



**Universidad Nacional Mayor de San Marcos**

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Ingeniería Industrial

Unidad de Posgrado

**Estrategia de afrontamiento de los docentes de la  
Facultad de Ingeniería de la Universidad Nacional de  
Chimborazo frente a los niveles del síndrome de  
Burnout**

**TESIS**

Para optar el Grado Académico de Doctor en Ingeniería Industrial

**AUTOR**

Edmundo Bolívar CABEZAS HEREDIA

**ASESOR**

Orestes CACHAY BOZA

Lima, Perú

2015

## Resumen

El Síndrome de Burnout también conocido como “Síndrome de estrés crónico laboral”, “Síndrome de desgaste profesional”, “Síndrome del quemado”, es un estado de cansancio físico y emocional resultante de las condiciones del trabajo o sobre carga profesional y el Afrontamiento es la respuesta cognitiva comportamental que se implementa para reducir o para eliminar el distrés psicológico o las condiciones estresantes. Fleishman (1984).

**Objetivo:** Conocer las estrategias de afrontamiento que vienen utilizando los docentes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Nacional de Chimborazo frente a los niveles del Síndrome de Burnout.

**Metodología:** La investigación es básica, explicativa, descriptiva y correlacional, ya que se apoyó en el contexto teórico para determinar la relación existente entre el estrés y el síndrome Burnout con las estrategias de afrontamiento de los docentes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Nacional de Chimborazo, la población muestral estuvo constituida por 52 profesores entre hombres y mujeres. La técnica que se utilizó fue la encuesta. El instrumento: Test de medición del Síndrome de Burnout (Maslach Burnout Inventory – Educater Surney MBI- ES); aplicado a los profesores consta de 22 ítems, para el afrontamiento se utilizó Test de COPE consta de 28 ítems tipo Likert.

**Los principales Resultados:** En los docentes mujeres: el 0 % tiene un nivel bajo de afrontamiento activo comparado con el 14.28% de Burnout bajo; el 95.23% tiene afrontamiento activo medio contrapuesto con el 76.19% con niveles de Burnout medio; el 4.76% afronta activamente confrontado con el 9.52% de Burnout alto.

En los docentes hombres: el 0 % tiene un nivel bajo de afrontamiento activo comparado con el 9.67% de Burnout bajo; el 67.74% tiene afrontamiento activo medio contrapuesto con el 83.87% con niveles de Burnout medio; el 47.61% afronta activamente confrontado con el 6.45% de Burnout alto.

En los docentes mujeres: el 0 % tiene un nivel bajo de afrontamiento pasivo comparado con el 14.28% de Burnout bajo; el 100% tiene afrontamiento pasivo medio contrapuesto con el 76.19% con niveles de Burnout medio; el 0% afronta pasivamente confrontado con el 9.52% de Burnout alto.

En los docentes hombres el 0 % tiene un nivel bajo de afrontamiento pasivo comparado con el 9.67 % de Burnout bajo; el 100% tiene afrontamiento pasivo medio contrapuesto con el 83.87% con niveles de Burnout medio; el 0% afronta pasivamente confrontado con el 6.45% de Burnout alto.

### **Conclusiones:**

- La investigación demuestra que el cuestionario utilizado COPE y MBI se considera un instrumento válido y confiable establecido con el alfa de Cronbach, para usarlo en el análisis y estudio de los docentes para determinar el afrontamiento frente a los niveles de Burnout.
- Al analizar las dimensiones del síndrome de Burnout de los docentes de Ingeniería de la Facultad de la Universidad Nacional de Chimborazo tenemos que el cansancio emocional es bajo; en despersonalización y realización personal medio bajo en porcentajes, sin embargo al realizar la regresión lineal y establecer la ecuación del modelo de estrés crónico tenemos:

Nivel de Burnout = 0.711 + 0.011 Cansancio Emocional + 0.028 Despersonalización + 0.030 Realización personal

Lo que indica la proporcionalidad directa de las variables para el incremento del Burnout.

