

## Síndrome de Burnout en docentes de Licenciaturas de la salud del Edificio Polivalente Parque Batlle de la Udelar en 2022

### Burnout Syndrome in Health Degree Teachers of Edificio Polivalente Parque Batlle of Udelar in 2022

### Síndrome de Burnout em docentes do curso de saúde do Edifício Polivalente Parque Batlle da Udelar em 2022

Belén Araujo<sup>1</sup>, Andrés Bálamo<sup>2</sup>, Gabriela Fajardo<sup>3</sup>, Juan Pablo Frutos<sup>4</sup>,  
Natalia Santucci<sup>5</sup>, Guillermo Silva<sup>6</sup>, Agustina Osorio<sup>7</sup>, Cecilia Piñeyro<sup>8</sup>

<sup>1</sup>Ay. Lic. Nut. Escuela de Nutrición, Universidad de la República (Udelar), ORCID: 0009-0004-9105-2267. Contacto: belenaraujo3442@gmail.com.

<sup>2</sup>Prof. Adj. Dr. Escuela de Nutrición, Universidad de la República (Udelar), ORCID: 0000-0002-8289-1921. Contacto: balsamoandres@gmail.com.

<sup>3</sup>Prof. Lic. Nut. Escuela de Nutrición, Universidad de la República (Udelar), ORCID: 0009-0002-7888-235X. Contacto: gnereis@gmail.com.

<sup>4</sup>Lic. Psic. Investigador independiente, ORCID: 0000-0002-6547-2485. Contacto: juanpablofrutos@gmail.com.

<sup>5</sup>Lic. Enf. Ministerio de Salud Pública. ORCID: 0000-0002-6127-4377. Contacto: natisantucci1910@gmail.com.

<sup>6</sup>Asist. Lic. Nut. Escuela de Nutrición, Universidad de la República (Udelar), ORCID: 0009-0007-5391-0322. Contacto: gsilva@nutricion.edu.uy.

<sup>7</sup>Prof. Adj. Tngla. Escuela Universitaria de Tecnología Médica (Udelar), ORCID: 0009-0009-4391-5263. Contacto: agustina-osorio@hotmail.com.

<sup>8</sup>Prof. Adj. Lic. Nut. Escuela de Nutrición, Universidad de la República (Udelar), ORCID: 0009-0003-8508-4775. Contacto: mpineyro@nutricion.edu.uy

### Resumen:

El síndrome de Burnout también conocido con el término “de estar quemado” afecta de manera negativa la calidad de vida, salud mental y laboral del personal de salud, éste se

Investigación pudo ver afectado en el período postpandemia, dado que la emergencia sanitaria generó mayor estrés, manteniendo a las personas en un estado de alerta constante.

*Objetivo:* explorar la prevalencia y factores asociados al Síndrome de Burnout en docentes de las Licenciaturas de las Ciencias de la Salud que se desarrollan en el Edificio Polivalente Parque Batlle de la Udelar durante el año 2022.

*Metodología:* se realizó un estudio observacional descriptivo, de corte transversal.

*Población objetivo:* docentes de las Licenciaturas de las Ciencias de la Salud de la Udelar, a los que se aplicó un cuestionario anónimo y auto administrado.

El proyecto fue aprobado por el Comité de Ética de la Escuela de Nutrición. Todos los participantes dieron su consentimiento informado.

*Resultados:* de un universo de 820 docentes, respondieron 145, predominando el sexo femenino. El 52 % con edades entre 18 y 40 años. Al evaluar los factores de Escala de Maslach encontramos que el 45 % presentó Cansancio Emocional Alto, seguido de un 18 % de Realización Personal Bajo y un 10 % de Despersonalización Alto. Dos participantes presentan las tres dimensiones de riesgo, corresponde a una prevalencia de 1.4 %.

*Conclusiones:* si bien la prevalencia de Burnout fue baja en la serie estudiada, es importante destacar el elevado porcentaje de la dimensión cansancio emocional, el cual se refleja en una sobrecarga emocional generada por el trabajo.

**Palabras clave:** agotamiento profesional; agotamiento psicológico; COVID-19; personal de salud; SARS-CoV-2.

### Abstract:

Burnout syndrome, also known by the term "being burned" negatively affects the quality of life, mental health and work of health personnel, this could be affected in the post-pandemic period, since the health emergency generated greater stress, keeping people in a constant state of alert.

*Objective:* to explore the prevalence and factors associated with Burnout Syndrome in teachers of the Health Sciences Degrees that are developed in the Parque Batlle la Udelar Multipurpose Building during the year 2022.

*Methodology:* a descriptive, cross-sectional, observational study was carried out.

*Target population:* professors of the Udelar Health Sciences Degrees, to whom an anonymous and self-administered questionnaire was applied.

The project was approved by the Ethics Committee of the School of Nutrition. All participants gave their informed consent.

