



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

Síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular en Otuzco, durante el año lectivo 2021.

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE MÉDICO CIRUJANO

AUTORA:

Huacanjulca Rebaza, Claudia Daniela. (ORCID: [0000-0001-5780-2459](https://orcid.org/0000-0001-5780-2459))

ASESORA:

Dra. Goicochea Ríos, Evelyn del Socorro. (ORCID: [0000-0001-9994-9184](https://orcid.org/0000-0001-9994-9184))

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

SALUD MENTAL

TRUJILLO - PERÚ

(2021)

DEDICATORIA

A Dios y la Virgen Santísima por ser la guía inquebrantable para lograr este objetivo, a mis padres por apoyarme en todo momento y ser el ejemplo de perseverancia y el cimiento de mis valores que me permitieron superar los obstáculos. A mis abuelos Cirilo y Dora por ser el orgullo, la inspiración y la fuerza para continuar en este proceso de obtener uno de mis sueños más deseados. A mis hermanos, por su amor y comprensión incondicional; que este logro sea un impulso para continuar luchando por todos nuestros objetivos trazados.

AGRADECIMIENTO

A mi padre eterno Dios y mi mamita la Santísima Virgen de la Puerta por bendecirme y estar a mi lado en cada paso que doy, gracias les doy por nunca abandonarme.

A mis abuelos y mis padres por estar siempre a mi lado, con su amor incondicional y su apoyo constante.

A mis hermanos, por compartir mis alegrías y acompañarme en las dificultades, gracias.

A mi asesora, Dra. Evelyn Goicochea por su guía y confianza en el desarrollo de mi investigación, gracias doctora por apoyo.

Índice de contenido

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenido	iv
Índice de tablas	v
Resumen	vi
Abstract	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	10
3.1. Tipo y Diseño de investigación	10
3.2. Variables y operacionalización	10
3.3. Población, muestra, muestreo y unidad de análisis	10
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	11
3.5. Procedimientos	12
3.6. Método de análisis de datos	12
3.7. Aspectos éticos	12
3.8. Limitaciones del estudio	13
IV.RESULTADOS	13
V. DISCUSIÓN	18
VI.CONCLUSIONES	25
VII.RECOMENDACIONES	26
REFERENCIAS	27
ANEXOS	34

Índice de tablas

Tabla N°1: Síntomas depresivos en los docentes de Educación Básica Regular. Otuzco,2021.	13
Tabla N°2: Síndrome de desgaste ocupacional en los docentes de Educación Básica Regular. Otuzco,2021.	14
Tabla N°3: Síndrome de desgaste ocupacional según nivel en docentes de Educación Básica Regular. Otuzco,2021.	14
Tabla N°4: Correlación entre la dimensión agotamiento emocional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular. Otuzco,2021.	15
Tabla N°5: Correlación entre la dimensión despersonalización y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular. Otuzco,2021.	15
Tabla N°6: Correlación entre la dimensión realización personal y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular. Otuzco,2021	16
Tabla N°7: Síndrome de desgaste ocupacional según las variables edad, sexo, condición laboral y tiempo de servicio en docentes de Educación Básica Regular.Otuzco,2021.	16
Tabla N°8: Síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular. Otuzco,2021.	18

RESUMEN

OBJETIVO: determinar la relación entre síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular de la ciudad de Otuzco durante el año 2021. **MÉTODO:** estudio de tipo descriptivo correlacional con una muestra de 129 docentes pertenecientes a nivel inicial, primaria y secundaria, El cuestionario Maslach Burnout Inventory y el inventario de depresión de Beck-II fueron los instrumentos. Se empleó el índice de correlación de Spearman ($p < 0.05$) para determinar la relación entre las variables. **RESULTADOS:** El 46.5% de docentes tuvo síntomas depresivos en nivel moderado y 56.6% presentan síndrome de desgaste ocupacional, las dimensiones agotamiento emocional y despersonalización tienen correlación positiva alta y significativa ($p = 0.000$) con los síntomas depresivos y la dimensión realización personal tiene correlación negativa alta y significativa ($p = 0.000$). El 50.7% de docentes con síndrome de desgaste ocupacional son mujeres, 57.5% son nombrados, 54.8% tienen entre 51-65 años de edad y 32,9% tienen 16-20 años de tiempo de servicio. El síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos presentan correlación positiva alta ($\rho = 0,788$) y significativa ($p = 0,000$). **CONCLUSIONES:** la frecuencia de síndrome de desgaste ocupación y síntomas depresivos es alta en esta población y existe relación estadísticamente significativa entre síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes.

PALABRAS CLAVE: Síndrome de desgaste ocupacional, síntomas depresivos, docentes.

ABSTRACT

OBJECTIVE: to determine the relationship between occupational burnout syndrome and depressive symptoms in teachers of Regular Basic Education in the city of Otuzco during the year 2021. **METHOD:** descriptive correlational study with a sample of 129 teachers belonging to the initial, primary and secondary levels. The Maslach Burnout Inventory questionnaire and the Beck-II depression inventory were the instruments used. Spearman's correlation index ($p < 0.05$) was used to determine the relationship between the variables. **RESULTS:** 46.5% of teachers had depressive symptoms at a moderate level and 56.6% presented occupational burnout syndrome, the dimensions emotional exhaustion and depersonalization had a high and significant positive correlation ($p = 0.000$) with depressive symptoms and the dimension personal accomplishment had a high and significant negative correlation ($p = 0.000$). 50.7% of teachers with occupational burnout syndrome are female, 57.5% are appointed, 54.8% are between 51-65 years of age and 32.9% have 16-20 years of service. Occupational burnout syndrome and depressive symptoms present a high positive correlation ($\rho = 0.788$) and significant ($p = 0.000$). **CONCLUSIONS:** the frequency of occupational burnout syndrome and depressive symptoms is high in this population and there is a statistically significant relationship between occupational burnout syndrome and depressive symptoms in teachers.

KEY WORD: Occupational burnout syndrome, depressive symptoms, teachers.

I. INTRODUCCIÓN

Síndrome de Desgaste Profesional (SDO), también conocido como Burnout o síndrome del quemado se definió por Freudenberg en el año de 1974 por primera vez, definiéndolo como un estado de frustración que resulta de un exceso de demandas físicas, mentales y personales del profesional. Esto genera el desarrollo del desgaste a nivel profesional y una pésima atención en los servicios de salud, educación, social, etc.¹

En 1989 Jackson y Maslach, definen al SDO como un estado de despersonalización, poca realización personal y agotamiento emocional observándose en trabajadores quienes laboran directamente con otros individuos, donde el ambiente laboral demanda excesivas emociones internas y externas, que son difíciles de satisfacer, generando que el individuo experimente sensaciones de fracaso personal a diario, lo que podría llegar a tener consecuencias a nivel emocional, conductual y/o psicossomática.²

La Organización Mundial de la Salud (OMS) en el año 2000 declara al SDO como riesgo ocupacional porque tiene la capacidad de perjudicar el estado mental, físico y la calidad de vida.³ Los estudios iniciales fueron en trabajadores del área de salud luego se han enfocado a diferentes grupos de profesionales estableciendo correlaciones y características con diferentes variables que fueron estudiadas.⁴

Un grupo altamente sensible al desarrollo de este síndrome son los docentes, ya que en la actualidad la educación enfrenta nuevos retos en cuanto a la didáctica y a la incorporación de nuevas tecnologías y plataformas virtuales que probablemente no utilizaban o no conocían, lo que ha cambiado dramáticamente la forma de enseñar, esto demanda que los docentes estén en constantes capacitaciones para el uso adecuado de estas nuevas herramientas, sumando a esto las presiones emocionales por el confinamiento, preocupación por su salud y la de su familia; todo esto genera un alto grado de tensión, lo cual provoca un incremento de estrés y desgaste profesional ocasionando problemas en el área laboral, familiar y personal de estos.⁵

Los docentes, debido a su labor recargada presentan altos niveles de agotamiento y despersonalización y un mínimo crecimiento personal comparándolos con otros profesionales, ya que su labor se basa en interacciones humanas directas y continuas que requieren estar pendiente de las necesidades de los estudiantes así mismo aplicar estrategias para mantener la atención, motivación, disciplina y aprendizaje en los alumnos, además exige tener la capacidad de adaptarse a las nuevas formas de enseñanza.^{4,5} Esta labor requiere que los docentes apliquen diferentes habilidades emocionales y cognitivas produciendo agotamiento y problemas de salud. Además, cuando el docente presenta agotamiento emocional esto repercute en las interacciones interpersonal docente-estudiante y en la calidad de enseñanza-aprendizaje.⁶

La Organización Panamericana de la Salud y la OMS manifiestan que la depresión viene a ser la causa principal de las enfermedades mentales a nivel mundial y que aproximadamente 300 millones de personas la padecen.⁷ Esta es una alteración del estado mental que es común en la población, tiene como cuadro clínico alteración del sueño, pérdida del apetito, ausencia de placer e interés por las cosas, decaimiento y falta de concentración.⁸

La depresión es uno de los factores relacionados como consecuencia o como causa del SDO. Estas dos condiciones perjudican la salud como la calidad de vida del docente y por lo tanto ponen en riesgo la calidad de enseñanza – aprendizaje.⁹ La depresión y el SDO tienen síntomas comunes como cansancio emocional, tensión mental y tristeza, asimismo ambos tienen como consecuencia el deterioro del desempeño laboral.¹⁰

Para el presente estudio, la población de interés fueron los docentes de los niveles de educación inicial, primaria y secundaria y el problema de investigación fue: **¿Existe relación entre síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular en Otuzco, durante el 2021?.**

El planteamiento de este problema es importante porque el síndrome de desgaste ocupacional se relaciona con niveles de estrés altos generando un desgaste emocional, que causa problemas mentales como depresión y ansiedad; y provoca el deterioro en la salud física y mental de quien lo padece, así como en la calidad de atención del usuario. Además, siendo la depresión el problema mental más común e incapacitante según OMS, es pertinente identificar la relación existente entre el SDO y los síntomas depresivos.

