

Evaluación del Síndrome de Burnout en una empresa del Caribe Colombiano Impacto en la Salud Laboral y Estrategias para un Entorno Saludable.

Nombres y apellidos

Erick Javier May Recuero
Código estudiantil: 202012225279

Nombres y apellidos
Ana Luz Martínez Gómez
Código estudiantil: 201621078375

Nombres y apellidos
Susana Marcela Ortega Dominguez
Código estudiantil: 202011423416

Nombres y apellidos
Jaime Daniel Ospino López
Código estudiantil: 201921417579

Nombres y apellidos
Carlos Miguel Rodríguez Marriaga
Código estudiantil: 201912811721

Trabajo de Investigación del Programa de Ingeniería Industrial

Tutor(es):
Efraín Javier De La Hoz Granadillo

RESUMEN

El estrés se ha vuelto como en los trabajadores de cualquier área, y el síndrome de Burnout o síndrome del quemado es un trastorno que surge como respuesta al estrés laboral crónico. Este síndrome tiene graves consecuencias para las personas que lo padecen y su entorno, este estudio se hizo para identificar qué personas presentan síntomas del síndrome de Burnout, se realizó un estudio mixto con encuestas y entrevistas personales a empleados de diferentes niveles y departamentos de la empresa, con escala ya determinadas para medir el estrés laboral como la despersonalización, el cansancio emocional y realización personal. Los participantes también proporcionaron información cualitativa sobre experiencias laborales, donde los estudios indican que no presentan problemas de estrés laboral significativo; reportan bajos niveles de agotamiento emocional siendo capaces de manejarlo de manera efectiva, bajo nivel de cinismo que sugiere un alto nivel de compromiso con la misión y valores de la empresa, por último reportaron una alta realización personal en su trabajo ya que se sienten competentes y valorados lo que construye una satisfacción laboral y bienestar general.

Palabras claves: Agotamiento, estrés laboral, despersonalización, encuesta, empresa, realización personal y salud mental.

ABSTRACT

Stress has become as in workers in any area, and Burnout syndrome or burnout syndrome is a disorder that arises in response to chronic work stress. This syndrome has serious consequences for the people who suffer from it and their environment, this study was done to identify which people present symptoms of Burnout syndrome, a mixed study was conducted with surveys and personal interviews with employees from different levels and departments of the company, with scale already determined to measure job stress such as depersonalization, emotional exhaustion and personal fulfillment. Participants also provided qualitative information on work experiences, where studies indicate that they do not present significant work stress problems; they report low levels of emotional exhaustion being able to manage it effectively, low level of cynicism suggesting a high level of commitment to the mission and values of the company, finally they reported high personal fulfillment in their work as they feel competent and valued which builds job satisfaction and general wellbeing.

KeyWords: Burnout, work stress, depersonalization, survey, company, personal fulfillment and mental health.

REFERENCIAS

- [1] J. Lovo, «Revista Entorno,» 01 01 2021. [En línea]. Available: <https://doi.org/10.5377/entorno.v0i70.10371..>
- [2] J. M. Venegas, «Acta Pediátrica de México,» 01 08 2004. [En línea]. Available: <http://repositorio.pediatrica.gob.mx:8180/handle/20.500.12103/1814..>
- [3] A. A. Guitart, «El síndrome de Burnout en las empresas,» 27 04 2007. [En línea]. Available: <https://www.ucm.es/data/cont/media/www/pag-28861/sindrome%20burnout.pdf..>
- [4] A. & M. B. o. S. G. Irudayaraj, «Teachers' well being through work engagement among montfortian schools in Asia,» 2019. [En línea]. Available: <https://doi.org/10.32871/rmrj1907.02.05.>
- [5] A. & A. E. Pines, «Career Burnout: Causes and cures. New York,» Free Press, 1988. [En línea].
- [6] M. Leiter, «The nature and dynamics of occupational burnout: A new model.,» Journal of Social and Occupational Medicine, 1993. [En línea]. Available: [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1280432/.](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1280432/)
- [7] C. J. S. Maslach, «The Maslach Burnout Inventory, Palo Alto, CA,» Consul, 1981. [En línea]. Available: https://www.researchgate.net/publication/277816643_The_Maslach_Burnout_Inventory_Manual.
- [8] J. M. Q. y. S. V. Alpi, «Burnout: síndrome de quemarse en el trabajo (SQT),» Acta Colombiana de Psicología, vol. 10, nº 2, pp. 117-125, 2007.
- [9] Desgaste laboral: cómo detectarlo y tomar medidas . (2024, 16 de marzo). Clínica Mayo. <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/adult-health/in-Depth/burnout/art-20046642>
- [10] Síndrome de desgaste profesional Burnout. INSST - Portal INSST - INSST. (s/f). Portal INSST. Recuperado el 13 de mayo de 2024, de <https://www.insst.es/noticias-insst/sindrome-de-desgaste-profesional-burnout>
- [11] de Profesionales Médicos, E. (s/f). Síndrome de burnout. Ada. Recuperado el 13 de mayo de 2024, de <https://ada.com/es/conditions/burnout/>
- [12] Martins, J. (2024, marzo 28). Síndrome de burnout: cómo identificarlo y prevenirlo [2024] •. Asana. <https://asana.com/es/resources/what-is-burnout>

