

LAS MANIFESTACIONES DEL BURNOUT EN DIFERENTES ÁMBITOS LABORALES DE TRES PAÍSES LATINOAMERICANOS

The manifestations of the burnout in different labor environments in three latin american countries

Kevin Alejandro Solarte Mejia ¹

Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium

Resumen

El objetivo de este artículo es realizar una reflexión acerca del síndrome de burnout y su constante crecimiento a partir del 2010 al presente año 2020 en diversas profesiones de tres países Latinoamericanos, basado en teorías existentes y la revisión de más de 30 artículos de los países de Colombia, Chile y México. Es fundamental para toda organización que se encuentre ampliamente interesada en el bienestar del colaborador para así obtener una eficaz producción y un buen rendimiento, el tener presente lo relevante que es la salud no solo física sino también la mental, puesto que puede afectar el rendimiento y el entorno en general del colaborador tanto para bien como para mal y dicha situación no es prevenible solo con buena remuneración, sino que va encaminado a un arduo trabajo de personales capacitados y el papel activo de todo el personal de la organización.

Palabras clave: Síndrome de *burnout*, bienestar mental, prevención, estrés psicológico

Abstract

¹ Estudiante del programa de Psicología. Este artículo de reflexión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Pasantía Internacional "Talento Humano" dentro del convenio académico entre la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia), con la Universidad QLU Quality Leadership University (Panamá). Contacto: solarte750@gmail.com

The objective of this article is to reflect on the burnout syndrome and its constant growth from 2010 to the present year 2020 in various professions of three Latin American countries, based on existing theories and the review of more than 30 articles from the countries of Colombia, Chile and Mexico. It is essential for any organization that is widely interested in the well-being of the collaborator in order to obtain efficient production and good performance, to bear in mind how relevant not only physical but also mental health is, since it can affect performance and the general environment of the employee both for better and for worse and this situation is not preventable only with good remuneration, but is aimed at hard work by trained personnel and the active role of all the organization's personnel.

Keywords: Burnout syndrome, mental well-being, prevention, psychological stress.

1. INTRODUCCIÓN

Carlin, Maicon, & Garcés de los Fayos Ruiz, Enrique J (2010) explican que en 1974 el psiquiatra Herbert Freudenberg quien trabaja free clinic de Nueva York para toxicómanos observó que en un periodo de uno a tres años la mayoría de colaboradores progresivamente sufría pérdida de energía, desmotivación, falta de interés por el trabajo e incluso llegar a manifestar agotamiento, síntomas de ansiedad y depresión. Con el fin de describir este patrón conductual homogéneo, Freudenberg lo denomino Burnout.

(Acosta et al., 2019) acerca del burnout comenta que es secuela “del estrés crónico por la imposibilidad de afrontar de manera favorable las exigencias de trabajo y

se manifiesta como agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal en el trabajo.” Así mismo, tener presente el cliente interno de la empresa y reconocer los líderes en cada puesto de trabajo, el trato que se lleva con los demás colaboradores, sus incentivos y motivaciones. Por otra parte (Fátima Díaz Bambula & Ingrid Carolina Gómez, 2016) refiere “...El burnout es el resultado de una respuesta prolongada a los estresores interpersonales crónicos en el trabajo y tiende a ser bastante estable con el tiempo.” Además, Ferrel et al. (2010) plantea que quien padece de este síndrome aparte de sentirse cansado, desilusionado, malhumorado e incluso agresivo puede llegar a convertirse progresivamente en un mal trabajador. Teniendo en cuenta lo planteado anteriormente por Ferrel et al, la

no detención del burnout puede llegar a afectar no solo al individuo, sino también la producción de la empresa generando pérdidas en la misma.

Por otro lado, David et al (2016) “Por todo lo referido hasta el momento, es prudente afirmar que el trabajo es un medio eficaz para la realización personal; no obstante, las mismas condiciones laborales pueden propiciar el surgimiento de ideas irracionales que de alguna manera median en el desarrollo de patologías tales como la adicción al trabajo y el síndrome de Burnout.” Ejemplo de esto, es la relación entre Burnout y salario planteada por Weinborn, Burna & Calventus et al. (2019) las personas que tenían mejor ingreso salarial manifestaron menos burnout.

