



UNIVERSIDAD DE IXTLAHUACA CUI

INCORPORACIÓN CLAVE 8968-22 A LA
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

CIRUJANO DENTISTA

**INCIDENCIA DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN
DOCENTES Y ALUMNOS DE LA LICENCIATURA DE
CIRUJANO DENTISTA, UNIVERSIDAD DE IXTLAHUACA
CUI.**

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

CIRUJANO DENTISTA

PRESENTA:

DELMA GÓMEZ GARCÍA

EDNA ALEJANDRA RETANA GARCÍA

ASESOR DE TESIS:

C.D. VERÓNICA SOTO DUEÑAS



IXTLAHUACA, MÉXICO, 2022



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Índice

1. Antecedentes	4
1.1 Definición	4
1.2 Fases del síndrome de Burnout	6
1.3 Causas del síndrome de Burnout.....	7
1.4 Sintomatología del síndrome de Burnout	11
1.5 Consecuencias del síndrome de Burnout	12
1.6 Diagnóstico diferencial	13
1.7 Diagnóstico y evaluación del síndrome de Burnout	15
1.8 Tratamiento	17
2. Planteamiento del problema	19
3. Justificación	21
4. Hipótesis	22
5. Objetivos.....	23
5.1 Objetivo general	23
5.2 Objetivos específicos	23
6. Materiales y métodos.....	24
6.1 Diseño del estudio.....	24
6.2 Población y Universo de estudio	24
6.3 Muestreo	24
6.4 Criterios de Inclusión, exclusión y eliminación	24
6.5 Variables de estudio.....	25
6.6 Procedimiento	29
6.7 Consideraciones bioéticas	31

6.8. Análisis estadístico.....	32
7. Resultados.....	33
8. Discusión	39
9. Conclusiones	42
10. Referencias bibliográficas.....	44
11. Anexos.....	47

1. Antecedentes

1.1 Definición

El síndrome de Burnout ha existido en todo momento y en todas las culturas. El término apareció por primera vez en 1974, en Estados Unidos, cuando lo utilizó el psicoanalista Herbert J. Freudenberger, quien observó que, al año de trabajar, la mayoría de los voluntarios sufría una progresiva pérdida de energía, hasta llegar al agotamiento, síntomas de ansiedad y depresión, desmotivación laboral y agresividad con los pacientes, fue así que lo definió como un estado de fatiga que se produce por la dedicación a una causa, forma de vida o relación que no produce el esfuerzo esperado (1).

Maslach y Jackson lo definen como un síndrome tridimensional, siendo este un estrés crónico producido por el contacto con los clientes que lleva a la extenuación y al distanciamiento emocional con los clientes en su trabajo. Propusieron tres dimensiones interrelacionadas: agotamiento emocional (AE), que estima la vivencia de fatiga emocional por las demandas de trabajo; la despersonalización (D), que mide las respuestas de tipo impersonal y las actitudes negativas hacia los pacientes, y la realización personal (RP), que refleja la satisfacción personal y la competencia en la práctica del trabajo cotidiano, siendo esta la más importante y con mayor aceptación (2,3).

Pines y Aronson definen al síndrome como un estado de agotamiento mental, físico y emocional producido por el involucramiento en situaciones laborales emocionalmente demandantes. Schaufeli y Enzman lo definen como un estado mental persistente negativo, relacionado con el trabajo, en individuos normales. Sus características particulares son agotamiento, desconsuelo, un sentido de competencia reducida, baja motivación y desarrollo de actitudes en el trabajo (4).

Siendo que la definición de Maslach y Jackson es quizás la más citada: “Burnout es un síndrome tridimensional caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y reducida realización personal que puede ocurrir entre individuos cuyo objeto de trabajo son otras personas” (3).

- Cansancio o agotamiento emocional: Constituye la primera fase del proceso, evalúa los sentimientos del individuo con relación al trabajo, se caracteriza por una progresiva pérdida de las energías vitales y una desproporción creciente entre el trabajo realizado y el cansancio experimentado (5).
En esta etapa las personas se vuelven más irritables, aparece la queja constante por la cantidad de trabajo realizado y se pierde la capacidad de disfrutar de las tareas. Desde una mirada externa, se las empieza a percibir como personas permanentemente insatisfechas, molestas e irritables (6).
- La despersonalización: Es la característica específica del síndrome, definida con la insensibilidad y deshumanización en el servicio y tratamiento con frialdad e indiferencia hacia las demás personas (5). Es un modo de responder a los sentimientos de impotencia, indefensión y desesperanza personal. En lugar de expresar estos sentimientos y resolver los motivos que los originan, las personas que padecen el síndrome de Burnout muestran una fachada hiperactiva que incrementa su sensación de agotamiento y en esta fase, alternan la depresión y la hostilidad hacia el medio (6).
- Baja o el abandono de la realización personal: Corresponde a la baja eficiencia y productividad en el trabajo (7). Es la tercera fase del proceso y consiste en el progresivo retiro de todas las actividades que no sean laborales vinculadas con las actividades que generaron el estrés crónico. En esta etapa hay pérdida de ideales y fundamentalmente, un creciente alejamiento de las actividades familiares, sociales y recreativas, creando una especie de auto reclusión (6,8).

Autores en una revisión después de 35 años del tema, concluyeron que la definición de Burnout varia en la literatura científica según el contexto, alcance, precisión, e incluso las intenciones de quien las usa, siendo así que todas las definiciones coinciden en cinco aspectos (9):

1. Predominan los síntomas disfóricos, principalmente el agotamiento emocional, aunque no el único, siendo un síndrome que implica aspectos negativos.
2. El acento está en los síntomas mentales y conductuales más que en los físicos, es psíquico.
3. Es un fenómeno relacionado con el trabajo, siendo este laboral u ocupacional,
4. Sus síntomas son observados en individuos “normales” y no “patológicos”, siendo una alteración psicosocial, pero no necesariamente una enfermedad.
5. Existe un decremento en la efectividad y el desempeño laboral debido a las actitudes negativas y conductas que implica, afectando la productividad (9,10).

1.2 Fases del síndrome de Burnout

El síndrome de Burnout no es una enfermedad que aparezca de manera repentina, sino que sigue un proceso en el cual la persona que lo padece va sufriendo diversas alteraciones físicas, psíquicas, y sociales de manera progresiva, de esta manera Jerry Edelwich y Archie Brodsky (10) proponen cuatro fases antes de adquirir este síndrome:

- Fase de idealismo y entusiasmo.

Al principio el trabajador se muestra ilusionado por el trabajo, en el cual gasta mucha energía y no se protege de la disolución. La persona posee involucramiento excesivo con la persona y sobrecarga de trabajo voluntario (10,11).

- Fase de estancamiento.

Al acumularse los fallos laborales, el trabajador experimenta un sentimiento constante de fracasos que lo vuelven inactivo. Esta supone una disminución en

las actividades desarrolladas cuando el individuo constata la irrealidad de sus expectativas, ocurriendo la pérdida del idealismo y entusiasmo (10,11).

- Fase de apatía.

Es la fase central del síndrome. La frustración de las expectativas lleva al individuo a la paralización de sus actividades, desarrollando apatía y falta de interés. Empiezan a surgir los problemas emocionales, conductuales y físicos. La persona se plantea abandonar el puesto de trabajo y promueve la evitación del contacto con los compañeros (10,11).

- Fase de distanciamiento.

Sucede cuando el trabajador observa que no se cumplen sus expectativas, produciéndose una pérdida de idealismo y de entusiasmo (10,11).

Castillo menciona que existen tres fases, las cuales son:

- Fase de estrés: Desequilibrio que se produce entre la demanda laboral y la capacidad para poder satisfacer dichas demandas.
- Fase de agotamiento: Se observan respuestas de crónicas de preocupación, tensión, ansiedad y fatiga.
- Fase de agotamiento defensivo: Cambios en la conducta y actitud de la persona, dándoles un trato cínico, frío e impersonal a las personas (12).

1.3 Causas del síndrome de Burnout

Actualmente este síndrome se reconoce como un proceso multicausal y muy complejo, en donde se ven involucradas variantes como el aburrimiento, crisis en el desarrollo de la carrera profesional, pobres condiciones económicas, sobrecarga laboral, falta de estimulación, pobre orientación profesional y aislamiento (13).

El Burnout es consecuencia de eventos estresantes que disponen al individuo a padecerlo. Estos eventos podrían ser de carácter laboral fundamentalmente, ya que la interacción que el individuo mantiene con los diversos condicionantes del trabajo son la clave para la aparición del Burnout (14).

Se sabe que la causa de este síndrome son los factores viciados de la organización misma, por ejemplo, sobrecarga de trabajo, injusticia, falta de recompensa por el trabajo desempeñado, conflicto con los valores, pérdida de la cordialidad en el ambiente laboral y pérdida de control sobre lo que se realiza (15).

Factores desencadenantes del síndrome de Burnout

Existen ciertos factores determinantes en el desarrollo del síndrome.