- Los niveles de Burnout de los docentes de Ingeniería de la Universidad Nacional de Chimborazo es medio con pocos casos de estrés crónico presentes en docentes con cargos directivos.
- Los docentes hombres afrontan activamente mejor que las mujeres con niveles medio - alto y pasivamente con un nivel medio el síndrome de Burnout, por

lo que se determina de los instrumentos aplicados en la muestra analizada el afrontamiento que practican los docentes de ambos géneros están por debajo de los niveles de estrés, sin embargo al establecer el modelo de afrontamiento frente a los niveles de Burnout tenemos que en la regresión lineal el afrontamiento pasivo es constante y varía proporcionalmente el afrontamiento activo que se presenta en la ecuación siguiente:

Disminución de los Nivel de Burnout =  $1.514 + 0.195$  Afrontamiento activo

- Al utilizar terapias alternativas se determina que el modelo establece que los niveles de Burnout disminuyen inversamente con la aplicación de las terapias alternativas donde tenemos:

Disminución de Nivel del Síndrome de Burnout =  $2.012 - 0.26$  Terapias alternativas

**Palabras Claves:** Síndrome de Burnout, Afrontamiento activo, afrontamiento pasivo

## Summary

Burnout Syndrome also known as "chronic job stress syndrome", "burnout syndrome", "burnout" is a state of physical and emotional exhaustion resulting from working conditions or professional burden and coping is Cognitive behavioral response that is implemented to reduce or eliminate psychological distress or stressful conditions. Fleishman (1984).

**Objective:** To identify coping strategies that are using the teachers of the Faculty of Engineering of the National University of Chimborazo against levels of burnout syndrome.

**Methodology:** The research is basic, explanatory, descriptive and correlational, as they support the theoretical context for determining the relationship between stress and burnout syndrome with coping strategies of teachers of the Faculty of Engineering of the National University Chimborazo, the sample population consisted of 52 men and women teachers. The technique used was the survey. The instrument: Test for measuring burnout syndrome (Maslach Burnout Inventory - Educator Surney MBI- ES); applied to teachers consists of 22 items, for coping COPE test is used consists of 28 Likert-type items.

**Main Results:** In women teachers: 0% is low active coping compared to 14.28% of low Burnout; 95.23% is the average active coping opposed to 76.19% with average levels of burnout; 4.76% actively confronted with 9.52% high Burnout faces.

In the male teachers: 0% is low active coping compared with 9.67% low Burnout; 67.74% is the average active coping opposed to 83.87% with average levels of burnout; the 47.61% actively confronted with 6.45% high Burnout faces.

In women teachers: 0% is low compared passive coping with low Burnout 14.28%;

100% have passive coping means opposed to 76.19% with average levels of burnout; 0% passively facing confronted with 9.52% high Burnout.

In the male teachers 0% is low compared passive coping with low Burnout 9.67%; 100% have passive coping means opposed to 83.87% with average levels of burnout; 0% passively facing confronted with 6.45% high Burnout.

### **Conclusions:**

- Research shows that the questionnaire used MBI COPE and is considered a valid and reliable instrument established by Cronbach's alpha, for use in the analysis and study of teachers to determine the coping vs. Burnout levels.
- When analyzing the dimensions of burnout syndrome teachers of the Faculty of Engineering of the National University of Chimborazo we have that emotional exhaustion is low; in depersonalization and low personal accomplishment average percentages, however to perform linear regression equation set model of chronic stress are: Burnout level =  $0.711 + 0.011 + 0.028$  Emotional Exhaustion Depersonalization +  $0.030$  Personal fulfillment Indicating the direct proportionality of the variables for the increase of Burnout.
- Burnout levels of teachers of Engineering of the National University of Chimborazo is medium with few cases of chronic stress present in teachers with managerial positions.
- Teachers men face actively better than women at average levels - high and passively with an average burnout syndrome, which is determined by the instruments used in the sample coping practicing teachers of both genders are by below the levels of stress, however to establish the model of coping against Burnout levels we have in the linear regression passive coping is constant and active coping varies proportionally presented in the following equation:

Decreased level Burnout =  $1.514 + 0.195$  active coping

- When using alternative therapies is determined that the model states that Burnout levels decrease inversely with the application of alternative therapies, which are:

Level decrease Burnout Syndrome = 2012 to 0.26 Alternative Therapies

**Keywords:** Burnout Syndrome, Coping active, passive coping