La intención de este artículo es demostrar el crecimiento del burnout en tres países latinoamericanos (Colombia, Chile y México), abordado desde diferentes profesiones como docentes, profesionales del sector de la salud entre otros.

2. Diversas profesiones en Latinoamérica.

Con el fin de mostrar las manifestaciones del burnout en diferentes

países de Latinoamérica, se pretende, abordar el mismo desde diversos ámbitos laborales como lo son:

2.1 Profesionales del sector de la salud.

Rodríguez, Cisneros y Rocha en 2015 plantean en su investigación que el Burnout es un problema que se presenta con más frecuencia entre los profesionales de la salud, repercutiendo directamente en el desempeño, la calidad y seguridad de la atención que se brinda a los pacientes.

Según plantea (Carolina Aranda Beltrán et al., 2020) esto sucede ya que el síndrome de burnout (SB) aparece por un frecuente contacto con el agente estresor y a causa de los factores psicosociales laborales, de los médicos y demás profesiones de la salud son más vulnerables a desarrollar este síndrome.

Directamente (Brito-Ortíz et al., 2019) definen “las condiciones de trabajo que pueden ser positivas (factores protectores), es decir: facilitan el trabajo, el desarrollo de las competencias profesionales, además generan altos niveles de satisfacción laboral y motivación en los empleados”.

A su vez, (Brito-Ortíz et al., 2019) enseña que “los factores psicosociales pueden también ser negativos (factores de riesgo) y representan una fuente de niveles de estrés elevado”

Por otro lado (Burgos, Leandro & Dörner et al., 2018) Encontraron un estudio significativo en profesionales de atención primaria en Lagos, Chile. “al nivel de Burnout general de la muestra, se aprecia que un 25,5% muestra presenta el síndrome de Burnout, lo que indica que uno de cada cuatro profesionales de la muestra ha adquirido el síndrome.” Teniendo en cuenta lo anteriormente planteado por Rodríguez, Cisneros y Rocha frente a lo encontrado por Burgos, Leandro y Dörner, es posible que exista cierto grado de afectación en el desempeño, calidad y seguridad de la atención que se brinda a los pacientes en el personal de atención primaria de Lagos, Chile, debido a la presencia del síndrome de Burnout.

Así mismo Ortega, Pio y Cardemil et al en 2015 se realizó un análisis de 117 encuestas contestadas correctamente, la muestra constaba de 74 hombres que representa el 63% y 43 mujeres que representa el 37%, 39 (33%) de los encuestados se encontraban entre los 25 y 35 años de edad, 34 (29%) entre los 36 y 45

años, 17 (15%) entre los 46 y 55 años, 18 (15%) entre los 56 y 65, finalmente, sobre los 65 años 9 sujetos lo que representa el 8%, (Ortega, Pio & Cardemil et al., 2015) Hallaron. “Los que presentan mayor porcentaje de alto grado de Burnout son aquellos entre 25 y 35 años, con 53%, siendo esta diferencia estadísticamente significativa ($p=0,03$).”

Mientras que el estudio realizado por Chiang y Sigoña en 2011 se realizó un estudio a una población de 400 funcionarios, sin embargo, la tasa de respuesta fue de 172 funcionarios (42%) de los cuales 41 eran hombres lo que representa el 24% de la muestra, el 76% (131) restante mujeres en un promedio de edad de 37 y 41 años respectivamente (Chiang & Sigoña, 2011) Afirman. “Los principales factores psicosociales responsables del desarrollo del síndrome. Respecto a las variables individuales se destaca el género (siendo las mujeres las que puntúan generalmente más alto en agotamiento e ineficacia profesional).”

A pesar de existir un contexto similar entre ambas investigaciones y un promedio de edad cercano, los factores por los cuales se manifiesta el Burnout pueden variar, por ejemplo, en la investigación realizada por Ortega, Pio y Cardemil la población más

afectada fueron los sujetos entre los 25 y 35 años, mientras que para Chiang y Sigoña se determinó que los principales factores psicosociales responsables de permitir el desarrollo del síndrome, respecto a las variables individuales la que más destaca es el género ya que las mujeres tuvieron resultados más altos en agotamiento e ineficacia profesional.