Los docentes que laboran en la ciudad de Otuzco no han participado en la actualidad de estudios que relacionen las variables planteadas además de ser un grupo profesional que enfrenta altos niveles de estrés, por la sobrecarga laboral al que están expuestos, ya que en la actualidad emplean metodologías y herramientas tecnológicas que probablemente no utilizaban o no conocían, para realizar el proceso de aprendizaje del estudiante, lo que hace a los docentes más vulnerables al SDO.

La importancia de reconocer la presencia de dicho síndrome es prevenir tanto la depresión como el agotamiento profesional en los docentes y que permita construir información validada para la generación de estrategias por parte de los trabajadores de salud y las autoridades educativas para mejorar las situaciones laborales y la calidad de vida del docente, lo cual, a su vez tendrá una repercusión sobre la calidad de enseñanza en las instituciones educativas.

El objetivo general fue determinar la relación entre síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular de la ciudad de Otuzco, 2021 y **los objetivos específicos** : establecer la frecuencia de síntomas depresivos en los docentes, establecer frecuencia del síndrome de desgaste ocupacional en docentes, analizar la correlación entre las dimensiones del síndrome de desgaste ocupacional y los niveles de síntomas depresivos, e identificar el síndrome de desgaste ocupación según las variables edad, sexo, condición laboral y tiempo de servicio.

La hipótesis de investigación fue: Existe relación entre el síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular de la ciudad de Otuzco, durante el año 2021 **y la hipótesis alterna:** No existe relación entre el síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular de la ciudad de Otuzco, durante el año 2021.

II. MARCO TEÓRICO

Granados A, et al¹¹ realizaron un estudio transversal analítico teniendo como objetivo principal establecer la asociación y capacidad predictiva de ansiedad, depresión y estrés sobre el síndrome de desgaste ocupacional en profesorado no universitario. La muestra se compuso de 834 profesores. Los instrumentos utilizados fueron el test de depresión, estrés y ansiedad, así como el inventario de Burnout. Encontraron que la depresión puede ser considerada predictor de alto agotamiento emocional, realización personal y despersonalización en el 68.6%, 63% y 56.1% respectivamente. Concluyeron que existe una relación y capacidad predictiva de la depresión sobre el desgaste ocupacional.

Quintero I, et al¹² realizaron una investigación transversal donde el objetivo general fue analizar los síntomas de depresión en docentes y su asociación con el SDO. La muestra fue de 194 profesores. Utilizaron como instrumentos al inventario SCL-90-R, y el inventario Maslach. Encontraron que, 65,8% de los participantes presentaron síntomas depresivos, al evaluarse los componentes del SDO el 29,9% presentó agotamiento emocional, 17,6% despersonalización y el 82,4% realización personal, y se identificó que el agotamiento emocional (OR=4,0; IC:1,67- 9,58) y despersonalización (OR=2,14; IC: 0,75-6,10) aumentan la depresión. Concluyeron que la despersonalización y el agotamiento emocional se asocian con síntomas de depresión y que estos tienen una prevalencia alta.

Shen L, et al¹³ realizaron un estudio transversal con 1795 profesores donde el objetivo fue reconocer el nivel de desgaste ocupacional y los factores asociados entre los docentes. Utilizaron el inventario de Maslach y el test de depresión epidemiológica. Los resultados mostraron una prevalencia de desgaste

ocupacional del 53,2% y que la depresión se asocia significativamente con el SDO (OR = 3,08; 95% IC: 2,34–4,05; $P < 0,001$,). Además de la asociación mencionada, concluyeron que la prevalencia de SDO es alta.

Gallardo L, et al¹⁴ realizaron una investigación de tipo transversal-correlacional donde el objetivo fue describir el nivel de desgaste ocupacional del personal docente. La muestra fue de 27534 docentes. El instrumento utilizado fue el inventario de Burnout del profesorado. Se encontró que el 11,6 % presentó nivel alto de SDO. De manera específica, todas las dimensiones obtuvieron puntajes dentro del nivel medio (agotamiento emocional: 74 %, despersonalización: 83 % y realización personal: 86,2 %).

Reyes O, et al¹⁵ realizaron una investigación de tipo correlacional descriptivo donde el objetivo general fue establecer el nivel de desgaste ocupacional y su relación con otros factores en docentes. La muestra fue de 111 docentes y utilizaron el inventario de Maslach como instrumento. En los resultados se encontró que el 80,2 % de los docentes presentaron nivel bajo de Burnout y 19,8 % nivel alto. La presencia del síndrome fue mayor en hombres que en mujeres, pero estas tuvieron niveles más altos en la dimensión de desgaste emocional y físico.

Sánchez N, et al¹⁶ realizaron un estudio transversal y el objetivo fue identificar la prevalencia y comorbilidad entre desgaste ocupacional y la depresión. La muestra fue 459 docentes. Utilizaron el inventario Maslach y el inventario de depresión de Beck. Encontraron que la prevalencia del SDO fue de 20.8% y depresión de 10.6%. Al analizar cada componente del SDO, el agotamiento profesional y la depresión presentaron correlación media, significativa y positiva; la despersonalización y la depresión tienen una correlación baja, significativa y positiva y la realización personal presentó una correlación baja, negativa y significativa con la depresión. Concluyeron que el SDO está asociado con la depresión.

Schonfeld S, et al¹⁷ cuyo estudio tuvo como objetivo establecer asociación entre el desgaste ocupacional y los síntomas depresivos. El diseño fue correlacional y el tamaño de muestra fue de 1386 docentes. Utilizaron como instrumentos el test de

Shirom - Melamed y el cuestionario de depresión. Encontraron que el 86 % de los docentes con síndrome de desgaste ocupacional presentan síntomas depresivos y que los síntomas depresivos tienen una correlación moderada y significativa con SDO. Concluyeron que es probable que SDO sea una forma de depresión.

Arias G, et al¹⁸ realizaron un estudio cuyo objetivo fue analizar comparativamente las manifestaciones del síndrome de desgaste ocupacional en profesores. Tuvo un diseño comparativo y la muestra fue de 413 docentes. Utilizaron como instrumento el Inventario de Maslach. Encontraron un nivel alto de agotamiento emocional en mujeres que trabajaban en escuelas y nivel medio en despersonalización para hombres que laboraban en las universidades, además en estos se encontró correlación negativa entre el SDO y el número de hijos.

Huachos P, et al¹⁹ realizaron un estudio que tuvo como objetivo establecer correlación entre síndrome de desgaste ocupacional y depresión. El diseño fue descriptivo correlacional y la muestra fue 225 docentes. Utilizaron el Inventario de Maslach y el test de Hamilton como instrumentos. Los resultados mostraron que el 6,67% tienen nivel bajo, 22,67% nivel medio y 70,67% nivel alto de SDO. Asimismo, reportaron que de los docentes, 18,67% presentan depresión muy severa, 4% presentan depresión severa, 20% presentan depresión moderada y 38,67% depresión menor. Concluyeron que el SDO y la depresión están fuertemente relacionados, y que los docentes que presentan mayor nivel de SDO su nivel de depresión es mayor.

Quispe M²⁰ realizó un estudio descriptivo - comparativo donde el objetivo fue identificar el nivel de desgaste ocupacional según la condición laboral de los profesores. La muestra estuvo compuesta de 25 docentes entre contratados y nombrados. Utilizó el Inventario de Maslach como instrumento. Encontró que, el 73% de los profesores contratados y la totalidad de los nombrados presentan un nivel medio de SDO, respecto a los componentes el agotamiento (20%) y la despersonalización (40%) presentan un nivel medio y solo el componente realización personal (65%) tiene un nivel alto. Esto se observó tanto en docentes contratados como nombrados. Concluyó que no hay diferencias significativas

respecto al nivel de SDO en contratados y nombrados pero los profesores contratados presentaron una inclinación hacia el nivel alto de SDO.

Ingaruca P²¹ realizó un estudio descriptivo para identificar el SDO en docentes, con una muestra de 97 docentes y utilizó el inventario de Maslach como instrumento. Los resultados reportaron un alto nivel de agotamiento emocional y despersonalización mostrando un 61.9% y 63.9% respectivamente, y bajo nivel de realización personal en 24.4%. Concluyó que el 71.7% de su población presenta un nivel alto de SDO.