*Results:* from a universe of 820 teachers, 145 responded, predominantly female. 52 % aged between 18 and 40 years. When evaluating the Maslach Scale factors, we found that 45 % presented High Emotional Fatigue, followed by 18 % of Low Personal Realization and 10 % of High Depersonalization. Two participants presented the three dimensions of risk, corresponding to a prevalence of 1.4 %.

*Conclusions:* although the prevalence of Burnout was low in the series studied, it is important to highlight the high percentage of the emotional exhaustion dimension, which is reflected in an emotional overload generated by work.

**Keywords:** Professional Burnout; Psychological Burnout; COVID-19; Health Personnel; SARS-CoV-2.

## Resumo:

A síndrome de Burnout, também conhecida pelo termo "ser queimado" afeta negativamente a qualidade de vida, a saúde mental e o trabalho do pessoal de saúde, podendo ser afetado no período pós-pandemia, pois a emergência sanitária gerou maior estresse, manter as pessoas é um problema constante estado de alerta.

*Objetivo:* explorar a prevalência e os fatores associados à Síndrome de Burnout em professores das Licenciaturas em Ciências da Saúde que se desenvolvem no Edifício Multiuso Parque Batlle de la Udelar durante o ano de 2022.

*Metodologia:* estudo descritivo, transversal e observacional.

*População-alvo:* docentes dos Cursos de Ciências da Saúde da Udelar, aos quais foi aplicado um questionário anônimo e autoaplicável.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da Escola de Nutrição. Todos os participantes deram o seu consentimento informado.

Investigación

*Resultados:* de um universo de 820 professores, 145 responderam, predominantemente do sexo feminino, 52 % com idade entre 18 e 40 anos. Ao avaliar os fatores da Escala de Maslach, verificamos que 45 % apresentaram Alta Fadiga Emocional, seguidos de 18 % de Baixa Realização Pessoal e 10 % de Alta Despersonalização. Dois participantes apresentaram as três dimensões de risco, correspondendo a uma prevalência de 1,4 %.

*Conclusões:* embora a prevalência de Burnout tenha sido baixa na série estudada, é importante destacar o alto percentual da dimensão exaustão emocional, que se reflete em uma sobrecarga emocional gerada pelo trabalho.

**Palavras-chave:** esgotamento profissional; esgotamento psicológico; COVID-19; pessoal de saúde; SARS-CoV-2.

Recibido: 20230413

Aceptado: 20220810

## Introducción

Morales e Hidalgo destacan que, “El síndrome de Burnout fue declarado en el año 2000 por la Organización Mundial de la Salud como un factor de riesgo laboral por su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida. Su definición no se encuentra en el DSM-V, ni en el CIE 10, pero usualmente se describe como una forma inadecuada de afrontar el estrés crónico, cuyos rasgos principales son el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución del desempeño personal”.

Actualmente es cuantificado mediante una auto encuesta “Maslach Burnout Inventory” (MBI) creada en 1981 por Maslach y Jackson, la cual aborda el síndrome en las dimensiones de Agotamiento Emocional, Despersonalización y Realización Personal<sup>(1)</sup>.

Ortega Loubon et al.<sup>(2)</sup> evidenciaron a través de una investigación realizada en España, una prevalencia del 4,5% en una muestra de profesionales sanitarios. Atendiendo a las tres dimensiones de este síndrome, los autores informaron una mayor prevalencia en la falta de realización personal en el trabajo (31,4 %), seguido de un 21,2 % de cansancio emocional y

un 17,2 % de despersonalización.

Bujalance et al.<sup>(3)</sup> encontraron que el colectivo del personal de enfermería fue quien presentó niveles más altos de cansancio emocional y baja realización personal. La actual contingencia nacional y mundial por COVID-19 (SARS-Cov-12) declarada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) el día 30 de enero del 2020, y confirmada como pandemia el 11 de marzo del mismo año se tradujo finalmente, en una crisis sanitaria mundial. Desde entonces, a nivel nacional, los profesionales de la salud y docentes deben lidiar diariamente con las dificultades que conlleva cumplir las actividades en un alto nivel de calidad; por lo cual es de total importancia que la salud física y mental del profesional esté en condiciones óptimas.

Las situaciones límites, como una crisis sanitaria, son las que generan mayor estrés en las personas, ya que mantienen a las mismas en un estado de alerta constante. Esto ocurre en función de lograr un desempeño óptimo y eficaz en su rol docente como Licenciado o Técnico en áreas de la salud.

La alta demanda de la población en atención y recuperación de salud producto de la pandemia, ha provocado una carga emocional sostenida, que lleva al aumento del estrés en el personal, provocando alteraciones en la salud<sup>(4)</sup>.

Estos factores pueden desencadenar un conjunto de síntomas médico biológicos y psicosociales inespecíficos, que se desarrollan en la actividad laboral, como resultado de una demanda excesiva de energía. En 1974 fue denominado como Síndrome de Burnout, conocido también como “síndrome del quemado”<sup>(1)</sup>.

Como se mencionó anteriormente, la pandemia por coronavirus (COVID-19) y las medidas tomadas para reducir y combatir su impacto, han generado una multiplicidad de estresores en el personal del área de la salud.

