea, S. (2014). Mental health consequences of disasters. *Annual Review of Public Health*, 35, 169 – 183. <http://dx.doi.org/10.1146/annurev-publhealth-032013-182435>

- Gómez, B., Méndez, K., Novak, M., González, M. (2021). Manejo del estrés y miedo al COVID-19 desde la integración de los enfoques cognitivo-conductual y centrado en soluciones. *Psicumex*, 11. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i2.408>
- Gutierrez, G., Celis, M., Moreno, S., Darias, F. y Suárez, J. (2006). Síndrome de burnout. *Archivos de Neurociencias*, 11(4), 305-309.
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia COVID-19. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(2). <https://www.scielosp.org/article/rpmesp/2020.v37n2/327-334/es/>
- Huarcaya-Victoria, J., Villareal-Zegarra, D., Podesta, A. y Luna-Cuadros, M. (2020). Psychometric Properties of a Spanish Version of the Fear of COVID-19 Scale in General Population of Lima, Peru. *International Journal of Mental Health Adiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00354-5>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2020). *La población ocupada del país alcanzó 10 millones 272 mil 400 personas en el II trimestre del 2020* [Nota de prensa]. INEI. Perú. <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/la-poblacion-ocupada-del-pais-alcanzo-10-millones-272-mil-400-personas-en-el-ii-trimestre-del-2020-12346/>
- Jacobo-Galicia, G., Máynez, A. y Cavazos-Arroyo, J. (2020). Miedo al Covid, agotamiento y cinismo: su efecto en la intención de abandono universitario. *European Journal of Education and Psychology*, 14(1), 1-18. Recuperado de <https://revistas.uautonoma.cl/index.php/ejep/article/view/1432>
- Juárez-García A. (2020). Síndrome de burnout en personal de salud durante la pandemia COVID-19: un semáforo naranja en la salud mental. *Salud UIS*, 53(4): 432-439. <https://doi.org/10.18273/revsal.v52n4-2020010>
- Lizama, N. (2021). ¿Cómo repercutió el estrés laboral crónico en los peruanos y cómo afectará la nueva cuarentena? *El Comercio*. Lima, Perú. Recuperado de <https://elcomercio.pe/lima/como-repercutio-el-estres-laboral-cronico-en-los-peruanos-y-como-afectara-la-nueva-cuarentena-coronavirus-pandemia-estres-laboral-trabajo-remoto-desempleo-cuarentena-covid-19-nczq-noticia/>

- Lozano-Vargas, A. (2021). El síndrome de burnout en los profesionales de salud en la pandemia por la COVID-19. *Revista de Neuropsiquiatría*, 84(1), 1-12. <https://doi.org/10.20453/rnp.v84i1.3930>
- Macaya, X., Pihan, R. y Vicente, B. (2018). Evolución del constructo de Salud Mental desde lo multidisciplinario. *Revista Humanidades Médicas*, 18(2), 338 – 355. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727-81202018000200338&script=sci_arttext&tlng=pt
- Martínez, L. (2020). Riesgos psicosociales y estrés laboral en tiempos de COVID-19: instrumentos para su evaluación. *Revista de comunicación y salud*, 10(2), 301-321. [https://doi.org/10.35669/rcys.2020.10\(2\).301-321](https://doi.org/10.35669/rcys.2020.10(2).301-321)
- Mejía, C., Rodríguez-Alarcón, J., Garay-rios, L., Enriquez-Anco, M., Moreno, A., Huaytán-Rojas, K.,... Curioso, W. (2020). Percepción de miedo o exageración que transmiten los medios de comunicación en la población peruana durante la pandemia de la COVID-19. *Revista Cubana de Investigación Biomédicas*, 39(2), e698. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002020000200001#B11
- Mohamed, A., El-Gohary, H. y Hassan, M. (2020). Addressing the relationship between perceived fear of COVID-19 virus infection and emergence of burnout symptoms in a sample of Egyptian physicians during COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *Middle East Current Psychiatry*, 27(70). <https://doi.org/10.1186/s43045-020-00079-0>
- Monterrosa-Castro, A., Dávila-Ruiz, R., Mejía-Mantilla, A., Contreras-Saldarriaga, J., Mercado-Lara, M. y Florez-Monterrosa, C. (2020). Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *MedUNAB*, 23(2), 195-213. <https://doi.org/10.29375/01237047.3890>
- Muñoz, J. (2020). Covid-19: fear, the silent effect of epidemics. *Interdisciplinary Journal of Epidemiology and Public Health*, 3(1), e–6256. <https://doi.org/10.18041/2665-427X/ijeph.1.6256>
- Noriega, S. (2021). *Estrés laboral y miedo relacionado al COVID-19 en profesionales de la salud de dos microneces de Tumbes, 2021* [Tesis de