El síndrome de desgaste ocupacional viene a ser una alteración en la adaptación frente al estrés crónico provocando problemas en la salud, que dañan el desempeño laboral.² La sintomatología del SDO se presenta en tres niveles. A nivel emocional como irritabilidad, desorientación, disminución de concentración y memoria, depresión, ansiedad, cansancio, así como autoestima baja. A nivel psicossomático, taquicardia, presión alta, cefalea, malestar general, alteración de la calidad de sueño y agotamiento crónico. A nivel conductual se presenta pérdida de apetito, falta de comunicación, abuso de drogas, ausentismo laboral y conductas violentas.²²

Las dimensiones del SDO son: agotamiento emocional, estado en el que el profesional sobrepasa sus límites afectivos, presentando cansancio y fatiga lo que se manifiesta física y psíquicamente, causando el agotamiento de sus recursos emocionales; la segunda dimensión es despersonalización, comprende respuesta con actitudes, sentimientos y conductas negativas, despreocupadas e insensibles, generando un comportamiento distante ante otras personas e incluso les hace culpables de su poco rendimiento en el trabajo; la última dimensión es la falta de realización personal que aparece al no poder resolver las demandas laborales presentándose una sensación de fracaso profesional lo que puede exacerbarse con la falta de apoyo social y oportunidades para que se desarrollen profesionalmente.²³

Este síndrome sigue un proceso por el cual la persona que lo padece pasa por diferentes fases de forma progresiva: fase inicial o de entusiasmo, el profesional tiene actitudes positivas y altas expectativas ante un nuevo empleo; fase de estancamiento, en esta fase el profesional se autoevalúa sobre el esfuerzo realizado, los resultados y los beneficios obtenidos durante su trabajo, no encontrando distribución equitativa y experimentando que su labor no está cumpliendo con sus expectativas, lo que causa un estado de estrés; fase de frustración, inicia cuando la persona se siente desmotivada para cumplir con eficacia y eficiencia sus tareas diarias, presentándose problemas laborales y relacionados con su salud a nivel emocional, fisiológico y conductual ; fase de hiperactividad y apatía, asume muchas tareas y responsabilidades al mismo tiempo, desencadenando sobrecarga emocional lo que provoca el distanciamiento laboral como mecanismo de defensa y la última es la fase del quemado, donde se presentan problemas a nivel laboral, social y familiar por el colapso cognitivo y emocional que presenta.²⁴

Se han descrito factores sociodemográficos, laborales y de personalidad asociados al desarrollo del desgaste ocupacional.^{24,25} En lo que respecta a los factores sociodemográficos encontramos al estado civil, género femenino y edad entre 35 a 45 años. En cuanto a los factores laborales, destaca el tiempo que lleva ejerciendo su profesión, periodo laboral en una misma institución, burocracia profesional, el horario poco flexible, exceso de tareas, sueldo insuficiente, falta de capacitación, conductas negativas de los estudiantes y jefes. y falta de reconocimiento de sus logros y desempeño, y finalmente los factores protectores como los aspectos de la personalidad como la autoconfianza, elevada autoestima y sensación de autoeficacia, pero cuando prima la inestabilidad emocional y la ansiedad estos factores de personalidad se vuelven factores de riesgo para SDO.²⁴

La consecuencia que genera el SDO pueden agruparse en 2 niveles. El primero es a nivel individual como el sentimiento de soledad, fatiga crónica, sentimientos de impotencia, ansiedad, apatía, depresión, agresividad, alteraciones somáticas como problemas respiratorios, cardiovasculares inmunológicos, musculares, sexuales, nerviosos y digestivos. El segundo, a nivel organizacional se presenta con deterioro

en la atención del servicio, poco compromiso organizacional, baja satisfacción laboral, conflictos interpersonales y tendencia de abandonar el trabajo.^{23,26}

Actualmente hay diferentes instrumentos para diagnosticar el SDO; sin embargo, Maslach Burnout Inventory es el instrumento que está estandarizado y es el más utilizado en los diferentes estudios.²⁷ Este cuestionario tiene como función medir el desgaste profesional, presenta 22 preguntas que se dividen en 3 aspectos: realización personal, agotamiento emocional y despersonalización. Las respuestas se valoran según la escala de Likert. Se considera presencia del SDO cuando las puntuaciones son altas para los componentes despersonalización y agotamiento emocional pero baja en realización personal.²⁸

La depresión viene a ser una alteración del estado de ánimo provocando deterioro del estado mental de las personas que se ve traducida por un estado de decaimiento, así como falta de interés y placer por las cosas, presencia de cansancio, que afecta el estado del paciente como también impacta negativamente sobre el ambiente social, familiar y laboral. En la actualidad la etiología de la depresión es aún desconocida, hay estudios que refieren como factor desencadenante al desequilibrio en la regulación de los neurotransmisores cerebrales de serotonina, noradrenalina y dopamina como también otros factores como abuso sexual, pérdidas materiales, muerte de un ser querido, maltrato físico y psicológico.^{7,8}

Los síntomas depresivos son la tristeza que aparece sin motivo o después de un acontecimiento significativo, desanimado, cansancio, pérdida del placer, ansiedad, insomnio, sentimientos de culpa, la memoria se debilita, se distrae con facilidad, crisis de angustia, llanto sin motivo, disminuye su rendimiento académico y laboral, pérdida del apetito y pensamientos suicidas.²⁹

Para evaluar los síntomas depresivos existen diferentes cuestionarios uno de ellos es el inventario de depresión de Beck-II, que tiene por finalidad identificar la presencia de síntomas depresivos y evaluar su gravedad. Consta de 21 preguntas y las puntuaciones van de 0-3 puntos siendo el máximo puntaje 63 puntos,

clasificando en: grave: ≥ 29 puntos, moderado: 20-28 puntos, leve: 14-19 puntos y síntomas depresivos mínimos: 0-13 puntos.^{30,31}

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación:

Tipo de investigación: Aplicada.³²

Diseño de investigación: Descriptivo correlacional (anexo 01).³³

3.2 Variables y operacionalización de variables:

3.2.1 Variables:

- ❖ Síndrome de desgaste ocupacional.
- ❖ Síntomas depresivos

3.2.2 Operacionalización de variables: Se describe en el anexo 02.

3.3 Población, muestra, muestreo y unidad de análisis:

Población: estuvo conformada por 216 docentes de Educación Básica Regular de instituciones nacionales pertenecientes a la UGEL de la provincia Otuzco, departamento La Libertad en sus tres niveles inicial, primaria y secundaria.

- Criterios de inclusión:
 - ✓ Docentes nombrados y contratados de la ciudad de Otuzco.
 - ✓ Docentes que acepten participar del estudio.
 - ✓ Encuestas completas.
- Criterios de exclusión:
 - ✓ Docente con licencia durante el periodo de estudio.
 - ✓ Docentes que no acepten el consentimiento informado.

Muestra: 129 docentes para ello se utilizó la fórmula estadística de proporciones poblacionales para población finita.³³ Se consideró la prevalencia de 70.67% descrita para SDO ¹⁹ (anexo 03). No fue necesario agregar participantes puesto que se completó el tamaño de muestra programado.

Muestreo: Se aplicó muestreo aleatorio simple.³³

Unidad de análisis: Cada uno de los docentes que cumplieron con los criterios de inclusión.³³

3.4 Técnica e instrumento de recolección de datos:

Técnica: Se aplicó la técnica de encuesta, para ello se procedió a contactar a los docentes seleccionados para la investigación mediante una invitación por vía WhatsApp. Se dio por aceptada su participación cuando respondieron afirmativamente al consentimiento informado. Posteriormente se aplicó el cuestionario Maslach Burnout Inventory para determinar el desgaste ocupacional y el inventario de depresión de Beck-II para identificar los síntomas depresivos.

Instrumento de recolección de datos:

Se aplicó la encuesta elaborada por la investigadora que contó con datos generales como sexo, condición laboral, edad y tiempo de servicio; y datos sobre las variables de estudio mediante el cuestionario Maslach Burnout Inventory y el test de depresión de Beck-II (anexo 04).

Validez y confiabilidad del instrumento:

El test de Maslach Burnout presenta un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0,863, indicando una confiabilidad buena y tiene un coeficiente de validez de contenido de 0.74 mostrando una concordancia aceptable.³⁴ El cuestionario de depresión de Beck-II presenta un coeficiente de alfa de Cronbach de 0,93 y la validez de contenido fue alto con un valor V de Aiken de 0.99.^{35,36} Ambos instrumentos ya han sido validados en diferentes estudios a nivel internacional y nacional.

3.5 Procedimiento:

Se solicitó la autorización del director de la UGEL Otuzco por medio de una carta de presentación emitida por la universidad la cual fue enviada al correo electrónico de la institución. Posteriormente se envió el consentimiento informado (anexo 05) al WhatsApp de cada docente. Con la respuesta de aceptación para participar de la investigación, se procedió a enviar por el mismo medio el instrumento de recolección de datos el cual fue elaborado en la plataforma Google Forms. El participante contó con 20 minutos para el llenado del instrumento de recolección.

A continuación, se procedió a elaborar una base de datos con la información recolectada, se organizaron los datos en tablas o gráficos para el análisis estadístico y presentación de los mismos.

3.6. Método de análisis de datos:

La base de datos fue procesada en Microsoft Excel 2019, luego se llevó al Paquete SPSS versión 26.0 para realizar el análisis estadístico. La data que se obtuvo fue analizada mediante estadística descriptiva utilizando cuadros de frecuencia simples y porcentuales, asimismo se emplearon tablas de doble entrada para comparar el síndrome de desgaste ocupacional según sexo, edad, condición laboral y tiempo de servicio. Para el análisis inferencial se empleó el Índice de Correlación de Spearman y se utilizó un nivel de significancia de $p < 0.05$ con el objetivo de determinar la relación entre las variables dado que estas son cuantitativas ordinales.

3.7. Aspectos Éticos:

Se aplicó los principios éticos de respeto por las personas en cuanto a su autonomía y libre determinación mediante la aplicación del consentimiento informado (anexo 05). El principio de beneficencia preservó el bienestar físico y

mental del participante, y en cuanto al principio de justicia este se garantizó evitando poner a las personas en situaciones de riesgo, se guardó la confidencialidad de los participantes y de toda la información recolectada con fines académicos.^{38,39}

Se contó con la aprobación del Comité de Ética de la Escuela de Medicina – UCV (anexo 06).

3.8. Limitaciones del estudio:

Se presentó demora en la recolección de datos debido a la pandemia por COVID-19 por lo cual se optó por contactar a los participantes vía WhatsApp en lugar de correo electrónico.

IV. RESULTADOS

Tabla N°1: Síntomas depresivos en los docentes de Educación Básica Regular. Otuzco,2021.

SINTOMAS DEPRESIVOS	N	%
GRAVE	23	17,8
MODERADO	60	46,5
LEVE	27	20,9
MINIMO	19	14,7
Total	129	100,0

FUENTE: encuesta aplicada por la investigadora

Interpretación: El 46.5% de los docentes tuvo síntomas depresivos en nivel moderado seguido de síntomas depresivos leves en 20.9%.