Aunado a lo antes mencionado, es importante destacar que en noviembre de 2021 se realizó una evaluación por pares académicos externos en la Escuela de Nutrición de la Universidad de la República (Udelar), cuyo informe destaca en las conclusiones, que tanto los funcionarios administrativos como docentes, tienen visiblemente una sobrecarga laboral que se hace insostenible en el tiempo, por lo que recomiendan trabajar en el clima laboral y la salud mental de dicha organización.

Identificar este evento puede evitar consecuencias nocivas para la organización, como por

Investigación ejemplo la deshumanización hacia los estudiantes, por tal razón esta investigación está enfocada en explorar el Síndrome de Burnout en docentes de las distintas Licenciaturas de las ciencias de la Salud del Edificio Polivalente Parque Batlle (EPPB) de la Udelar durante el año 2022.

### Objetivo general:

Explorar la prevalencia y factores asociados al Síndrome de Burnout en docentes de las Licenciaturas de las ciencias de la salud del EPPB de la Udelar durante el año 2022.

### Objetivos específicos

1. Conocer el estado de agotamiento emocional y describir elementos orientadores de despersonalización.
2. Evaluar la autoeficacia y realización personal de los docentes.
3. Describir la presencia de elementos asociados al Síndrome de Burnout.

### Metodología

Se realizó un estudio observacional descriptivo, de corte transversal.

No se realizó cálculo de tamaño muestral, considerando el universo compuesto por docentes de las Licenciaturas de las Ciencias de la Salud del EPPB de la Udelar. Los criterios de inclusión fueron: ser docente de la Udelar en Facultad de Enfermería (FEnf), Escuela Universitaria de Tecnología Médica (EUTM), Escuela de Parteras (EP) y Escuela de Nutrición (EN) durante el año 2020-2022. Los criterios de exclusión considerados fueron el ausentismo mayor a 3 meses por cualquier causa en el período 2020-2022.

El instrumento de recolección de datos presentó dos apartados principales; la primera parte dedicada a los aspectos socio-demográficos, y la segunda al cuestionario Maslach Burnout

Investigación *Inventory Human Services Survey* (MBI-HSS). Dicho cuestionario está validado a nivel internacional para medir los aspectos que el equipo de investigación decidió explorar. Para la realización de la misma se utilizó la plataforma *LimeSurvey* del sistema del Edificio Polivalente Parque Batlle, donde se alojan los servidores de la Escuela de Nutrición, cuyos datos se encuentran protegidos por la Ley n.º 18331 de protección de datos personales.

La plataforma que utiliza la Escuela de Nutrición para la realización de encuestas, está dentro de los estándares de la Agencia para el Desarrollo del Gobierno de Gestión Electrónica y la Sociedad de la Información y del Conocimiento y del Servicio Central de Informática de la Universidad de la República.

El cuestionario fue difundido por correo electrónico a todos los docentes de las 4 instituciones.

El MBI-HSS se considera válido para la valoración del desgaste profesional en múltiples entornos culturales y ocupacionales<sup>(5)</sup>. Se trata de un instrumento de medida compuesto por 22 ítems que describen actitudes y emociones del profesional respecto a su trabajo y las personas con las que realiza su actividad laboral. Presenta 7 opciones de respuesta cerrada (0-6) en función de la frecuencia de aparición de cada uno de los síntomas evaluados.

Las variables sociodemográficas se utilizan para realizar una descripción social y demográfica de los participantes, es por esto que resultó relevante obtener los siguientes datos: edad, sexo, número de hijos, estado civil, años de servicio, años en el servicio, horario de trabajo (sistema de turno) y tiempo de descanso; considerándose significativos para obtener resultados que nos permitan establecer la coherencia entre el síndrome y el multiempleo.

El proyecto cumple con los aspectos éticos del decreto 158/19, fue presentado y aprobado por el Comité de Ética Institucional de la Escuela de Nutrición. Todos los participantes dieron su consentimiento informado. El análisis de datos se realizó con el programa estadístico Epi Info 3.5.1.

## Resultados

De los resultados obtenidos de la encuesta realizada a través del instrumento diseñado para el presente estudio, se observa que se alcanzaron 145 registros (17 %) del universo, con participación de las diferentes disciplinas de las ciencias de la salud del EPPB la Udelar,

Investigación predominando la FEnf con un 33 %, seguido por un 28 % la EUTM, un 27 % la EN y la EP con un 10 %.

Al caracterizar a la población se identifica que del total 130 personas son del sexo femenino (90 %).

Las edades entre 18 y 40 años representan el 52 % de la población de estudio.

Con respecto al estado civil, tanto para la categoría casado y unión libre éstos representaron el 30 %, seguido de estado civil soltero con un 29 %.

Se observa que casi un 45 % de los docentes tienen más de 10 años de actividad en sus respectivos centros de estudio.

En lo que respecta a contar con personas a cargo en el hogar, el 50 % (n=71) de los docentes presentan hijos menores a cargo.

