



Burnout en docentes de la provincia de Tungurahua durante la pandemia Covid-19

Luís Fernando Taruchaín-Pozo ^a  & Paúl Acosta-Pérez ^a 

^a Universidad Tecnológica Indoamérica, Ecuador



Veritas & Research

ISSN 2697-3375

Vol. 4| N° 1| 2022

Edita:

Pontificia Universidad
Católica del Ecuador
Sede Ambato

Sección:

Psicología y Salud

Recibido: 09/09/2021

Aceptado: 01/02/2022

Publicado: 30/04/2022

Citar como:

Taruchaín-Pozo, L.F. &
Acosta-Pérez, P. &
(2022). Burnout en
docentes de la provincia
de Tungurahua durante
la pandemia Covid-19.
Veritas & Research,
4(1), 24-32.

Autor corresponsal:

fernandotaruchain@indoamerica.edu.ec

Licencia:

Creative Commons

Atribución-No

Comercial-Sin Derivadas

4.0 Internacional (CC

BY-NC-ND 4.0)



Los autores mediante el documento "Declaración de originalidad y Cesión de derechos de autor transfieren a la revista los derechos patrimoniales que tienen de la obra para que se puedan realizar copias y distribución de los contenidos por cualquier medio disponible y en Acceso Abierto, siempre que se mantenga el reconocimiento de sus autores y no se haga uso comercial de la obra.

Resumen

A principios del 2020, surge un nuevo virus infeccioso conocido como SARS-CoV-2, pandemia que afectó en todo contexto, más aún en el ámbito educativo y el teletrabajo para no obstaculizar el progreso socioeconómico. La extensión de las jornadas y sobrecarga de labores ocasionó la presencia de riesgos psicosociales. Objetivo: Describir los niveles de burnout en los docentes del distrito 18D02 de la ciudad de Ambato. Método: Esta investigación se basa en un estudio cuantitativo; de diseño no experimental con corte transversal; en una población de 692 docentes, donde se aplicó el reactivo psicométrico Maslach Burnout Inventory, para la evaluación diagnóstica del burnout en base a sus tres dimensiones. Resultados: los resultados que se generaron se basan en cuanto a la dimensión de cansancio emocional con un nivel bajo del 74,1%, mientras que, en la despersonalización, un 81,8% expresando conjuntamente la capacidad de manejar las labores ilustradas y entablar relaciones interpersonales, finalmente con un indicador del 98,8% en el nivel bajo correspondiente a la realización personal, se evidencia la limitada capacidad de superación propia del educador. Conclusión: Se concluye que existe un bajo porcentaje de docentes presenta burnout, sin embargo, la mayoría de ellos presentan complicaciones en su realización personal por factores que se conjugan con el exceso en la carga de trabajo.

Palabras Claves: *Burnout, pandemia, riesgo psicosocial, salud mental, trabajo*

Burnout in Teachers in the Province of Tungurahua during the Covid-19 Pandemic

Abstract

At the beginning of 2020, a new infectious virus known as SARS-CoV-2 emerged. It resulted in a pandemic that affected all contexts, including those related to education as well as teleworking. Some of the impacts were shift extensions and work overload which together caused psychosocial risks. Therefore, the purpose of this quantitative study is to describe the levels of burnout in 692 teachers of the 18D02 district of the city of Ambato. The research is based on a non-experimental cross-sectional design where the Maslach Burnout Inventory was chosen, as it allowed for the diagnostic evaluation of burnout based on its three dimensions. The main results show: a level of 74.1% in emotional exhaustion; a level of 81.8% in depersonalization as well as the ability to manage the illustrated tasks and establish interpersonal relationships; and a level of 98.8% in personal fulfillment. The main point is that there is a low percentage of teachers presenting burnout. However, most of them present complications in their fulfillment as educators mainly due to factors related to the excess of work.

Key Words: *Burnout, pandemic, psychosocial risk, mental health, work*

Burnout em professores da província de Tungurahua durante a pandemia de Covid-19

Resumo

No início de 2020, surgiu um novo vírus infeccioso conhecido como SARS-CoV-2, uma pandemia que afetou todos os contextos, ainda mais no campo educacional e teletrabalho para não atrapalhar o progresso socioeconômico. A extensão dos turnos e a sobrecarga de trabalho ocasionaram a presença de riscos psicosociais. Objetivo: Descrever os níveis de burnout nos professores do distrito 18D02 da cidade de Ambato.

