

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO SUDAMERICANO



CARRERA TÉCNICO SUPERIOR DE ENFERMERÍA

**EVALUAR EL DESGASTE PROFESIONAL DEL PERSONAL DE SALUD DEL
CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL "MANUEL YGNACIO MONTERO",
MEDIANTE LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO DE MASLACH BURNOUT
INVENTORY (MBI), PARA LA ELABORACIÓN DE UNA GUÍA DE RELAJACIÓN,
PERIODO OCTUBRE 2022- FEBRERO 2023
INFORME DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN
DEL TÍTULO DE TÉCNICO SUPERIOR EN ENFERMERÍA**

AUTORA:

ORTIZ ORTIZ BETTY ESPERANZA

DIRECTOR:

Lic. CÓRDOVA ORTIZ PAULA GABRIELA

LOJA, ABRIL 2023

Certificado

Lic. Paula Gabriela Córdova Ortiz

DIRECTOR DE INVESTIGACIÓN

CERTIFICA:

Que ha supervisado el presente proyecto de investigación titulado: **“EVALUAR EL DESGASTE PROFESIONAL DEL PERSONAL DE SALUD DEL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL "MANUEL YGNACIO MONTERO”, MEDIANTE LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO DE MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI), PARA LA ELABORACIÓN DE UNA GUÍA DE RELAJACIÓN, PERIODO OCTUBRE 2022-FEBRERO 2023”** el mismo que cumple lo establecido por el Instituto Superior Tecnológico Sudamericano; por consiguiente, autorizo su presentación ante el tribunal respectivo.

Loja 10 de abril del 2023



Firmado electrónicamente por:
**PAULA GABRIELA
CORDOVA ORTIZ**

F

Lic. Paula Gabriela Córdova Ortiz

C.I. 1150060877

Declaración Juramentada



Loja, 10 de abril del 2023

Nombres: Betty Esperanza Ortiz Ortiz

Cedula de identidad: 1150438651

Carrera: Técnico en Enfermería

Semestre de ejecución del proceso de titulación: octubre 2022, febrero 2023

Tema de tema de investigación de fin de carrera con fines de titulación:

“EVALUAR EL DESGASTE PROFESIONAL DEL PERSONAL DE SALUD DEL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL “MANUEL YGNACIO MONTERO”, MEDIANTE LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO DE MASLACH BURNOUT, INVENTORY (MBI), PARA LA ELABORACIÓN DE UNA GUÍA DE RELAJACIÓN, EN EL PERIODO OCTUBRE 2022-FEBRERO 2023”

En calidad de estudiante del Instituto Tecnológico Superior Sudamericano de la ciudad de Loja;

Declaro bajo juramento que:

1. Soy autor del trabajo intelectual y de investigación del proyecto de fin de carrera.

2. El trabajo de investigación de fin de carrera no ha sido plagiado ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.
3. El trabajo de investigación de fin de carrera presentada no atenta contra derechos de terceros.
4. El trabajo de investigación de fin de carrera no ha sido publicado ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
5. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falsificados, ni duplicados, ni copiados. Las imágenes, tablas, gráficas, fotografías y demás son de mi autoría; y en el caso contrario aparecen con las correspondientes citas o fuentes.

Por lo expuesto; mediante la presente asumo frente al INSTITUTO cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del trabajo de investigación de fin de carrera.

En consecuencia, me hago responsable frente al INSTITUTO y frente a terceros, de cualquier daño que pudiera ocasionar al INSTITUTO o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causa en el trabajo de investigación de fin de carrera presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello.

Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para EL INSTITUTO en favor de terceros por motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido del trabajo de investigación de fin de carrera.

De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo de investigación haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente dispuesta por la LOES y sus respectivos

reglamentos y del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de la ciudad de Loja.



Betty Esperanza Ortiz Ortiz

1150438651

Dedicatoria

Le dedico y agradezco infinitamente a Dios, por permitirme seguir adelante, a mi Sra. Madre Clara Esperanza Ortiz Vargas, y a mi Sr. Padre José Teodoro Ortiz Cumbicos por siempre creer en mí y nunca dejarme sola, a mis hermanos por ser mi motor para seguir adelante y superarme cada día más, a mis sobrinos que son mi motivación para ser una gran profesional, ya que ellos me inspiran cada día, a mis abuelitas/os por darme sabiduría con sus consejos.

“la perfección es una pulida colección de errores.”

Mario Benedetti.

Agradecimiento

Agradecimiento a Dios por estar presente en todo momento por brindarme la oportunidad de seguir superándome profesionalmente.

A mis Padres: quienes desde primer momento supieron brindarme su apoyo incondicional, inculcándome valores los mismo que me han impulsado a seguir adelante para alcanzar mis sueños, hoy hecho realidad, de la misma manera agradezco a las familias Balbuca Rojas, Rojas Muñoz quienes han contribuido en este resultado después de un largo camino recorrido, y como no a mi amigo Eduardo Balbuca quien estovo conmigo brindándome su apoyo siempre gracias.

Al “**Instituto Superior Tecnológico Sudamericano**” por abrirme las puertas y formar profesionales de excelencia

A la carrera de **Administración Financiera** y a todos mis **docentes** quienes formaron parte y han sido los guías de conocimiento y experiencia.

A mi tutora de Proyecto la **Lic. Paula Gabriela Córdova Ortiz** por su asesoría estímulo para seguir creciendo intelectualmente como persona.

Acta de cesión de derechos

ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN DE FIN DE CARRERA

Conste por el presente documento la Cesión de los Derechos de proyecto de investigación de fin de carrera, de conformidad con las siguientes cláusulas:

PRIMERA. - Por sus propios derechos; la Lic. Paula Gabriela Córdova Ortiz, en calidad de director del proyecto de investigación de fin de carrera; y, Betty Esperanza Ortiz Ortiz, en calidad de autora del proyecto de investigación de fin de carrera; mayores de edad emiten la presente acta de cesión de derechos.

SEGUNDA. – Betty Esperanza Ortiz Ortiz, realizó la Investigación titulada “EVALUAR EL DESGASTE PROFECIONAL DEL PERSONAL DE SALUD DEL CENTRO QUIRURGUICO DEL HOSPITAL “MANUEL YGNACIO MONTERO”, MEDIANTE LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO DE MASLACH BURNOUT, INVENTORY (MBI), PARA LA ELABORACIÓN DE UNA GUÍA DE RELAJACIÓN, EN EL PERIODO OCTUBRE 2022-FEBRERO 2023”; para optar por el título de Técnico Superior en Enfermería, en el Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de Loja, bajo la dirección de la Lic. Paula Gabriela Córdova Ortiz.

TERCERA. - Es política del Instituto que los proyectos de investigación de fin de carrera se apliquen y materialicen en beneficio de la comunidad.

CUARTA.- Los comparecientes Lic. Paula Gabriela Córdova Ortiz, en calidad de Director del proyecto de investigación de fin de carrera y Betty Esperanza Ortiz Ortiz como autora, por medio del presente instrumento, tienen a bien ceder en forma gratuita sus derechos de proyecto de investigación de fin de carrera titulado “Diseño de una Guía con técnicas de relajación que pueden aplicarse en la jornada laboral a favor del Instituto Superior Tecnológico

Sudamericano de Loja; y, conceden autorización para que el Instituto pueda utilizar esta investigación en su beneficio y/o de la comunidad, sin reserva alguna.

QUINTA. - Aceptación. - Las partes declaran que aceptan expresamente todo lo estipulado en la presente cesión de derechos.

Para constancia suscriben la presente cesión de derechos, en la ciudad de Loja, el 10 mes de abril del año 2023.



Firmado electrónicamente por:
**PAULA GABRIELA
CORDOVA ORTIZ**

Lic. Paula Gabriela Córdova Ortiz

Directora

CI: 1150060877



Betty Esperanza Ortiz Ortiz

Autor o Autora

CI: 1150438651

Índice de contenido

Certificado	I
Declaración Juramentada.....	II
Dedicatoria.....	V
Agradecimiento.....	VI
Acta de cesión de derechos.....	VII
Índice de contenido	IX
Índice de figuras.....	XI
Índice de tablas	XII
1. Resumen	1
2. Abstract	2
3. Problema.....	3
4. Tema.....	5
5. Justificación.....	6
6. Objetivos.....	7
6.1. Objetivo General.....	7
6.2. Objetivo específico	7
7. Marco teórico.....	8
7.1. Marco Institucional	8
7.1.1. Reseña histórica	8
7.1.2. Misión	8
7.1.3. Visión	8
7.2. Marco Conceptual.....	9
7.2.1. Síndrome de Burnout	9
7.2.2. Características Síndrome de Burnout.....	10
7.2.3. Factores de Riesgo	11
7.2.4. Niveles del Síndrome de Burnout.....	11
7.2.5. Fuentes Externas	11
7.2.6. Fuentes Internas	12
7.2.7. Manifestaciones del Síndrome de Burnout	13
7.2.8. Variables Relacionadas con el Síndrome de Burnout.....	13
7.2.9. Recomendaciones	14
7.2.10. Medidas Preventivas	15
8. Diseño Metodológico	16
8.1. Métodos de investigación.....	16