Tabla N°2: Síndrome de desgaste ocupacional en los docentes de Educación Básica Regular. Otuzco,2021.

SINDROME DE DESGASTE OCUPACIONAL	N	%
SI	73	56,6
NO	56	43,4
Total	129	100,0

FUENTE: encuesta aplicada por la investigadora

Interpretación: Se puede apreciar que el 56.6% de los docentes presentan síndrome de desgaste ocupacional.

Tabla N°3: Síndrome de desgaste ocupacional según nivel en docentes de Educación Básica Regular. Otuzco,2021.

NIVELES DE SINDROME DE DESGASTE OCUPACIONAL	N	%
ALTO	23	17,8
INTERMEDIO	92	71,3
BAJO	14	10,9
Total	129	100,0

Fuente: encuesta aplicada por la investigadora

Interpretación: El 71.3% y 17.8% de los docentes presentó nivel intermedio y alto de síndrome de desgaste ocupacional respectivamente.

Tabla N°4: Correlación entre la dimensión agotamiento emocional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular. Otuzco,2021.

		AGOTAMIENTO EMOCIONAL	SINTOMAS DEPRESIVOS
Rho de Spearman	AGOTAMIENTO EMOCIONAL	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,786**
		N	129
	SINTOMAS DEPRESIVOS	Coeficiente de correlación	,786**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	129

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: encuesta aplicada por la investigadora

Interpretación: Se muestra correlación positiva alta ($\rho=0,786$) y significativa ($p=0,000$) entre la dimensión agotamiento emocional del síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos.

Tabla N°5: Correlación entre la dimensión despersonalización y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular. Otuzco,2021.

		DESPERSONALIZACION	SINTOMAS DEPRESIVOS
Rho de Spearman	DESPERSONALIZACION	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,801**
		N	129
	SINTOMAS DEPRESIVOS	Coeficiente de correlación	,801**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	129

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: encuesta aplicada por la investigadora

Interpretación: Se muestra correlación positiva alta ($\rho=0,801$) y significativa ($p=0,000$) entre la dimensión despersonalización del síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos.

Tabla N°6: Correlación entre la dimensión realización personal y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular. Otuzco,2021.

			REALIZACION PERSONAL	SINTOMAS DEPRESIVOS
Rho de Spearman	REALIZACION PERSONAL	Coeficiente de correlación	1,000	-,793**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	129	129
	SINTOMAS DEPRESIVOS	Coeficiente de correlación	-,793**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	129	129

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: encuesta aplicada por la investigadora.

Interpretación: Se muestra una correlación negativa alta ($\rho=- 0,793$) y significativa ($p=0,000$) entre la dimensión realización personal del síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos.

Tabla N°7: Síndrome de desgaste ocupacional según las variables edad, sexo, condición laboral y tiempo de servicio en docentes de Educación Básica Regular.Otuzco,2021.

		Síndrome de desgaste ocupacional				Significancia
		SI		NO		
		N	%	N	%	
Sexo	Masculino	36	49.3	25	44.6	P=0.598
	Femenino	37	50.7	31	55.4	

Edad	22-30 años	0	0.0	12	21.4	P<0.001
	31-40 años	5	6.8	36	64.3	
	41-50 años	28	38.4	8	14.3	
	51-65 años	40	54.8	0	0.0	
Condición Laboral	Nombrado	42	57.5	15	26.8	P<0.001
	Contratado	31	42.5	41	73.2	
Tiempo de servicio	36-40 años	3	4.1	0	0.0	P<0.001
	31-35 años	9	12.3	0	0.0	
	26-30 años	16	22.0	0	0.0	
	21-25 años	9	12.3	0	0.0	
	16-20 años	24	32.9	0	0.0	
	11-15 años	7	9.6	0	0.0	
	6-10 años	2	2.7	26	46.4	
	≤ 5 años	3	4.1	30	53.6	

Fuente: encuesta aplicada por la investigadora

Interpretación: Se observa que de los docentes que tienen síndrome de desgaste ocupacional, el 50.7% son mujeres, el grupo etario más afectado es el de 51-65 años (54.8%), son de condición laboral nombrado (57.5%) y 32,9% tienen 16-20 años de tiempo de servicio. Asimismo, se observa que existe asociación entre el SDO y las variables edad, condición laboral y tiempo de servicio ($p<0.001$).

Tabla N°8: Síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular. Otuzco,2021.

			SINDROME DE DESGASTE OCUPACIONAL	SINTOMAS DEPRESIVOS
Rho de Spearman	SINDROME DE DESGASTE OCUPACIONAL	Coeficiente de correlación	1,000	,788**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	129	129
	SINTOMAS DEPRESIVOS	Coeficiente de correlación	,788**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	129	129

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: encuesta aplicada por la investigadora

Interpretación: Se evidencia una correlación positiva alta ($\rho=0,788$) y significativa ($p=0,000$) entre síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos.

V. DISCUSIÓN

En la **tabla N°1** se muestra a la población estudiada según los niveles de síntomas depresivos; así, de los 129 docentes encuestados se encontró que 23 docentes (17.8%) presentan nivel grave, 60 docentes (46,5%) tienen nivel moderado, 27 docentes (20,9%) tienen nivel leve y 19 docentes (14,7%) nivel mínimo de síntomas depresivos. En el estudio realizado en Perú por Huachos P, et al¹⁹ se encontró que 81.36% de los docentes encuestados ($n=225$) presentaba algún grado de síntomas depresivos, además evidenció que el 38,67% presentó depresión menor, 20% depresión moderada, 4% depresión severa y 18,67% depresión muy severa. Así mismo en un estudio realizado por Quintero I, et al¹² con 127 docentes se encontró que el 65.8% presentaron algún nivel de síntomas depresivos.

Es pertinente mencionar que en este trabajo se utilizó el inventario de depresión de Beck-II, que tiene por finalidad identificar la presencia de síntomas depresivos. Evalúa la gravedad y clasifica a los síntomas depresivos en : grave, moderado, leve y mínimos.^{30,31} En el trabajo realizado por Huachos P, et al¹⁹ se utilizó la Escala de Evaluación para Depresión de Hamilton la cual clasifica a los síntomas depresivos en menor, moderados, severos y muy severos; y en el trabajo de Quintero I, et al¹² se utilizó como instrumento para evaluar los síntomas depresivos al inventario SCL-90-R donde el autor consideró clasificarlos en dos grupos los que tienen algún nivel de síntomas depresivos (puntuaciones mayores de 40) y los que no tuvieron algún nivel de síntoma depresivo (puntuación menor de 40). Al margen de las escalas utilizadas vemos que en todas las investigaciones consultadas se muestra la presencia de los diferentes niveles de síntomas depresivos en la población docente.

La Organización Panamericana de la Salud y la OMS manifiestan que la depresión viene a ser la causa principal de las enfermedades mentales a nivel mundial y que aproximadamente 300 millones de personas las padecen.⁷ Esta es una alteración del estado mental que es común en la población, tiene como cuadro clínico alteración del sueño, pérdida del apetito, ausencia de placer e interés por las cosas, decaimiento y falta de concentración, esta sintomatología se refleja en los resultados de la encuesta aplicada en el presente estudio donde se observa que el 88.4% de los docentes tienen alguna alteración del sueño, el 34.1% presentan pérdida del apetito, 79.8% presentan pérdida de interés y placer por las cosas, 83.7 % tienen pérdida de energía para realizar las cosas que habitualmente realizaban, el 63.6% presentan algún grado de dificultad para concentrarse, 79.1% se encuentran más irritables de lo normal, 66.7% reportan sentimiento de tristeza, 32.6% han tenido pensamientos suicidas y 77.5% presentan problemas para tomar decisiones. Estos resultados nos muestran que los síntomas más frecuentes son la alteración del sueño y la pérdida de interés por las cosas.

Con respecto al síndrome de desgaste ocupacional el 56.6% del total de docentes presentó este síndrome lo que muestra una prevalencia alta en esta población (**tabla N°2**). Resultados similares se pueden evidenciar en el estudio realizado por Shen L, et al¹³ donde participaron 1795 profesores, encontraron una prevalencia alta (53,2%) del síndrome de desgaste ocupacional, así mismo Huachos P et al¹⁹

en el estudio realizado en Perú donde participaron 225 docentes encontraron que el 34.2 % presenta síndrome de desgaste ocupacional. De igual forma en el trabajo realizado por Sánchez N, et al¹⁶ en población docente, donde reportaron una prevalencia de 20.8%. Los estudios revisados muestran una alta prevalencia para el síndrome de desgaste ocupacional en la población de docentes.

El síndrome de desgaste ocupacional viene a ser una alteración en la adaptación frente al estrés crónico provocando problemas en la salud, que dañan el desempeño laboral.² Los docentes enfrentan altos niveles de estrés, por la sobrecarga laboral a la que están expuestos, ya que en la actualidad emplean metodologías y herramientas tecnológicas que probablemente no utilizaban o no conocían al haberse implementado la enseñanza virtual; además de ejercer una profesión que exige una interacción continua con los estudiantes más allá de las clases; por ello, los docentes son más vulnerables al desarrollo de síndrome de desgaste ocupacional, y esto se observa en la alta prevalencia encontrada en la población docente.

En cuanto a los niveles de síndrome de desgaste ocupacional, el 71.3% de los docentes presentan nivel intermedio, 17.8% nivel alto y solo el 10.9% nivel bajo de síndrome de desgaste ocupacional (**tabla N°3**). En el estudio realizado por Gallardo L, et al¹⁴ en el cual participaron 27534 docentes de los cuales 88.3% presentaron un nivel intermedio de síndrome de desgaste ocupacional, 11.6% un nivel alto y ningún docente tenía nivel bajo. Así mismo, Ingaruca P²¹ encontró que en la población docente el 71.1% tienen nivel alto del Síndrome de desgaste ocupacional y el 28.9% presentaron nivel moderado. De igual manera en Huachos P et al¹⁹ reportaron que de los 225 docentes que participaron en su estudio el 70.67% presentaron un nivel alto, 22.67% de los docentes un nivel intermedio y solo el 6.67% nivel bajo de síndrome de desgaste ocupacional. En estos datos se puede evidenciar que predominan los niveles intermedio y alto de síndrome de desgaste ocupacional en los docentes.