1. La limitación de tiempo es citada como una de las razones más comunes.
2. El exceso de trabajo, la falta de energía y de recursos personales para responder a las demandas personales.
3. El conflicto de rol y la incompatibilidad entre las tareas y conductas.
4. La ambigüedad del rol, incertidumbre o falta de información sobre aspectos relacionados con el trabajo.
5. Falta de equidad o justicia organizacional.
6. Las relaciones tensas y conflictivas con los usuarios/clientes de la organización.
7. Impedimentos por parte de la dirección para que pueda desarrollar su trabajo.
8. La falta de participación en la toma de decisiones.
9. Imposibilidad de progresar/acceder en el trabajo.
10. Las relaciones conflictivas con compañeros y colegas (16,17).

Cuadro 1. Factores de riesgo del síndrome de Burnout

FACTOR	DEFINICIÓN
Factores relacionados con las características de cargo rol a desempeñar.	Se refieren a las características propias de la relación entre el trabajador y el cliente con aquellas relaciones que se espera que cumpla.
Factores relacionados con las características de la organización.	Se refiere a que presentan un clima poco satisfactorio para las personas que la integran y

	la forma en que está definido el trabajo y las posibilidades de llevarlo a cabo son difíciles.
Factores relacionados a aspectos personales del trabajador.	Es uno de los factores que ha tenido mayor polémica dentro de los investigadores y personas dedicadas a la psicología organizacional, por las implicancias que tiene en la organización en atribuir al Burnout a aspectos personales del trabajador.

Buzzetti y Caramés 2003. Clasificación de los factores de riesgo del Burnout (18).

Cuadro 2. Variables que intervienen en la aparición del síndrome de Burnout.

<p style="text-align: center;">Organizacionales</p> <p>Son variables intrínsecas a la organización que pueden por sí mismas generar situaciones negativas, o bien juegan un papel importante en la interacción continua trabajador y puesto de trabajo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dinámica del trabajo. ▪ Inadecuación profesional. ▪ Sobrecarga de trabajo. ▪ Infra carga de trabajo. ▪ Los contenidos. ▪ Ambiente físico de trabajo. ▪ Los turnos de trabajo. ▪ Conflicto y ambigüedad de rol. ▪ Estresores relacionados con las nuevas tecnologías. ▪ Estructura organizacional. ▪ Estresores económicos. ▪ Desafío en el trabajo. ▪ El clima organizativo.
<p style="text-align: center;">Sociales</p> <p>Variables no relacionadas con el contexto laboral y si con otros ámbitos</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Apoyo social. Este factor está centrado en el apoyo que la persona recibe de familiares y amigos; las relaciones mantenidas condicionan

<p>que pueden originar fricciones importantes: familia, amigos, estilo de vida, etc.</p>	<p>que el ambiente habitual de la persona sea agradable o no. Conforme aparecen ambientes más agresivos aumenta la posibilidad de padecer Burnout.</p>
<p style="text-align: center;">Personales</p> <p>Son variables propias del individuo y hacen referencia a aspectos de su personalidad, sus sentimientos y pensamientos, emociones, actitudes, etc. Estas variables más que desencadenantes, se consideran facilitadoras o inhibidoras del síndrome, esto es, que en función de que se presenten en menor o mayor grado, aumentara o disminuirá la posibilidad de que el Burnout aparezca.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Personalidad resistente. ▪ Sexo. ▪ Edad. ▪ Estado civil. ▪ Estrategias de afrontamiento. ▪ Autoeficacia. ▪ Expectativas personales.

Reynerio H. 2018. Tipos de variable que intervienen en la aparición del síndrome de Burnout (19).

Con estas variables, se puede resumir que las características de personalidad que pueden conducir más fácilmente a la persona sometida a un exceso de estrés a desarrollar un Burnout son:

- Sensibilidad emocional.
- Dedicación al trabajo.
- Idealismo.
- Personalidad ansiosa.
- Elevada auto exigencia.

1.4 Sintomatología del síndrome de Burnout

Los síntomas son una lista amplia, que no solamente se enfoca en el ámbito laboral sino también en el aspecto personal, familiar y social.

Es importante tener en cuenta que las personas afectadas por este síndrome no presentan todos los síntomas, incluso no son los mismos síntomas en todos los individuos (20).

Cuadro 3. Síntomas descriptivos el síndrome de Burnout.

<p style="text-align: center;">Actitudinales</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Desconfianza.▪ Poca verbalización en las interacciones.▪ Apatía.▪ Cinismo e ironía hacia el paciente.▪ Hostilidad.	<p style="text-align: center;">Sociales y de relaciones interpersonales</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Actitudes negativas hacia la vida▪ Disminuye la calidad de vida personal.▪ Problemas laborales.▪ Problemas de pareja y familiares▪ Aislamiento.
<p style="text-align: center;">Físicos</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Cansancio.▪ Fatiga crónica.▪ Trastornos del sueño.▪ Cefaleas.▪ Pérdida de peso.▪ Dolores musculares.▪ Taquicardia, Hipertensión.	<p style="text-align: center;">Cognitivos</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Problemas de atención.▪ Desinterés en el trabajo.▪ Sensación de abandonar la profesión.▪ Dificultad de memoria.▪ Negación de los problemas.▪ Frustración profesional.

<ul style="list-style-type: none"> ▪ Alteraciones respiratorias. ▪ Úlceras u otros desordenes gastrointestinales. ▪ Disfunciones sexuales. ▪ Pérdida de ciclos menstruales. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ideación suicida.
<p style="text-align: center;">Emocionales</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Agotamiento emocional. ▪ Sentimientos de impotencia y fracaso. ▪ Sentimientos depresivos. ▪ Ansiedad. ▪ Sentimientos de culpabilidad y soledad. ▪ Aburrimiento, mal humor. ▪ Rechazo hacia los demás. ▪ Bajo autoestima y poca realización personal. ▪ Baja tolerancia a la frustración. ▪ Impaciencia e irritabilidad. 	<p style="text-align: center;">Conductuales</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mala comunicación. ▪ Ausentismo laboral. ▪ Predominio de conductas adictivas y de evitación. ▪ Trastornos de la alimentación. ▪ Bajo rendimiento personal. ▪ Conflictividad interpersonal. ▪ Distanciamiento afectivo de familiares y amigos. ▪ Abuso de sustancias (café, tabaco, alcohol, fármacos, drogas, etc.)

Gil-Monte 2008. Sintomatología del síndrome de Burnout (20).

1.5 Consecuencias del síndrome de Burnout

El síndrome de Burnout conlleva a la aparición de consecuencias negativas tanto para el individuo como para el correcto funcionamiento de la organización, algunas de estas son: insatisfacción laboral, problemas de salud, abandono del trabajo, y estas consecuencias están estrechamente ligadas a las tres dimensiones del síndrome, agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. El síndrome de Burnout afectaría negativamente el buen funcionamiento del individuo, a nivel de consecuencias psicológicas en el contexto laboral y ambiental (18,21):

- Consecuencias psicológicas: La posible aparición de psicopatizaciones. Tales como el dolor de espalda o cabeza, úlceras, mareos, reacciones de ira, indignación.
- Consecuencias en el contexto organizacional: Se encuentra disminución de rendimiento, intención de abandonar el trabajo, retrasos y largas pausas durante el trabajo.
- Consecuencia del síndrome a nivel ambiental: Incluyen actitudes negativas hacia la vida en general como en la familia, amigos y disminución de la calidad de vida personal (21).

El síndrome de Burnout provoca en el individuo respuestas fisiológicas, cognitivas, afectivas y conductuales que al perdurar en el tiempo generan múltiples alteraciones, produciendo consecuencias nocivas para el individuo en forma de enfermedad con alteraciones psicopatológicas y a su vez afectan también a la organización (18).

Según la investigación de Bedoya, indican que las consecuencias evidentes en los odontólogos son el cansancio, la irritación, la impaciencia e incluso la falta de concentración. Los problemas de salud también se suman con los anteriores pues estas situaciones aumentan la ansiedad y generan patologías como dolencias cardíacas, musculares y digestivas (18).

1.6 Diagnóstico diferencial

Este síndrome debe diferenciarse de otros términos como estrés general y laboral, depresión, insatisfacción laboral y fatiga física.

Estrés general

En el diagnóstico diferencial entre el estrés general y el síndrome de Burnout se plantea que el estrés es una respuesta física y emocional que se presenta cuando

las demandas de trabajo no favorecen las capacidades, recursos o necesidades del trabajador, mientras que el burnout se toma como concepto un conjunto de signos y síntomas como son el agotamiento, depresión, ansiedad, desmotivación en el trabajo y la posible agresión hacia los demás (19).

Estrés laboral

El estrés se presenta como procesos breves, mientras que el burnout está presente por continuas situaciones que se desarrollan por las exigencias y el manejo de recursos lo cual provoca comportamientos inaceptables en el entorno (19).