Método: Esta pesquisa é baseada em um estudo quantitativo; desenho transversal não experimental; em uma população de 692 professores, onde foi aplicado o reagente psicométrico Maslach Burnout Inventory, para avaliação diagnóstica do burnout no trabalho a partir de suas três dimensões. Resultados: os resultados gerados baseiam-se na dimensão exaustão emocional com baixo nível de 74,1%, enquanto na despersonalização, 81,8% expressam conjuntamente a capacidade de gerenciar as tarefas ilustradas e estabelecer relacionamentos interpessoal, finalmente com um indicador de 98,8 % no nível baixo correspondente à realização pessoal, fica evidente a limitada capacidade de superação do educador. Conclusão: Conclui-se que há um baixo percentual de professores apresentando burnout, porém, a maioria apresenta complicações em sua realização pessoal devido a fatores que se combinam com o excesso de carga horária.

Palavras-chave: *Doença Ocupacional, Pandemia, Risco Psicossocial, Saúde Mental, Trabalho*

Introducción

El panorama global actual, sirve como referente para comprender la urgencia de una pronta adaptación del ser humano a los cambios a nivel biopsicosocial frente a la crisis de salud mundial que exige radicalmente esta pandemia por COVID-19. A inicios del año 2020, como epicentro de origen, en la ciudad de Wuhan en China, fue identificada una enfermedad infecciosa, conocida como SARS-CoV-2 (Maguiña, Gástelo y Teque, 2020), según la Organización Mundial de la Salud (OMS; 2019) describió a esta afección como “pandemia mundial, la cual provoca padecimientos médicos subyacentes, como enfermedades cardiovasculares, diabetes, complicaciones respiratorias crónicas e inclusive cáncer” (p. 27), colocando de esta forma al sistema médico a prueba en la mayoría de países, registrando incontables fallecimientos y generando a su paso incertidumbre económica, social y política, modificando abruptamente los hábitos cotidianos y estilos de vida (Farinango-Lema & Pardo-Paredes, 2021).

Para el mes de julio del año en curso, según estadísticas brindadas por diferentes organismos internacionales, se expone una cantidad de 182,6 millones de casos de coronavirus alrededor del mundo. Con respecto a América Latina y el Caribe, las cifras varían de acuerdo al país, encabezando la lista, Brasil con 18.448,402 casos de contagios, Argentina con 4.423,636, Colombia con 4.187,194, México con 2.507.453, Perú con 2.048,115, Chile con 1.551,137 y Ecuador con 455.743, países con mayor representatividad de casos confirmados (Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], 2021). Tomando como antecedente y contextualización de la problemática que se está viviendo, es evidente la comprensión, de que la realidad vista desde diferentes ópticas se ha modificado y esto a su vez provoca inestabilidad política, social, laboral y económica (Trilla, 2020).

Evidentemente, el ámbito laboral ha sido claramente

afectado, a inicios de la pandemia se adoptó una modalidad de trabajo diferente a la habitual, que toma en consideración las condiciones virtuales, conocido también como Teletrabajo, la finalidad de esta modalidad fue no obstaculizar las actividades de trabajo de la población alrededor del mundo y estrictamente garantizar, mediante el aislamiento social, la seguridad a nivel físico de las personas (Peraza, 2020). Ciertamente, una estrategia que para varios expertos en el área de la Gestión del Talento Humano, era la más adecuada en sus inicios, sin embargo, la improvisada forma laborar desde los hogares resultó un reto con consecuencias representativas, como: la sobrecarga de actividades del trabajo, la asignación de nuevas responsabilidades, el incremento de las jornadas laborales, el conocimiento básico o escaso de la tecnología, y a su vez, la atención de las exigencias familiares, estos fueron algunos detonantes para el surgimiento de riesgos psicosociales en los colaboradores de todo sector comercial, productivo, servicio, entre otros (Ruiz, 2021).