maestría, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70160/Noriega_MSC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Obando, R., Arévalo-Ipanaqué, J., Aliaga, R., & Obando, M. (2021). Ansiedad, estrés y depresión en enfermeros de emergencia COVID-19. *Index de Enfermería*, 29(4).
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962020000300008
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232.
<http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Özdin, S. y Özdin, S. (2020). Levels and predictors of anxiety, depression and health anxiety during COVID-19 pandemic in Turkish society: The importance of gender. *International Journal of Social Psychiatry*, 66(5).
<https://doi.org/10.1177%2F0020764020927051>
- Pakpour, A. y Griffiths, M. (2020). The fear of COVID-19 and its role in preventive behaviors. *Journal of Concurrent Disorders*, 2(1), 58–63.
- Palella, S. y Martins, F. (2003). *Metodología de la investigación cuantitativa*. FEDUPEL
- Palomino, D. y Taboada, C. (2020). *Síndrome de burnout y condiciones de trabajo en el contexto del COVID-19 en efectivos policiales de Lima, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]
- Pérez, E. y Medrano, L. (2010). Análisis Factorial Exploratorio: Bases Conceptuales y Metodológicas. *Revista argentina de Ciencias del Comportamiento*, 2(1), 58 – 66. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3161108>
- Quezada-Scholz, V. (2020). Miedo y psicopatología: la amenaza que oculta el COVID-19. *Cuadernos de Neuropsicología*, 14(1), 19-23.
- Ramos-Vera, C. (2020). Miedo a la COVID-19 en adultos peruanos mediante análisis de red. *Revista Cubana de Enfermería*, 36(0). Recuperado de <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/4082>

- Saboría, L. e Hidalgo, L. (2015). Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(1). Recuperado de https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-00152015000100014&script=sci_arttext
- Saricali, M., Satici, S., Satici, B., Gocet-Tekin, E. y Griffiths, M. (2020). Mindfulness, Humor, and Hopelessness: A Multiple Mediation Analysis. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00419-5>
- Shigemura, J., Ursano, R., Morganstein, J., Kurosawa, M. y Benedek, D. (2020). Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: mental health consequences and target populations. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 74(4), 281–2. <https://doi.org/10.1111/pcn.12988>
- Tamayo, M., Miraval, Z., & Mansilla, P. (2020). Trastornos de las emociones a consecuencia del COVID-19 y el confinamiento en universitarios de las diferentes escuelas de la universidad nacional Hermilio Valdizán, Perú. *Revista de Comunicación y Salud*, 10(2), 343-354. [https://dx.doi.org/10.35669%2Frcys.2020.10\(2\).343-354](https://dx.doi.org/10.35669%2Frcys.2020.10(2).343-354)
- Tineo, K. y Huaman, L. (2021). *Miedo al Covid-19 en personas que residen en una zona urbana en Los Olivos, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad de Ciencias y Humanidades].
- Tomás-Sábado, J. (2020). Miedo y ansiedad ante la muerte en el contexto de la pandemia de la COVID-19. *Revista de Enfermería y Salud Mental*, 18, 26-30.
- Valiente, C., Contreras, A., Peinado, V., Trucharte, A., Martínez, A. y Vázquez, C. (2021). Psychological Adjustment in Spain during the COVID-19 Pandemic: Positive and Negative Mental Health Outcomes in the General Population. *The Spanish Journal of Psychology*, 24, e8. <https://doi.org/10.1017/SJP.2021.7>
- Valero, N., Vélez, M., Duran, Á. Y Torres, M. (2020). Afrontamiento de COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depression? *Enfermería Investiga. Investigación*,

vinculación, docencia y gestión, 5(3), 63-70. Recuperado de <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/913/858>