8.1.1.	Fenomenológico: Aproxima, observa y Describe.....	16
8.1.2.	Método Hermenéutico. Comprende, Integra y Redacta.....	17
8.1.3.	Método Practico Proyectual: Elije, Describe y Defiende.....	17
8.2.	Métodos de investigación.....	18
8.2.1.	Escala Maslach Burnout Inventory (MBI).....	18
8.2.2.	Entrevista.....	18
8.3.	Determinación del universo y de la muestra para el estudio.....	19
8.3.1.	Universo.....	19
8.3.2.	Muestra.....	19
8.4.	Análisis de resultados.....	20
8.4.1.	Test de Burnout.....	20
8.4.2.	Resultados de la entrevista.....	21
9.	Propuesta de acción.....	25
9.1.	Introducción.....	25
9.1.1.	Plan de acción.....	25
9.2.	Título de la guía.....	25
9.3.	Beneficio de la guía.....	25
9.4.	Análisis interno.....	26
9.5.	Análisis externo.....	26
9.6.	Estructura del guía.....	26
9.7.	Cronograma de la guía.....	28
9.8.	Presupuesto de la Guía.....	29
10.	Conclusiones.....	30
11.	Recomendaciones.....	31
12.	Bibliografía.....	31
13.	Anexos.....	33
13.1.	Anexo 1: Cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI).....	34
13.2.	Anexo 2: Modelo de entrevista.....	37
13.3.	Anexo 3: Certificado de aprobación del proyecto.....	38
13.4.	Anexo 4: Certificación de aprobación del proyecto.....	39
13.5.	Anexo 5: Certificación de socialización de resultados.....	41
13.6.	Anexo 6: Certificación de resultados.....	42
13.7.	Anexo 7: Cronograma.....	43
13.8.	Anexo 8: Presupuesto.....	44
13.9.	Anexo 9: Evidencias fotográficas.....	45
13.10.	Anexo 10: Certificado de Abstract.....	48

Índice de figuras

Figura 1 Escala de Burnout	20
Figura 2 Entrevista al personal	45
Figura 3 Entrega de Guía.....	46
Figura 4 Socialización de la guía	47

Índice de tablas

Tabla 1 Frecuencias de aparición entre hombres y mujeres, en las variables del Test de Burnout	20
Tabla 2 Cronograma de actividades	28
Tabla 3 Gastos de la Guía	29
Tabla 4 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	43
TABLA 5 PRESUPUESTO DEL PROYECTO	44

1. Resumen

El síndrome de burnout es el estado emocional que acompaña a una serie de sobre carga de estrés y que eventualmente impacta una desmotivación interna, Este estudio analizó y evalúa el desgaste profesional del personal de salud de centro quirúrgico del Hospital “Manuel Ygnacio Montero” de la ciudad de Loja.

Se realizo un estudio de tipo transversal donde el universo fue de 50 trabajadores de la salud en la cual se tomó una muestra del 100% del universo en donde se aplicaron diversas técnicas como es el cuestionario de Maslach Burnout Inventory, el mismo que ayudó a medir el desgaste profesional, e intensidad se presenta este Síndrome, y la entrevista que se les realizo al personal de salud del centro quirúrgico del hospital, en donde obtuvo información más profunda a cerca del conocimiento de este Síndrome.

Métodos que contribuyeron a una mejor percepción del problema, principalmente utilizando el método fenomenológico que permitió obtener información primaria, el método hermenéutico facilito a la obtención de fundamentos teóricos muy importantes y el práctico proyectual es la propuesta de acción, donde se desarrollara una guía con técnicas de relajación que puedan ser aplicadas durante la jornada de trabajo.

De acuerdo a los resultados obtenidos en esta investigación podemos determinar que el nivel de padecimiento de este Síndrome de Burnout es muy alto en el personal de salud, debido a las largas jornadas de trabajo que realizan, es por ello que emos optado por la elaboración de una guía donde se encontraran técnicas de relajación las mismas que podrán aplicarse durante su jornada laboral, con la finalidad de ayudar a mejorar su ambiente de trabajo así mismo puedan brindar un mejor servicio y una buena atención a los pacientes.

2. Abstract

Burnout Syndrome is the emotional state accompanying a series of stress overloads, eventually impacting internal discouragement. This study analyzed and evaluated the professional burnout of the healthcare personnel in the surgical center of the Hospital "Manuel Ygnacio Montero" in the city of Loja.

A cross-sectional study was carried out where the target population was 50 health workers, in which a sample of 100% of the total population was selected and in which various techniques were applied, such as the Maslach Burnout Inventory questionnaire, which helped to measure professional burnout and the intensity of this syndrome, and the interview conducted to the health personnel of the surgical center of the hospital, where more detailed information was obtained about the knowledge of this syndrome.

Methods that contributed to a better perception of the problem, mainly using the phenomenological method that allowed obtaining preliminary information, the hermeneutic method facilitated the acquisition of essential theoretical foundations, and the practical project is the action proposal, where a guide with relaxation techniques that can be applied during the working day will be developed.

According to the results obtained in this research, it can be determined that the level of Burnout Syndrome is very high in health personnel due to the long working hours they perform. For this reason, it has been decided to develop a guide where the health staff will find relaxation techniques that can be applied during their workday, to help to improve their work environment and provide better service and good care to patients.

3. Problema

El síndrome de burnout es el estado emocional que acompaña a una serie de sobre carga de estrés y que eventualmente impacta una desmotivación interna, actividades en la conducta, es un fenómeno que tiende a agravarse con el tiempo y se lo describe como agotamiento emocional, disconfort somático, pérdida de motivación, sensación de fracaso, sumado a esto la preocupación de demandas legales por mala práctica, lo que provoca que profesionales experimenten un secuestro de sus capacidades físicas, psicológicas que los debilita y transforma en seres vulnerables especialmente cuando deben afrontarse al mismo.

[En una investigación realizada en España y América Latina se obtuvo como resultado que la prevalencia del burnout en el personal de salud fue: del 14,9% en España, del 14,4% en Argentina, del 7,9% en Uruguay, del 4,2% en México, del 4% en Ecuador, del 4,3% en Perú, del 5,9% en Colombia, del 4,5% en Guatemala y del 2,5% en El Salvador³. Mientras que en México un estudio constató que «hay desgaste profesional y deterioro en la calidad de vida de los residentes desde el inicio de sus estudios, manteniéndose durante el primer año». (Linares Parra & Guedez Salas, 2021)

Anteriormente se evidenció que la prevalencia del síndrome de burnout y factores de estrés que existe en las enfermeras de cuidados intensivos es del 10-30% en dos hospitales de salud III-2 de la ciudad de Lima metropolitana, y en Perú afectó al 11% de las enfermeras, con un gran impacto en la salud física y mental donde se identificó que el 60% de las enfermeras tenían estresores moderados y el 22% tenían estresores altos, en cuanto al síndrome de burnout, el 7% estaba quemado y el 84% tenía tendencia a desarrollar este trastorno. (Menor, Díaz, Fernández, 2017)

En una investigación en Ecuador se identificó la prevalencia del Síndrome de Burnout, especialmente en los componentes de despersonalización con un 95% y agotamiento emocional el 47%, destacando un menor porcentaje de satisfacción personal un 11%. El 9%

de 3 regiones se afectó simultáneamente, por lo que el 42% de 2 regiones indicaron que el Síndrome de Burnout era más severo, no encontraron ninguna relación con el género, pero sí más frecuente con menores de edad existiendo un mayor número de pacientes. (Torres, y otros, 2021)

En estudios realizados a nivel local muestran la importancia de comprender el síndrome de burnout, donde se recopiló información en establecimientos de salud públicos y privados, de la ciudad de Cariamanga, Catamayo y la provincia de Macará. Encontraron que los médicos reportaron agotamiento emocional con un 20,7%, despersonalización el 3,4% y baja satisfacción personal con un 62,1%, así mismo las enfermeras reportaron el 16,7% de agotamiento emocional, 0% despersonalización y 100% baja satisfacción personal. Con los resultados obtenidos se documentó un precedente sobre la importancia de desarrollar e implementar programas de prevención para evitar el trastorno en estas instituciones de salud. (Vivanco, Sánchez, Maldonado, & Ortega, 2018)

4. Tema

Evaluar el desgaste profesional del personal de salud del centro quirúrgico del Hospital "Manuel Ygnacio Montero ", mediante la aplicación del cuestionario de Maslach burnout inventory (MBI), para la elaboración de una guía de relajación, periodo octubre 2022-febrero 2023.

5. Justificación

La excepcional altura alcanzada por el estrés en los trabajadores hospitalarios y en su personal de salud es sobre todo el resultado de la combinación de una labor de intensa responsabilidad, disponibilidad y entrega continuamente abierta a las necesidades de los enfermos. El ambiente hospitalario y la salud mental se ven influenciadas por diferentes factores, como los horarios de trabajo, enfermos graves, enfermos que se enfrentan a la muerte; la insatisfacción de los servicios de salud recibidos, estos factores actúan sobre el individuo y grupo de trabajo provocando así malestares que se pueden manifestar de diferentes maneras lo que genera un déficit en la calidad de atención y un estado de agotamiento por el estrés.