Fatiga física

El síndrome de Burnout se caracteriza por una recuperación lenta y acompañada de sentimientos profundos de fracaso, mientras que en la fatiga física crónica la recuperación es más rápida y puede estar acompañada de sentimientos positivos de realización personal y a veces de éxito (18).

Insatisfacción laboral

Esta junto con el Burnout son experiencias psicológicas internas y negativas. Sin embargo, el Burnout incluye cambios de conducta hacia personas que se encuentran en su mismo ambiente laboral, así como cambios en el desarrollo, calidad de trabajo, disminución de la energía o agotamiento, mientras que la insatisfacción laboral no necesariamente (18,19).

Depresión

Se ha confirmado que la depresión tiene una correlación significativa con el cansancio emocional, pero no con las otras dos dimensiones del síndrome de Burnout.

Otra característica es que el síndrome de Burnout se asocia al trabajo y situaciones específicas con síntomas temporales. La depresión, por el contrario, puede surgir en otros contextos como el personal, social y/o familiar con síntomas profundos y generales. La depresión es caracterizada por una serie de síntomas al presentar un bajo estado de ánimo, mientras que el burnout es específico al ámbito profesional y laboral (18,19).

1.7 Diagnóstico y evaluación del síndrome de Burnout

La manera de cuantificar y diagnosticar este síndrome, así como sus componentes es a través de un cuestionario creado por Cristina Maslach en 1986 y que se denomina: Maslach Burnout Inventory Human Services (MBI-HSS). Ha sido el instrumento más ampliamente utilizado para medir el síndrome de Burnout (22).

Este cuestionario está constituido por 22 preguntas o ítems que evalúan los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo midiendo los tres componentes del síndrome (5).

- **Sub-escala de agotamiento emocional**

Consta de 9 preguntas, valora la vivencia de estar exhausto por las demandas del trabajo. Puntuación máxima de 54.

Puntuaciones de 27 o superiores serán indicativas de Burnout, el intervalo de 19-26 correspondería a puntuaciones intermedias y las puntuaciones por debajo de 19 indicativas de Burnout bajo o muy bajo (5,23,24).

- **Sub-escala de despersonalización**

Formada por 5 ítems, valora el grado en que cada uno reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento. Puntuación máxima de 30.

Puntuaciones superiores a 10 serían de nivel alto, 6-9 intermedios y menos de 6 indican bajo nivel de despersonalización (5,23,24).

- **Sub-escala de realización personal**

Se compone de 8 ítems, evalúa los sentimientos de auto eficiencia y realización personal en el trabajo. Puntuación máxima de 48.

Puntuación de 0-33 indica baja realización personal, 34-39 intermedia y más de 40, alta sensación de logro (5,23,24).

Rangos de medida o de la escala de tipo Likert del Test MBI-HSS.

- a) 0 = Nunca.
- b) 1 = Pocas veces.
- c) 2 = Una vez al mes o menos.
- d) 3 = Unas pocas veces al mes.
- e) 4 = Una vez a la semana.
- f) 5 = Unas pocas veces a la semana.
- g) 6 = Todos los días.

Puntuaciones altas en los factores agotamiento emocional y despersonalización y baja en el factor de realización personal definen el síndrome (9).

1.8 Tratamiento

Se establece en función de las molestias concretas que presenta el paciente y de su intensidad. Por tanto, el tratamiento se adapta a las necesidades individuales del paciente. El inicio temprano del tratamiento favorece el efecto sobre la evolución, según la teoría de Lizandro. Por otra parte, Ayuso menciona que es importante pasar tiempo libre, para refuerzo de la autoestima, reforzar los lazos familiares y mantener las relaciones sociales, además de analizar el perfeccionismo y si es posible, disminuirlo (25).

Actualmente no existe tratamiento específico, ni estrategias simples para prevenirlo, algunos suelen centrarse en la intervención individual, siempre y cuando se sepa cuáles son las causas que residen en el entorno laboral. Por tal razón debe abordarse su prevención a través de estrategias de prevención (28).

Estrategias de prevención

Individuales

Balarezo y González establecen un proceso constituido por cuatro fases (26):

- Conciencia del problema

Reconocimiento del problema, así como la comprensión, resultado de una situación estresante, que impide el logro del objetivo.

- Asumir responsabilidades

Reducción de efectos debilitantes.

- Lograr la claridad cognitiva implica desarrollar la habilidad para discriminar lo que puede ser o no ser cambiado en el ambiente laboral

Esa comprensión permite canalizar esfuerzos en la dirección en que hay mayor posibilidad de progreso significativo.

- Desarrollar nuevas herramientas

Para el afrontamiento, mejorar el rango y calidad de las que se posee.

Grupales

- Habitualmente las personas están integradas en numerosos grupos sociales y dada la importancia de esa red, con sus beneficios y exigencias; no sorprende que demandas conflictivas de grupos diferentes o la inhabilidad para responder a las demandas de un grupo, sean la causa principal del Burnout, cuando una de las recompensas de los grupos es el apoyo social, su uso creativo también podría servir como amortiguador contra el síndrome, lo cual facilitaría una reducción del estrés laboral y protección del mismo (26).

2. Planteamiento del problema

El estrés al que está sometido el profesional en su ambiente laboral lo afecta física y mentalmente, siendo determinante en el desempeño y compromiso con su trabajo. En el aspecto mental, el estrés laboral establecido de manera crónica puede originar una enfermedad considerada por muchos autores como una epidemia y conocida como síndrome de Burnout. Esta enfermedad afecta los recursos emocionales de todo profesional alterando sus actitudes y conductas, convirtiéndolos en personas duras, irritables, apáticas, cínicas y no realizadas en su profesión (18).

El síndrome de Burnout, también es conocido como “estar quemado” o “desgaste laboral”, es un concepto referido a un cuadro psicosocial descrito por primera vez en los años 70 por Freudenberg. Es una posible respuesta al estrés crónico experimentado en el contexto laboral. En la actualidad las exigencias laborales han provocado que el ritmo de vida este en constantes cambios tratándose de una experiencia subjetiva interna que agrupa sentimientos, actitudes y comportamientos que tienen un carácter negativo para el sujeto dado que implica alteraciones, problemas y disfunciones psicofisiológicas con consecuencias para el profesional (19).

Desafortunadamente la Odontología se considera como una de las profesiones más estresantes en el área de la salud y según Gil-Monte y Pier, existe una gran incidencia del síndrome de Burnout en esta profesión (10).

El cirujano dentista está sujeto a las expectativas y constante evaluación del paciente y al desgaste emocional que supone la interacción tratamiento-salud. Además, existe una serie de factores predisponentes que hace que los profesionales de este campo sean más susceptibles al desgaste profesional; sobrecarga laboral, ejercicio solitario, ejercicio profesional, ambigüedad en la relación paciente-profesional, riesgo económico, entre otros (19).

Estudios previos reportan que los factores que inciden en el aumento de la tensión en los Odontólogos son: El realizar su actividad laboral en un área limitada, con exigencias de tiempo entre un paciente y otro, cuestiones ergonómicas como

bipedestación prolongada, posturas forzadas y restringidas exclusivamente a la cavidad bucal, con insuficiente iluminación y ventilación. También mencionar que se tiene que tratar con pacientes de diferente personalidad: Hóviles, miedosos, agresivos, fóbicos e hipocondriacos. Todos los factores mencionados provocan múltiples consecuencias en el profesional ya sean físicas, psicológicas y socio-familiares; siendo las más evidentes entre los Odontólogos: Cansancio, irritación, impaciencia, dolores musculares a nivel del cuello, desconcentración e incluso llevando al ausentismo laboral. Si estas situaciones se prolongan y no se controlan pueden generar el Síndrome de Burnout (10).

Por lo tanto, con lo dicho anteriormente, se plantea la siguiente pregunta: ¿Cuál es la incidencia con la que se presenta el síndrome de Burnout en docentes y alumnos en la Universidad de Ixtlahuaca CUI?

3. Justificación

El síndrome de Burnout es una posible consecuencia del estrés crónico, experimentado en el contexto laboral de los profesionales que tienen contacto directo con las personas, este es un problema actual y cada vez más frecuente, siendo complicado y perjudicial, ya que afecta psicológica, física y socialmente. La capacidad de rendimiento en cualquier actividad profesional es uno de los temas más abordados actualmente, debido a la posible vinculación con el estrés que a su vez podría influir de manera negativa en la producción laboral y afectar a las personas que se encuentran en el entorno (27).

En nuestro país existe información que denota el incremento del mismo, siendo importante el aumento en las cifras, sin embargo, la Organización Mundial de la Salud, en su reunión del 20 de mayo en Ginebra, declaró que este síndrome para el año 2022 estará incorporado en la Clasificación Internacional de Enfermedades en la sección de problemas asociados al empleo o al desempleo dada la relevancia que presenta (28).