Al analizar la correlación de la dimensión agotamiento emocional del síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes, se encontró que existe correlación positiva alta ($\rho=0,786$) y significativa ($p=0,000$) entre estas dos

variables, lo que significa que a medida que aumenta el nivel de agotamiento emocional en los docentes aumenta el nivel de síntomas depresivos (**tabla N°4**). Sánchez N, et al¹⁶ encontró resultados similares donde las poblaciones de docentes presentan correlación media, significativa y positiva con respecto al componente agotamiento emocional y la depresión, así mismo Huachos P, et al¹⁹ encontró que el agotamiento emocional y la depresión tienen correlaciones positivas medias y significativas, lo que evidencia que hay una asociación de estas variables.

La dimensión agotamiento emocional del síndrome de desgaste ocupacional viene a ser el estado en el que el profesional sobrepasa sus límites afectivos debido al desgaste físico, estrés y frustración constante por la sobrecarga a la que están expuestos los docentes, causando agotamiento de sus recursos emocionales. Presentando pérdida de interés por su labor profesional, cansancio, irritabilidad e insatisfacción.²³

En la **tabla N°5** se observa la correlación de la dimensión despersonalización del síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes, donde se encontró que existe correlación positiva alta ($\rho=0,801$) y significativa ($p=0,000$) entre estas dos variables, lo que significa que a medida que aumenta el nivel de despersonalización en los docentes también aumenta el nivel de síntomas depresivos. En el estudio realizado por Sánchez N, et al¹⁶ en la población de docentes encontró que la depresión y la despersonalización muestran una relación baja, positiva y significativa ($p < 0.01$). Así mismo Huachos P, et al¹⁹ encontró que la dimensión despersonalización y la depresión tienen correlaciones positivas bajas y significativas. Los resultados evidencian que hay asociación significativa entre ambas variables.

La dimensión despersonalización del síndrome de desgaste ocupacional comprende respuestas del docente con actitudes, sentimientos y conductas negativas, despreocupadas e insensibles, generando un comportamiento distante ante otras personas e incluso les hace sentir culpables de su poco rendimiento en el trabajo. Los profesionales que padecen de despersonalización frecuentemente presentan irritabilidad y desmotivación en sus labores, así mismo se muestran

groseros, susceptibles, tienen tendencia a aislarse del grupo social, ausencia de sensibilidad hacia los estudiantes a las cuales asiste y aumento de incumplimiento laboral.²³

Al analizar la correlación de la dimensión realización personal del síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes, se encontró que existe correlación negativa alta ($\rho = -0,793$) y significativa ($p=0,000$) entre estas variables, lo que significa que a medida que aumenta el nivel de realización personal en los docentes disminuye el nivel de síntomas depresivos (**tabla N°6**). Resultados similares se presentaron en el estudio realizado por Sánchez N, et al¹⁶ donde encontró en su población de docentes que la depresión y la realización personal tienen correlación baja, negativa y significativa ($p < 0.01$). Del mismo modo en el trabajo realizado por Huachos P, et al¹⁹ encontró correlación negativa alta y significativa entre la dimensión realización personal y síntomas depresivos, evidenciándose que existe correlación significativa inversa entre estas variables.

La última dimensión del síndrome de desgaste ocupacional es la falta de realización personal que aparece al no poder resolver las demandas laborales lo que genera una sensación de fracaso profesional lo cual puede exacerbarse con la falta de apoyo social y oportunidades para que se desarrollen profesionalmente. En esta dimensión cuando los docentes lo padecen frecuentemente tienen actitudes conformistas, desánimo, irritabilidad, insomnio, no se identifican con su institución, se encuentran desmotivados, demuestran incompetencia y poca productividad.²³

En la **tabla N° 7**, se muestra que de los docentes que presentan síndrome de desgaste ocupacional el mayor porcentaje son mujeres (50,7%), resultado similares se evidencian en las investigaciones realizadas por Sánchez N, et al¹⁶ y Shen L, et al¹³ quienes encontraron que la mayor prevalencia de síndrome de desgaste ocupacional lo presentan las mujeres. Los autores de estos trabajos sustentan sus resultados teniendo en cuenta que las mujeres suelen asumir también las funciones del hogar, y esta situación de “doble rol” es generadora de más estrés, sin embargo; existen otros estudios que mencionan que los hombres son los que presentan mayor nivel de síndrome de desgaste ocupacional.

En cuanto a la edad, los resultados muestran que el grupo etario más afectado es el de 51-65 años (54.8%) (**tabla N°7**), en el estudio realizado por Huachos P, et al¹⁹ el grupo más afectado por síndrome de desgaste ocupacional es relativamente más joven (41-50 años). Estos resultados se pueden justificar según las teorías revisadas donde señalan que a mayor edad se presenta más desgaste ocupacional debido a que se va generando un efecto acumulativo del estrés laboral, pero a la vez también se ha comprobado la presencia del síndrome de desgaste ocupacional en profesionales más jóvenes (menores a 40 años), posiblemente porque la falta de experiencia les hace sentirse poco autosuficientes o capaces de asumir las demandas laborales propias de la docencia.¹⁸

En cuanto a la condición laboral y síndrome de desgaste ocupacional se encontró que la condición laboral *nombrado* es la que presenta mayor porcentaje (57.5%), además los resultados muestran que en los docentes con síndrome de desgaste ocupacional el mayor porcentaje tiene entre 16-20 años de tiempo de servicio (32.9%) (**tabla N° 7**). Resultados similares se presentaron en el trabajo realizado por Quispe M²⁰, quien encontró que la condición laboral nombrada es la que presentó mayor porcentaje de síndrome de desgaste ocupacional. Probablemente este hallazgo se pueda justificar porque un docente *nombrado* tiene que asumir mayores responsabilidades y presión laboral. Asimismo, Gallardo L, et al¹⁴ en su estudio encontró que los docentes con 11 y 19 años de experiencia laboral tienen mayor nivel de síndrome de desgaste ocupacional.

También en la **tabla N°7** se observa que existe asociación entre el SDO con la edad, condición laboral y tiempo de servicio ($p < 0.001$). Shen L, et al¹³ encontraron que los docentes con SDO presentaban tiempo de servicio más corto y eran más jóvenes en comparación con los docentes que no presentaban SDO ($P < 0,001$). Asimismo, Gallardo L, et al¹⁴ en su estudio encontró asociación significativa entre la edad y tiempo de servicio y SDO ($p < 0.005$).

Al analizar la relación entre el síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes, se encontró que existe correlación positiva alta ($\rho = 0,788$) y significativa ($p = 0,000$) entre estas dos variables, lo que significa que

a medida que aumenta el síndrome de desgaste ocupacional en los docentes aumenta también los síntomas depresivos (**tabla N°8**). Resultados similares se muestran en los estudios realizado por Huachos P, et al¹⁹, Shen L, et al¹³ y Sánchez N, et al¹⁶ quienes encontraron una asociación positiva alta y significativa entre el síndrome de desgaste ocupacional y depresión en docentes. Schonfeld S, et al¹⁷ cuyo estudio tuvo como objetivo establecer asociación entre el desgaste ocupacional y los síntomas depresivos encontró una correlación positiva moderada y significativa. De estos resultados se puede evidenciar que existe relación significativa entre SDO y los síntomas depresivos en los docentes.

La depresión es uno de los factores relacionados como consecuencia o como causa del SDO. Estas dos condiciones perjudican la salud como también la calidad de vida del docente, por lo tanto ponen en riesgo la calidad de enseñanza – aprendizaje.⁹ La depresión y el SDO tienen síntomas comunes como cansancio emocional, tensión mental y tristeza, asimismo ambos tienen como consecuencia el deterioro del desempeño laboral.¹⁰ La labor de educador demanda máximo esfuerzo, estrés y desgaste físico y psicológico, lo que les lleva a ser propensos a problemas mentales y psicológicos los cuales se ven reflejados en los resultados de este estudio.

VI. CONCLUSIONES

- Existe relación entre el síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en los docentes del estudio.
- La frecuencia de síntomas depresivos en la población estudiada fue alta.
- Existe una alta frecuencia de síndrome de desgaste ocupacional en la población estudiada.
- Las dimensiones agotamiento emocional y despersonalización presentan correlación positiva alta y significativa con los síntomas depresivos. La dimensión realización personal tiene correlación negativa alta y significativa con los síntomas depresivos en la población estudiada.
- De los docentes del estudio que tienen síndrome de desgaste ocupacional el mayor porcentaje son mujeres, se encuentran entre 51-65 años de edad, son de condición laboral nombrado y tienen entre 16-20 años de tiempo de servicio.
- Existe asociación entre el SDO y las variables edad, condición laboral y tiempo de servicio ($p < 0.001$).

VII. RECOMENDACIONES

- Implementar programas y sesiones psicológicas para los docentes de las instituciones educativas de la UGEL Otuzco para prevenir o tratar el síndrome de desgaste ocupación y síntomas depresivos.
- Informar a las autoridades educativas y de salud de la ciudad de Otuzco sobre los resultados de esta investigación, para que de manera conjunta desarrollen planes de intervención en salud mental.