La presente investigación optado por la línea 3 que hace referencia al Desarrollo Humano, seguridad industrial y salud ocupacional con la sub línea Enfermedades prevenibles y estrés laboral, queremos evaluar cuales son los factores que repercuten sobre el Síndrome de Burnout mediante la aplicación del cuestionario de Maslach que nos permitan generar propuestas de apoyo social, y a esto sumarle guías de relajamiento las mismas que ayudaran al profesional en su rendimiento dentro de las entidades de salud ya sea públicas y privadas.

Este proyecto de investigación es un requisito fundamental para obtención del título profesional de Técnico Superior en enfermería, del ISTS quien tiene como finalidad formar profesionales de calidad, para que puedan brindar un buen servicio al bienestar de la sociedad poniendo en práctica todos sus conocimientos obtenidos durante el tiempo de formación.

El Síndrome de Burnout puede repercutir en nuestra vida económicamente siendo un trastorno que mayormente se presenta en el personal de salud, ya que está diariamente expuestos al agotamiento físico, mental y psicológico con una sobrecarga de trabajo, lo cual no les permiten rendir a su totalidad.

6. Objetivos

6.1. Objetivo General

Evaluar el desgaste profesional del personal de salud del Centro Quirúrgico del Hospital "Manuel Ygnacio Montero", mediante la aplicación del Cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI), para la elaboración de una guía de relajación, periodo octubre 2022-febrero 2023.

6.2. Objetivo específico

- Evaluar la prevalencia del Síndrome de Burnout o “trabajador quemado”, mediante un cuestionario de Maslach, en el Hospital “Manuel Ygnacio Montero” para el análisis de la frecuencia e intensidad del Síndrome de Burnout.
- Recopilar información de fuentes bibliográficas confiables referente al Síndrome de Burnout, a través de artículos, revistas científicas para que esta investigación tenga respaldo y validez científica.
- Elaborar una guía con técnicas de relajación que pueda aplicarse durante la jornada de trabajo en la personal salud del Hospital “Manuel Ygnacio Montero”, en el área quirúrgica para que disminuya el estrés laboral y mejore su calidad de vida.

7. Marco teórico

7.1. Marco Institucional

7.1.1. *Reseña histórica*

El Hospital Manuel Ygnacio Monteros del Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS) en Loja tiene más de 30 años desde que abrió sus puertas por primera vez. Sin embargo, la edificación data de más de 60 años. La alta demanda de afiliados amerita un cambio de la infraestructura. Varios proyectos se presentaron sin ninguna respuesta.

La casa de salud está por cumplir 32 años desde su inauguración en 1989, pero la construcción es una de las más antiguas. Cosme Zaruma Torres, exdirector de la casa de salud y quien presta sus servicios por más de 20 años, indica que el edificio está colapsado; es imperiosa la necesidad no solo de una ampliación, sino un nuevo hospital que cumpla las necesidades que exige la Organización Panamericana de la Salud. (Crónica, 2021)

7.1.2. *Misión*

“Es unidad de referencia subregional o provincial que atiende a usuarios con equipos de trabajo multidisciplinario, formada científica, ética y humanísticamente encirugía clínica, cuidado materno infantil, medicina crítica y Auxiliares”

(SÁNCHEZ,2021).

7.1.3. *Visión*

“Presta servicios de salud integral a los usuarios, respetando su identidad, educación y cultura como personal capacitado, comunicación interactiva, con participación entre usuarios internos y externos que contribuye al mejoramiento de las condiciones de vida” (SÁNCHEZ, 2021).

7.2. Marco Conceptual

7.2.1. *Síndrome de Burnout*

Actualmente, la definición más aceptada del Síndrome de Burnout es la que fue realizada por Maslach y Jackson describiéndolo como Síndrome tridimensional en el que el trabajador presenta cansancio emocional, despersonalización tratamiento o cínico y actitud negativa hacia los clientes, y una baja realización personal. Este síndrome se presenta generalmente en personas en quienes trabajos tienen mucha interacción social.

Se expresa generalmente en personas cuyas labores implican mucha interacción social, de allí que los trabajadores con jornadas laborales extensas sean más probables acometer equivocaciones en tareas repetitivas, rutinarias y en aquellas que requieren atención sostenida. (Salas, 2021)

El "Burnout" es la consecuencia de una situación de trabajo en la cual la persona tiene la sensación de que está golpeando la cabeza contra la pared "día tras día", ya pesar de su interés y entrega por mejorar la vida de aquellos con quienes se relaciona (los pacientes), con frecuencia ve el fracaso y la miseria en el entrenamiento cotidiano con el sufrimiento, la pobreza, la crueldad, el peligro, el dolor, la muerte, lo mismo que a la preocupación por el aumento de demandas legales por mala práctica.

Todo lo anterior hiere profundamente la sensibilidad y muchos profesionales en salud terminan por crear una barrera, una especie de anestesia contra las penas de los demás. Por otro lado, la sociedad ve la salud como un derecho de todos y, en esa medida, los profesionales deben estar disponibles para atender todas las necesidades que surjan como consecuencia de la enfermedad. Se debe aquí resaltar que los profesionales experimentan su secuestro de capacidades físicas y psicológicas que los debilitan y

transforman en seres vulnerables, especialmente cuando deben enfrentarse a situaciones difíciles (Matamoros,2018)

7.2.2. Características Síndrome de Burnout

7.2.2.1. Agotamiento emocional

El profesional comienza a manifestar respuestas emocionales (actitudes, sentimientos, pensamientos, otras) inadecuadas que pueden volverse crónicas, ya que la energía de los mecanismos de ajuste y adaptación y de los recursos internos se ha debilitado.

Generalmente los profesionales deben manejar un estrés que es normal en el área de salud y la forma cómo se sobreponen a dicho estrés, es haciéndose de una armadura de despreocupación, la cual puede llegar a ser tan fuerte que no le permita involucrarse afectivamente con las personas a las que ayuda ["Nada sale ni nada entra"] ["Pero yo no era así"]. (Matamoros, 2018)

7.2.2.2. Despersonalización

Los profesionales van lentamente desarrollando una imagen pobre de las personas que tratan de ayudar, las tratan mal y las hacen sentir que caen mal. En este sentido "las reglas del juego las pongo yo, yo mando y si usted no hace lo que yo digo no lo atiendo", y por lo general echan la culpa a los que vienen a pedir ayuda (los pacientes). (Matamoros, 2018)

7.2.2.3. Realización Personal de Talento

De nada les sirve a los profesionales preguntarse si son ellos o los otros los culpables. No se puede personalizar el Síndrome, porque sería como dejar por fuera todos los demás elementos del ambiente. Muchas veces, las actitudes de defensa, no permiten hacer conciencia de las situaciones emocionales que les están ocurriendo a los trabajadores. Con frecuencia se evade el enfrentamiento y surge el choteo o la broma,

la forma indirecta de comunicación, lo cual resulta en una descalificación y agresión a las personas. (Matamoros,2018)

7.2.3. *Factores de Riesgo*

Por otro lado, hay varios factores asociados con la prevalencia del síndrome de burnout, uno de los principales factores de riesgo psicosocial es relacionados al clima organizacional negativo, salarios bajos, acoso e insatisfacción con el trabajo, esto genera un estrés laboral y se convierte en un hábito, provoca síntomas de Síndrome de Burnout; del mismo modo Factores personales como la falta de experiencia relevante con relación a la edad, estado civil, género, etc. (Oliva Vásquez & Rodriguez Silva, 2022)

7.2.4. *Niveles del Síndrome de Burnout*

- **Leve:** Quejas vagas, cansancio, dificultad para levantarse a la mañana.
- **Moderado:** Cinismo, aislamiento, suspicacia, negativismo.
- **Grave:** Enlentecimiento, automedicación con psicofármacos, ausentismo, aversión, abuso de alcohol o drogas.
- **Extremo:** aislamiento muy marcado, colapso, cuadros psiquiátricos, suicidios.

Con relación a las características anteriores se dice lo siguiente:

Las mujeres presentando con mayor incidencia el agotamiento emocional; los hombres presentando con mayor incidencia la despersonalización; la gente joven es la más propensa a presentar el síndrome, al igual que las personas solteras o los casados que no tienen familia. (Matamoros, 2018)

7.2.5. *Fuentes Externas*

1. Prácticas burocráticas.

2. Ambiente laboral inadecuado.
3. Sistemas de trabajo inadecuados o vagamente definidos: exceso de horas de trabajo, decarga de trabajo y rutinas repetitivas.
4. Pobres supervisiones.
5. Malas condiciones laborales.
6. Jefaturas disfuncionales.
7. Imposición de responsabilidades sin la correspondiente autoridad.
8. Demandas laborales.
9. Pacientes difíciles y de poca respuesta.
10. Conflictos entre empleados.
11. Insubordinación.
12. Descripciones ambiguas de roles y actitudes impersonales.
13. Falta de reconocimiento al esfuerzo ya los logros obtenidos, ausencia de estímulos.

7.2.6. Fuentes Internas

1. Tienen que ver con la autoestima profesional e hijos personales:
2. La percepción individual y la respuesta al trabajo y al estrés.
3. La necesidad de dar un rendimiento sobresaliente, propio de algunas personas.
4. La incapacidad de ser suficientemente eficiente en algunas cosas.
5. Una pobre autoimagen.

6. Expectativas inconsecuentes.
7. Atributos de personalidad que provocan tensión en la relación con colegas, parientes, amigos y pacientes.
8. Problemas familiares.
9. Aspiraciones insatisfechas, profesionales o de otro tipo.
10. Desilusiones y sentimientos de que no se están logrando los objetivos personales en cuanto al desarrollo de las capacidades propias y de la autonomía.