El 28 % (n=41) refirió 2 horas de tiempo libre en forma diaria.

La mitad de la población estudiada se desempeña con un grado 2 en la Udelar (n=71), realizando principalmente tareas de enseñanza (99 %), seguido de extensión e investigación.

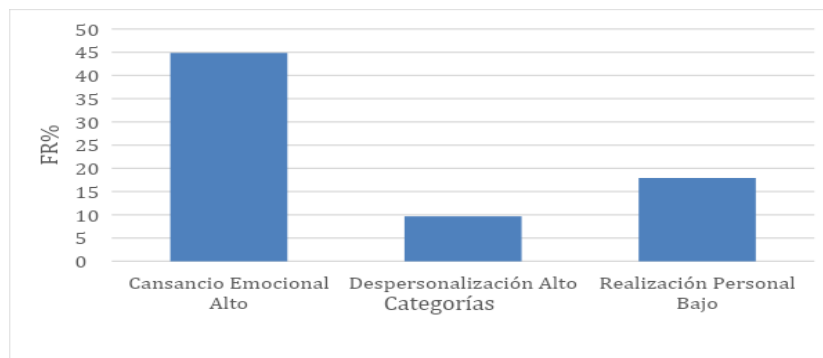
En cuanto al desempeño según horas semanales, el mayor porcentaje se encuentra entre el rango de 21-30 horas (33 %) seguido del rango 11-20 (30 %) horas semanales. Un 82 % de los docentes refirió brindar las clases de forma teórica y práctica, utilizando en un 66 % la modalidad híbrida para el dictado de las clases.

Al evaluar los factores de Escala de Maslach encontramos que el 45 % (n=65) presentó Cansancio Emocional Alto, seguido de un 18 % (n=26) de Realización Personal Bajo y un 10 % de Despersonalización Alto (n=14).

Dos participantes presentaron las tres dimensiones de riesgo, lo que corresponde a una prevalencia de 1.4 % de Síndrome de Burnout en esta población.

**Gráfico 1** - Distribución de la población según dimensiones de riesgo desarrollo Burnout





Fuente: Elaboración Propia

Dentro de las dimensiones de riesgo para el desarrollo de Burnout distribuido por sexo, se destaca que el sexo masculino no presentó Despersonalización Alto.

Al evaluar la situación por centro de enseñanza, el Cansancio Emocional Alto se reportó en el 34% de los docentes de la FEnf, seguido de un 32 % en la EN.

En lo que respecta a la Realización Personal Bajo, los participantes de EUTM reportaron un 38%.

Dentro de Despersonalización Alto, un 36 % fue identificado en los docentes de la FEnf, seguida por la EN con un 29 %.

**Tabla n.º 1.** Distribución de la población según institución dónde realiza la actividad docente y dimensiones de riesgo para desarrollo de Burnout

ACTIVIDAD DOCENTE SEGÚN CATEGORÍA	CE Alto		DESP. Alto		RP Bajo	
	FA	FR%	FA	FR%	FA	FR%
Nutrición	21	32%	4	29%	5	19%
EUTM	15	23%	3	21%	10	38%
Enfermería	22	34%	5	36%	7	27%
Parteras	6	9%	1	7%	2	8%
+ de 1 institución	1	2%	1	7%	2	8%
<b>Total</b>	<b>65</b>	<b>100%</b>	<b>14</b>	<b>100%</b>	<b>26</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaboración Propia

Al analizar las categorías según los años de actividad docente, se observa que en Cansancio Emocional Alto, Despersonalización Alto y Realización Personal Bajo, estos predominan en los docentes con más de 10 años de actividad. En todos los casos, el 69 % no recibió apoyo psicológico.

**Tabla N° 2** - Distribución de la población según años de actividad docente y dimensiones de riesgo para desarrollo de Burnout

ACTIVIDAD DOCENTE SEGÚN CATEGORÍA				
	Menos de 1 año	1-5 años	6-10 años	Más de 10 años
Cansancio emocional alto	0	18	19	7
Despersonalización alto	1	4	2	10
Realización personal bajo	0	9	7	28