Así mismo (Hernández, 2018) encontró en su investigación “la dimensión Agotamiento Emocional es la del MBI donde más se aprecian casos de Burnout que van del nivel medio al alto, es decir, 126 médicos presentan Burnout (84 %). No obstante, en las dos dimensiones restantes, en más de 90 % de los casos sus niveles de Burnout no son alarmantes, es decir, se encuentran aún en niveles bajos.”

Por otro lado, Medina, Medina y Gauna et al en 2017 con una muestra de 18 residentes de pediatría 14 mujeres y 4 hombres, con edades entre los 25 y 32 años de edad con una edad promedio de 28 años, 13 manifestaron ser solteros, 3 indicaron unión libre y 2 casados; la muestra de los residentes se encontró que 4 de los residentes cursaban el primer año de residencia (R1), 6 de ellos el segundo año (R2) y 8 el tercer año de residencia (R3). (Medina, Medina & Gauna et al., 2017)

hallaron. “Que el SBO en todos los casos fue moderado. En los R1 por obtener moderado CE y DP y baja RP. En los R2 por obtener moderado CE, alta DP y moderada RP. Mientras que en los R3 obtuvieron alto CE y DP y moderada RP.”

Se puede observar que en lo encontrado por Hernández en 2018 y Medina, Medina y Gauna et al en 2017 podemos ver que en ambas investigaciones el agotamiento emocional para Hernández en los médicos de un hospital del sector público en Hidalgo y el cansancio emocional en los residentes que cursaban el tercer año de residencia para Medina, Medina y Gauna et al fueron las variantes que presentaron niveles más altos.

Para concluir Alejandro Daniel Domínguez-González et al en 2017 en su estudio encontraron que en países latinoamericanos como, Colombia se realizó un registro de 15.5% sobre el síndrome burnout en estudiantes en pregrado de medicina. De igual manera en México se realizaron estudios en internistas de pregrado donde dejan ver la presencia del SB hasta en 70% de los participantes en Veracruz, así mismo en Ciudad de México 16.3% padecen de este síndrome.

Lo cual demuestra que no tan solo afecta a los profesionales como bien lo dice (Burgos,

Leandro & Dörner et al., 2018) sino también, este síndrome burnout tiende a afectar al personal del sector de la salud desde que son estudiantes en países como Colombia y México según (Alejandro Daniel Domínguez-González et al., 2017).

2.2 Docentes.

Considerando las afecciones intrínsecas de los docentes y añadiendo su ambiente sociolaboral (Hernández, 2018) Muestra que: “se destaca la asociación de tipo negativa entre las habilidades intrapersonales y el burnout.”

Así mismo los autores (Sánchez-Narváez & Juan Jesús Velasco-Orozco, 2017) Hallaron un estudio significativo, el cual fue separado por el sexo de la persona: “Los resultados de la comorbilidad entre SBO, depresión y ansiedad de acuerdo al sexo es el siguiente: para el grupo de mujeres el SBO presenta una prevalencia de ansiedad de 26.9 por ciento, seguido por el de depresión 5.1 por ciento en mujeres. La relación entre depresión y ansiedad es de 29.9 por ciento.”

Mientras que en Hombres (Sánchez-Narváez & Juan Jesús Velasco-Orozco, 2017) muestran que: “En las proporciones correspondientes para los hombres se

observa un incremento en la ansiedad (33.6 por ciento) y una reducción en los porcentajes de depresión de 2.8 por ciento comparados con el de las mujeres. La comorbilidad entre ansiedad y depresión en el sexo masculino (21.7 por ciento) es menor que el de las mujeres.”

Dicho de otra manera (Sánchez-Narváez & Juan Jesús Velasco-Orozco, 2017) plantean que a pesar de que existe una baja comorbilidades entre Burnout y depresión, la comorbilidad es alta entre depresión y ansiedad lo que puede indicar la existencia de una tendencia mayor entre estos trastornos, por ello se plantean la existencia de un trastorno mixto.