Dentro del análisis de los diferentes riesgos psicosociales se identificaron casos ansiosos, depresivos y cuadros de estrés (Venegas y Leyva, 2020). Exclusivamente, el estudio del estrés comprende el análisis de una reacción de carácter fisiológica del organismo frente a situaciones tensionantes y de inestabilidad emocional, propiciando variaciones a nivel físico como: alopecia temprana, lumbalgias, herpes zóster, migrañas entre otros, conductas inapropiadas y posible deterioro de las funciones psíquicas (Astrês & Alves, 2020). Dentro del contexto de trabajo, la manifestación de estrés crónico, es considerado como ‘Síndrome de *Burnout*’, también catalogado como ‘Síndrome del Quemado’; tomando como referencia, los años 2010 a 2015, en algunos países latinoamericanos, como Perú, Chile, Colombia y otros, se obtuvieron cifras preocupantes en las cuales el

43% de personas presentaban un estado de agotamiento mental y físico crónico, desmotivación, asociado a la realización de las funciones asignadas en el cargo desempeñado y por ende, la repercusión con su vida (Organización Internacional del trabajo [OIT], 2016) así como en el Ecuador (Gavilanes-Gavilanes & Moreta-Herrera, 2020). Cabe mencionar que, la actual situación demanda, no solamente altos esfuerzos mentales, sino la adquisición de destrezas basadas en las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC's; Marín-Cortés, 2021). Es decir, competencias virtuales, en el que el desempeño laboral es estrictamente a través de plataformas digitales y gestión de espacios de interacción asincrónica (Mendoza, 2020).

Como grupo de atención focal, el personal docente, ha venido presentado mayor repercusión a nivel de la salud mental, manifestando cuadros de agotamiento y desgaste profesional, al ser quienes, no solamente deben garantizar la educación, sino, a su vez han venido desempeñando actividades de carácter administrativo y monitoreo continuo de sus funciones, han sido considerados un grupo de atención psicológica primaria (Cortés, 2021). Cabe mencionar, que Ecuador es el país que se posiciona en el undécimo puesto con mayor presencia de casos de estrés, depresión y el décimo en temas afines a desordenes de ansiedad en Latinoamérica, mostrando la prevalencia de dicha sintomatología con respecto al género femenino, con un

4,6% que las personas de género masculino, los cuales son el 2,6% (OMS, 2017). La irritabilidad, cambios de humor, dificultades para conciliar el sueño, son varios de los síntomas que tanto estudiantes como docentes en el Ecuador han experimentado según encuestas realizadas por Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y el Ministerio de Educación en el 2020. Enfermedades asociadas a la salud mental han aumentado significativamente en el presente año por diversas causas asociadas al virus Covid-19, tales como el distanciamiento social, fallecimiento de familiares o aislamiento generado por el temor al contagio (Saeteros & Rodas, 2021).

Finalmente, es sano reflexionar la gran labor que desempeñan los diferentes profesionales, en virtud del desarrollo y bienestar de la población y progreso social (Gonçalves, 2020). La pandemia indudablemente ha generado cambios significativos en el sistema educativo mundial, es por tal razón que el estado, la comunidad científica, profesionales y alumnos reclaman por respuestas inmediatas para no obstaculizar la educación, a la cual están acostumbrados, al constituir el pilar de la sostenibilidad y progreso social, demandando indudablemente por un acompañamiento, vigilancia, promoción, prevención e intervención es temas de salud mental, ya que representarían un aporte al bienestar de cada ser humano (Robinet & Pérez, 2020).

Metodología

Rescatando lo emitido por la UNICEF (2020), en el que se refiere que “docentes evaluados en agosto último, el 22 % dijo haberse sentido tensionado, irritado o tuvo un cambio brusco de humor, también el 18 % de los maestros aseguró haber tenido problemas debido al estrés provocado por la sobre carga de labores y manejo de plataformas virtuales” (p. 14), es así, que en relación a los datos obtenidos, se puede considerar de relevancia la intervención oportuna en los temas de promoción y prevención de la salud mental en los contextos laborales.

Concerniente, al proceso investigativo, se establece bajo el paradigma positivista, ya que mantiene una posición más realista en función de los acontecimientos de la cotidianidad, dado que se encuentra asociado con las ciencias sociales, de esta manera, dicho paradigma tiene como característica fundamental el comprobar una hipótesis mediante datos estadísticos (Ricoy, 2006). Debido a esto, en lo referente al ámbito social, se busca estudiar el comportamiento de las personas,

mismo que funciona como base para poder analizar patrones conductuales emergentes en el ser humano (Creswell, 2014).

El método seleccionado fue cuantitativo, este se fundamenta en los aspectos que pueden ser observables, a su vez, muestran la particularidad de ser sometidos a una cuantificación mediante la aplicación de herramientas estadísticas para posteriormente ser analizados; el diseño investigativo, fue de características, no experimental de corte transversal, bajo la modalidad de campo en el cual resulta imposible la manipulación de la variable de estudio, el tipo de alcance fue de tipo descriptivo-exploratorio garantizando al investigador un acercamiento a la problemática del contexto analizado, teniendo la recreación panorámica u holística de estudio, lo que promueve a la observación y descripción del desenvolvimiento y desarrollo del individuo sin influir en él mismo y de esta manera, hacer hincapié en lo importante de las situación o hecho concreto

(Hernández-Sampieri *et al.*, 2010).