Fuente: Elaboración Propia

**Tabla N° 3** - Distribución de la población según categorías y apoyo psicológico recibido durante la pandemia COVID-19

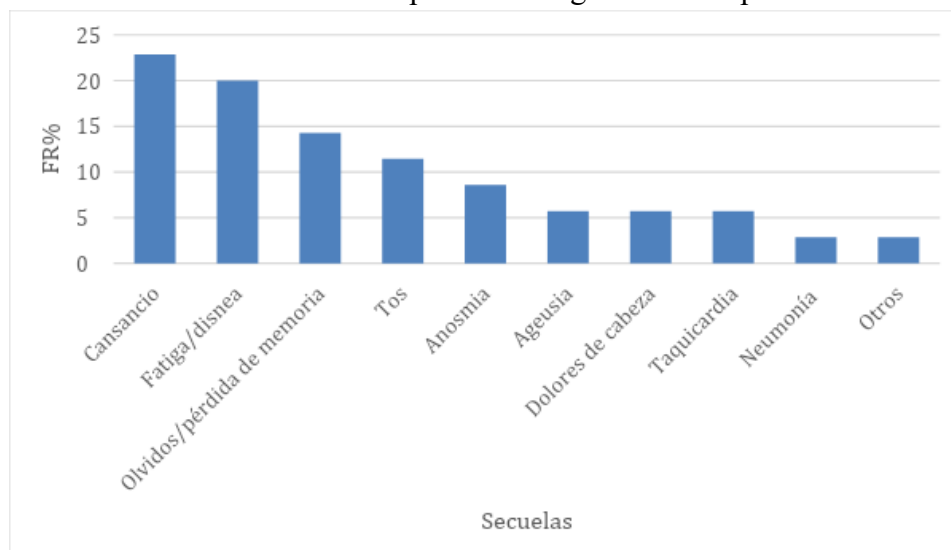
CATEGORÍA	No	Sí	Total
Cansancio emocional alto	52	13	65
FR%	80,00%	20,00%	100,00%
Despersonalización alto	10	4	14
FR%	71,43%	28,57%	100,00%
Realización personal bajo	20	6	26
FR%	76,92%	23,08%	100,00%

Fuente: Elaboración Propia

De los docentes que recibieron apoyo psicológico, el 19 % lo recibió antes del inicio de la pandemia COVID-19 y el 12% durante la pandemia, mientras que el 69 % no inició apoyo psicológico.

Dentro de los docentes que participaron, el 55% cursó la enfermedad COVID-19 y el 26 % presentó secuelas post-infección por COVID-19, con predominio de cansancio físico y fatiga.

**Gráfico 2.** Distribución de la población según secuelas post COVID-19



Fuente: Elaboración Propia

## Discusión

Es relevante comenzar mencionando la significancia del rol docente en el sistema educativo en su totalidad.

Priorizar la pertinencia de la investigación, así como también, el peso de sus resultados, resulta clave para visibilizar estrategias de abordaje que ubiquen en el horizonte próximo, la presencia de nuevos datos que tengan impacto en la salud.

La presencia del Síndrome de Burnout en docentes de las Licenciaturas de las ciencias de la salud del EPPB, evaluado a través del MBI, visibiliza un problema de salud laboral importante, teniendo en cuenta que nuestro estudio determinó un porcentaje del 34% en

Investigación docentes de FEnf, 32 % en la EN con respecto al factor de riesgo Cansancio Emocional Alto, y en un 38 % en lo referente a la Realización Personal Bajo para docentes de la EUTM. A su vez, la FEnf presenta un porcentaje del 36 % para la dimensión Despersonalización Alto, seguido por la EUTM con un 29 %.

A nivel general, analizando los datos sociodemográficos se encontró una alta feminización de la tarea en estas disciplinas del área de la salud, agregando que un 50 % de los encuestados, manifestaron ser parte del sistema de cuidados en su hogar. En este sentido, es importante considerar no sólo la necesidad de trabajar en las mejoras del ambiente laboral, sino también en aquellos aspectos que pueden constituirse en factores protectores para la salud, tales como ofrecer espacios de cuidado infantil durante la jornada laboral a los docentes, buscando armonizar las responsabilidades del personal que se desempeña en la tarea y por ende, enfocarse en la reducción del riesgo a nivel de la salud en esta población.

Por otro lado, los docentes que se encontraban cumpliendo funciones desde hace más de 10 años, arrojaron datos, sobre los cuales se puede pensar en un cansancio crónico, sostenido, constituyéndose desde ellos un escenario de vulnerabilidad considerable. Lo mencionado, supone la escenificación de una respuesta prolongada a estresores crónicos a nivel personal y relacional en el trabajo.

Los datos nos permiten reflexionar sobre que, durante el recorrido laboral pensado en años, se estaría configurando un escenario de Burnout en proceso. Sin embargo, los resultados presentados deben ser analizados con cautela, dado que, la muestra no es representativa y los autoinformes no necesariamente reflejan las vivencias de los procesos

A la luz de lo antedicho, entendiendo los resultados desde una perspectiva circular, los docentes que se encuentran en el otro extremo, comenzando o dentro de los 6 primeros años de cumplimiento de la tarea, muestran a su vez un segundo escalón significativo, conforme a las dimensiones de riesgo para el desarrollo de Burnout.

Este Cansancio Emocional Alto, también podría vincularse con los cambios en las modalidades de trabajo asumidas durante la pandemia, dado que los docentes refirieron en un 59 % haber planificado clases virtuales por primera vez y un 80 % haber realizado horas extras laborales. Es de considerar que, en las condiciones laborales de la docencia universitaria, estas horas extras no son remuneradas, en tanto no existe esta modalidad de

Investigación  
reconocimiento. En este sentido, el requerimiento de modificar la tarea ante una situación de emergencia, llevó a una sobre carga laboral no reconocida económicamente.