Por otra parte, en el documento de investigación que habla sobre las habilidades intrapersonales y su relación con el burnout en docentes de educación básica en León, México, su autor (Hernández, 2018) Determinó: “La población analizada muestra un adecuado nivel de optimismo, lo que les permite a los docentes tener la capacidad para obtener balances favorables de situaciones que les acontecen en lo cotidiano”

Mientras que en Chile (Zuñiga & Pizarro, 2018) Muestran que “Los resultados del estudio sugieren que globalmente el nivel de Síndrome de Burnout es de tipo

medio o bajo en los educadores del Liceo. Esto es consistente con el resultado reportado por otros estudios similares. Solamente el agotamiento emocional mostró tener una incidencia importante en los educadores encuestados, mientras que los problemas de despersonalización y de falta de realización personal en el trabajo se encuentran en niveles bajos y bajo-medio respectivamente.”

Gracias a lo planteado por Hernández, frente a lo encontrado por Sánchez-Narváez y Juan Jesús Velasco-Orozco en México, Zuñiga y Pizarro en Chile se puede interpretar que existen bajos niveles de optimismo y como consecuencia de esto se ha presentado un incremento en los docentes que presentan el burnout, síntomas de ansiedad y depresión, por otra parte (Ferrel et al., 2010) comentan que en Colombia se halló una correlación del síndrome Burnout con ser docente, identificando una manifestación media de autoestima profesional, agotamiento emocional y despersonalización, estas a causa del Burnout.

Por otra parte (Tabares-Díaz et al., 2020) en su investigación se logra observar que la variable sexo y edad son componentes que constituyen un riesgo significativo, el cual aumenta la posibilidad

de que los docentes padezcan el síndrome burnout.

A su vez, frente la variable sexo, se identifica que las mujeres tienden a tener mayores niveles de agotamiento emocional y realización personal e ilusión por el trabajo; por otro lado, así mismo los hombres, tienen mayor despersonalización, además de presentar altos índices de indolencia y culpa.

Como consecuencia de los síntomas identificados en México, Chile y Colombia (Maylen Liseth Rojas Botero & Hugo Grisales Romero, 2011) comentan que el síndrome burnout tiene incidencia en la eficacia de los docentes al momento de ser educadores, lo cual va en contra de la excelencia académica, la ética y la responsabilidad social, además de los criterios que toda la universidad establece en su misión institucional.

Así como el burnout afecta directamente el desempeño de los docentes, Medina, Medina y Gauna et al en 2017 determinaron que el síndrome de burnout tiene una alta prevalencia que repercute significativamente en el desempeño laboral de los profesionales de la salud, por lo tanto se puede observar que el SB no solo se manifiesta en docentes, sino también en los profesionales de la salud.

2.3 Otros.

(Weinborn, Bruna & Calventus et al., 2019) Hallaron: “De los 521 participantes incluidos en el análisis, 124 registraron puntajes suficientes en el MBI para cumplir con los criterios del Síndrome de Burnout, equivalente a una prevalencia del 24%. Los resultados mostraron una asociación estadísticamente significativa entre 1) la presencia de Síndrome de Burnout y años de empleo, y 2) la existencia de Síndrome de Burnout y salario.”

Considerando el porcentaje descubierto por (Weinborn, Bruna & Calventus et al., 2019) en la prevalencia del síndrome burnout, vale la pena recalcar que “La OIT considera a la profesión veterinaria como una de las profesiones más vulnerables (junto con la salud y la educación) a sufrir el Síndrome de Burnout. Nuestros resultados mostraron una prevalencia del síndrome de Burnout en una tasa del 24%.”

Caso contrario sucede en la investigación de Álvarez, Chacón & Sánchez en 2020 donde encontraron que el porcentaje de funcionarios de prisiones en Chile respecto al síndrome de burnout eran

bajos frente a otras investigaciones realizadas en diferentes contextos, en este caso como lo fue la investigación de (Weinborn, Bruna & Calventus et al., 2019) que presenta índices altos en la vulnerabilidad de sufrir del síndrome burnout.