En el caso de los cirujanos dentistas; se describen como perfeccionistas y competitivos y para ellos es esencial mantener estándares altos para conservar el nivel de calidad de su trabajo. Pero el perfeccionismo, caracterizado por demandas críticas y constantes va más allá del deseo de dar lo mejor de sí mismo y es frustrante cuando el perfeccionismo nunca satisface. Por ello, Forrest menciona que “La búsqueda del perfeccionismo es una de las mayores causas de estrés y frustración en la odontología” (29). Por esta razón, el objetivo de este trabajo es determinar la incidencia de este síndrome, así como medir el grado de afección en personal docente y alumnos de la Universidad de Ixtlahuaca CUI. Los resultados de esta investigación podrían contribuir a detectar posibles medidas preventivas para disminuir el nivel de este síndrome.

4. Hipótesis

H_1 = Los docentes y alumnos de la Licenciatura de Cirujano Dentista en la Universidad de Ixtlahuaca CUI presentan una baja incidencia de síndrome de Burnout.

H_0 = Los docentes y alumnos de la Licenciatura de Cirujano Dentista en la Universidad de Ixtlahuaca CUI presentan una alta incidencia de síndrome de Burnout.

H_a = Los docentes y alumnos de tercero, cuarto y quinto año de la Licenciatura de Cirujano Dentista en la Universidad de Ixtlahuaca CUI presentan con mayor incidencia síndrome de Burnout en relación con los alumnos de primero y segundo año.

5. Objetivos

5.1 Objetivo general

- Determinar la incidencia del síndrome, mediante el cuestionario Maslach Burnout Inventory para identificar el nivel de desgaste profesional en los profesores y alumnos de la Licenciatura de Cirujano Dentista en la Universidad de Ixtlahuaca CUI.

5.2 Objetivos específicos

- Identificar la incidencia del síndrome de Burnout en personal docente de la Licenciatura de Cirujano Dentista en la Universidad de Ixtlahuaca CUI para valorar el aspecto sobresaliente de acuerdo al Maslach Burnout Inventory, para proponer posibles medidas de prevención.
- Describir la incidencia del síndrome de Burnout según las variables de sexo, edad, nivel académico, estado civil, especialidad.
- Diferenciar la intensidad del cansancio emocional que se presenta comparado con la frialdad y distanciamiento de la despersonalización.
- Comparar el nivel de autoeficacia de la realización personal que se presenta en el estudio.

6. Materiales y métodos

6.1 Diseño del estudio

Longitudinal, analítico y cohorte.

6.2 Población y Universo de estudio

Docentes Odontólogos y alumnos de la Licenciatura de Cirujano Dentista de la Universidad de Ixtlahuaca CUI.

6.3 Muestreo

Probabilístico, aleatorio simple.

6.4 Criterios de Inclusión, exclusión y eliminación

Criterios de inclusión

- Docentes que impartan clases y alumnos de todos los grados académicos de la licenciatura en la Universidad de Ixtlahuaca CUI.
- Personas que estén de acuerdo en participar en el estudio y firmen el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que solo cursen 3 materias del plan de estudios.
- Estudiantes de 5to año que solo cursen una clínica integral.

Crterios de eliminaci3n

- Personas que decidan no continuar con el estudio.

6.5 Variables de estudio

Dependientes

Variable	Definici3n conceptual	Definici3n operacional	Tipo de variable	Escala de medici3n
S3ndrome de Burnout	Respuesta f3sica y emocional al estr3s cr3nico y sostenido del ambiente laboral afectando la calidad de vida y salud mental del profesional que lo padece.	Mediante la aplicaci3n del cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI), categoriz3ndose en: <ul style="list-style-type: none">• Alto• Medio• Bajo	Cualitativa	Ordinal
Cansancio emocional	P3rdida progresiva de las energ3as vitales y una desproporci3n creciente entre el trabajo realizado y el cansancio experimentado.	Respuestas a la sub escala de cansancio emocional del Maslach Burnout Inventory (MBI), categoriz3ndose en: alto, medio y bajo, con indicios	Cualitativa	Ordinal

		del mismo mayor a 26 puntos.		
Despersonalización	Característica específica del Burnout. Insensibilidad y deshumanización en el servicio con frialdad e indiferencia.	Respuestas a la sub escala de Despersonalización del Maslach Burnout Inventory (MBI), categorizándose en: alto, medio y bajo, con indicios del mismo mayor a 9 puntos.	Cualitativa	Ordinal
Realización personal	Baja eficiencia y productividad en el trabajo.	Respuestas a la subescala de Realización Personal del Maslach Burnout Inventory (MBI), categorizándose en: alto, medio y bajo, con indicios del mismo menor a 34 puntos.	Cualitativa	Ordinal

Independientes

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Escala de medición	Unidad de medición
Edad	Número de meses y años que se utiliza para conocer el tiempo de vida de una persona.	Se obtendrá mediante la anamnesis.	Cuantitativa	Razón
Sexo	Propiedades o cualidad por medio de la cual se clasifican a los organismos como femeninos o masculinos, con base a los órganos reproductivos y a las funciones de los dichos.	Se obtendrá mediante la anamnesis dividiéndolo en femenino y masculino.	Cualitativa	Nominal
Estado civil	Condición de cada individuo en relación con los derechos y obligaciones civiles.	Se obtendrá mediante la anamnesis: Soltero/a Casado/a Divorciado/a Viudo/a Unión libre	Cualitativa	Nominal

Años de experiencia laboral	Número de años ejerciendo la profesión.	Se obtendrá mediante la anamnesis dividiendo esto en grupos de años: 1 a 5 años 6 a 10 años Más de 10 años	Cualitativa	Ordinal
Grado académico	Estudios cursados por un graduado o licenciado que derivan de un conjunto de conocimientos médicos especializados relativos a un área específica.	Se obtendrá mediante la anamnesis: Endodoncia Ortodoncia Cirugía maxilofacial Periodoncia Odontopediatría Prótesis Prostodoncia Maestría Posdoctorado	Cualitativa	Nominal

6.6 Procedimiento

Se solicitó permiso a la dirección técnica de la licenciatura para acceder a las aulas y se aplicó el cuestionario (Anexo 1), siendo sujetos de estudio los alumnos de todos los grados académicos y docentes. De igual manera se solicitaron las listas de los alumnos y matrícula docente para llevar un control de aplicación de los cuestionarios.

Se seleccionó la muestra de un total de 680 alumnos, considerando de forma aleatoria a 246 alumnos sustentado en la ecuación estadística para proporciones poblacionales:

$$n = \frac{z^2(p \cdot q)}{e^2 + \frac{z^2(p \cdot q)}{N}}$$

Donde:

n= Tamaño de la muestra

z= Nivel de confianza deseado

p= Proporción de la población con la característica deseada (éxito)

q= Proporción de la población sin la característica deseada (fracaso)

Considerando un nivel de confianza del 95% y un 5% de margen de error, mientras que la población docente será de un total de 40 docentes tomados como el 100%.

Se realizó un consentimiento informado para ser firmado por cada participante (Anexo 2), aceptando colaborar con la investigación. Después se recolectaron datos derivados de la ficha de identificación (Anexo 3) el cual evaluó variables sociodemográficas, situación laboral, etc. Posteriormente se aplicó el cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) utilizado para el estudio del síndrome (Anexo 4 y 5).

Maslach y Leiter desarrollaron el “Cuestionario de Maslach”, que es el instrumento para medir el SB más utilizado en todo el mundo y ha sido traducido por el Dr. José Carlos Mingote Adán, de la Universidad Complutense de Madrid, España.

Está constituido por 22 preguntas o ítems sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo y hacia los pacientes, las cuales sirven para medir el desgaste profesional, mide los 3 aspectos del síndrome de Burnout: Agotamiento emocional, compuesta por 9 ítems (1,2,3,6,8,13,14,16,20) y mide los sentimientos de sobrecarga

emocional. La despersonalización, integrada por 5 ítems (5,10,11,15,22) valora los sentimientos y actitudes negativas hacia el paciente. Realización personal, consta de 8 ítems (4,7,9,12,17,18,19,21) mide sentimientos de competencia y de consecución de logros.

6.7 Consideraciones bioéticas

El proyecto se llevó a cabo de acuerdo a los apartados que dicta la declaración de Helsinki “Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos” sustentado en la norma oficial mexicana NOM-004-SSA3-2012, del Expediente Clínico y con base a la Ley General de Salud en materia de investigación para la salud, considerando su artículo 13; el cual establece que en toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, deberá prevalecer el criterio del respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y bienestar.

Se considera este proyecto de investigación sin riesgo, de acuerdo al artículo 17 en su apartado I, ya que el presente método de investigación no realiza ninguna intervención o modificación intencionada en las variables fisiológicas, psicológicas y sociales de los individuos que participan en el estudio.

Así mismo en el artículo 18 indica que el investigador principal suspenderá la investigación de inmediato, al advertir algún riesgo o daño a la salud del sujeto en quien se realice la investigación, de tal manera será suspendida de inmediato cuando el sujeto de investigación así lo manifieste.