La muestra de estudio fue de 692 docentes, pertenecientes a cinco establecimientos educativos del Ministerio de Educación del Distrito 18D02 de la zona urbana de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua, como criterios de inclusión para participación en el estudio se estableció: a) docentes a tiempo completo; b) docentes bajo dependencia laboral pública; c) docentes con experiencia mayor a un año en el ámbito educativo; y d) de edades comprendidas entre 27 y 65 años.

Con respecto a la producción de datos, se identificó el reactivo psicológico oportuno para el propósito investigativo, el cual fue el *Maslach Burnout Inventory* (MBI; Maslach & Jackson, 1981), dicho instrumento es uno de los más gestionados en contextos asistenciales por la comunidad científica para la valoración del Síndrome de Burnout. Este inventario fue previamente validado en otros ámbitos, tanto laborales como culturales (Carlotto & Câmara, 2006; Martínez, 2010; Olivares, Mena-Miranda, Macía & Jélvez, 2014; Rostami, Abedi, Schaufeli, Ahmadi, & Sadeghi). El presente cuestionario, es reconocido como MBI-Human Services Survey (MBI-HSS), inicialmente fue aplicado a profesionales de la salud, y con el pasar del tiempo, tuvo una cotización en los ámbitos diferentes afines con el campo de trabajo. La escala utilizada tiene una alta consistencia interna y una fiabilidad aproximada al 90%, el instrumento se encuentra estructurado por 22 ítems en forma de afirmaciones, relacionados a las emociones, sentimientos y actitudes de los profesionales en su cargo laboral.

El tiempo aproximado para el desarrollo se encuentra en un intervalo de 10 a 20 minutos y considera tres dimensiones del síndrome, como son: la despersonalización, el cansancio emocional y la realización personal. Las valoraciones obtenidas como

bajas se encuentran por debajo de 34 en la tercera sub-escala; mientras que las dos primeras sub-escalas tienen valores altos permitiendo de esta manera el diagnóstico del trastorno. Por otro lado, la primera sub-escala de agotamiento emocional consta de nueve preguntas, que estiman la percepción individual de sentirse agotado emocionalmente por las constantes y exageradas demandas laborales, su puntuación máxima es de 54.

Como segunda sub-escala considera la despersonalización, la cual está conformada por cinco ítems y valora el grado en que la persona es consciente del comportamiento hostil y poco sociable, su puntuación máxima es de 30. Finalmente, la tercera sub-escala es la de realización personal, permitiendo la obtención de información respecto a la posición de afectación laboral y la influencia en el grupo de trabajo. En lo que respecta al proceso de análisis de datos se recurrió a la utilización del programa estadístico SPSS versión 22, para lo cual, se llevó a cabo una estadística descriptiva.

Finalmente, para garantizar un proceso ético en la investigación, se expresa como antecedente que el estudio fue posible, al contar con un convenio interinstitucional vigente entre la Universidad Tecnológica Indoamérica (UTI) y el Ministerio de Educación, en el cual se expresa la promoción de espacios articulados a las prácticas de servicio comunitario, de desarrollo profesional y de investigación. Cabe mencionar, que se aplicó previamente consentimientos informados, mediante la aplicación Google Forms, con la finalidad de socializar: los objetivos, criterios de confidencialidad de la información y manejo estricto de los datos para uso académico y científico, esta alternativa fue asumida, tomando en consideración la complejidad sanitaria que se vive a nivel mundial por la pandemia Covid-19.

Resultados

En virtud al proceso investigativo efectuado, y en base a los datos obtenidos del trabajo de campo con el personal docente del cantón Ambato, es posible presentar los resultados afianzados con respecto a la presencia del Síndrome de Burnout en la colectividad académica estudiada. Para lo cual se expone los resultados del proceso de análisis estadístico de los 692 individuos y los datos recopilados desde una óptica general, a través de las tres dimensiones estipuladas en el MBI, misma herramienta de aplicación y sustento científico para el estudio de la enfermedad laboral anteriormente indicada.

Caracterización de la muestra

En función a los datos sociodemográficos, se obtuvo como resultado que la población docente participantes de dicha investigación estuvo compuesta por un total de 692 docentes, misma que refleja mayor presencia del género femenino (70,7%) que del masculino (29,3%), así como es posible de evidenciarlo en la tabla 1.