Es importante mencionar, además, la relevancia de los cambios en la modalidad de trabajo, en la cual, en estos dos últimos años, 123 de los encuestados han realizado teletrabajo. Esto implica un corrimiento de los espacios donde se configura la vida cotidiana y la subjetividad de las personas, pudiendo ello estar impactando directamente en la sobrecarga emocional.

Complementariamente, resulta importante contemplar que el corrimiento del ámbito laboral al familiar, se da en forma abrupta, sin posibilidad de consenso (no es algo elegido o planificado), y por tanto, tampoco le precede un trabajo en la generación de las condiciones laborales adecuadas (conectividad, espacio e insumos).

Durante las fases de mayor aislamiento social, existe un gran (casi total) corrimiento hacia el teletrabajo y en fases posteriores o en la llamada post pandemia, los nuevos escenarios que se constituyen (por ejemplo, las modalidades híbridas de trabajo), supusieron necesariamente repensar las condiciones laborales de los docentes. Asimismo, ya sea en términos de la adecuación de los espacios físicos, o en la instalación de nuevas normas, en definitiva, resultó clave generar cambios que apuntan a disminuir el estrés laboral existente en dicha población. Nuevas realidades requieren nuevas condiciones.

Lo híbrido como su vertiente etimológica lo señala, de dos especies diferentes, se presentó como una dificultad a enfrentar, no solo desde lo novedoso de la experiencia, sino también asociado a los desafíos que a partir de ello se originaron.

Es importante señalar a su vez, la necesidad de pensar en estrategias de fortalecimiento de las competencias laborales (uso de TICS, organización del trabajo, entre otras), que al tiempo que mejoran la calidad de los procesos de enseñanza de los aprendizajes e inciden directamente en las condiciones de salud de los trabajadores.

El Cansancio Emocional, así como también, la Realización Personal, podrían pensarse anudados a la incertidumbre que durante la pandemia se generó.

Desde una mirada psico social, importa pensar los resultados en su integralidad y complejidad, considerando el contexto de Pandemia como una situación de Emergencia y/o catástrofe, así como también incluir el desastre como un escenario conceptual posible.

Resulta necesario definir qué entendemos por catástrofe y desastre, considerando la relevancia de su impacto en el desarrollo de los países y sus comunidades.

Como mencionamos anteriormente, aproximadamente la mitad de los sujetos presenta como condición la de ser cuidadores, con lo cual, se hace necesario pensar en el impacto del Cansancio Emocional Alto, no solo volcado en la tarea docente, sino también en la trasposición al ámbito familiar/privado, generando consecuencias aún mayores. A la luz de lo antedicho, los roles parental y de cuidado, no solo podrían verse afectados en relación al tiempo disponible para llevarlos a cabo, sino también, en la disponibilidad afectiva posible que se pueda volcar a ello.

La presencia de Cansancio Emocional Alto en mujeres, en comparación a la presencia en hombres, condice con los estudios que demuestran que, las tareas vinculadas a la crianza y el hogar, recaen a su vez particularmente en las mujeres, configurando una vulnerabilidad mayor, el estrés personal - familiar y laboral, asociados para este grupo poblacional, coincide también con el sentimiento de baja realización personal.

En relación a los datos visibilizados sobre la presencia de apoyo psicológico, un alto número refirió no haberlo recibido, a su vez, un rango sustancialmente menor pero considerable, había comenzado un acompañamiento emocional previo a la pandemia de Covid-19. A su vez, el porcentaje que pudo comenzar abordaje Psicológico luego de la pandemia, supuso un número menor de sujetos. Considerando lo antedicho, nos permite reflexionar, por un lado, sobre el lugar que se le brindó a la posibilidad de acceder a un espacio de contención emocional, ubicándose otro núcleo de análisis en las limitaciones del sistema en cuanto al acceso a los cuidados de la salud.

Actualmente, la Universidad ha abierto programas de apoyo económico para estos docentes, a fin de permitir el acceso a prestaciones en salud, pero son recientes y limitados. Considerando el lugar del espacio terapéutico como un factor protector de la salud y como una herramienta para la prevención del Burnout y su tratamiento oportuno, los datos hallados y el bajo acceso al apoyo psicológico, se constituyen en otro factor predisponente para la aparición del síndrome en esta población.

Ante una situación de emergencia sanitaria como la causada por COVID- 19, el foco estuvo en disminuir la exposición al riesgo (uso de tapabocas y alcohol en gel, reducción del contacto físico, aislamiento social), sin embargo, las acciones preventivas en lo que refiere

Investigación al posible impacto de estas medidas en la salud desde una mirada integral, no fueron relevantes en primera instancia. Es importante analizar cómo estos cambios en las configuraciones sociales y vinculares afectaron la salud de la población, y en particular de aquella población ya expuesta y vulnerable como lo son los docentes y el personal de la salud.