7.2.7. Manifestaciones del Síndrome de Burnout

Las manifestaciones son signos que varían entre diferentes individuos, sin embargo, es posible encontrar elementos comunes:

Inconformidad en el trabajo, Actitudes negativas hacia el trabajo, pérdida de interés y preocupación por el paciente, uso de etiquetas para fotografiar a los pacientes o usuarios, abuso verbal ya veces físico del paciente, desilusión o frustración, Indiferencia, Interacción despersonalizada e irrespetuosa y un esfuerzo mínimo para llevar adelante el tratamiento, Ausentismo o incapacidades frecuentes, aumento de las quejas somáticas, Socializar excesivamente con el personal descuidando la atención directa, Concentrarse en una parte del trabajo (administrativo) y descuidar otras, Alteración de las relaciones interpersonales con compañeros, Deseo cambiar de trabajo o de profesión, Irritabilidad, hostilidad, inestabilidad emocional, miedos y fobias, problemas de aprendizaje, olvidos, torpeza. (Matamoros, 2018)

7.2.8. Variables Relacionadas con el Síndrome de Burnout

1. La incidencia es mayor en mujeres, solteras y menores de 20 años, grupo de menor estatus y menor salario.

2. Más frecuentemente en individuos que exhiben gran dedicación y esfuerzo por alcanzar metas y satisfacer demandas laborales.
3. El agotamiento es mayor cuanto más rígidos sean los valores del individuo y más serias sus intenciones de satisfacer las demandas. Como consecuencia se pierden los empleados más productivos y dedicados, sea por distanciamiento psicológico o por separación física del trabajo.
4. Los profesionales en salud, representan una población en riesgo para algunas enfermedades mentales y abuso de sustancias.
5. De los profesionales en salud, son los médicos en general que con mayor frecuencia evitan y se resisten al tratamiento.

7.2.9. Recomendaciones

- Identificar el fenómeno ya que el síndrome es contagioso y se debe evitar su diseminación.
- Ubicar y resolver las fuentes de tensión.
- Las instituciones podrían preocuparse por reconocer la participación de los profesionales en la consecución de sus objetivos, clasificarlos y minimizar la participación burocrática en las actividades técnicas.
- Las supervisiones cumplieron tener multas de desarrollo y no de control.
- Las condiciones de trabajo deber ser razonables y fundamentarse en foros que promuevan apoyo mutuo.
- La designación de funciones debe ser rotativa para enriquecer la experiencia del profesional.
- Se deben diseñar los programas teniendo en cuenta la satisfacción de las necesidades psicológicas de los profesionales.

7.2.10. Medidas Preventivas

- Disminución o reducción del estrés y por lo tanto del burnout.
- Acortar o limitar las horas de trabajo.
- Permitir más oportunidades para el descanso y aumentar su frecuencia.
- Disminuir de la mejor manera el trabajo con los pacientes.
- Reuniones del personal podrían reorientarse en torno a los objetivos diferentes dando cabida a la discusión de los problemas que cada trabajador experimenta como resultado de su labor en la salud.
- Realizar talleres cuyos objetivos serían preparar a los participantes para identificar sus problemas y enseñarles a lidiar con ellos.
- Problemas organizacionales, personales, ambientales, por lo tanto, se deben buscar acciones específicas para la solución de los mismos.
- Los profesionales deben mantener sus tensiones separadas de su vida personal y familiar, e incluir actividades recreativas, relajantes u gratificantes, no relacionadas con el trabajo.
- Crear programas educativos, de información, consulta y consejo.
- Crear comités capacitados para recibir, evaluar y atender referencias, así como promover tratamientos.
- Aprovechar toda actividad interdisciplinaria (social o profesional) para enriquecerse en contacto con otras profesiones, para su beneficio personal/social.
- Revisar su accionar propio manejando de ser congruente entre lo que se enseña y la conducta propia. En este sentido, los profesionales de la salud deben trabajar de manera más inteligente, planeando y solicitar prioritariamente; fijarse metas realistas; aprender a hacer las cosas y estar consciente de que "no todo lo tengo que hacer yo"; los demás deben ser tan importantes como yo; convertir el ambiente de trabajo en algo agradable, de confianza y fraternidad; no interpretar las experiencias y vivencias a nivel personal; aprender a conocerse a uno mismo y reconocer en una las necesidades físicas, espirituales y sociológicas. (Matamoros, 2018)

8. Diseño Metodológico

En la presente investigación nos basa en la búsqueda de información, e interpretación y comprensión dirigida hacia la realidad humana, social para un beneficio útil, que pueda disminuir la obtención de este Síndrome de Burnout en el personal de la salud público y privado, teniendo en cuenta los fundamentos teóricos, que permitan sustentar de manera la asertiva dicha investigación. De acuerdo a los objetivos propuestos, trabajaremos con los siguientes métodos

8.1. Métodos de investigación

8.1.1. *Fenomenológico: Aproxima, observa y Describe*

Se fundamenta en el estudio de las experiencias de la vida, desde la perspectiva del sujeto, descubriendo así los elementos en común de tales vivencias. Su propósito principal es explorar, descubrir y comprender las experiencias de las personas con respecto a un fenómeno. Pueden utilizarse como herramientas de recolección de la información desde la observación, hasta entrevistas personales, o grupos de enfoque con preguntas abiertas, semiestructuradas y estructuradas. (Amaya, Dávila, Hara, & Murcia, 2020) (pág. 2). Se pretende describir y entender los fenómenos desde el punto de vista de cada participante y desde la perspectiva construida colectivamente. Se basa en análisis de discursos y temas, así como en la búsqueda de sus posibles significados. El investigador contextualiza las experiencias en términos de su temporalidad, (momento en que sucedieron), espacio, (lugar en el que ocurrieron), corporalidad, (las personas que las vivieron) y el contexto relacional, (los lazos que se generaron durante las experiencias).(p. 7)

Este método es muy útil, el cual nos permitió observar, describir e identificar la esencia de este síndrome, para una interpretación coherente de esta investigación que nos

muestra como el personal de salud es afectado por Síndrome de Burnout.

8.1.2. Método Hermenéutico. Comprende, Integra y Redacta

El método hermenéutico posibilita entender los significados del objeto que se estudia a partir de una triple perspectiva: a) la del fenómeno en sí mismo; b) la de su engarce sistémico- estructural con una totalidad mayor, y c) la de su interconexión con el contexto histórico-social en el que se desenvuelve. Puede concebirse como el arte de comprensión de actos y manifestaciones humanas a partir de descifrar el contexto lingüístico y los cánones psicológicos de quien lo produce. Es el procedimiento para abordar a la realidad humana, que es por esencia interpretativa. (Villabella, 2015) (p. 944)

Este método de estudio nos ayuda a ver de manera explícita como fue el comportamiento de las personas en años pasados y como es ahora, respecto a este síndrome para esto se buscará información en fuentes bibliográficas confiables para que tenga validez este proyecto.

8.1.3. Método Practico Proyectual: Elije, Describe y Defiende

Según Bruno Munari en 1983 refiere que: “El método-proyectual para el diseñador no es algo absoluto y definitivo; es algo modificable si se encuentran otros valores objetivos que mejoren el proceso. Y este hecho depende de la creatividad del proyectista que, al aplicar el método, puede descubrir algo para mejorarlo. En consecuencia, las reglas del método no bloquean la personalidad del proyectista sino, que, al contrario, le estimulan a descubrir algo que, eventualmente, puede resultar útil también a los demás.” (Freire, 2021)

En el proyecto realizado, nos fue de mucha ayuda este método, ya que nos permitió

Examinar al personal de salud, y determinar si padecen de este síndrome para de esta manera poder brindarles información, mediante un manual con técnicas de relajación, esto ayudará al mejoramiento de su calidad de vida tanto personal como social y a su vez mejorará su eficiencia laboral.

8.2. Métodos de investigación

8.2.1. Escala Maslach Burnout Inventory (MBI)

El inventario MBI (Maslach Burnout Inventory) de Maslach y Jackson (1981) ha sido el instrumento más utilizado por la comunidad investigativa para la evaluación de Síndrome de Burnout en contextos asistenciales y ha sido validado en diferentes contextos culturales y laborales, También conocido como MBI-Human Services Survey (MBI-HSS), inicialmente fue utilizado en el ámbito de la salud y evalúa, mediante 22 ítems, en forma de afirmaciones sobre las actitudes y sentimientos de los trabajadores de la salud con respecto hacia los pacientes.

El cuestionario de Maslach se realiza en 10 a 15 minutos, que mide tres aspectos centrales que caracterizan este Síndrome: cansancio emocional, despersonalización y realización personal con respecto a las puntuaciones se consideran bajas las que están por debajo de 34, altas puntuaciones en las dos primeras sub escalas y bajas en la tercera permiten diagnosticar este Síndrome.

- Agotamiento emocional, valora la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo, esta consta de 9 preguntas (1,2,3,6,8,13,14,16,20) cuya puntuación máxima es de 54.
- Despersonalización valora el grado de que cada uno reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento, está formada de 5 ítems (5,10,11,15,22) su puntuación máxima es de 30.
- Realización personal, esta evalúa los sentimientos de auto eficiencia y realización personal en el trabajo, la componen 8 ítems (4,7,9,12,17,18,19,21). Puntuación máxima es de 48.