Tabla 1.
Análisis por género

Género	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	203	29,3
Femenino	489	70,7
Total	692	100,0

Nota: *Elaboración propia*

Concerniente, al dato por edad, es evidente la presencia mayoritaria de personal docente en un rango de 46 a 55 años (34,1%), diferenciándose claramente con personas quienes conforman el rango de 56 a 65 años (16,0%), posibilitando la comprensión de la presencia de maestros en edades maduras, como se muestra en la tabla 2.

Tabla 2.
Análisis por edad

Edad	Frecuencia	Porcentaje
27 a 35 años	159	23,0
36 a 45 años	186	26,9
46 a 55 años	236	34,1
56 a 65 años	111	16,0
Total	692	100,0

Nota: *Elaboración propia*

Por otro lado, con respecto a los datos referentes al nivel de instrucción educativa formal y los años de experiencia laboral en el ámbito de la docencia, se puede visualizar los siguientes resultados; el personal docente cuenta mayoritariamente con una preparación académica del Tercer Nivel (60,0%), a diferencia de otras formaciones, como tecnológicas o de especialización profesional, como se expone en la tabla 3.

Tabla 3.
Análisis por nivel académico

Nivel académico	Frecuencia	Porcentaje
Tercer Nivel	415	60,0
Cuarto Nivel	267	38,6
Tecnológico	10	1,4
Total	692	100,0

Nota: *Elaboración propia*

Mientras tanto, con respecto a los años de experiencia en el ejercicio profesional docente, se puede verificar la presencia en mayor proporción estadística (74,3%), que gran parte de maestros cuentan con 9 años en adelante de experiencia, desempeñando las funciones educativas y cumpliendo las responsabilidades propias del cargo

de educadores, resultados presentados en la tabla 4.

Tabla 4.
Análisis por experiencia laboral

Experiencia laboral	Frecuencia	Porcentaje
1 a 2 años	29	4,2
3 a 5 años	85	12,3
6 a 8 años	64	9,2
9 o más años	514	74,3
Total	692	100,0

Nota: *Elaboración propia*

Análisis descriptivo del Burnout

Los resultados estadísticos obtenidos con relación a las tres dimensiones, que comprende MBI, es decir: a) Cansancio emocional; b) Despersonalización; y c) Realización personal se puede aseverar lo estipulado a continuación en la tabla 5.

De acuerdo a los resultados la dimensión estar extenuado emocionalmente por las exigencias laborales está presente en un nivel alto en el 9,1% de la muestra estudiada y en nivel medio en un 16,8%. La despersonalización, el reconocimiento de actitudes de frialdad y distanciamiento con los estudiantes se encuentra en un nivel medio y alto en el 18,2%. Y la realización personal, es decir, los sentimientos de auto-eficiencia y desarrollo personal en el trabajo están en un nivel bajo en el 98,8% de los educandos.

Tabla 5.
Resultados de las Escalas del Inventario de Burnout de Maslach

Nivel	Cansancio emocional	Despersonalización	Realización personal
Bajo	74,1%	81,8%	98,8%
Medio	16,8%	9,2%	0,9%
Alto	9,1%	9,0%	0,3%

Nota: *Elaboración propia*

En la figura 1 se muestra de acuerdo con la variable género el nivel de desgaste que sienten los docentes frente a una forma de trabajo no afín a su realidad, es decir, el teletrabajo, que provoca un mayor desgaste en la población de estudio y el mismo es más predominante en las mujeres.