Vinueza-Veloz, A., Aldaz-Pachacama, N., Mera-Segovia, C., Pino-Vaca, D., Tapiaveloz, E. y Vinueza-Veloz, M. (2020). Burnout syndrome among Ecuadorian medical doctors and nurses during COVID-19 pandemic. *Health Sciences*. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.708>

Virto-Farfan, H., Ccahuana, F., Loayza, W., Cornejo, A., Sánchez, D., Cedeño, M., Virto, C., & Eduardo, G. (2021). Estrés, ansiedad y depresión en la etapa inicial del aislamiento social por COVID-19, Cusco-Perú. *Revista Científica de Enfermería*, 10(3), 5-21. <https://revista.cep.org.pe/index.php/RECIEN/article/view/76>

Wang, C., Pan, R., Wang, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. y Ho, R. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>

ANEXOS

Anexos 1. Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	NIVEL DE MEDICIÓN
Miedo al COVID-19	Estado emocional desagradable que se suscita por la percepción de estímulos amenazantes (Pakpour y Griffiths, 2020).	Puntuaciones obtenidas luego de la aplicación de la Escala de Miedo al COVID-19	Reacciones de miedo emocional	1, 2, 4, 5	Intervalo
			Expresiones somáticas de miedo al COVID-19	3, 6, 7	
Síndrome de burnout	Síndrome ocasionado por una forma inadecuada al momento de afrontar el estrés crónico, comprendido en tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y desempeño personal (Saboría e Hidalgo, 2015).	Puntuaciones obtenidas luego de la aplicación de la Maslach Burnout Inventory General Survey – (MBI-GS).	Agotamiento emocional	1, 2, 3, 4, 6	Intervalo
			Indiferencia	8, 9, 13, 14, 15	
			Eficacia profesional	5, 7, 10, 11, 12, 16	

Anexo 2. Instrumentos

Escala de Miedo al COVID-19

Instrucciones: Utilizando la siguiente escala, indique si se encuentra en desacuerdo o de acuerdo con lo que se expresa en las siguientes afirmaciones. Elija la alternativa que corresponda con su manera de sentir o pensar.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo

		1	2	3	4	5
1	Tengo mucho miedo del coronavirus (COVID-19)					
2	Me pone incómodo(a) pensar en el coronavirus (COVID-19)					
3	Mis manos se ponen húmedas cuando pienso en el coronavirus (COVID-19)					
4	Tengo miedo de perder mi vida a causa del coronavirus (COVID-19)					
5	Cuando veo noticias e historias sobre el coronavirus (COVID-19) en redes sociales me pongo nervioso(a) o ansioso(a)					
6	No puedo dormir porque estoy preocupado de contagiarme del coronavirus (COVID-19)					
7	Mi corazón se acelera o palpita cuando pienso en contagiarme del coronavirus (COVID-19)					

Escala de burnout

Instrucciones: Utilizando la siguiente escala, indique con qué frecuencia ha experimentado estos sentimientos. Si nunca ha experimentado este pensamiento o sentimiento, marque 0. Si en efecto ha experimentado este pensamiento o sentimiento, marque la respuesta que mejor lo describa.

0: Nunca

1: Esporádicamente: Pocas veces al año.