8.2.2. Entrevista

La entrevista es un proceso diálogo entre dos personas, un entrevistado y un entrevistador. Persigue unos objetivos concretos, que se pueden resumir en el deseo del entrevistador de obtener información del entrevistado, y una estructura que puede reducirse en algunos casos a expresiones mínimas, pero que nunca está del todo ausente. Mediante la entrevista, el investigador persigue acceder a la perspectiva del sujeto estudiado y, así, comprender sus interpretaciones, percepciones y sentimientos, así como su manera de categorizar y de explicar sus actos. (Tejero, 2021) (p. 65)

Mediante esta técnica de investigación, nos permitirá tener contacto directo con el personal de salud en donde la información que nos brinden será más específica la cual a nosotros nos ayudaría mucho, para determinar cuáles son las causas que están provocando padecer este síndrome, y conjuntamente, poder brindar la ayuda correspondiente al mismo.

8.3. Determinación del universo y de la muestra para el estudio

8.3.1. Universo

El universo para la presente investigación está conformado por 50 trabajadores del de la salud del hospital “Manuel Ygnacio Montero “en el área quirúrgica de la ciudad de Loja.

8.3.2. Muestra

La muestra que se tomó para la investigación es del 100% del universo descrito, el mismo que corresponde al 50 de trabajadores de la salud en el hospital de “Manuel Ygnacio Montero” en el área quirúrgica de la ciudad de Loja.

8.4. Análisis de resultados

8.4.1. Test de Burnout

El test que se aplicó al personal de salud del hospital “Manuel Ygnacio Montero” en el área quirúrgica se obtuvo como resultado los siguientes datos.

Tabla 1

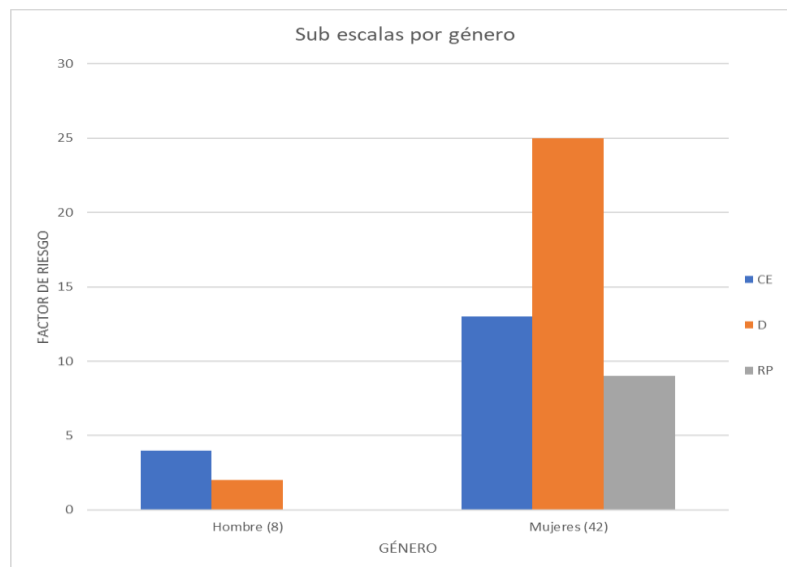
Frecuencias de aparición entre hombres y mujeres, en las variables del Test de Burnout

Género	Cansancio emocional		Despersonalización		Reparación personal	
	No	Si	No	Si	No	Si
Hombres (8)	4	4	6	2	8	0
Mujeres (42)	29	13	17	25	33	9

Nota: datos obtenidos del cuestionario de Burnout del hospital “Manuel Ygnacio Montero” en el centro quirúrgico de la ciudad de Loja Desarrollado (Ortiz 2023)

Figura 1

Diagrama de resultado del tes de Burnout



Nota: representación del porcentaje entre hombres y mujeres del Síndrome Burnout (Ortiz, 2023).

Análisis cuantitativo

En la tabla anteriormente presentada podemos observar que al haber culminado la

tabulación de los resultados podemos apreciar que en los hombres el factor que es menos representativo es la Reparación personal ya que de las 8 personas encuestadas el 100% no presenta este factor, el factor que es medianamente representativo es la despersonalización, ya que el 25% de los evaluados presenta este factor, y por último el factor más representativo es el cansancio emocional, ya que, el 50% de la población en este caso de hombres presenta dicho factor.

Por el contrario, con la población de mujeres, al tener mayor número de encuestados el porcentaje de representación de los factores va a variar significativamente a comparación de la población masculina en la población.

Análisis cualitativo

Mediante el análisis realizado en la presente investigación podemos decir que la despersonalización es uno de los factores más relevantes que presenta el personal médico del área de quirófano del hospital “Manuel Ygnacio Monteros”. Se pudo evidenciar el bajo autoestima en los entrevistados, ya que se encuentran bajo un estrés intenso en su jornada laboral y esto provoca que se evidencia de gran manera en los resultados de la investigación.

El cansancio emocional es uno de los factores que también se puede apreciar con altos índices de padecimiento, ya que al momento que se realizó la entrevista con los trabajadores, se pudo observar una disminución emocional y física, puesto que, la gran mayoría realiza turnos de 24 H de manera seguida, es decir, cada dos días realizan turnos de 24 horas, a su vez los problemas que presentan a nivel familiar es un factor fundamental para el estado emocional de los entrevistados.

8.4.2. Resultados de la entrevista

La técnica de entrevista fue aplicada a trabajadores de salud del hospital “Manuel Ygnacio Montero” en área quirúrgica de la ciudad de Loja, de los cuales obtuvimos como

resultado la siguiente información.

1. ¿Qué es el síndrome de burnout?

-1ro entrevistado: Señala que el síndrome de agotamiento laboral.

-2do entrevistado: Señala lo siguiente, no exactamente algo tiene que ver con el agotamiento del trabajo, pero no sé muy bien el nombre.

-3er entrevistado: yo creo que es cuando la persona se siente con estrés.

-4to entrevistado: Es un estado de animo donde la persona se siente muy tensa por su trabajo que ejerce diariamente.

-5to entrevistado: el síndrome de burnout es el agotamiento o cansancio excesivo.

-6to entrevistado: Es un estrés crónico, un estado de agotamiento mental

2. ¿Cómo se puede prevenir el síndrome de burnout?

-1ro entrevistado: Me imagino que se puede prevenir con jornadas de trabajo, con horarios de trabajo que sean flexibles y que no sean agotadores, con un trabajo bastante organizado sin cargar de más trabajo, para los que hacen un buen trabajo como normalmente ocurre, que a la persona que trabaja bien le aumenta el trabajo y al trabajador que no trabaja bien le disminuyen, tratando de que sea equitativo.

-2do entrevistado: Me imagino que teniendo vacaciones un poco más, menos distantes, con horarios de trabajo que sean ordenados eso me imagino.

3er entrevistado: yo creo que se podría prevenir trabajando no mas de las 8 horas diarias.

-4to entrevistado: bueno este Síndrome se puede prevenir reduciendo su trabajo de todos los días.

-5to entrevistado: puede ser con técnicas de descanso activo o de relajación.

-6to entrevistado: manteniendo una buena actividad física, evitando sobrecarga de trabajo.

3. ¿Cuál es el tratamiento que se le da a un paciente con este síndrome?

-1ro entrevistado: Bueno nosotros en el trabajo no hemos visto que hayan dado

tratamiento por el síndrome, pero me imagino apoyo psicológico, mejoramiento de horarios y de la carga laboral.

-2do entrevistado: Yo creo que debemos recomendarle que vaya al departamento de psicología o de medicina ocupacional para que ellos le ayuden si es que vemos que tenemos un compañero que esté pasando por el estrés laboral.

-3er entrevistado: bueno en si tratamiento para esto la verdad no tengo idea cual será, pero creo yo que es mantener un descanso muy placentero.

-4to entrevistado: se puede brindar apoyo psicológico a los trabajadores y realizar pausas activas creo yo.

-5to entrevistado: tal vez puede ser una meditación, y con técnicas de organización.

-6to entrevistado: puede ayudar una buena organización laboral y buen ritmo de vida.

4. ¿Cómo usted cree que se puede determinar que un trabajador padece del síndrome de burnout?

-1ro entrevistado: Mediante los test, múltiples test que hay yo pienso que debería hacerse una investigación porque lo menos cada 6 meses para ir investigando cómo va el personal con el síndrome de agotamiento laboral.

-2do entrevistado: Claro en alguna vez nos hicieron unas encuestas sobre esto y también nos dieron una charla de agotamiento laboral.

-3er entrevistado: Si yo creía que a una persona que padeciera de este síndrome sería en sus actitudes de un quemeimportismo sobre su trabajo.

-4to entrevistado: se les puede aplicar algunos tes que hay relacionados a este Síndrome, y también se puede llevar un control.

-5to entrevistado: cuando se estresa fácilmente o siempre está cansado.

-6to entrevistado: Cuando se ausenta mucho tiempo de su puesto de trabajo, todo lo irrita de los compañeros.

5. ¿Cuáles son los síntomas que se presenta en este síndrome de burnout?