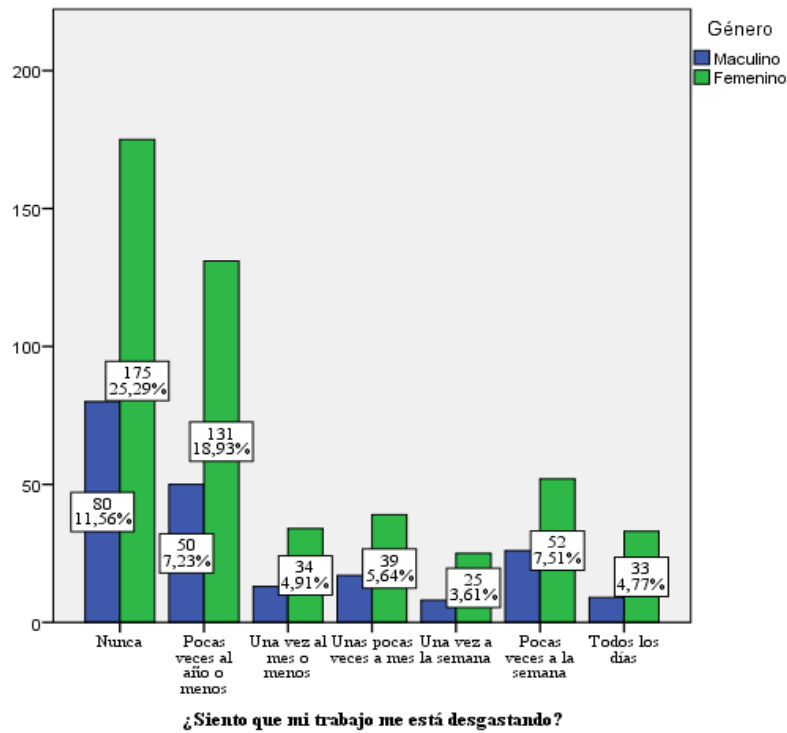


Figura 1: análisis del desgaste por género
 Nota: Elaborado por los investigadores

Discusión y conclusiones

El desarrollo y finalización satisfactoria del presente trabajo de carácter científico, basado a la óptica de la psicología organizacional, y por ende enfocado en el ámbito de la salud laboral, es acertado la consideración de investigaciones, no solamente de la Gestión Estratégica de Talento Humano, comportamiento individual-grupal y desarrollo organizacional, sino es de vital relevancia indagar en temas relacionados a la atención de la salud física, psicológica y emocional del conglomerado de trabajo, así mismo, motivar a estudios contemporáneos, como es el presente caso, relacionados a temáticas en prevención e intervención de los riesgos psicosociales, tal cual lo sustenta Alvites-Huamaní (2019), en su estudio, donde se analiza los factores de riesgo psicosociales, tanto en docentes del continente Europeo como Latinoamericano, concluyendo que la repercusión de los factores, claramente influyen en el rendimiento laboral, y por supuesto en la estabilidad psíquica de los colaboradores, ocasionando brechas entre la productividad y superación personal.

Así mismo, Acuña (2021), en su contribución científica, manifiesta que, el desarrollo de problemas psicosociales ha sido progresivo y ha ido en aumento durante la actual pandemia sanitaria por Covid-19, en especial se ha visto afectado el personal de primera

línea, como son los profesionales de la salud y así mismo, la comunidad académica. Cabe mencionar, que Ecuador, cuenta con normativas legales, como el emitido dentro del Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS), referente al Seguro General de Riesgos del Trabajo, mismos mencionados como “Decreto Ejecutivo 2393 – Reglamento de Seguridad y Salud de los trabajadores y mejoramiento del ambiente de trabajo y el Reglamento C.D. 313 - Reglamento del Seguro General de Riesgos de Trabajo” (Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social [IESS], 2018), en los cuales, se estimula la responsabilidad patronal en temas referente al cuidado de sus trabajadores, garantizar espacios seguros para desempeñar las actividades laborales, brindar los equipos de protección individual y velar por el bienestar físico-psicológico de los asociados de trabajo.

En este estudio se concluyó que concierne a las dos sub-escalas o dimensiones evaluadas, como es el caso del emoción, desgaste, frustración, carga de tiempo y culpa de los educadores del régimen sierra del sistema público encuestados, se halla un nivel alto, es decir un indicadores no muy tolerables, en el cual se expone que son personas quienes son capaces de enfrentar las exigencias y responsabilidades de trabajo asignadas, manejar oportunamente la presión que se genere dentro

de las obligaciones del cargo laboral desempeñado, mantenerse dentro de un comportamiento y postura actitudinal admisible y establecer relaciones interpersonales armónicas, pero las mismas que deben ser mediadas por un límite de tiempo en cuanto se refiere a la carga de trabajo basado en la modalidad de Teletrabajo.

No obstante, son personas que podrían ser proclives a enfrentar la carencia de una realización personal, es decir una limitada autovaloración y reconocimiento propio para potenciar todas sus competencias tanto profesionales, laborales y habilidades personales, mismas ocasionadas, por las extenuantes obligaciones que demandan mayor tiempo del individuo, restringiendo de esta manera a la gestión del tiempo propio de la persona, dicho análisis obtenido de los datos, donde se evidenció un indicador de nivel bajo, es decir preocupante en la dimensión anteriormente mencionada. Ocasionando, de esta manera cuadros de frustración personal, falta de interés y motivación por conseguir sus metas, resistencia a experimentar nuevos cambios, dilatando posibles brechas, así como obstáculos de crecimiento más aún en el desarrollo dentro del contexto personal y por ende profesional, a corto, mediano y largo plazo, entre otras situaciones, nada provechosas para el ser humano.