Finalmente, en el artículo 20 se considera consentimiento informado al documento por escrito, mediante el cual el sujeto de investigación autoriza su participación en la misma, con pleno conocimiento de la naturaleza de los procedimientos y riesgos a los que se someterá, con la capacidad de libre elección y sin coacción alguna.

Es de importancia para este estudio, salvaguardar los datos personales, recabados en esta investigación, guardando la confidencialidad de los sujetos bajo investigación.

6.8. Análisis estadístico

Después de realizar la aplicación de cuestionarios a docentes y alumnos, los datos recolectados se procesaron con el fin de ejecutar el análisis descriptivo y estadístico, utilizando tablas de frecuencia, gráficas de barras y de pastel; mediante una base de datos que es el programa Microsoft Excel-2010, así mismo se hizo uso del programa estadístico SPSS versión 23 para establecer y definir resultados de nuestros objetivos de investigación.

7. Resultados

El presente estudio tuvo como finalidad determinar la incidencia del síndrome de Burnout en docentes y alumnos de la licenciatura de Cirujano Dentista de la Universidad de Ixtlahuaca CUI, en su segundo período de evaluación ordinaria, teniendo como variables su edad, sexo y estado civil.

Se aplicó el cuestionario MBI (Maslach Burnout Inventory) constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes, su función es medir el desgaste. En el estudio se incluyeron 321 individuos de un total de 679, del cual 31 fueron docentes y 290 fueron alumnos, tomando como base la ecuación estadística para proporciones poblacionales. En la tabla 1 se muestran los resultados descriptivos de la muestra, donde el promedio de edad fue de 30.32 ± 5.54 . Los individuos fueron principalmente mujeres (67.91%). Predomina el estado civil soltero con un total de 295 individuos.

Tabla 1. Análisis descriptivo de la muestra

Muestra		n=	Variables							
			Edad	Sexo		Estado civil				
				M	F	Soltero	Casado	Viudo	Divorciado	Unión libre
Alumnos	1ro	106	18.60 ±1.27	38	68	104	1	0	0	1
	2do	57	19.93 ±1.12	13	44	57	0	0	0	0
	3ro	60	20.76 ±0.79	18	42	59	0	0	0	1
	4to	32	21.6 ±.53	10	22	32	0	0	0	0
	5to	35	23.12 ±1.42	12	23	33	1	0	0	1
	Total alumnos	290	20.80 ±1.02	91	199	285	2	0	0	3
Docentes	Licenciatura	9	41.33 ±11.45	2	7	2	5	0	1	1
	Posgrado	22	38.36 ±8.69	10	12	9	10	0	2	1
	Total docentes	31	39.84 ±10.07	12	19	11	15	0	3	2
	Total	321	30.32 ±5.54	103 32.08%	218 67.91%	296	17	0	3	5

Fuente: directa

En la tabla 2 se muestra la incidencia de Burnout en alumnos, con edad promedio de 20.15 ± 1.9 , en cansancio emocional, 20.22 ± 2.00 en despersonalización y 20.17 ± 1.89 en realización personal, en la variable indicios de Burnout la edad promedio es de 21.04 ± 2.58 , en la variable Burnout la edad promedio fue de 19.72 ± 1.64 predominando el sexo femenino.

En la variable de grado el cansancio emocional presentó un nivel alto en 156 alumnos, predominando en los alumnos de segundo grado (61.4%) un nivel medio en 81 alumnos, predominando en los alumnos de tercer grado con un (31.7%) y un nivel bajo en 53 alumnos, predominando en los alumnos de quinto grado (25.7%).

La despersonalización presenta un nivel alto en 154 alumnos, predominando en los alumnos de segundo grado (61.4%), un nivel medio en 69 alumnos, predominando en los alumnos de quinto grado (28.6%) y un nivel bajo en 67 alumnos, predominando en los alumnos de quinto grado (31.4%).

La realización personal presenta un nivel alto en 41 alumnos, predominando en alumnos de quinto grado (20.0%), un nivel medio en 67 alumnos, predominando en alumnos de segundo grado (31.6%) y un nivel bajo en 182 alumnos, predominando en alumnos de cuarto grado (71.9%).

La variable indicios de Burnout se presentó en 64 alumnos, predominando en los alumnos de quinto grado (34.3%) y el Burnout establecido se presentó en 80 alumnos, predominando en los alumnos de cuarto grado (34.4%).

El sexo femenino se encontró dominante en todas las variables determinantes de Burnout, en relación al estado civil predominó la variable de soltero.

Tabla 2. Incidencia de Burnout según variables independientes en alumnos

Muestra		n=	Edad	Sexo		Grado					Estado Civil		
				Masculino	Femenino	1ro	2do	3ro	4to	5to	Soltero	Casado	Unión Libre
Cansancio emocional	Alto	156	20.23 ±2.07	49	107	52 49.1%	35 61.4%	34 56.7%	19 59.4%	16 45.7%	154	1	1
	Medio	81	20.12 ±1.93	23	58	32 30.2%	15 26.3%	19 31.7%	5 15.6%	10 28.6%	79	0	2
	Bajo	53	20.11 ±1.70	19	34	22 20.8%	7 12.3%	7 11.7%	8 25.0%	9 25.7%	52	1	0
	Total	290	20.15 ±1.9	91	199	106	57	60	32	35	285	2	3
Despersonalización	Alto	154	20.06 ±1.81	57	97	55 51.9%	35 61.4%	31 51.7%	19 59.4%	14 40.0%	152	0	2
	Medio	69	20.44 ±2.37	19	50	27 25.5%	12 21.1%	12 20.0%	7 21.9%	11 31.4%	67	2	0
	Bajo	67	20.17 ±1.84	15	52	24 22.6%	10 17.5%	17 28.3%	6 18.8%	10 28.6	66	0	1
	Total	290	20.22 ±2.00	91	199	106	57	60	32	35	285	2	3
Realización personal	Alto	41	20.12 ±1.89	9	32	14 13.2%	8 14.0%	9 15.0%	3 9.4%	7 20.0%	39	1	1
	Medio	67	20.22 ±1.71	23	44	20 18.9%	18 31.6%	14 23.3%	6 18.8%	9 25.7%	67	0	0
	Bajo	182	20.18 ±2.07	59	123	72 67.9%	31 54.4%	37 61.7%	23 71.9%	19 54.3%	179	1	2
	Total	290	20.17 ±1.89	91	199	106	57	60	32	35	285	2	3
Indicios de burnout		64	21.04 ±2.58	16 25%	48 75%	13 12.3%	13 22.8%	16 26.7%	10 31.3%	12 34.3%	63	1	0
Burnout		80	19.72 ±1.64	29 36.25%	51 63.75%	35 33.0%	17 29.8%	14 23.3%	11 34.4%	3 8.6%	79	0	1

Fuente: directa

En la tabla 3 se muestra la incidencia de las variables independientes de los tres valores determinantes de Burnout en docentes, divididos en alto, medio y bajo, con edad promedio de 37.33 ± 5.38 en cansancio emocional, 38.17 ± 6.79 en despersonalización y 43.27 ± 10.28 en realización personal, en la variable indicios de Burnout la edad promedio es de 36 ± 0 , en la variable Burnout la edad promedio fue de 0 predominando el sexo femenino.

En la variable estado civil destacaron los casados, en los años de experiencia laboral dominó la variable más de 10 años, seguida de la variable 1 a 5 años.

En relación al grado académico se encontró que 22 de los 31 docentes encuestados cuentan con posgrado y 9 con licenciatura.

Tabla 3. Incidencia de Burnout según variables independientes en docentes

	n=	Edad	Sexo		Estado Civil					Años de Experiencia Laboral			Grado Académico		
			Masculino	Femenino	Soltero	Casado	Viudo	Divorciado	Unión Libre	1 a 5 años	6 a 10 años	Más de 10 años	Licenciatura	Posgrado	
C.E	Alto	3	34.66 ±1.15	1	2	1	1	0	0	1	1	2	0	0	3
	Medio	6	36.83 ±4.16	0	6	2	4	0	0	0	2	2	2	1	5
	Bajo	22	40.50 ±10.85	11	11	8	10	0	3	1	8	4	10	8	14
	Total	31	37.33 ±5.38	12	19	11	15	0	3	2	11	8	12	9	22
D.P	Alto	1	36 ±0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1
	Medio	6	39.16 ±10.83	2	4	4	1	0	1	0	4	0	2	0	6
	Bajo	24	39.37 ±9.54	10	14	7	14	0	2	1	7	7	10	9	15
	Total	31	38.17 ±6.79	12	19	11	15	0	3	2	11	8	12	9	22
R.P	Alto	26	38.15 ±9.06	11	15	8	13	0	3	2	10	6	10	6	20
	Medio	3	40.66 ±9.07	1	2	1	2	0	0	0	1	2	0	2	1
	Bajo	2	51 ±12.72	0	2	2	0	0	0	0	0	0	2	1	1
	Total	31	43.27 ±10.28	12	19	11	15	0	3	2	11	8	12	9	22
Incidencia de Burnout	1	36 ±0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1
Burnout	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Fuente: directa

8. Discusión

El síndrome de burnout describe en forma coloquial la actividad de ciertos trabajadores de la salud hacia su labor cotidiana sumado a que se ha documentado que la práctica dental es considerada como la profesión de las ciencias de la salud que más ansiedad produce (17).