REFERENCIAS

1. Navarro J. Un poco de historia sobre el burnout, nuevo 2016. Ideides Untref [Internet]. 2016.[Citado 19 de abril del 2021]. Disponible en: <http://revista-ideides.com/un-poco-de-historia-sobre-el-burnout-nuevo-2016/>
2. Muñoz F, Ordoñez V, Solarte M, Valverde C, Villareal C, Zemanate P. Síndrome de Burnout en enfermeros del Hospital Universitario San José. Popayán. Rev Med Risaralda [Internet]. 2018.[Citado 19 de abril del 2021]; 24(1):34–37. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0122-06672018000100006
3. Bounza E, Gil M, Cortell A. Síndrome de quemarse por el trabajo en los médicos de España. Revista Clínica Española [Internet]. 2020. [Citado el 19 de Abril del 2021]; 220(6):359-363 Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0014256520300916#:~:text=Se%20trata%20de%20un%20problema,y%20hasta%20su%20salud%20f%C3%ADsica>.
4. Castañeda Aguilera E, García JEGA. Prevalence of Burnout Syndrome and Associated Variables in Mexican Medical Specialists. Rev Colomb Psiquiatr (Engl Ed). 2020 Aug 17:S0034-7450(20)30069-X. English, Spanish. doi: 10.1016/j.rcp.2020.06.002.
5. Hidalgo R. Los maestros y la educación durante la pandemia. Archivo Covid-19 Perú [Internet]. 2020.[Citado 19 de abril del 2021]. Disponible en: https://sisbib.unmsm.edu.pe/archivocovid19peru/test_audiovisual/testimonio_info.php?id_ta=1
6. Romero L. Empatía y síndrome de desgaste profesional en docentes de educación básica regular de Lima Metropolitana. AP [Internet]. 2019. [citado el 19 de Abril del 2021];27(2):237-54. doi: <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2019.v27n2.1801>
7. Organización Panamericana de la Salud. Depresión: hablemos. 2017. [Citado 19 de abril del 2021]. Disponible en: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13102:depression-lets-talk-says-who-as-depression-tops-list-of-causes-of-ill-

[health&Itemid=1926&lang=es#:~:text=Ginebra%2FWashington%2C%2030%20de%20marzo,18%25%20entre%202005%20y%202015.](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders)

8. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders [Internet]. 5ªed Washington: American Psychiatric Publishing; 2018. [citado el 19 de abril de 2021]; p. 15-19. Disponible en: https://psychiatryonline.org/pb-assets/dsm/update/DSM5Update_octubre2018_es.pdf
9. Méndez I, Martínez-Ramón JP, Ruiz-Esteban C, García-Fernández JM. Latent Profiles of Burnout, Self-Esteem and Depressive Symptomatology among Teachers. Int J Environ Res Public Health [Internet]. 2020. [citado 20 de Abril del 2021];17(18):6760. doi:10.3390/ijerph17186760.
10. Panagiota K, Georganta K. The relationship between Burnout, depression, and anxiety: A systematic review and meta analysis. Front Psychol [Internet]. 2019. [citado 20 de Abril del 2021]; 10(284): 2-10. Disponible en: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.00284/full>
11. Granados A, Aparicio F, Fernández S, García F. Depresión, ansiedad y estrés y su relación con el burnout en profesorado no universitario. Revista Espacios [Internet].2020. [citado 20 de Abril del 2021]; 41 (30):127-141. Disponible en : <https://www.revistaespacios.com/a20v41n30/a20v41n30p11.pdf>
12. Quintero I, Hernández C. Síntomas de depresión asociados al síndrome de Burnout y a condiciones socio-laborales de docentes de colegios públicos de Envigado. Fundación Universidad del Norte [Internet]. 2020. [citado 20 de Abril del 2021];38(1):1-22. Disponible en: <https://search.proquest.com/openview/deb3c57582746531d6015d506df43378/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2027439>
13. Li S, Li Y, Lv H, Jiang R, Zhao P, Zheng X, et al. The prevalence and correlates of burnout among chinese preschool teachers. BMC [Internet]. 2020. [citado 20 de Abril del 2021]; 20 (1): 1-10. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6998270/>
14. Gallardo L, López N, Gallardo V. Analysis of burnout syndrome in teachers of preschool, middle school and high school for prevention and treatment.

- Revista Electrónica Educare [Internet]. 2019. [citado 20 de Abril del 2021]; 23(2): 1-20. Disponible en : <https://www.redalyc.org/jatsRepo/1941/194160170017/html/index.html>
15. Reyes O, Palomino D, Aponte L. Síndrome de desgaste profesional, índice de masa corporal y otros factores asociados con la labor de profesores de educación física de Ibagué. Biomédica [Internet]. 2019. [citado 20 de Abril del 2021];39:537-546. Disponible en : <https://revistabiomedica.org/index.php/biomedica/article/view/4282/4198>
16. Sánchez N, Velasco O. Comorbilidad entre síndrome de Burnout, depresión y ansiedad en una muestra de profesores de Educación Básica del estado de México. Pap Poblac [Internet]. 2017. [citado 20 de Abril del 2021]; 23(94):261-286. Disponible: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252017000400261
17. Schonfeld S, Bianchi R. Burnout and depression: Two entities or one ?. J Clin Psychol [Internet]. 2016. [citado 20 de Abril del 2021]; 72(1): 22-37.doi : <https://doi.org/10.1002/jclp.22229>
18. Arias W, Huamani J, Ceballos K. Síndrome de Burnout en profesores de escuela y universidad: un análisis psicométrico y comparativo en la ciudad de Arequipa. Propósitos y Representaciones [Internet]. 2019. [citado 20 de Abril del 2021];7(3):72-110. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v7n3/a04v7n3.pdf>
19. Huachos P, Veli C. Síndrome de Burnout y depresión en trabajadores de la Universidad Nacional del Centro del Perú. Horizonte de la Ciencia [Internet]. 2020 [citado 20 de Abril del 2021];10(18):1-8. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7762146>
20. Quispe M. El síndrome de Burnout según la condición laboral de los docentes de la escuela profesional de administración. [Tesis para optar el título de licenciado en administración]. Universidad Nacional del Altiplano; Puno,2017. [citado 20 Abril del 2021]. Disponible en :

http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/5948/Quispe_Mamani_Gisele.pdf?sequence=1&isAllowed=y

21. Ingaruca P. Nivel de síndrome de Burnout en docentes de una Institución Educativa Pública del distrito de Santiago de Surco. [Tesis para optar el Título profesional de Licenciada en Psicología]. Universidad Inca Garcilazo de la Vega; Lima,2017. [citado 20 Abril del 2021]. Disponible: <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1405/TRAB.SUFIC.PROF.%20INGARUCA%20PERALTA%2C%20BEKA%20BEATRIZ.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
22. West C, Dyrbye L, Shanafelt T. Physician burnout: contributors, consequences and solutions. J Intern Med [Internet]. 2018. [citado 20 abril del 2021]; 283(6):516-529. Disponible en : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29505159/>
23. Olivares F. Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout. Cienc Trab [Internet]. 2017.[citado el 25 de abril 2021]; 19(58): 59-63. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-24492017000100059&lng=en.
24. Rodríguez P. Guía de estrategias de afrontamiento del estrés laboral (síndrome burnout) para docentes de educación general básica en la unidad educativa Mejía. [Tesis para optar el Título profesional de Licenciada en Enfermería]. Pontificia Universidad Católica Del Ecuador: Quito,2020. [citado 25 Abril del 2021]. Disponible en : <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/18409/Pilicita%20Rodriguez%20-Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
25. Serna C, Martínez S. Burnout in the health area staff and coping strategies. Medical Scientific Mail [Internet]. 2020. [citado 25 Abril del 2021]; 24(1):1-16. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/correo/ccm-2020/ccm201v.pdf>
26. Flores I. Síndrome de Burnout y su relación con satisfacción laboral en enfermeras del servicio de emergencia. [Tesis para optar el Título profesional de Licenciada en Enfermería]. Universidad Cesar Vallejo: Lima, 2018. [citado

- 25 Abril del 2021]. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/18055>
27. Gómez G, Sangregorio M, Llamazares S. Factorial validity of the Maslach Burnout inventory-human services survey in a sample of spanish workers. J Soc Serv Res [Internet].2019. [citado 25 Abril del 2021]; 45(2): 207-219. doi: [10.1080/01488376.2018.1480549](https://doi.org/10.1080/01488376.2018.1480549)
28. Maslach J. Maslach Burnout Inventory.[internet]. Disponible en : https://www.ecestaticos.com/file/035b15f97effea4c69fd6519e8114bcf/1515665476-cuestionario_burnout.pdf
29. Dominguez C, Soler J, De Diego J. Abordaje del paciente con depresión mayor. Capítulo IV del Libro Blanco Depresión y Suicidio 2020, pp 44-52. Healthcare Communication Group [Internet]. Madrid,2020. [citado 25 abril del 2021]. Disponible en : <http://www.sepsiq.org/file/Publicaciones/LibroBlancoDepresionySuicidio2020.pdf>
30. Ministerio de Salud Pública. Diagnóstico y tratamiento del episodio depresivo y del trastorno depresivo. Guía de práctica clínica 2017 [Internet]. Ecuador,2017. [citado 25 Abril del 2021]. Disponible en: https://www.academia.edu/36359177/Diagn%C3%B3stico_y_tratamiento_del_episodio_depresivo_y_del_trastorno_depresivo_recurrente_en_adultos
31. Vuyk M. Perfeccionismo, autopresentación perfeccionista, y síntomas depresivos en adultos paraguayos según género y grado. Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology [Internet]. 2015. [citado 25 Abril del 2021]; 49(2):153-163.Disponible en : <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28446019003>
32. Sánchez H, Reyes C, Mejía K. Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanista [Internet]. Lima: Bussiness Support Aneth. 2018. [citado 7 de mayo del 2021]. Disponible en : [libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf \(urp.edu.pe\)](http://libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf(urp.edu.pe))
33. Hernández R, Fernández C, Baptista M. Metodología de la investigación [Internet]. 6.ª ed. México: McGrawHill; 2014. [citado 7 de mayo del 2021].