En concordancia, se determina que la dimensión que más afectada se encuentra dentro del personal docente de los establecimientos educativos del Ministerio de

Educación del Distrito 18D02 de la zona urbana de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua, es la realización personal que, en correspondencia con el género, existe mayor presencia en personas masculinas, a diferencia de las personas de género femenino.

Se consideran, como recomendaciones, el hacer mención, a la indudable relevancia de generar espacios de integración y acompañamiento psicológico dentro de las instituciones de trabajo, es aconsejable promover planes o proyectos de carrera, es decir programas donde se identifique y se motive a los trabajadores a desarrollarse en su cargo laboral, perfeccionando sus competencias y articulándolo a un sistema de reconocimiento tanto económico, como de retribución emocional, estas alternativas pueden prevenir la presencia de riesgos de carácter psicosocial dentro de las instalaciones.

Finalmente, como proyecciones que se podría considerar desde el presente estudio, sería factible el promover estudios donde se considera variables influyentes en los colaboradores dentro del trabajo, posibilitando la interiorización de las diferentes situaciones y factores que, en el desempeño y rendimiento laboral óptimo, y a su vez en el bienestar y calidad de vida de las personas. La pandemia, permitió reflexionar, los diferentes vacíos que se tiene en beneficio del cuidado físico y mental con los profesionales de la educación, salud, estudiantes y población en general.

Referencias

- Acuña, A. (2021). Burnout, engagement y la percepción sobre prácticas de gestión en pandemia por COVID-19 que tienen trabajadores del centro sur de Chile. *Estudios Gerenciales: Journal of Management and Economics for Iberoamérica*, 37(158), 104-112.
- Alarcon, G. (2016). A meta-analysis of Burnout with job demands, resources, and attitudes. *Journal of Vocational Behavior*, 79(2), 549-562.
- Alvites-Huamaní, C. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y Recomendaciones*, 7(3), 141-178.
- Astrès, M., & Alves, A. (2020). Salud mental y estrés ocupacional en trabajadores de la salud a la primera línea de la pandemia de COVID-19. *Revista Cuidarte*, 11(2), <https://doi.org/10.15649/cuidarte.1222>
- Buitrago, F., Ciurana, R., Fernández, M., & Tizón, J. (2020). COVID-19 pandemic and mental health: Initial considerations from spanish primary health care. *Journals & Books*, 53, 89-101. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2020.06.006>
- Carlotto, M., & Câmara, S. (2006). Características psicométricas do Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros. *Revista Psico-USF*, 11(2), 167-173.
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL]. (2021). *Salud y economía: una convergencia necesaria para enfrentar el COVID-19 y retomar la senda hacia el desarrollo sostenible en América Latina y el Caribe*. Disponible en: <https://repositorio.cepal.org/handle/11362/45840>
- Cortés, J. (2021). El estrés en docentes en tiempos de