Durante la investigación se aplicó el cuestionario MBI (Maslach Burnout Inventory) realizando una prueba piloto a los alumnos de todos los grados de la licenciatura.

Se hicieron modificaciones a las preguntas del cuestionario para adaptarlas a nuestra población de estudio obteniendo un alfa de Cronbach de 0.78 lo cual indicó una alta confiabilidad del instrumento de estudio.

Los resultados del estudio indican que la tendencia a presentar Burnout en el sexo femenino es alta (67.91%) en relación al sexo masculino (32.08%) este resultado es similar comparado con estudios previos donde muestran que el síndrome se presenta mayormente en mujeres.

Se evaluó a 321 individuos indicando que los resultados de incidencia de Burnout tienen preferencia por el sexo femenino, ya que la población de estudio fue mayor que el sexo masculino. Respecto al sexo en el grupo de estudiantes de odontología, el sexo masculino es predominante en lo reportado, información contraria a la del presente estudio. Aunque en una investigación realizada en México en estudiantes, se encontraron porcentajes similares entre hombres y mujeres (28).

En relación al estado civil, de los integrantes de los grupos estudiados, no es posible compararlos del todo, ya que solo en el caso de los estudiantes existe en la literatura un estudio sobre este rubro, donde el 95% eran solteros y solo el 5% casados (7) datos similares a lo encontrado en el presente estudio indica que el estado civil más sobresaliente es la variable de soltero y en los docentes predomina el estado civil casado. En la variable años de experiencia laboral correspondiente a los docentes predomina más de 10 años. Algunos autores han encontrado que el síndrome sería más frecuente después de los 10 primeros años de ejercicio profesional, de forma que tras este periodo ya se habría producido la transición de las expectativas idealistas a

la práctica cotidiana, viéndose como la recompensas profesionales y económicas no son ni las prometidas, ni las esperadas (29).

Actualmente en México, se reconoce que la profesión del odontólogo es altamente estresante, tanto por el trato con usuarios con reacciones de temor o angustia al tratamiento, como por la manipulación instrumental y exposición a riesgos, por ejemplo: Ruido, temperatura, posturas específicas, sustancias químicas, etcétera. (22)

En la universidad de Ixtlahuaca CUI en la licenciatura de Cirujano Dentista el cansancio emocional tuvo más incidencia en 156 alumnos (61.4%) presente en alumnos de segundo grado, la despersonalización se presentó en alumnos del mismo grado, con un total de 154 alumnos (61.4%) y en la realización personal se presentó en alumnos de quinto grado con un total de 41 alumnos (20.0%). Las variables para generar estrategias y detener el desarrollo de este síndrome serán propuestas para los alumnos de cuarto y quinto grado principalmente, ya que la variable indicios de Burnout se presentó en 64 alumnos de quinto grado (34.3%) y Burnout establecido en 80 alumnos de cuarto grado (34.4%) determinando que un factor predisponente para el desarrollo de este síndrome en los estudiantes es el contacto de primera instancia y la relación odontólogo-paciente en los primeros años de la licenciatura, situación que también puede establecerse por el contacto con instrumental relacionado a la práctica clínica, ya que son experiencias nuevas de aprendizaje para los estudiantes, tomando en cuenta que la práctica en simuladores es totalmente diferente con relación al paciente.

Este estudio nos permitió conocer la situación a la que diariamente se exponen los estudiantes de la licenciatura, en relación al cansancio emocional que como se describe, presenta una vivencia de fatiga por las demandas de trabajo, la despersonalización se describe como una respuesta de tipo impersonal y actitudes negativas hacia los pacientes, tomando en cuenta que estos dos rubros se presentan con mayor frecuencia en alumnos de segundo grado, que de acuerdo con el plan de estudios incorporado a la UNAM, es cuando se llevan a cabo las primeras prácticas en paciente, se realizarán sugerencias previas a las nuevas generaciones para determinar cuáles son las cátedras que mayor ansiedad les generan a los estudiantes, en cuanto a la realización personal que se presenta como una satisfacción personal y

competencia en la práctica de trabajo se generó un resultado sobresaliente en los estudiantes de quinto grado, situación lógica ya que es cuando se deja de lado la teoría y la mayor parte de las clases son clínico-prácticas y en efecto el nivel de competencia es alto porque la evaluación depende directamente de los trabajos realizados en pacientes.

9. Conclusiones

Las principales detonantes para desarrollar síndrome de Burnout son el cansancio emocional, la despersonalización y la realización personal, las cuales afectan nuestro nivel de vida debido a que existe una falta de equilibrio entre la vida laboral-profesional y personal, desencadenando depresión y baja autoestima, afectando de manera directa a personas que tienen contacto en el primer nivel de atención como es el caso de los cirujanos dentistas, ya que todo lo que implique ayudar a otros puede generar ansiedad, estrés, fatiga, frustración, si los resultados no son los esperados. El síndrome suele aparecer en personas que eligen su profesión de manera vocacional, tienen un estímulo alto de respuesta a los problemas, no renuncian a sus ambiciones y aspiraciones.

Generalmente las personas con diagnóstico de Burnout presentan rasgos de personalidad perfeccionistas y llevan un estilo de vida estresante, su nivel de exigencia es agobiante, padecen de estrés crónico que finalmente se manifiesta como insatisfacción laboral generando actitudes cínicas, baja autoestima, se sienten agotados y desmotivados todo el tiempo, esto afecta de manera directa su vida laboral, social y familiar.

El diagnóstico oportuno implica no modificar las expectativas de la persona, respecto a sus prioridades profesionales-laborales, si no realizar un ajuste de sus actividades apegadas a la realidad modificando su entorno y condiciones de desempeño laboral, estableciendo límites y adoptando hábitos de vida saludables.

En nuestro estudio encontramos que los estudiantes de segundo, cuarto y quinto grado de la licenciatura son los más predisponentes a desarrollar este síndrome, se sugiere identificar los factores que ocasionan los síntomas, ya que una cefalea constante, dolor de espalda y una lumbalgia son características de un Burnout leve, puede orillar a los individuos a padecer un Burnout extremo presentando aislamiento, crisis existenciales, depresión crónica y desafortunadamente llevarlos al suicidio, una vez identificados los factores se deben generar estrategias como aplicar rutinas de estiramiento y postura para odontólogos dedicando en promedio diez minutos en caso de tener sesiones de seis horas continuas con la finalidad de evitar la fatiga mental.

El probable pronóstico de la incidencia de Burnout en el presente estudio se considera que en el segundo grado de licenciatura se presenta un cambio drástico por el grado de dificultad de ciertas materias, en comparación de cuarto grado donde aumenta el nivel de tratamientos y finalmente en quinto grado donde la mayoría de los requisitos para aprobar son altas de pacientes, se sugiere reconocer y enfocar las capacidades de cada individuo con base en sus fortalezas y habilidades dentro de las diversas áreas que abarca la odontología.

En relación a las tutorías, se sugiere a los docentes generar estrategias donde les sea posible a los estudiantes olvidarse un momento de su rutina, las cuales van desde cambiarse de lugar, tomar clases al aire libre, hasta aprender alguna actividad artística. Padecer estrés crónico antes de manifestar Burnout no siempre es negativo, este se manifiesta de manera positiva en que los individuos sean más afectivos, reaccionan mejor y rinden más en sus actividades a diferencia del Burnout donde la mayoría de las detonantes son negativas.

Concluimos que las reacciones positivas del cansancio emocional son para llegar con mejor actitud a clínicas y realizar los tratamientos en el menor tiempo posible, referente a la despersonalización para evitar el aburrimiento de los pacientes y la ausencia por tratamientos largos, así mismo el rechazo y negatividad del estudiante, la realización personal permite a los estudiantes reconocer lo que puede cambiar desde una perspectiva personal hasta una colectiva para detectar porque estudian odontología y reconocer si realmente se cumplen sus expectativas.

Sugerimos se implementen estrategias, las cuales permitan a los estudiantes descubrir sus habilidades sin necesidad de desertar en el proceso, realizar actividades sin descuidar lo que se busca aprender. Por experiencia, una actividad que estableció un equilibrio entre aprender odontología y liberar un poco la tensión de la clase fue una obra de teatro con conceptos de odontología adaptados a una situación cómica, esta actividad trascendió y sucesivamente la clase fue más amena.

Esta investigación permite dar pauta a una siguiente donde los porcentajes puedan disminuir con la implementación de las actividades.