-1ro entrevistado: Cansancio, Fatiga, dolor de cabeza, es un estrés cronificado,

podría también tratarse de falta de interés para realizar labores que antes nos llamaba la intención.

-2do entrevistado: No estoy tan segura, pero me imagino que debe ser el cansancio, la falta de interés para realizar los trabajos o el no querer asistir a trabajar, me parece que había otros síntomas como dolores de cabeza o sentirse enferma todo el tiempo.

-3er entrevistado: puede ser una de los síntomas que puede presentar una persona que se encuentra con este síndrome es que se enoja por todo, tiene cansancio.

-4to entrevistado: bueno según yo un síntoma que se puede presentar en una persona que padece puede ser un fuerte dolor de cabeza, falta de interés para realizar su trabajo.

-5to entrevistado: pueden ser estrés, cansancio, sueño, ganas de llorar.

-6to entrevistado: algunos de los síntomas que se pueden presentar, es la baja autoestima, comportamientos agresivos.

6. ¿Cuáles son los factores de riesgo asociados al síndrome de burnout?

-1ro entrevistado: Las enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión, enfermedades cardiacas.

-2do entrevistado: Sí que pueden afectar a las enfermedades que ya padecemos como puede ser la presión alta. El azúcar en la sangre o algunos otros problemas de salud que se puedan agravar.

-3er entrevistado: creo que un factor de riesgo puede ser que llegue a sufrir de diabetes, depresión.

-4to entrevistado: bueno un factor de riesgo puede ser el agotamiento, actitudes negativas que tenga.

-5to entrevistado: bueno creo que puede ser una mala organización, horarios de trabajo muy extensos.

-6to entrevistado: factores de riesgo puede ser la presencia de un agotamiento emocional, actitudes negativas.

7. ¿Qué factores pueden disminuir la presencia del síndrome de burnout?

-1ro entrevistado: Trabajo organizado, y prevención del mismo creo yo.

-2do entrevistado: Las pausas activas, hacer reuniones de trabajo y modificar horarios que estén sobrecargados.

-3er entrevistado: algo que puede disminuir este Síndrome puede ser mantener un estilo de vida muy equilibrado entre trabajo y descanso.

-4to entrevistado: puede ser que el trabajo este dividido equitativamente en todo el personal que se encuentre laborando.

-5to entrevistado: bueno un factor que pueda disminuir este síndrome sería una buena organización en el trabajo.

-6to entrevistado: tener una buena flexibilidad en los turnos y horarios de trabajo, promover rutinas de ejercicios.

8. Usted cree que es conveniente que se le socialice al personal de trabajo una guía acerca de actividades relajantes sobre el síndrome de burnout.

-1ro entrevistado: Si es importante que se hagan actividades relajantes para mejorar, y evitar sobre todo el síndrome de estrés crónico, que sería en síndrome de burnout que causa contos problemas y desgaste en los trabajadores de la salud.

-2do entrevistado: Si muy importante porque el trabajo con pacientes es bastante agotador, y sumado a eso los horarios del trabajo, las responsabilidades que cumplir si es importante saber acerca de esto porque puede ser que nosotros también estemos con estrés laboral o con agotamiento laboral y necesitamos ayuda.

-3er entrevistado: me parece una idea buena ya que podríamos conocer más de este Síndrome, y como deberíamos comportarnos frente a un caso como estos.

-4to entrevistado: claro que, si me parece muy bien que diera charlas como esas a instituciones como la es la nuestra, ya que sería de mucha ayuda y nos ayudaría a prevenir muchas bajas en nuestro equipo de trabajo.

-5to entrevistado: yo creo que si ya que seria de mucha ayuda para mejorar el

rendimiento en sus actividades diarias.

-6to entrevistado: si seria muy interesante la socialización de un instrumento como es la guía que menciona usted, ya que de esa manera nos permitiría estar un poco mas activos en nuestro trabajo.

Análisis general

Teniendo en cuenta las respuestas de los demás entrevistados, existe una concordancia en los resultados entre compañeros de trabajo al momento de realizarles la entrevista acerca del Síndrome de Burnout. Que, si se estresan y afecta a su desempeño laboral, por la múltiple cantidad de pacientes que atienden diariamente, así como también la falta de personal, del mismo modo las jornadas largas de trabajo por las que diariamente están expuestos.

Comentario del autor

Si los encuestados no tienen conocimiento sobre este síndrome, puede ser preocupante porque esto indica una falta de información y sensibilización sobre el tema. Es posible que esto signifique que la institución no está prestando suficiente atención a la salud mental de sus empleados y que no están tomando medidas preventivas para evitar el síndrome de burnout.

9. Propuesta de acción

9.1.

9.2. Introducción

Durante el estudio que realizo en el hospital “Manuel Ygnacio Montero “en el centro quirúrgico de la ciudad de Loja, la propuesta de acción tiene como finalidad ayudar al personal de salud a controlar, a disminuir el Síndrome de Burnout mediante una guía de técnicas de relajación que se puedan aplicar antes, durante y después de su jornada laboral. El cual mediante el análisis estadístico que reflejaron las encuestas realizadas a todo el personal de quirófano refleja un índice elevado del Síndrome de Burnout, por esta razón se procedió a realizar diferentes técnicas para mejorar el ambiente y calidad de trabajo.

9.2.1. Plan de acción

De acuerdo al análisis se permite crear una guía con técnicas de relajación que pueda aplicarse durante la jornada de trabajo en el personal del área quirúrgica para que disminuya el estrés laboral.

9.3. Título de la guía

GUÍA CON TÉCNICAS DE RELAJACIÓN QUE PUEDA APLICARSE DURANTE LA JORNADA DE TRABAJO EN EL PERSONAL DEL HOSPITAL “MANUEL YGNACIO MONTERO”, EN EL ÁREA QUIRÚRGICA PARA QUE DISMINUYA EL ESTRÉS LABORAL Y MEJORE SU CALIDAD DE VIDA 2020-2023.

9.4. Beneficio de la guía

El hospital “Manuel Ygnacio Montero” de la ciudad de Loja, en el centro quirúrgico se beneficiará con una guía de técnicas de relajación las mismas que se podrán aplicar durante la jornada laboral del personal, ya que sería un instrumento de mucha ayuda, la cual les permitirá tener un poco más de control en los momentos que ya sientan que no pueden

más con su trabajo.

9.5. Análisis interno

Al momento de realizar un análisis interno en el centro quirúrgico del hospital “Manuel Ygnacio Montero” de la ciudad de Loja, quienes de la misma manera supieron darnos su aceptación para poderles aplicar el test de Maslach a todos los trabajadores de la salud dentro de este centro quirúrgico, de la misma manera se pudo constatar que los trabajadores efectivamente si Persiste el Síndrome de Burnout en esta área.

9.6. Análisis externo

En el instante que se llevó a cabo un análisis externo a los trabajadores del hospital del centro quirúrgico, logramos corroborar que el personal de salud está muy propenso diariamente luego de su trabajo, a lidiar la carga familiar siendo ellos cabezas del hogar, también sus múltiples ocupaciones o actividades que tienen realizar luego de haber culminado su labor en el hospital lo cual esto va generando un desbalance en su estado de ánimo y esto estaría afectando a su salud mental como profesional.

9.7. Estructura del guía

Tiene como finalidad ayudar al personal médico del hospital “Manuel Ygnacio Montero”, centrándose en el centro quirúrgico para poder contrarrestar el Síndrome de Burnout mediante un guía que contiene lo siguiente:

- Objetivo
- Definiciones
- Técnicas psicofisiológicas o de Autocontrol emocional
- Observación de la respiración
- Relajación mediante es suspiro

- Golpes suaves para eliminar la tensión
- El molino
- La flexión
- Ejercicios para el entrenamiento autógeno
- Método de relajación de Jacobson.

9.8. Cronograma de la guía

Tabla 2

Cronograma de actividades

Actividades	1 de febrero del 2023	19 de febrero del 2023	1 de abril del 2023	5 de abril del 2023	10 de abril del 2023
Elaboración					
de la guía	X				
didáctica					
Primera					
revisión		X			
Segunda					
revisión			X		
Culminación					
de la guía				X	
Socialización					
de la guía					X

Nota: Cronograma de actividades (Ortiz, 2023).

9.9. Presupuesto de la Guía

Tabla 3

Gastos de la Guía

Descripción	Subtotal	Total
INGRESOS		
Aporte por el Autor: Betty Esperanza Ortiz Ortiz	22,00	
TOTAL, INGRESOS		22,00
EGRESOS		
Impresiones y reproducciones	5,00	
Empastados y anillados	10,00	
Transporte y alimentación	2,00	
Gastos imprevistos	5,00	
TOTA, EGRESOS		22,00

Nota: Detalle de gastos de Guía (Ortiz 2023).

10. Conclusiones

Se identifico el grado del Síndrome de Burnout en el personal de salud mediante es Cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI) en el hospital “Manuel Ygnacio Montero “en el centro quirúrgico de la ciudad de Loja en la cual se pudo establecer que a frecuencia e intensidad con la que el personal de salud padece de este Síndrome muy alta en esta institución.

El Síndrome Burnout es el resultado de un cumulo de emociones que están expuestos los trabajadores de la salud diariamente, este estudio se pudo validar mediante la información obtenida de sitios web, fuentes bibliográficas confiables y verídicas podemos precisar cuáles serían los motivos o factores que ayudan a que el personal de salud lo conlleve a padecer de este Síndrome.