Acompañando lo descrito anteriormente, otra variable que imprime relevancia y análisis supone la percepción del tiempo libre. Se vuelve interesante en este sentido, conocer en profundidad el impacto que el uso de redes y / o plataformas educativas le imprimen a la organización del trabajo. Las TICS son claramente herramientas útiles y claves para los procesos de enseñanza - aprendizaje. Sin embargo, presentan el riesgo de facilitar el corrimiento de los espacios, quedando anulados o difusos el ámbito de lo social, familiar y laboral. El tiempo libre como factor protector de la salud, resulta ser un aspecto a considerar que debería ser promovido desde las propias instituciones<sup>(6)(7)</sup>.

Acompañando lo mencionado hasta el momento, de la muestra extraída, un alto porcentaje cursó Covid y un número considerable subrayó haber presentado secuelas al respecto. Resulta interesante la reflexión sobre el aspecto último, ya que los datos que se destacan con relación a las secuelas, logran ser pasibles de asociación con un escenario de impacto emocional. Asimismo, el cansancio, la fatiga y los olvidos, logran configurar la posibilidad para pensar el curso de la enfermedad como factor coadyuvante con la presencia, además, de una Lesión Psíquica<sup>(8)</sup>. De esta forma, podemos reflexionar sobre el impacto que la pandemia pudo haber generado a nivel periférico en los sujetos, en un esquema de círculos concéntricos, partiendo desde el sujeto mismo, avanzando sobre familiares, compañeros de trabajo, alumnos, etc.

Los trabajadores sometidos a periodos prolongados de estrés (además de los problemas mentales-psicosociales) pueden desarrollar graves problemas de salud físicos, tales como, patologías cardiovasculares o musculoesqueléticas<sup>(9)</sup>. Asimismo, para los docentes de la universidad, lo mencionado anteriormente puede llegar a traducirse como un aumento del absentismo, bajo rendimiento-eficacia y mayor índice de lesiones físicas.

Por tal motivo, cuando no se realiza la evaluación y la prevención de riesgos psicosociales —especialmente en entornos de servicios humanos—, o no se protege adecuadamente al

Investigación  
trabajador frente a esta consecuencia o, en todo caso, no se adapta el trabajo a la persona, el Síndrome puede surgir.

Al parecer, se configuró un escenario de tormenta perfecta, preparación de clases virtuales por primera vez, el teletrabajo como uno de los protagonistas principales, la realización de horas extras, así como también la percepción de un escaso reconocimiento de la tarea. Lo dicho, da cuenta de la confrontación entre lo interno y lo externo, lo psíquico y lo fáctico. Por tal motivo, el diálogo existente entre lo mencionado, podría corresponder los límites para enmarcar el campo de lo traumático en dicha problemática.

Se puede decir que la característica de lo traumatogénico, como algo capaz de determinar si un suceso es o no traumático, no responde a la ecuación “tal suceso, tal efecto”, sino que supondrá una “casualidad estructuralmente compleja”<sup>(10)</sup>.

Sobre ésta causalidad nos permite reflexionar que, esta patología es consecuencia fundamentalmente de la exposición a determinadas condiciones de trabajo y no está originada por una deficiencia en la personalidad del individuo.

## Conclusión

Recorriendo los datos y reflexionando sobre sus contingencias e implicancias, se dio cuenta de la fortaleza sintomática que dicho marco esconde. La metáfora del gigante dormido, resulta esclarecedora para echar luz en la temática, escenificando no solo la potencia del daño sino también, el aspecto inminente del escenario en cuestión.

A su vez, se entiende pertinente asociar los datos con la presencia de un escenario de colapso psíquico, desde el cual se percibió una colisión entre los aspectos narcisistas propios de cada sujeto, con la imposibilidad de concretar una demanda externa, dando lugar a lo irrealizable.

A la luz de los resultados, se logra visibilizar que, las nuevas modalidades de impartir clase, al parecer, impactaron significativamente en los docentes, ya que un alto número se encontraba por primera vez, ubicado en un dispositivo híbrido.

Asimismo, lo referente a la Realización personal baja, pudo haber dado cuenta de la presencia de una herida narcisista en los sujetos que, ante la demanda externa, al parecer no encontraban los recursos suficientes para enfrentarla satisfactoriamente.



Continuando con las líneas desplegadas, las dimensiones de riesgo para el desarrollo de Burnout, generan los pilares necesarios para dar y permitirnos traducir en cierta forma, el dolor psíquico que se esconde por detrás de ellos.

En momentos donde, el consumo de alcohol en gel y la compra de barbijos aumentaban exponencialmente ante la percepción de riesgo inminente de contagio, considerando la muestra, pareció no percibirse el riesgo emocional suficiente del impacto de la pandemia, así como tampoco permitió reflexionar sobre sus efectos a posteriori.

El trabajador quemado refleja la incapacidad para poder decir que no, ante un escenario de incendio, se observan las llamas, el caos y el humo, si aun percibiendo ese riesgo el sujeto ingresa, se quema. Siguiendo con ésta línea, se plantea que quizá existió un escenario predisponente, sobre el cual en muchos casos y circunscrito a determinados marcos, el sujeto decide ingresar.