Vale la pena recalcar de Weinborn, Bruna & Calventus et al en 2019 encontraron una relación entre Burnout y el salario, ya que las personas que tenían mejor ingreso salarial manifestaron menos burnout.

Por otra parte (Prado et al., 2014) Plantea “Las manifestaciones psicosomáticas en el modelo ajustado, sí resultaron significativas en la comparación entre grupos para algunos factores de burnout y psicosomáticos en términos de varianza, tal es el caso del sexo, la ingesta de medicamentos, haber padecido accidentes, hacer ejercicio, la antigüedad, el nivel de ingresos y, las horas libres en una semana, lo que puede implicar que las condiciones de trabajo si bien no son determinantes, si pueden ser antecedentes al estrés.” En lo que concuerda Prado et al, con Weinborn, Bruna & Calventus frente al nivel de ingreso del colaborador, mientras este tenga un ingreso

considerable, así mismo reducen sus niveles de poder padecer SB.

Por otra parte (Curilem et al., 2014) Plantean: “Con respecto a la relación entre personalidad resistente y Síndrome Burnout, podemos concluir que, estos dos constructos psicológicos se encuentran negativamente relacionados de forma significativa, hay que destacar la especial asociación inversa de la variable Factores de Burnout, y las dimensiones de la personalidad resistente.” En otras palabras, los autores muestran que tener una personalidad fuerte no exime a las personas de sufrir burnout en su ambiente laboral.

Para finalizar se puede observar en la muestra de controladores de tráfico aéreo en Chile, (Aguirre et al., 2018) Que encontraron: “En relación con la dimensión síntomas psicosomáticos de estrés, el 88.2% de la muestra presenta una baja percepción de estrés; el 10.6% manifiesta una percepción moderada de estrés y solo el 1.2% percibe estar estresado.” De manera similar en trabajadores en ONGs que ejecutan política social en Chile: (Bilbao et al., 2018) encontraron que: “Los resultados de los análisis descriptivos muestran que el síndrome de burnout es bajo en general. Solo un 2% de las/os trabajadoras/es

presenta una media total de CESQT alta o superior al punto de corte diagnóstico (2 puntos).” Aguirre et al y Bilbao et al, presentan que en estas dos profesiones el nivel de vulnerabilidad para sufrir del síndrome del trabajador quemado o burnout es demasiado bajo, sin embargo Bilbao et al en 2018 refiere que si una organización maneja métodos preventivos para este síndrome ayudaría en la empresa en la medida de reducir la rotación de los colaboradores y poder minimizar gastos monetarios.

3. CONCLUSIONES

Gracias a la revisión hecha en tres países de Latinoamérica, se logra identificar que los índices donde más se manifiesta el síndrome del trabajador quemado o síndrome Burnout es en las profesiones que tienen interacción directa con otras personas. Así mismo, en las investigaciones revisadas de docentes en los países de Colombia, Chile y México muestra alta vulnerabilidad a diferencia de las otras profesiones que se utilizaron en el artículo.

Además se identifica que el burnout se manifiesta en los tres países, concuerdan que el tener una mejor remuneración económica

por su trabajo, disminuye significativamente la probabilidad de padecer del síndrome del trabajador quemado SB. Por otra parte, en el presente artículo reflexivo pudimos conocer más a fondo los efectos negativos que se pueden presentar cuando el síndrome del burnout presenta manifestaciones deteriorando la estabilidad emocional del colaborador y por ende, afectar, en los tres países latinoamericanos mencionados, el rendimiento dentro de las organizaciones.

Es debido a lo anteriormente mencionado que es relevante disminuir el contacto entre el agresor y la víctima para así mitigar los comportamientos hostiles que generan inestabilidad, inseguridad, molestia y decaimiento en la persona afectada directamente.