Finalmente, se desarrollar una guía con técnicas de relajación la misma que se podrá aplicar durante su jornada de trabajo, esto como un plan estratégico de acuerdo a los resultados obtenidos del tes que se aplicó al personal de salud, esta será una herramienta muy útil, la misma permitirá mejorar su calidad de vida y brindar una atención más efectiva.

11. Recomendaciones

Se debe realizar pautas activas después de cada procedimiento que realicen para que esto libere un poco la presión que se tenga del cansancio.

Se recomienda que al personal de salud se le diera la prioridad necesaria, al momento de cuidar su salud mental con ayudas psicológicas por el mismo hecho de estar expuestos diariamente a situaciones desgastantes para ellos.

De la misma manera se recomienda al hospital “Manuel Ygnacio Moteros” les impartiera charlas sobre temas como el Síndrome de Burnout, sus manifestaciones, complicaciones y cuál sería la manera correcta de tratarlo.

12. Bibliografía

- Caballero, C., Martínez, H., & Domínguez, C. (2016). Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBISS) en contexto académico colombiano. CES Psicología, 3
- Construcción Hospital Nivel 3 del IESS con proyectos sin concreta. (2021). crónicas las noticias al día.
- Guanipa Pérez, M. (30 de marzo de 2009). Gestipolis. Obtenido de Hermenéutica de la ciencia y el método en la investigación: <https://www.gestipolis.com/hermeneutica-de-la-ciencia-y-el-metodo-en-la-investigacion/>
- Masís, J. (2022). El método fenomenológico en el debate contemporáneo. Revista de Filosofía de la Universidad de Costa Rica.
- Matamoros, L. M. (2018). El Síndrome de Burnout en el personal profesional de la salud. Medicina Legal de Costa Rica.
- Matamoros, L. M. (2018). El Síndrome del Burnout en personal profesional de la salud. Medicina Legal de Costa Rica.
- Menor Segura, M., Díaz Sotelo, R., & Fernández Henríquez, L. (2017). Factores estresores y síndrome de Burnout en enfermeras de cuidados intensivos en dos hospitales de EsSalud nivel III-2 Lima Metropolitana. CUIDADO Y SALUD: KAWSAYNINCHIS, 11.
- Salas, G. d. (2021). Síndrome de burnout enfermedad invisible entre los profesionales de la salud. National library of medicine.
- Torres Toala, F., Irigoyen Piñeiros, V., Moreno, A., Ruilova Coronel, E., Casares Tamayo, J., & Mendoza Mallea, M. (2021). Síndrome de Burnout en profesionales de la salud del Ecuador y factores asociados en tiempos de pandemia. Scielo, 11.
- Vivanco Vivanco, M., Sánchez León, C., Maldonado Rivera, R., & Nora Erique Ortega, E. (2018). Síndrome de burnout en profesionales de la salud en instituciones públicas y

privadas. Dialnet, págs. 179-194.

Donoso Sanchez, D. (2012). DESNUTRICIÓN INTRAHOSPITALARIA: ELAN – ECUADOR. HOSPITAL IESS“MANUEL YGNACIO MONTEROS” LOJA. PROVINCIA DE LOJA. 2011, pág. 10

Linares Parra, G., Guedez Salas, Y. (2021). Síndrome de Burnout enfermedad invisible entre los profesionales de la salud. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7994441/>

13. Anexos

13.1. Anexo 1: Cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI)



INSTITUTO TECNOLÓGICO
SUDAMERICANO
Hacemos gente de talento!



ENFERMERÍA
TÉCNICO SUPERIOR

CI _____

Firma _____

Señale el número que crea oportuno sobre la frecuencia con que siente los enunciados:

0 = Nunca.

1 = Pocas veces al año o menos.

2 = Una vez al mes o menos.

3 = Unas pocas veces al mes.

4 = Una vez a la semana.

5 = Unas pocas veces a la semana.

6 = Todos los días.

		CALIFICACION						
		0	1	2	3	4	5	6
1	me siento emocionalmente agotado/a por mi trabajo							
2	me siento cansado al final de la jornada de trabajo							
3	cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado.							
4	tengo facilidad para comprender como se sienten las personas que van hacerse atender.							

5	creo que estoy tratando a los pacientes como si fueran objetos impersonales							
6	Siento que trabajar todo el día con pacientes supone un gran esfuerzo y me cansa.							
7	trato con mucha efectividad los problemas de mis pacientes.							
8	siento que mi trabajo me está desgastando.							
9	creo que con mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de las personas.							
10	me he vuelto insensible con la gente desde que ejerzo la esta profesión en el ámbito de la salud.							
11	me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente.							
12	me siento con mucha energía en mi trabajo.							
13	me siento frustrado/a por mi trabajo.							
14	noto que estoy trabajando demasiado.							
15	no me preocupa realmente lo que les ocurra a algunas personas a quienes ofrezco mi servicio.							

16	trabajar directamente con personas me produce estrés.							
17	puedo crear con facilidad un clima agradable con mis pacientes.							
18	me siento motivado después de brindar atención a mis pacientes.							
19	he conseguido muchas cosas valiosas en este trabajo							
20	me siento acabado en mi trabajo, al límite de mis posibilidades.							
21	en mi trabajo trato los problemas emocionalmente con mucha calma							
22	creo que mis pacientes me culpan de algunos de sus problemas.							

13.2. Anexo 2: Modelo de entrevista



La siguiente entrevista tiene como finalidad la recopilación de datos del siguiente proyecto de titulación denominado: Evaluar el desgaste profesional del personal de salud del Centro Quirúrgico del Hospital "Manuel Ygnacio Montero" la información obtenida será con fines académicos y tratados de manera confidencial, por lo tanto, se solicita nos colabore con información veraz. Al firmar, usted da su consentimiento de forma libre y voluntaria para continuar con la presente. entrevista.

CI: _____ firma: _____

1. ¿Qué es el Síndrome de Burnout?
2. ¿Cómo se puede prevenir el Síndrome de Burnout?
3. ¿Cuál es el tratamiento que se le da a un paciente con este Síndrome de Burnout?
4. ¿Cómo usted cree que se puede determinar que un trabajador padece del Síndrome de Burnout?
5. ¿Cuáles son los síntomas que se presenta en este Síndrome de Burnout?
6. ¿Cuáles son los factores del riesgo asociados al Síndrome de Burnout?
7. ¿Qué factores pueden disminuir la presencia del Síndrome de Burnout?
8. Usted cree que es conveniente que se le socialice al personal de trabajo una guía acerca de actividades relajantes sobre el Síndrome de Burnout.

13.3. Anexo 3: Certificado de aprobación del proyecto


INSTITUTO TECNOLÓGICO
SUDAMERICANO
Avancemos juntos de futuro

VICERRECTORADO ACADÉMICO

Loja, 14 de Febrero del 2023
Of. N° 633 -VDIN-ISTS-2023

Sr.(ta). **ORTIZ ORTIZ BETTY ESPERANZA**
ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE TECNICO SUPERIOR EN ENFERMERIA

Ciudad

De mi consideración:

Por medio de la presente me dirijo a ustedes para comunicarles que una vez revisado el anteproyecto de Investigación de fin de carrera de su autoría titulado **EVALUAR EL DESGASTE PROFESIONAL DEL PERSONAL DE SALUD DEL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL "MANUEL YGNACIO MONTERO", MEDIANTE LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO DE MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI), PARA LA ELABORACIÓN DE UNA GUÍA DE RELAJACIÓN, PERIODO OCTUBRE 2022-FEBRERO 2023.**, el mismo cumple con los lineamientos establecidos por la institución; por lo que se autoriza su realización y puesta en marcha, para lo cual se nombra como director de su proyecto de fin de carrera (el/la) **LIC PAULA GABRIELA CORDOVA ORTIZ.**

Particular que le hago conocer para los fines pertinentes.

Atentamente,


Ing. Germán Patricio Villamarín Coronel Mgs.
VICERRECTOR DE DESARROLLO E INNOVACION DEL ISTS



13.4. Anexo 4: Certificación de aprobación del proyecto



Loja, 16 de diciembre 2022

Lic. Paola Pogo

Jefa de enfermería del área quirúrgica del Hospital "Manuel Ygnacio Monteros"

Loja

De mi consideración:

Por medio del presente me dirijo a usted con un cordial y atento saludo, a la vez le informo que la Carrera de Enfermería del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano se encuentran gestionando escenarios para la ejecución de la puesta en acción del proyecto final de titulación con la finalidad de fortalecer el proceso de formación académica y a la vez cumplir con uno de los requisitos exigidos por la LOES que corresponde al servicio a la comunidad.

Los indicadores para la graduación exigen el cumplimiento de la propuesta de acción del proyecto final, las mismas que deben realizarse en periodos parciales en el horario acordado entre el estudiante y la empresa receptora.