- [13] El Burnout, reconocido como enfermedad laboral en Colombia. (2021, septiembre 14). Siete; SIETE | Mejores personas, mejores empresas. <https://sietegho.com/el-burnout-reconocido-como-enfermedad-laboral-en-colombia/>
- [14] ¿Qué es el burnout o síndrome de desgaste laboral? (2021, mayo 3). Seguros SURA Colombia. <https://segurossura.com/co/blog/saludables/que-es-el-burnout-o-sindrome-de-desgaste-laboral/>
- [15] Paz, Desireth Carolina Bracho. "Síndrome de burnout y fatiga laboral." *Cienciamatria* 6.1 (2020): 264-294. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7390785>
- [16] DE ARRUDA CAMPOS NETO, Armindo; MARQUÉS MONTANHA, Henriett; ÁLVARO ESTRAMIANA, José Luis. Relaciones entre valores humanos y síndrome de burnout: una revisión sistemática. *Revista de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo*, 2020, vol. 29, no 4, p. 357-373. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S3020-11602020000400357&script=sci_abstract&tlng=en
- [17] CÁRDENAS, Amy Pamela Burgos; FERNÁNDEZ, Irma Iluminada Orozco. Síndrome de burnout y su incidencia en el ámbito laboral. *Revista de Investigación Formativa: Innovación y Aplicaciones Técnico-Tecnológicas*, 2020, vol. 2, no 1, p. 9-9. <https://ojs.formacion.edu.ec/index.php/rei/article/view/v2.n1.a9>
- [18] L. B. Rodríguez-Anchundia, M. Chiriboga-Mendoza, y J. R. Sabando-Rodríguez, «Salud ocupacional y el síndrome de Burnout», *RCS*, vol. 5, n.º 10, pp. 2-8, jul. 2022. <https://doi.org/10.46296/qt.v5i10.0075>
- [19] García Rodríguez, R., Jordán Pérez, Y., Fonseca Liermo, L. A., & Fonseca Liermo, J. (2021). El Síndrome de burnout y la prevención desde la resiliencia. *Revista Higía de la salud*, 5(2).
- [20] ISSN 2773-7705 Periodo. Julio – Diciembre 2021 Vol. 5, Nro. 2, Publicado: 2021-12-31 <https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/higia>
- [21] Herrero Teijón, M. (2021). El síndrome de burnout en trabajadores de centros sociosanitarios. *Metas de Enfermería*, 24(1), 15–24. <https://doi.org/10.35667/MetasEnf,2021.24.1003081698>
- [22] Cruz, D.M. and Puentes Su, A. (2017) 'Relación entre las diferentes dimensiones del síndrome de Burnout y las estrategias de afrontamiento empleadas por los guardas de seguridad de una empresa privada de la ciudad de Tunja', *Psicogente*, 20(38). doi:10.17081/psico.20.38. <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/2548/2547>

[23] Cruz DM, Puentes Su A. Relación entre las diferentes dimensiones del síndrome de Burnout y las estrategias de afrontamiento empleadas por los guardas de seguridad de una empresa privada de la ciudad de Tunja. *Psicogente* [Internet]. 2017 [cited 2024 Apr 12];20(38). <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=sso&db=ir02172a&AN=rcus.ojs.pkp.sfu.ca.article.2548&lang=es&site=eds-live>

[24] <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/2548>.

[25] <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/2548/2547>