10. Referencias bibliográficas

1. R., Carrillo, Gomez K El. Síndrome de burnout en la práctica médica. *Med Int Mex.* 2012;2628(6):579–84.
2. Zavala-González M, Posada-Arévalo S, Jiménez-Mayo O, López-Méndez R, Pedrero-Ramírez L, Pérez-Arias M. Antropometría y colesterol en personal médico y de enfermería de una unidad médica familiar en Tabasco, México. *Rev médica MD* 2011;2(3):116–22
3. Moreno-Jimenez B, Rodríguez-Carvajal R, Redonda EE. La Evaluación del Burnout profesional. Factorialización del MBI-GS. Un análisis preliminar. *Ansiedad y Estrés.* 2001;7(1):69–78.
4. Aldrete M, Pando M, Aranda C, Balcazar N. Investigación en salud Síndrome de Burnout en maestros de educación básica , nivel primaria de Guadalajara. *Redalyc.* 2003;1:10.
5. Azevedo L, Tonini C, Marques R, Dias L, Mancio E. Estrés y Burnout entre residentes multiprofesionales. *Rev Lat Am Enfermagem.* 2012;20(6):1–8.
6. Kamber EY, Akgüngör K, Safvan CP, Mathur D. Síndrome De Burnout Y Factores Asociados En Personal De Salud En Tres Instituciones De Bogotá. *Chem Phys Lett .*1996;258(3–4):336–41.
7. Gutierrez GA, Axayacalt G, Aceves G, Ángel M, López C, Moreno Jiménez S, Síndrome de burnout Tema selecto E Artemisa, *Arch Neurocien.* 2013;11(4):305–9.
8. Selma Demirdağ; danışman Melek Ardahan. Ev ortamındaki yaşlıların malnütrisyon riskleri ile fonksiyonel yeterlilikleri arasındaki ilişki. *InterAção Psy- Ano* 2012;1:19–33.
9. Juárez-García A, Idrovo AJ, Camacho-Ávila A, Placencia-Reyes O. Síndrome de burnout en población mexicana: Una revisión sistemática. *Salud Ment.* 2014;37(2):159–76.
10. Cárdenas E, Dona M. Prevalencia del síndrome de burnout en odontólogos de los distritos de salud de la provincia de Bolívar. 2017.
11. Carlotto MS, Gobbi MD. Desempleo y síndrome de Burnout. *Rev Psicol.*

- 2012;10(1):131–40.
12. Goldstone PD, Hopkins F, Malmin RE, Paul P. Sequence of subbarrier fission resonances in U236. *Phys Rev Lett.* 1975;35(17):1141–3.
 13. Japsy M, Alpi V. Burnout "síndrome de quemarse en el trabajo (SQT)". *Acta colombiana de psicología.* 2007
 14. Carlin M, Fayos JGDL. El síndrome de burnout : Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. 2010
 15. Palmer Y, Gómez-Vera A, Cabrera-Pivaral C, Prince-Vélez R, Searcy R. Factores de riesgo organizacionales asociados al Síndrome de Burnout en médicos anestesiólogos. *Salud Ment.* 2005;28(1):82–91.
 16. Magalhães E, Carolina Á, Sousa M De, Sousa C, Cláudio L, et al. Prevalencia del síndrome de burnout entre los anestesiólogos del Distrito Federal . *Brazilian J Anesthesiol* 2015;65(2):104–10.
 17. Contreras Y, Suarez D. Síndrome De Burnout : Comparación entre alumnos y profesor-Odontólogo en La Facultad de odontología de la Universidad de los Andes. *Acta Bioclinica* 2013;3(5):158–77.
 18. Bermeo Y. Síndrome de Burnout en los docentes de la Universidad Nacional de Loja 2016. 2016;109.
 19. Reynerio H. Síndrome de Burnout en cirujanos dentistas que laboran en consulta privada en la provincia de San Roman Juliaca 2018. 2018;99.
 20. Saborío Morales L, Fernando Hidalgo Murillo L. Revisión Bibliográfica del Síndrome de Burnout. 2015;32(1):6.
 21. Guerrero E, Rubio J. Estrategias de prevención e intervención del "Burnout" en el ámbito educativo. 2005;28(5): 27-37
 22. Colunga Rodríguez C, Ávalos Latorre ML, Vázquez Goñi JM, Preciado Serrano MDL, Pozos Radillo E. Relación entre factores psicosociales, agotamiento emocional laboral y burnout en odontólogos mexicanos. *Univ Psychol.* 2017;16(2).
 23. Grau A, Flichtentrei D, Suñer R, Prats M, Braga F. Influencia de factores personales, profesionales y transnacionales en el síndrome de burnout en personal sanitario hispanoamericano y español (2007). *Rev Esp Salud Publica.*

2009;83(2):215–30.

24. Preciado M, Franco SA, Juan C. Perfil de estrés y síndrome burnout en estudiantes stress profile and syndrome burnout in mexican dental students of a introducción. 2010;8(3)
25. Yubillo T. El síndrome de burnout y su influencia en el desempeño laboral en el área de vinculación de la ep petroecuador. Informe final del trabajo de Titulación de Psicóloga Industrial. Carrera de Psicología Industrial. Quito: UCE. 2015; 152.
26. Bedoya A., Díaz T., Dongo D., Guillinta G., Moncada P. Síndrome de Burnout en cirujanos dentistas, Repositorio Institucional UNA-PUNO, 2008; 5 (2)
27. Gonzalez N., Efectos de la Globalización en el ámbito laboral de la atención de la salud de sus trabajadores, 2012;25(70): 171-192.
28. Organización Médica Colegial de España. Madrid: OMCE; 2019, La OMS reconoce como enfermedad el burnout o "síndrome de estar quemado". <https://amp/s/www.clarin.com>
29. Juárez A, Idrovo A., Camacho A, Placencia O. Síndrome de burnout en población mexicana: Una revisión sistemática. 2014 ; 37(2): 159-176

11. Anexos



**UNIVERSIDAD
DE IXTLAHUACA CUI**

"2019. Año del Centésimo Aniversario Luctuoso de Emiliano Zapata Salazar, el Caudillo del Sur"

Ixtlahuaca, México, a 07 de Octubre de 2019

**ASUNTO: SOLICITUD DE APROBACION PARA
APLICACIÓN DE CUESTIONARIO DE INVESTIGACION DE TESIS**

M. en C. ELIZABETH SANCHEZ GUTIERREZ
DIRECTORA TECNICA DE LA LICENCIATURA DE CIRUJANO DENTISTA
UNIVERSIDAD DE IXTLAHUACA CUI
PRESENTE

Reciba por este medio un cordial saludo, así mismo, nos dirigimos a usted de la manera más atenta, para solicitar su aprobación para la aplicación del cuestionario "MBI Maslach Burnout Inventory para determinar la incidencia de Síndrome de Burnout" aplicado a docentes y alumnos de todos los grados académicos de la institución antes mencionada, que usted dignamente dirige, que realizarán las **P.C.D Delma Gómez García y P.C.D Edna Alejandra Retana García**, siendo asesora la C.D Verónica Soto Dueñas y asesor metodológico el M.C.O. Leopoldo Javier Díaz Arizmendi.

Nos permitimos solicitar su apoyo, ya que es de suma importancia para la realización de este proyecto de investigación y conclusión de tesis.

Quedamos en espera de su pronta respuesta, así mismo; emita un oficio de autorización.


Sin otro particular por el momento, agradecemos sus atenciones.


ATENTAMENTE


C.D Verónica Soto Dueñas


P.C.D Delma Gómez García


M.C.O. Leopoldo Javier Díaz
Arizmendi


P.C.D Edna Alejandra Retana
García

Vo. Bo

Dir. Acad.
M.en C.
Elizabeth
Sánchez
Gtz.

(Anexo 1)



UNIVERSIDAD DE IXTLAHUACA CUI
LICENCIATURA EN CIRUJANO DENTISTA



CONSENTIMIENTO INFORMADO

A través de este documento, solicitamos su autorización para participar en el estudio: "INCIDENCIA DE SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES Y ALUMNOS DE LA LICENCIATURA EN CIRUJANO DENTISTA DE LA UNIVERSIDAD DE IXTLAHUACA CUI". Misma que se evaluará con un cuestionario "MBI Maslach Burnout Inventory", dicho proyecto se realizará por las pasantes de Cirujano Dentista P.C.D Delma Gómez García y P.C.D Edna Alejandra Retana García, en asesoramiento de C.D Verónica Soto Dueñas y M.C.O Leopoldo Javier Díaz Arizmendi, para obtener el grado de Cirujano Dentista.

La finalidad del estudio es evaluar el estado emocional, para proponer alternativas y estrategias que favorezcan las condiciones laborales de los cirujanos dentistas, valorando el posible riesgo de desarrollar Síndrome de Burnout (Síndrome de Desgaste Profesional), el cual es un problema creciente, que comprende alteraciones físicas, somáticas y psicológicas; valorando el cansancio emocional, la despersonalización y la baja realización personal, que puede ocurrir entre individuos que trabajan con personas.