Disponible en : <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

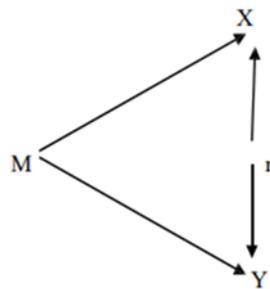
34. Grijalba R, Quiñonez E. Nivel de Burnout en el trabajo remoto de los docentes en una Institución Educativa Piloto de Huancayo 2020 [Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología]. Universidad César Vallejo; Lima, 2021. [citado 7 Mayo del 2021]. Disponible en : https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62475/Grijalba_RBE-Qui%c3%b1onez_EGP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
35. Barreda P. Propiedades Psicométricas del Inventario de Depresión de Beck-II (IDB-II) en una muestra clínica. Revista de Investigación en Psicología. [Internet]. 2019.[citado 20 de mayo del 2021];22(1):39-52. Disponible en: <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/16580/14212>
36. Bendezu B, Valverde M. Propiedades psicométricas del Inventario de Depresión de Beck en usuarios que acuden al servicio de salud mental de un centro hospitalario en Chimbote. [Tesis para optar el Título de Licenciado en Psicología]. Universidad de Cesar Vallejo; Chimbote, 2019. [citado 20 de mayo del 2021]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/40685/Bendezu_BMM-Valverde_MEM.pdf?sequence=1&isAllowed=y
37. Castillo M. Síndrome de burnout en el personal de salud y su relación con la atención al usuario de centro quirúrgico del instituto nacional de salud del niño - lima 2015. [Tesis para optar el grado de Magister en Salud Pública]. Universidad Nacional "Hermilio Valdizán"; Huanuco, 2015. [citado 20 Mayo del 2021]. Disponible en : <http://repositorio.unheval.edu.pe/handle/UNHEVAL/2173>
38. Asociación Médica Mundial. Declaración de Helsinki de los Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. 64ª Asamblea General, Fortaleza, Brasil, octubre 2013. [Citado el 31 de Mayo del 2021]. Disponible en: <https://www.wma.net/es/policiestpost/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-lasinvestigaciones-medicas-en-seres-humanos/>

39. Universidad Cesar Vallejo. Resolución de Consejo Universitario N°0340-2021/UCV del 10 de mayo de 2021 que aprueba la actualización del Código de Ética.

ANEXOS

ANEXO 01

DISEÑO DE INVESTIGACIÓN



Leyenda:

M: Muestra

X: Síndrome de desgaste ocupacional

Y: Síntomas depresivos

r: Relación de variables de estudio

ANEXO 02

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADOR	ESCALA DE MEDICIÓN
Síndrome de desgaste ocupacional (SDO)	Los trastornos de adaptación al estrés laboral crónico provocan síntomas físicos y psicológicos, que perjudicaron gravemente el desempeño profesional. ²	<p>Se analizarán los componentes:</p> <p>Agotamiento emocional(AE)</p> <p>Despersonalización (D)</p> <p>Realización personal(RP)</p> <p>Sí las puntuaciones son altas en AE y D y baja en RP presenta SDO.</p> <p>Para ello se utilizará el Maslach Burnout Inventory.^{28,37}</p> <p>Valoración Global: nivel alto ,nivel intermedia y nivel bajo.³⁷</p>	<p>Nivel alto: 37-54 Nivel intermedio :18-36 Nivel bajo: 0-17</p> <p>Nivel alto: 21-30 Nivel intermedio: 10-20 Nivel bajo: 0-9</p> <p>Nivel alto: 33-48 Nivel intermedio:16-32 Nivel bajo: 0-15</p> <p>Nivel alto: 89-132 Nivel intermedio:44-88 Nivel bajo: 0-43</p>	<p>Cuantitativa</p> <p>Ordinal</p>

Síntomas depresivos	Alteración de la conducta caracterizada por la falta de interés y satisfacción por actividades y experiencias de la vida diaria. ⁸	Se utiliza el inventario de depresión de Beck-II. ^{30,31}	Grave :>=29 puntos Moderado :20-28 puntos Leve :14-19 puntos Mínima :0-13 puntos	Cuantitativa Ordinal
---------------------	---	--	---	-------------------------

ANEXO 03

TAMAÑO DE MUESTRA

$$n = \frac{NZ^2pq}{(N-1)E^2 + Z^2pq}$$

Donde:

N: 216

Z: 1.96

p: 0.706¹⁹

q: 0.294

E: 0.05

n: 129

ANEXO 04

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

NÚMERO DE FICHA

I. DATOS GENERALES:

- Sexo

Masculino	
Femenino	

- Edad

22-30 años	
31-40 años	
41-50 años	
51-65 años	

- Condición laboral

Nombrado	
Contratado	

- Tiempo de servicio

>40 años	
36-40 años	
31-35 años	
26-30 años	
21-25 años	
16-20 años	
11-15 años	
6-10 años	
≤ 5 años	

II. DATOS ESPECÍFICOS

1. CUESTIONARIO DE MASLACH BURNOUT INVENTORY

Marque el número que crea que es apropiado en la frecuencia con la que sientelos enunciados.

0= NUNCA. 1= ALGUNA VEZ AL AÑO O MENOS. 2= UNA VEZ AL MES O MENOS. 3= ALGUNAS VECES AL MES. 4= UNA VEZ A LA SEMANA. 5= VARIAS VECES A LA SEMANA. 6= TODOS LOS DÍAS.

1. Me siento emocionalmente agotado/a por mi trabajo.	<input type="checkbox"/> Nunca. <input type="checkbox"/> alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Todos los días.
2. Me siento cansado al final de la jornada de trabajo.	<input type="checkbox"/> Todos los días. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Nunca.
3. Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado.	<input type="checkbox"/> Nunca. <input type="checkbox"/> alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Todos los días.
4 .Tengo facilidad para comprender como se sienten misalumnos/as.	<input type="checkbox"/> Todos los días.. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Nunca.
5. Creo que estoy tratando a algunos alumnos/as como si fueran objetos impersonales.	<input type="checkbox"/> Nunca. <input type="checkbox"/> alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Todos los días

<p>6. Siento que trabajar todo el día con alumnos/as supone un gran esfuerzo y me cansa.</p>	<p><input type="checkbox"/> Todos los días.. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Nunca.</p>
<p>7. Creo que trato con mucha eficacia los problemas de misalumnos/as.</p>	<p><input type="checkbox"/> Nunca. <input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Todos los días</p>
<p>8. Siento que mi trabajo me está desgastando. Me siento quemado por mi trabajo</p>	<p><input type="checkbox"/> Todos los días.. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Nunca.</p>
<p>9. Creo que con mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de mis alumnos/as.</p>	<p><input type="checkbox"/> Nunca. <input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Todos los días</p>
<p>10. Me he vuelto más insensible con la gente desde que ejerzo la profesión docente.</p>	<p><input type="checkbox"/> Todos los días.. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Nunca.</p>
<p>11. Pienso que este trabajo me está endureciendo emocionalmente</p>	<p><input type="checkbox"/> Nunca. <input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Todos los días</p>
<p>12. Me siento con mucha energía en mi trabajo</p>	<p><input type="checkbox"/> Todos los días.. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Nunca.</p>

13. Me siento frustrado/a en mi trabajo	<input type="checkbox"/> Nunca. <input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Todos los días
14. Creo que trabajo demasiado.	<input type="checkbox"/> Todos los días.. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Nunca.
15. No me preocupa realmente lo que les ocurra a algunos de mis alumnos/as.	<input type="checkbox"/> Nunca. <input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Todos los días
16. Trabajar directamente con alumnos/as me produce estrés.	<input type="checkbox"/> Todos los días.. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Nunca.
17. Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis alumnos/as.	<input type="checkbox"/> Nunca. <input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Todos los días
18. Me siento motivado después de trabajar en contacto con alumnos/as.	<input type="checkbox"/> Todos los días.. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Nunca.
19. Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo.	<input type="checkbox"/> Nunca. <input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos. <input type="checkbox"/> Algunas veces al mes. <input type="checkbox"/> Una vez a la semana. <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana. <input type="checkbox"/> Todos los días

<p>20. Me siento acabado en mi trabajo, al límite de mis posibilidades.</p>	<p><input type="checkbox"/> Todos los días..</p> <p><input type="checkbox"/> Varias veces a la semana.</p> <p><input type="checkbox"/> Una vez a la semana.</p> <p><input type="checkbox"/> Algunas veces al mes.</p> <p><input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos.</p> <p><input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos.</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca.</p>
<p>21. En mi trabajo trato los problemas emocionalmente con mucha calma</p>	<p><input type="checkbox"/> Nunca.</p> <p><input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos.</p> <p><input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos.</p> <p><input type="checkbox"/> Algunas veces al mes.</p> <p><input type="checkbox"/> Una vez a la semana.</p> <p><input type="checkbox"/> Varias veces a la semana.</p> <p><input type="checkbox"/> Todos los días</p>
<p>22. Creo que los alumnos/as me culpan de algunos de sus problemas.</p>	<p><input type="checkbox"/> Todos los días..</p> <p><input type="checkbox"/> Varias veces a la semana.</p> <p><input type="checkbox"/> Una vez a la semana.</p> <p><input type="checkbox"/> Algunas veces al mes.</p> <p><input type="checkbox"/> Una vez al mes o menos.</p> <p><input type="checkbox"/> Alguna vez al año o menos.</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca.</p>