- pandemia. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 6, 1-11.
- Farinango-Lema, V., & Pardo Paredes, E. (2021). Propuesta de perfil del educador para centros de acogimiento institucional. Caso de estudio. *Veritas & Research*, 3(2), 111-112.
- Gavilanes-Gavilanes, J., & Moreta-Herrera, R. (2020). Satisfacción laboral, salud mental y burnout. Análisis de mediación parcial en una muestra de conductores del Ecuador. *Revista Psicodebate: psicología, cultura y sociedad*, 20(2), 7-19.
<http://dx.doi.org/10.18682/pd.v20i2.1875>
- Gonçalves, S. (2020). Education in the context of the pandemic: A look at the case of Portugal. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 12, 78-85.
- Granados, L., Aparisi, D., Inglés, C., Aparicio, M., Fernández, A., & García, J. (2019). ¿Predicen los factores de depresión, ansiedad y estrés la dimensión de la despersonalización y la baja realización personal en el profesorado? *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 7(1), 83.
<https://doi.org/10.30552/ejpad.v7i1.91>
- Guerrero, S. (2020). Coronavirus en Ecuador: Una opinión desde la academia. *La Granja: Revista de Ciencias de la Vida*, 32(2), 127-133. <http://doi.org/10.17163/lgr.n32.2020.10>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). Metodología de la Investigación. *Interamericana Editores, S.A.*, 2-599.
- MacIntyre, P., Gregersen, T., & Mercer, S. (2020). Language teachers' coping strategies during the Covid-19 conversion to online teaching: Correlations with stress, wellbeing and negative emotions. *System*, 94, 102352.
<https://doi.org/10.1016/j.system.2020.102352>
- Maguiña, C., Gástelo, R., & Teque, A. (2020). El nuevo coronavirus y la pandemia del Covid-19. *Rev Med Hered*. 35, 121-135.
<https://doi.org/10.20453/rmh.v31i2.3776>
- Marín-Cortés, A. (2021). Tecnologías digitales para enfrentar los efectos psicosociales del Covid-19. *Veritas & Research*, 3(1), 1-3.
- Martínez-Minda, H., Rodríguez-Álava, L., & Cobeña-Ostaiza, K. (2019). Estrés laboral en los docentes del circuito 03 Distrito 13D11 de la zona 04 de educación y estresores psicosociales prevalentes. *Revista de Filosofía, Letras y Ciencias de La Educación*, 6(1), 83-98.
- Matiz, A., Fabbro, F., Pashetto, A., & Cantone, D. (2020). Positive impact of mindfulness meditation on mental health of female teachers during the COVID-19 outbreak in Italy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), 1-22.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17186450>
- Mendoza, L. (2020). Lo que la pandemia nos enseñó sobre la educación a distancia. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 343-352.
- Monterrosa-Castro, A., Dávila-Ruiz, R., Mejía-Mantilla, A., Contreras-Saldarriaga, J., Mercado-Lara, M., & Flores-Monterrosa, C. (2020) Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *MedUNAB*, 23(2), 195-213.
<https://doi.org/10.29375/01237047.3890>
- Olivares, V., Mena, L., Macía, F., & Jélvez, C. (2014). Validez factorial del Maslach Burnout Inventory Human Services (MBI-HSS) en profesionales chilenos. *Revista Universitas Psychologica*, 145-159.
- Organización Internacional del Trabajo [OIT]. (2016). Estrés en el trabajo: un reto colectivo. *Gestión de Las Personas y Tecnología*, 9(25), 68. Disponible en:
<https://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/2016/490658.pdf>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2019). Manejo clínico de la Covid-19. 11-60. Disponible en:
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332638/WHO-2019-nCoV-clinical-2020.5-spa.pdf>
- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M., & IdoiagaMondragon, N. (2020). Stress, anxiety, and depression levels in the initial stage of the COVID-19 outbreak in a population sample in the northern Spain. *Cadernos de Saude Publica*, 36(4), 1-10.
<https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020>
- Palacios-Rodas, R., Santacruz-Yépez, R., Moreano-Jalil, N., Villacrés-Guerrero, S., & Pérez-Reyes, J. (2020). Síndrome de Burnout en el Contexto del Aislamiento Social por Coronavirus. *Revista Científica Hallazgos* 21, 5(3), 299- 309.
- Peraza, X. (2020). Salud laboral frente a la pandemia del COVID-19 en Ecuador. *Medisur*, 18(3), 507-511.
- Robinet, A., & Pérez, M. (2020). Estrés en los

- docentes en tiempos de pandemia Covid-19. *Revista Polo del Conocimiento*, 12(5), 637-653.
- Rodríguez, J., & Guevara, A. (2020). Síndrome de Burnout en docentes. *Revista de Psicología*, 14(50), 284-301.
- Ruiz, P. (2021). Covid-19: Teletrabajo en tiempos de pandemia. *Revista: Historia y Comunicación Social*. 26(1).
<https://doi.org/10.5209/hics.74237>
- Saeteros, D., & Rodas, J. A. (2021). Actualización de la memoria de trabajo: una revisión. *Veritas & Research*, 3(2), 134-149.
- Tacca-Huamán, D., & Tacca-Huamán, A. (2019). Factores de riesgo psicosociales y estrés percibido en docentes universitarios de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y Recomendaciones*, 7(3), 323-353.
- Trilla, A. (2020). Un mundo, Una salud: la epidemia por el nuevo coronavirus COVID-19. *Revista Medicina Clínica*. 154(5), 175-177.
- Venegas, C., & Leyva, A. (2020). La fatiga y la carga mental en los teletrabajadores: A propósito del distanciamiento social. *Revista Española de Salud Pública*, 94, 1-17.