Por lo tanto, solicito cordialmente se permita el acceso de la estudiante Ortiz Ortiz Betty Esperanza con C.I. 1150438651, a su institución, con el objetivo de que ejecute actividades de apoyo a su proceso de investigación de acuerdo a sus conocimientos, capacidades, habilidades y destrezas con su tema: EVALUAR EL DESGASTE PROFESIONAL DEL PERSONAL DE SALUD DEL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL "MANUEL YGNACIO MONTEROS", MEDIANTE LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO DE MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI) PARA EL ANÁLISIS DE LA FRECUENCIA E INTENSIDAD CON LA QUE SE SUFRE EL SÍNDROME DE BOURNOUT. DURANTE EL PERIODO OCTUBRE 2022 - FEBRERO 2023.

Señalamos además que, la realización de esta actividad no requiere de ningún rubro económico por parte de las instituciones involucradas, debido a que se constituye únicamente en un requisito para la graduación.

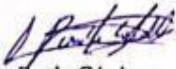
El seguimiento o monitoreo estará a cargo de los docentes responsables de la carrera de Enfermería, Lic. **Paula Gabriela Córdova Ortiz** para cuyo efecto existen horarios y formatos de control de asistencia y cumplimiento de la actividad. Para cualquier duda o notificación debe comunicarse a pgcordova@tecnologicosudamericano.edu.ec

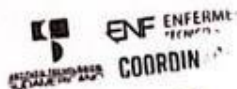
Por la atención favorable a la presente, hacemos propicia la ocasión para expresarle nuestros sentimientos de consideración y estima.




Atentamente,

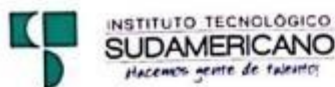

Betty Esperanza Ortiz
ESTUDIANTE DE ISTS DE
ENFERMERIA


Lcda. Paula Córdova
COORDINADORA DEL NIVEL TÉCNICO
SUPERIOR EN ENFERMERÍA




29/12/2022
Lc. P. Negro

13.5. Anexo 5: Certificación de socialización de resultados



Loja, 10 de abril 2023

Dra. Vanessa Rojas Muñoz
ENCARGADA DEL CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL GENERAL "MANUEL YGNACIO MONTEROS"

Loja

De mi consideración:

Por medio del presente me dirijo a usted con un cordial y atento saludo, a la vez le informo que la Carrera de Enfermería del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano se encuentran gestionando escenarios para la ejecución de la puesta en acción del proyecto final de titulación con la finalidad de fortalecer el proceso de formación académica y a la vez cumplir con uno de los requisitos exigidos por la LOES que corresponde al servicio a la comunidad.

Los indicadores para la graduación exigen el cumplimiento de la propuesta de acción del proyecto final, las mismas que deben realizarse en periodos parciales en el horario acordado entre el estudiante y la empresa receptora.

Por lo tanto, solicito cordialmente se permita el acceso de la estudiante Betty Esperanza Ortiz Ortiz con C.I. 1150438651, para la socialización de la **GUÍA CON TÉCNICAS DE RELAJACIÓN QUE PUEDA APLICARSE DURANTE LA JORNADA DE TRABAJO EN EL PERSONAL DEL HOSPITAL "MANUEL YGNACIO MONTEROS", EN EL ÁREA QUIRÚRGICA PARA QUE DISMINUYA EL ESTRÉS LABORAL Y MEJORE SU CALIDAD DE VIDA 2020-2023**, la propuesta de acción es requisito previo a la obtención del título profesional, donde se les hablara de los resultados obtenidos de dicha investigación al personal de centro quirúrgico del hospital "Manuel Ygnacio Monteros" y entrega de la guía al encargado de la misma.

Señalamos además que, la realización de esta actividad no requiere de ningún rubro económico por parte de las instituciones involucradas, debido a que se constituye únicamente en un requisito para la graduación.

El seguimiento o monitoreo estará a cargo de los docentes responsables de la carrera de Enfermería, Lic. **Paula Gabriela Córdova Ortiz** para cuyo efecto existen horarios y formatos de control de asistencia y cumplimiento de la actividad. Para cualquier duda o notificación debe comunicarse a pgcordova@tecnologicosudamericano.edu.ec

Por la atención favorable a la presente, hacemos propicia la ocasión para expresarle nuestros sentimientos de consideración y estima.

Atentamente,

Betty Esperanza Ortiz Ortiz

RESPONSABLE DE LA INVESTIGACIÓN

Handwritten signature of Dra. Vanessa Rojas Muñoz
Dra. Vanessa Rojas Muñoz
ANESTESIOLOGA
Reg. MSP L. 70 F. 20 N° 59
SEMESCOT: 1009.00.00.15.13
C.I. 1103332884
2023-04-10

13.6. Anexo 6: Certificación de resultados

Loja, 10 de abril del 2023

Dra. Vanessa del Pilar Rojas Muñoz

JEFA ENCARGADA DE CENTRO QUIRÚRGICO DEL HOSPITAL GENERAL "MANUEL YGNACIO MONTEROS" IESS LOJA

De mi consideración:

A petición verbal de la interesada, certifico que la estudiante **BETTY ESPERANZA ORTIZ ORTIZ** con cédula **1150438651** estudiante de enfermería del **INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO SUDAMERICANO**, realizó la socialización de la guía: **" TÉCNICAS DE RELAJACIÓN QUE PUEDA APLICARSE DURANTE LA JORNADA DE TRABAJO"** la cual servirá como instrumento para poner en práctica en nuestras jornadas de trabajo en el hospital general Manuel Y. Monteros V., en el área de centro quirúrgico, así como dio a conocer los resultados de su trabajo de investigación, el día de hoy 10 de abril del 2023 a las 07h00, | trabajo que nos pareció muy interesante a la vez que nos dio a conocer nuestra realidad frente al estrés laboral.

Es todo cuanto puedo certificar, facultando a la interesada hacer uso del presente para los fines legales pertinentes.



Dra. Vanessa Rojas
JEFE ENCARGADA DE CENTRO QUIRÚRGICO HGMYM

13.7. Anexo 7: Cronograma

Tabla 4

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

N°	ACTIVIDADES	Noviembre				diciembre				Enero				febrero				marzo				Abril			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Taller de investigación para formulación de proyecto de investigación de fin de carrera.	X																							
2	Exposición ante los alumnos de tentativa de temas en base a las LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN.		X																						
3	Identificación del problema.			X																					
4	Planteamiento del tema.				X																				
5	Elaboración de justificación.				X																				
6	Planteamiento de objetivo general y objetivos específicos.					X																			
7	Elaboración del marco institucional y marco teórico.						X	X	X																
8	Elaboración del diseño metodológico: Metodologías y técnicas a ser utilizadas en la investigación.									X															
9	Determinación de la muestra, recursos, y bibliografía.										X														
10	Presentación del proyecto ante el Vicerrectorado.											X													
11	Aprobación de temas de proyectos de investigación de Fin de Carrera.												X												
12	Desarrollo de investigación y propuesta de acción.													X	X	X	X	X	X	X					
13	Elaboración de conclusiones y recomendaciones y levantamiento del documento final del borrador de proyecto de investigación.																				X				
14	Entrega de borradores de proyectos de investigación de fin de carrera.																					X			

Nota: Actividades a desarrollarse, (Ortiz, 2023).

13.8. Anexo 8: Presupuesto

Tabla 5

PRESUPUESTO DEL PROYECTO

PRESUPUESTO		
INGRESOS		
2	Aporte del investigador Betty Ortiz	\$862,00
TOTAL, INGRESOS		\$862 ,00
EGRESOS		
RECURSOS MATERIALES		
1	Internet	\$30,00
4	Anillados	\$35,00
2	Empastados	\$50,00
1	Transporte	\$25,00
2	Proyecto de titulación Guía	\$700 \$22,00
TOTAL, EGRESOS		\$862,00

Nota: Detalle de los ingresos y gastos (Ortiz, 2023).

13.9. Anexo 9: Evidencias fotográficas

Figura 2

Entrevista al personal



Nota: Entrevista al personal del Hospital Manuel Ygnacio Monteros (Ortiz, 2023).

Figura 3
Entrega de Guía



Nota: Entrega de la guía a la doctora encargada del área quirúrgica (Ortiz, 2023).

Figura 4*Socialización de la guía*

Nota: Socialización al personal del Hospital Manuel Ygnacio Monteros (Ortiz, 2023).

13.10. Anexo 10: Certificado de Abstract



CERTF. N° 014- JG-ISTS-2023
Loja, 24 de Abril de 2023

El suscrito, Lic. Jordy Christian Granda Feijoo, Mgs., **COORDINADOR-DOCENTE DEL ÁREA DE INGLÉS - CIS DEL INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO "SUDAMERICANO"**, a petición de la parte interesada y en forma legal,

CERTIFICA:

Que el apartado **ABSTRACT** del Proyecto de Investigación de Fin de Carrera de la señorita **ORTIZ ORTIZ BETTY ESPERANZA** estudiante en proceso de titulación periodo Octubre 2022 – Marzo 2023 de la carrera de **ENFERMERIA**; está correctamente traducido, luego de haber ejecutado las correcciones emitidas por mi persona; por cuanto se autoriza la presentación dentro del empastado final previo a la disertación del proyecto.

Particular que comunico en honor a la verdad para los fines académicos pertinentes.

English is a piece of cake!

Lic. Jordy Christian Granda Feijoo, Mgs.
COORDINADOR-DOCENTE DEL ÁREA DE INGLÉS ISTS - CIS



www.cis.edu.ec

Matriz: Miguel Riofrio 156-26 entre Sucre y Bolivar