2: De vez en cuando: Una vez al mes o menos

3: Regularmente: Algunas veces al mes

4: Frecuentemente: Una vez por semana

5: Muy frecuentemente: Varias veces por semana

6: Diariamente

		0	1	2	3	4	5	6
1	Me siento agotado emocionalmente por mi trabajo							
2	Me siento desgastado al final de la jornada laboral							
3	Me siento cansado cuando me levanto en la mañana y debo enfrentar otro día de trabajo							
4	Trabajar todo el día representa una verdadera tensión para mí							
5	Puedo resolver eficazmente los problemas que surgen en mi trabajo							
6	Me siento acabado por mi trabajo							
7	Siento que estoy haciendo una contribución efectiva a lo que esta organización hace.							
8	Ha disminuido mi interés por el trabajo desde que comencé en este empleo							
9	Ha disminuido mi entusiasmo por mi trabajo							
10	En mi opinión, soy bueno en mi trabajo							
11	Me siento entusiasmado cuando logro algo en mi trabajo							

12	He logrado muchas cosas que valen la pena en este trabajo							
13	Sólo quiero hacer mi trabajo sin ser molestado							
14	Dudo de la relevancia que tiene mi trabajo							
15	Me he vuelto más incrédulo con respecto a si mi trabajo contribuye en algo							
16	En mi trabajo, me siento seguro de que soy eficaz para hacer las cosas							

Anexo 3. Características de los trabajadores administrativos de la Provincia de Rioja

	Sí		No		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
¿Estuvo contagiado por el Covid-19?	85	41.9	118	58.1	203	100
¿Actualmente tiene algún familiar infectado por la Covid-19?	23	11.3	180	88.7	203	100
¿Tiene algún familiar cercano fallecido por la Covid-19?	77	37.9	126	62.1	203	100
¿Tiene algún amigo(a) cercano(a) fallecido por la Covid-19?	96	47.3	107	52.7	203	100
¿Actualmente realiza trabajo remoto?	75	36.9	128	63.1	203	100
¿Actualmente realiza trabajo fuera de su casa?	127	62.6	76	37.4	203	100

Anexo 4. Confiabilidad por consistencia interna de los instrumentos

Escalas	n° de ítems	α
Reacciones de miedo emocional	4	.802
Expresiones somáticas de miedo	3	.803
Miedo al COVID-19	7	.850
Agotamiento emocional	5	.933
Indiferencia	5	.762
Eficacia profesional	6	.887

Nota: α = Alpha de Cronbach.

La Escala de Miedo al COVID-19 presentó coeficientes Alpha de Cronbach mayores a .8, lo cual indica una muy alta confiabilidad tanto en la escala general como en ambas dimensiones. Del mismo modo, la Escala de Burnout obtuvo coeficientes de .9 y .8 para las dimensiones agotamiento emocional y eficacia profesional, lo que se traduce en una muy alta confiabilidad y un coeficiente de .7 para indiferencia indicando una alta confiabilidad (Palella y Martins, 2003). Esta escala no presenta una puntuación general.

Anexo 5. Información descriptiva del miedo al COVID-19 y las dimensiones de burnout

	N	M	DE	Min	Max	g1	g2
Reacciones de miedo emocional	203	13	3.8	5	23	0.092	-0.013
Expresiones somáticas de miedo	203	5.8	2.3	3	14	0.804	0.924
Miedo al COVID-19	203	19	5.7	8	37	0.437	0.547
Agotamiento emocional	203	15	7.6	5	35	0.775	-0.211
Indiferencia	203	14	5.9	5	31	0.739	-0.1
Eficacia profesional	203	34	6.9	6	42	-1.5	2.97

N=Número de evaluados, M=Media, DE=Desviación estándar, Min=Mínimo, Max=Máximo, g1=Asimetría, g2=Curtosis

En la variable miedo al COVID-19, las medias de las puntuaciones de la escala general y sus dimensiones oscilan entre 5.8 y 19. En el caso del burnout, las medias de las puntuaciones de las dimensiones oscilan entre 15 y 34. En asimetría y curtosis se observan valores mayores de 1.5 para eficacia profesional, lo cual indica una distribución asimétrica en las puntuaciones de esta dimensión (Pérez y Medrano, 2010). Por ello, se decidió el uso del coeficiente de correlación de Spearman para los correlatos de la dimensión eficacia profesional y el coeficiente de correlación de Pearson para los demás.