2. INVENTARIO DE DEPRESIÓN DE BECK-II

Marque el enunciado que mejor describa el modo como se ha sentido la últimas dos semanas, incluyendo el día de hoy.	
1. Tristeza	8. Autocritica
0 No me siento triste. 1 Me siento triste gran parte del tiempo. 2 Estoy triste todo el tiempo. 3 Estoy tan triste o soy tan infeliz que no puedo soportarlo.	0 No me critico ni me culpo más de lo habitual. 1 Estoy más crítico conmigo mismo de lo que solía estarlo. 2 Me critico a mí mismo por todos mis errores. 3 Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede.
2. Pesimismo	9. Pensamientos o deseos suicidas
0 No estoy desalentado respecto de mi futuro. 1 Me siento más desalentado respecto de mi futuro que lo que solía estarlo. 2 No espero que las cosas funcionen para mí. 3 Siento que no hay esperanza para mi futuro y que sólo puede empeorar.	0 No tengo ningún pensamiento de matarme. 1 He tenido pensamientos de matarme, pero no lo haría. 2 Quería matarme. 3 Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo.
3. Fracaso	10. Llanto
0 No me siento como un fracasado. 1 He fracasado más de lo que hubiera debido. 2 Cuando miro hacia atrás veo muchos fracasos. 3 Siento que como persona soy un fracaso total.	0 No lloro más de lo que solía hacerlo. 1 Lloro más de lo que solía hacerlo. 2 Lloro por cualquier pequeñez. 3 Siento ganas de llorar pero no puedo.
4. Pérdida de placer	11. Agitación
0 Obtengo tanto placer como siempre por las cosas de las que disfruto. 1 No disfruto tanto de las cosas como solía hacerlo. 2 Obtengo muy poco placer de las cosas de las que solía disfrutar. 3 No puedo obtener ningún placer de las cosas de las que solía disfrutar.	0 No estoy más inquieto o tenso que lo habitual. 1 Me siento más inquieto o tenso que lo habitual. 2 Estoy tan inquieto o agitado que me es difícil quedarme quieto. 3 Estoy tan inquieto o agitado que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo
5. Sentimientos de culpa	12. Pérdida de interés
0 No me siento particularmente culpable. 1 Me siento culpable respecto de varias cosas que he hecho o que debería haber hecho 2 Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo. 3 Me siento culpable todo el tiempo.	0 No he perdido el interés en otras actividades o personas. 1 Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas. 2 He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas. 3 Me es difícil interesarme por algo.
6. Sentimientos de castigo	13. Indecisión
0 No siento que estoy siendo castigado. 1 Siento que tal vez pueda ser castigado. 2 Espero ser castigado. 3 Siento que estoy siendo castigado.	0 Tomo mis decisiones tan bien como siempre. 1 Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones. 2 Encuentro mucha más dificultad que antes para tomar decisiones 3 Tengo problemas para tomar cualquier decisión.
7. Disconformidad con uno mismo	14. Desvalorización
0 Siento acerca de mí lo mismo que siempre. 1 He perdido la confianza de mí mismo. 2 Estoy decepcionado conmigo mismo. 3 No me gusto a mí mismo.	0 No siento que yo no sea valioso. 1 No me considero a mí mismo tan valioso y útil como solía considerarme. 2 Me siento menos valioso cuando me comparo con otros. 3 Siento que no valgo nada.

15. Pérdida de energía	19. Dificultad de concentración
0 Tengo tanta energía como siempre. 1 Tengo menos energía que la que solía tener. 2 No tengo suficiente energía para hacer demasiado. 3 No tengo energía suficiente para hacer nada	0 Puedo concentrarme tan bien como siempre. 1 No puedo concentrarme tan bien como lo habitual. 2 Me es difícil mantener la mente en algo por mucho tiempo. 3 Encuentro que no puedo concentrarme en nada.
16. Cambios en los hábitos de sueño	20. Cansancio o Fatiga
0 No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño. 1a Duermo un poco más que lo habitual. 1b Duermo un poco menos que lo habitual. 2a Duermo mucho más que lo habitual. 2b Duermo mucho menos que lo habitual. 3a Duermo la mayor parte del día. 3b Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormirme.	0 No estoy más cansado o fatigado que lo habitual. 1 Me fatigo o me canso más fácilmente que lo habitual. 2 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que solía hacer. 3 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que solía hacer.
17. Irritabilidad	21. Perdida de interés en el sexo
0 No estoy más irritable que lo habitual. 1 Estoy más irritable que lo habitual. 2 Estoy mucho más irritable que lo habitual. 3 Estoy irritable todo el tiempo.	0 No he notado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo. 1 Estoy menos interesado en el sexo de lo que solía estarlo. 2 Ahora estoy mucho menos interesado en el sexo 3 He perdido completamente el interés por el sexo
18. Cambios de apetito	
0 No he experimentado ningún cambio de mi apetito. 1a Mi apetito es muy poco menor que lo habitual. 1b Mi apetito es muy poco mayor que lo habitual. 2a Mi apetito es mucho menor que antes. 2b Mi apetito es mucho mayor que lo habitual. 3a No tengo apetito en absoluto. 3b Quiero comer todo el tiempo.	

Gracias, por su participación.

ANEXO 05

CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de este consentimiento es proporcionar a usted la información clara y concisa sobre la presente investigación titulada **Síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular en Otuzco, durante el año lectivo 2021**. El objetivo de este estudio es determinar la relación entre el síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular de la ciudad de Otuzco, 2021.

Para ello se pretende que usted responda dos encuestas que le tomarán aproximadamente 20 minutos, la primera encuesta consta de 22 preguntas que permitirán determinar el síndrome de desgaste ocupacional y la segunda encuesta consta de 21 preguntas que permitirá identificar los síntomas depresivos.

Le informamos que participar de este estudio no le causará ningún daño laboral ni profesional. Tampoco le ocasionará gastos y su participación es completamente voluntaria. Si por alguna circunstancia desea retirarse del estudio usted puede desistir de ello sin perjuicio alguno y si acepta participar nos comprometemos a tratar su identidad de manera anónima y confidencial.

De aceptar participar en la investigación, se evidencia de haber sido informado sobre los procedimientos del estudio, no obstante, de tener alguna duda o pregunta sobre la investigación puede contactarse con la investigadora principal: Huacanjulca Rebaza Claudia – Teléfono :961955890

Acepto voluntariamente participar del estudio.

SI

NO

**Nombres y apellidos
del participante:**

DNI del participante:

**Nombres y apellidos
de la investigadora:**

DNI de la investigadora:

Firma de la investigadora:

ANEXO 06

APROBACIÓN DEL COMITÉ DE ÉTICA



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE MEDICINA
COMITÉ DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN

Informe 015-CEI-EPM-UCV-2021

Visto, el proyecto de investigación "Síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular en Otuzco, durante el año lectivo 2021", presentado por la estudiante de la Escuela de Medicina Claudia Daniela Huacanjulca Rebaza; fue evaluado por el Comité de Ética en Investigación de la Escuela de Medicina, de la Universidad César Vallejo, se ha encontrado que cumple con los estándares de la ética establecidas en las normas de la Universidad, nacionales e internacionales.

El trabajo de investigación considera los aspectos de conducta responsable en investigación científica.

Por tanto, se concluye en declarar el proyecto APROBADO por el Comité de Ética

Trujillo, 20 de Setiembre, 2021



Firmado digitalmente por:
TRESLERRA AYALA Miguel
Argid FAU 20131251730 hant
teléfono: Soy el autor del
documento
Fecha: 19/09/2021 10:42:15 -0600

Dr. Miguel Angel Treslerra Ayala
Presidente del Comité de Ética

ANEXO 07
SOLICITUD DEL PERMISO DE EJECUCIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN



“AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA”

Trujillo, 21 de octubre del 2021

OFICIO Nº 0140 - 2021 /UCV-FFCMM-EAPM

SR.

MG. ANDRES LINO AGUILAR ACEVEDO

Director de la UGEL Otuzco – La Libertad,

ASUNTO: SOLICITO PERMISO PARA EJECUCIÓN DE PROYECTO DE INVESTIGACION

Me dirijo a usted para saludarlo cordialmente y al mismo tiempo presentarle a la estudiante de la escuela de medicina HUACANJULCA REBAZA, CLAUDIA DANIELA quien como requisito para obtener su título profesional debe desarrollar un trabajo de tesis.

La mencionada estudiante tiene el proyecto de investigación titulado “Síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular en Otuzco, durante el año lectivo 2021”, aprobado por la Universidad César Vallejo, por lo cual le solicito brinde las facilidades para que pueda ejecutarlo en las instituciones educativas pertenecientes a la UGEL que usted dignamente dirige.

Sin otro particular le hago llegar las seguridades de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,



Dra. Amalia Vega Fernández
Directora de Escuela Profesional
Medicina

Cc: Archivo

UCV, licenciada para que
puedas salir adelante.



ANEXO N°08

AUTORIZACION PARA LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN



Presidencia Regional

Gerencia Regional de Educación



UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL

JUSTICIA SOCIAL CON INVERSIÓN

“AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA”

Otuzco, 29 de octubre de 2021

OFICIO N° 148-2021 GRLL-GGR-GRSE-UGEL O-D

SEÑORA : Dra. AMALIA VEGA FERNÁNDEZ
DIRECTORA DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE MEDICINA
UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO
CAMPUS TRUJILLO

PRESENTE. -

ASUNTO : AUTORIZA REALIZAR PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
REFERENCIA : OFICIO N.º 0140 - 2021 /UCV-FFCCMM-EAPM

Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarle cordialmente y a la vez comunicarle que, en atención al documento de la referencia mi Despacho **AUTORIZA** a la Srta. **HUACANJULCA REBAZA CLAUDIA DANIELA** estudiante de la escuela de Medicina, realizar su proyecto de Investigación titulado: **“Síndrome de desgaste ocupacional y síntomas depresivos en docentes de Educación Básica Regular en Otuzco, durante el año lectivo 2021”**.

Aprovecho la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi especial consideración y estima personal

Atentamente

UGEL-O-2021
ALAA/D
Amab/Sec..
Cc.Archivo