Como se describió previamente, hablamos sobre la incapacidad a poder decir que no, o leyéndolo de otra forma, una situación en donde el sujeto siente estar en condición de hacerlo todo, dicho de otra manera, inmerso en la sociedad del rendimiento.

Asimismo, resulta clave la instalación de dinámicas que favorezcan un desarrollo saludable de las condiciones laborales, destacándose: Promoción de tiempo libre por parte de las instituciones; Realización de una pausa activa durante la jornada; Facilitar acceso a espacios de intercambio entre los trabajadores; Instancias de taller sobre manejo emocional ante posibles situaciones estresantes; así como también; Adaptar protocolos de actuación ante la presencia de la modalidad virtual como un escenario laboral de cuidado.

Un porcentaje significativo menciona tener al menos dos horas de tiempo libre y cercano a ellos, aparecen sujetos con percepción de tiempo libre cero. Por tal motivo, los resultados nos invitan a reflexionar sobre las posibilidades reales para alcanzar una desconexión del escenario laboral, considerando la propuesta, surge la necesidad de profundizar al respecto, sobre si resulta ser tiempo libre o podría ubicarse en un simple registro de no - trabajo.

Sobre lo mencionado, se desprende el interés para reflexionar sobre los mecanismos existentes en los sujetos, una vez inmersos en el tiempo libre mencionado, lejos de dar respuestas se abre un abanico de preguntas, como por ejemplo ¿Es realmente tiempo libre?, ¿Se logra un real corrimiento del ámbito laboral?, ¿El teletrabajo permite que se genere tiempo libre? Pareciera que la percepción del tiempo, resulta indiscutiblemente anudada al

Investigación  
régimen híbrido, el cual permite que no exista demasiado tiempo por fuera de la red, generando quizá una desconexión imposible.

Por lo expuesto, se recomienda la intervención de los órganos directivos de la Udelar, de tal forma que promuevan institucionalmente en este sector aspectos positivos en temas de salud laboral y adecuada higiene ocupacional, dicho de otra forma, fortalecer y o diseñar programas preventivos para fortalecer la salud laboral de los docentes.

## Conflictos de intereses

Los autores declaran no tener conflictos de interés.

## Agradecimientos

A las autoridades de la escuela de Nutrición, Escuela Universitaria de Tecnología Médica, Escuela de Parteras y de la Facultad de Enfermería por autorizar la participación

## Referencias:

1. Saborio Morales L, Hidalgo Murillo LF. Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica* [Internet] 2015; 32(1): 119-24. Disponible en: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/mlcr/v32n1/art14v32n1.pdf> [consulta: 11 may 2022].
2. Ortega Loubon C, Salas R, Correa R. Aspectos epidemiológicos del síndrome de Burnout en el personal sanitario. *Archivos de Medicina* [Internet] 2011; 7(2): 1-7. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/503/50319889001.pdf> [consulta: 11 may 2022].
3. Bujalance Hoyos J, Villanueva Pardo F, Guerrero Manzano S, Conejo García J, González Valentín A, Sepúlveda Jurado A, et al. Burnout y satisfacción laboral de los profesionales que atienden a pacientes geriátricos. *Revista Española de Geriatria y Gerontología* [Internet] 2001; 36(1): 32-47. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-articulo-Burnout-satisfaccion-laboral-profesionales-que-S0211139X0174680X> [consulta: 11 may 2022].

4. Lozano-Vargas A. El síndrome de burnout en los profesionales de salud en la pandemia por la COVID-19. *Revista de Neuro-Psiquiatría* [Internet] 2021; 84(1): 1-2. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972021000100001&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972021000100001&script=sci_arttext) [consulta: 11 may 2022].
5. Maslach A, Jackson S. The measurement of experienced Burnout. *Journal of Occupational Behaviour* [Internet] 1981; 2(2): 99-113. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/job.4030020205> [consulta: 11 may 2022].
6. Páez D, Fernández I, Martín Beristain C. *Catástrofes, traumas y conductas colectivas: procesos y efectos culturales*. Barcelona: Icaria; 2001.
7. Martín Baró I. *Psicología social de la guerra: Trauma y Terapia*. San Salvador: UCA; 2021.
8. Echeburúa E. *Superar un trauma. El tratamiento de las víctimas de sucesos violentos*. Madrid: Pirámide; 2009.
9. Molina Rodríguez D. Consecuencias del síndrome de Burnout en el trabajo y estrategias de prevención de riesgos para la seguridad y salud laboral. *Cielo laboral*. [Internet]. 2020. Disponible en: [https://www.cielolaboral.com/wp-content/uploads/2020/03/molina\\_noticias\\_cielo\\_n3\\_2020.pdf](https://www.cielolaboral.com/wp-content/uploads/2020/03/molina_noticias_cielo_n3_2020.pdf) [consulta: 11 may 2022].
10. Benyakar M. Salud mental y desastres: nuevos desafíos. *Revista Neurología Neurocirugía y Psiquiatría* [Internet] 2002; 35(1): 3–25. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revneuneupsi/nnp-2002/nnp021b.pdf> [consulta: 11 may 2022].