Experiencia significativa de la Pasantía Internacional en Gestión del Talento: Empezando por La energía y las ganas de enseñar de los profesores de Quality Leadership University, me pareció una experiencia muy significativa gracias a sus conocimientos, además, las relaciones interculturales que tuvimos con los profesores. Por otra parte, agradecer por enseñarnos acerca de la gestión del talento humano, la metodología SMART, la cual nos permite calificar las competencias que

necesitemos en un futuro para alguna vacante en una empresa en la que trabajemos, se debe agregar que nos enseñaron lo que implica vivir un cambio y el porqué nos resistimos a este, el Change Management para mitigar la resistencia y lograr el desarrollo de tareas que nos permitan generar cambios de manera ordenada, una de las frases que me gustó demasiado y la nombraron en clase fue “Elegir algo es renunciar a otras”.

En cuanto al Endomarketing se nombró que una gran parte de ciudadanos no les afectaría si más del 70% de marcas desaparecieran, teniendo entonces cuatro opciones que son: repites, sorprendes, enamoras o te olvidan, teniendo en cuenta que tan solo en Latinoamérica las personas desde que despiertan obtienen más de 2000 impactos por marcas. Ahora veamos el Endomarketing como una sensación de profunda satisfacción consigo mismo, esto es lo que buscan lograr las empresas con el cliente interno, trabajadores más felices, personas motivadas por su trabajo, con sentido de pertenencia por la marca y ayuda a aumentar la productividad del mismo.

Reitero mi profundo agradecimiento por las inmensidad de conocimientos que nos brindaron con las clases en tan solo una semana, fueron muchas las expectativas

frente al viaje, sin embargo las clases de manera virtual estuvieron a la altura, fue una experiencia muy beneficiosa para mi parte porque, también nos brindaron muchas herramientas para estar innovando y poder trabajar por la virtualidad.

Por otro lado, la pasantía Gestión del Talento Humano, aportó significativamente a la construcción de este documento, ya que se resaltó la importancia de cuidar al colaborador, de valorar al talento y de priorizar su bienestar personal y laboral. El síndrome de burnout afecta a la salud mental del colaborador impactando negativamente el rendimiento laboral y la productividad, por ello es de vital importancia que las organizaciones inviertan en el capital humano, priorizando a la persona y su bienestar.

REFERENCIAS

- Acosta-Fernández, Martín; Parra-Osorio, Liliana; Burbano Molina, Carolina; Aguilera-Velasco, María de los ángeles; Pozos-Radillo, Blanca Elizabeth. (2019). Estrés laboral, burnout, salud mental y su relación con violencia psicológica en docentes universitarios. *Revista Salud Uninorte*, vol. 35, núm. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81763959003>
- Aguirre Mas, Carla, & Gallo, Agustina, & Ibarra, Alexander, & Sánchez García, José Carlos (2018). Relación entre estrés laboral y burnout en una muestra de controladores de tráfico aéreo en Chile. *Ciencias Psicológicas*, 12(2),239-248.[fecha de Consulta 5 de Noviembre de 2020]. ISSN: 1688-4094. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4595/459557507010>
- Alejandro Daniel Domínguez-González, María Teresa Velasco-Jiménez, Dulce María Meneses-Ruiz, Gilberto Guzmán Valdivia-Gómez, & María Guadalupe Castro-Martínez. (2017). Síndrome de burnout en aspirantes a la carrera de medicina. *Investigación En Educación Médica*, 6(24), 242–247. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349753310005>
- Álvarez-Cabrera, Percy Leonardo, Chacón-Fuertes, Fernando, & Sánchez-Moreno, Esteban. (2020). Síndrome de Burnout en Funcionarios de