Los datos obtenidos son estrictamente confidenciales y su uso será exclusivamente con fines para la investigación, de esta manera solicitamos, conteste el cuestionario con la mayor sinceridad posible, sintiéndose libre de retirarse del estudio, en el momento que considere pertinente.

Sin otro particular por el momento, agradecemos de antemano sus atenciones y su autorización para la recolección de información, de igual manera nos ponemos a su disposición para cualquier duda o aclaración al respecto en el siguiente correo electrónico: sxburnout.uicuicd@gmail.com y en los números telefónicos de la dirección técnica de la Licenciatura en Cirujano Dentista: 712 283 10 12 / 800 50 59 610 ext. 1210 / 712 283 91 21.

Acepto voluntariamente participar en este estudio, así como acepto haber leído anteriormente la información establecida.

NOMBRE COMPLETO Y FIRMA: _____

(Anexo 2)



**UNIVERSIDAD DE IXTLAHUACA CUI
LICENCIATURA EN CIRUJANO DENTISTA**



**“INCIDENCIA DE SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES Y ALUMNOS DE LA
LICENCIATURA EN CIRUJANO DENTISTA DE LA UNIVERSIDAD DE IXTLAHUACA CUI”**

INSTRUCCIONES: Marque con una “X” frente a la opción que elija como respuesta a cada pregunta, por favor responda con total sinceridad, recuerde que su respuesta será evaluada a nivel global, no individual.

1.- EDAD (En años cumplidos): _____

2.- SEXO: Masculino () Femenino ()

3.- ESTADO CIVIL:

-Soltero ()

-Casado ()

-Viudo ()

-Divorciado ()

-Unión libre ()

4.- AÑOS DE EXPERIENCIA LABORAL (**sólo docentes**):

-1 a 5 años () -6 a 10 años () -Más de 10 años ()

5.- GRADO ACADÉMICO (**sólo docentes**):

-Licenciatura ()

-Maestría () especifique: _____

-Especialidad () especifique: _____

-Doctorado () especifique: _____

6.- GRADO ESCOLAR (**sólo alumnos**):

1er. año ()	2do. año ()	3er. año ()	4to. año ()	5to. año ()
--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

(Anexo 3)

CUESTIONARIO “MBI MASLACH BURNOUT INVENTORY” (Docentes)

INSTRUCCIONES: MARQUE SOLO UNA CASILLA CON UNA “X” SEGÚN CONSIDERE, DE ACUERDO A LA FRECUENCIA DE LA SIGUIENTE TABLA.

0	1	2	3	4	5	6
NUNCA	POCAS VECES AL AÑO O MENOS	UNA VEZ AL MES O MENOS	UNAS POCAS VECES AL MES	UNA VEZ A LA SEMANA	POCAS VECES A LA SEMANA	TODOS LOS DÍAS

1	Me siento emocionalmente agotado/a por mi trabajo.	0	1	2	3	4	5	6
2	Me siento cansado al final de la jornada de trabajo.	0	1	2	3	4	5	6
3	Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado.	0	1	2	3	4	5	6
4	Tengo facilidad para comprender como se sienten mis alumnos/as	0	1	2	3	4	5	6
5	Creo que estoy tratando a algunos alumnos/as como si fueran objetos impersonales.	0	1	2	3	4	5	6
6	Siento que trabajar todo el día con alumnos/as supone un gran esfuerzo y me cansa.	0	1	2	3	4	5	6
7	Creo que trato con mucha eficacia los problemas de mis alumnos/as.	0	1	2	3	4	5	6
8	Siento que mi trabajo me está desgastando. Me siento agobiado por mi trabajo.	0	1	2	3	4	5	6
9	Creo que con mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de mis alumnos/as.	0	1	2	3	4	5	6
10	Me he vuelto más insensible con la gente desde que ejerzo la profesión docente.	0	1	2	3	4	5	6
11	Pienso que este trabajo me está endureciendo emocionalmente.	0	1	2	3	4	5	6
12	Me siento con mucha energía en mi trabajo.	0	1	2	3	4	5	6
13	Me siento frustrado/a en mi trabajo.	0	1	2	3	4	5	6
14	Creo que trabajo demasiado.	0	1	2	3	4	5	6
15	No me preocupa lo que suceda con algunos de mis alumnos/as.	0	1	2	3	4	5	6
16	Trabajar directamente con alumnos/as me produce estrés.	0	1	2	3	4	5	6
17	Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis alumnos/as.	0	1	2	3	4	5	6
18	Me siento motivado después de trabajar en contacto con alumnos/as.	0	1	2	3	4	5	6
19	Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo.	0	1	2	3	4	5	6
20	Me siento asfixiado en mi trabajo, al límite de mis posibilidades.	0	1	2	3	4	5	6
21	En mi trabajo trato los problemas con mucha calma.	0	1	2	3	4	5	6
22	Creo que los alumnos/as me culpan de algunos de sus problemas.	0	1	2	3	4	5	6

(Anexo 4)

CUESTIONARIO “MBI MASLACH BURNOUT INVENTORY” (Alumnos)

INSTRUCCIONES: MARQUE SOLO UNA CASILLA CON UNA “X” SEGÚN CONSIDERE, DE ACUERDO A LA FRECUENCIA DE LA SIGUIENTE TABLA.

0	1	2	3	4	5	6
NUNCA	POCAS VECES AL AÑO O MENOS	UNA VEZ AL MES O MENOS	UNAS POCAS VECES AL MES	UNA VEZ A LA SEMANA	POCAS VECES A LA SEMANA	TODOS LOS DÍAS

1	Me siento emocionalmente agotado/a por mis clases.	0	1	2	3	4	5	6
2	Me siento cansado al final de la jornada escolar.	0	1	2	3	4	5	6
3	Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada escolar me siento fatigado.	0	1	2	3	4	5	6
4	Tengo facilidad para comprender como se sienten mis docentes.	0	1	2	3	4	5	6
5	Creo que estoy tratando a algunos compañeros/as como si fueran objetos impersonales.	0	1	2	3	4	5	6
6	Siento que convivir todo el día con compañeros/as supone un gran esfuerzo y me cansa.	0	1	2	3	4	5	6
7	Creo que trato con mucha eficacia los problemas de mis compañeros/as.	0	1	2	3	4	5	6
8	Siento que mi licenciatura me está desgastando. Me siento agobiado por mi rutina escolar.	0	1	2	3	4	5	6
9	Creo que mi compañía está influyendo positivamente en la vida de mis compañeros/as.	0	1	2	3	4	5	6
10	Me he vuelto más insensible con la gente desde que estudio la licenciatura.	0	1	2	3	4	5	6
11	Pienso que esta licenciatura me está endureciendo emocionalmente.	0	1	2	3	4	5	6
12	Me siento con mucha energía en mis clases.	0	1	2	3	4	5	6
13	Me siento frustrado/a en mis clases.	0	1	2	3	4	5	6
14	Creo que estudio demasiado.	0	1	2	3	4	5	6
15	No me preocupa lo que suceda con algunos de mis compañeros/as.	0	1	2	3	4	5	6
16	Trabajar directamente con compañeros/as me produce estrés.	0	1	2	3	4	5	6
17	Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis compañeros/as.	0	1	2	3	4	5	6
18	Me siento motivado después de trabajar en contacto con mis compañeros/as.	0	1	2	3	4	5	6
19	Creo que consigo muchas cosas valiosas en esta licenciatura.	0	1	2	3	4	5	6
20	Me siento asfixiado en mis clases, al límite de mis posibilidades.	0	1	2	3	4	5	6
21	En mis clases trato los problemas con mucha calma.	0	1	2	3	4	5	6
22	Creo que mis compañeros/as me culpan de sus problemas.	0	1	2	3	4	5	6

(Anexo 5)

CUESTIONARIO BURNOUT (Original)

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

0= NUNCA.

1= POCAS VECES AL AÑO.

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.

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 mis alumnos/as.	
5	Creo que estoy tratando a algunos alumnos/as como si fueran objetos impersonales.	
6	Siento que trabajar todo el día con alumnos/as supone un gran esfuerzo y me cansa.	
7	Creo que trato con mucha eficacia los problemas de mis alumnos/as.	
8	Siento que mi trabajo me está desgastando. Me siento quemado por mi trabajo.	
9	Creo que con mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de mis alumnos/as.	
10	Me he vuelto más insensible con la gente desde que ejerzo la profesión docente.	

11	Pienso que este trabajo me está endureciendo emocionalmente.	
12	Me siento con mucha energía en mi trabajo.	
13	Me siento frustrado/a en mi trabajo.	
14	Creo que trabajo demasiado.	
15	No me preocupa realmente lo que les ocurra a algunos de mis alumnos/as.	
16	Trabajar directamente con alumnos/as me produce estrés.	
17	Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis alumnos/as.	
18	Me siento motivado después de trabajar en contacto con alumnos/as.	
19	Creo que consigo 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 los alumnos/as me culpan de algunos de sus problemas.	

(Anexo 6)