- Prisiones. *Psykhe* (Santiago), 29(1), 1-13.
<https://dx.doi.org/10.7764/psykhe.29.1.1292>
- Andrea, P., & Sara Moreno Moreno. (2012). Relación entre síndrome de burnout, estrategias de afrontamiento y engagement. *Psicología Desde El Caribe*, 29(1), 205–227.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21323171011>
- Bilbao, Marian, & Martínez-Zelaya, Gonzalo, & Pavez, Javiera, & Morales, Karol (2018). Burnout en trabajadores de ONGs que ejecutan política social en Chile. *Psicoperspectivas*, 17(3),1-12.[fecha de Consulta 5 de Noviembre de 2020]. ISSN: 0717-7798. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1710/171059649017>
- Bitran, Marcela, Zúñiga, Denisse, Pedrals, Nuria, Echeverría, Guadalupe, Vergara, Claudia, Rigotti, Attilio, & Puschel, Klaus. (2019). Burnout en la formación de profesionales de la salud en Chile: Factores de protección y riesgo, y propuestas de abordaje desde la perspectiva de los educadores. *Revista médica de Chile*, 147(4), 510-517.
<https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872019000400510>
- Brito-Ortíz, J. F., Juárez-García, A., Nava-Gómez, M. E., Castillo-Pérez, J. J., & Brito-Nava, E. (2019). Factores psicosociales, estrés psicológico y burnout en enfermería: un modelo de trayectorias. *Enfermería Universitaria*, 16(2).
<https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2019.2.634>
- Carlin, Maicon, & Garcés de los Fayos Ruiz, Enrique J. (2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de Psicología*, 26(1),169-180.[fecha de Consulta 5 de Noviembre de 2020]. ISSN: 0212-9728. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=167/16713758020>
- Carolina Aranda Beltrán, Barraza, H., José Justo Romero Paredes, Armida, L., Paula, A., Guillermo González Ortega, & Andrés, J. (2015). Factores psicosociales y síndrome de Burnout en médicos generales de Tepic, Nayarit (México). *Salud Uninorte*, 31(2), 245–254.

- <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81742138005>
- Carlin, Maicon, & Garcés de los Fayos Ruiz, Enrique J. (2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de Psicología*, 26(1), 169-180. [fecha de Consulta 5 de Noviembre de 2020]. ISSN: 0212-9728. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=167/16713758020>
- Chiang, María Margarita, & Sigoña, Marcelo (2011). Burnout en trabajadores de hospitales comunitarios o de baja complejidad: una comparación de género y de nivel de escolaridad. *Revista de Psicología*, 20(1), 33-52. [fecha de Consulta 4 de Noviembre de 2020]. ISSN: 0716-8039. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=264/26420712002>
- Curilem, G. C., Almagià, F. A., Yuing, F. T., & Rodríguez, R. F. (2014). Evaluación del Estado Psicobiotipológico en Bomberos: Parámetros de Salud y Recursos Anti Estrés. *International Journal of Morphology*, 32(2), 709-714.
- <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022014000200054>
- David, J., Vianny Santiago Briñez, Navarro, C., & Alejandra Alí Nieto. (2016). Creencias irracionales, síndrome de Burnout y adicción al trabajo en las organizaciones. *Psicogente*, 19(35), 148-160. Tomado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497555220005>
- Día, M., De, L., Seguridad, Y., La, S., En, E., Trabajo, El, E., & Estres, T. (2016). UN RETO COLECTIVO. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_466549.pdf
- Fátima Díaz Bambula, & Ingrid Carolina Gómez. (2016). La investigación sobre el síndrome de burnout en Latinoamérica entre 2000 y el 2010. *Psicología Desde El Caribe*, 33(1), 113-131. Tomado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21345152008>
- Ferrel, R., Pedraza, C., & Rubio, B. (2010). El síndrome de quemarse en el trabajo (burnout) en docentes universitarios. *Duazary*, 7(1), 15-28. Tomado de:

- <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=512156324005>
- Ferrel, Robert y Sierra, Edelcy y Rodríguez, Magdoly (2010). Síndrome de desgaste profesional (burnout) en médicos especialistas de un hospital universitario, de la ciudad de Santa Marta, Colombia. *Duazary*, 7 (1), 29-40. [Fecha de Consulta 2 de Noviembre de 2020]. ISSN: 1794-5992. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=5121/512156324006>
- Hernández-García, T. (2015). Aprobado: junio. Publicado Como ARTÍCULO En ASyD, 15, 161–172. <http://www.scielo.org.mx/pdf/asd/v15n2/1870-5472-asd-15-02-161.pdf>
- José Hernando Ávila Toscano, Gómez, T., & Margoth, M. (2010). Características demográficas y laborales asociadas al Síndrome de Burnout en profesionales de la salud. *Pensamiento Psicológico*, 8(15), 39–51. Tomado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80115648004>
- Maylen Liseth Rojas Botero, & Hugo Grisales Romero. (2020). Burnout syndrome in professors from an academic unit of a Colombian university. *Investigación y Educación En Enfermería*, 29(3), 427–434. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=105222406011>
- Medina, M. L., Medina, M. G., Gauna, N. T., Molfino, L., & Merino, L. A. (2017). Prevalencia del síndrome de burnout en residentes de Pediatría de un hospital. *Investigación En Educación Médica*, 6(23), 160–168. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2017.03.004>
- Ortega F, Gonzalo, Pio R, Giorgio, Cardemil M, Felipe, & Sade B, Cristina. (2015). Presencia de síndrome de Burnout en una muestra de residentes y otorrinolaringólogos de Chile. *Revista de otorrinolaringología y cirugía de cabeza y cuello*, 75(3), 227-231. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48162015000300005>
- Sánchez-Narváez, F., & Juan Jesús Velasco-Orozco. (2017). Comorbilidad entre síndrome de Burnout, depresión y ansiedad en una muestra de profesores de Educación Básica del Estado de México. *Papeles de Población*, 23(94), 261–286.

- <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=11254687011>
- Tabares-Díaz, Y. A., Martínez-Daza, V. A., & Matabanchoy-Tulcán, S. M. (2020). Síndrome de Burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Universidad y Salud*, 22(3), 265–279. <https://doi.org/10.22267/rus.202203.199>
- Terrones-Rodríguez, Jovany Francisco, & Cisneros-Pérez, Vicente, & Arreola-Rocha, José de Jesús (2016). Síndrome de burnout en médicos residentes del Hospital General de Durango, México. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 54(2),242-248.[fecha de Consulta 4 de Noviembre de 2020].
- Torres Hernández, Edgar (2020). Habilidades intrapersonales y su relación con el burnout en docentes de educación básica en León, México. *REXE. Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 19(39),163-179.[fecha de Consulta 5 de Noviembre de 2020]. ISSN: 0717-6945. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=2431/243162775009>
- ISSN: 0443-5117. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4577/457745149016>
- Uribe Prado, Jesús Felipe, & López Flores, Perla Rubí, & Pérez Galicia, Cynthia, & García Saisó, Alejandra (2014). Síndrome de Desgaste Ocupacional (Burnout) y su Relación con Salud y Riesgo Psicosocial en Funcionarios Públicos que Imparten Justicia en México, D.F.. *Acta de Investigación Psicológica - Psychological Research Records*, 4(2),1554-1571.[fecha de Consulta 4 de Noviembre de 2020]. ISSN: 2007-4832. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3589/358933347008>
- Veliz Burgos, Alex Leandro, & Dörner Paris, Anita Patricia, & Soto Salcedo, Alexis Gerardo, & Arriagada Arriagada, Angélica (2018). Bienestar psicológico y burnout en profesionales de atención primaria de salud en la región de Los Lagos, Chile. *Acta Universitaria*, 28(3),56-64.[fecha de Consulta 4 de Noviembre de 2020]. ISSN: 0188-6266. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=416/41657040009>

Weinborn, Romy M., Bruna, Braulio J., Calventus, Joan, & Sepúlveda, Gerardo A.. (2019). Burnout syndrome prevalence in veterinarians working in Chile. *Austral journal of veterinary sciences*, 51(2), 91-99.
<https://dx.doi.org/10.4067/S0719-81322019000200091>

Yolanda, I., Jairo Orozco C, & Alvis, L. R. (2015). Síndrome de Burnout en el personal médico de una institución prestadora de servicios de salud de Cartagena de Indias. *Revista de La Universidad Industrial de Santander. Salud*, 47(2), 187–192.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=343839278010>

Zuniga-Jara, Sergio, & Pizarro-Leon, Victor. (2018). Mediciones de Estrés Laboral en Docentes de un Colegio Público Regional Chileno. *Información tecnológica*, 29(1), 171-180.
<https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07642018000100171>