

SÍNDROME DE BURNOUT EN TRABAJADORES DE DIVERSAS ACTIVIDADES ECONÓMICAS EN MÉXICO

CAROLINA ARANDA BELTRÁN*, MANUEL PANDO MORENO**, JOSÉ GUADALUPE SALAZAR ESTRADA***
UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA, MÉXICO

Recibido: 24 de Septiembre de 2015

Aprobado: 26 de Noviembre de 2015

Para referenciar este artículo:

Aranda Beltrán, C., Pando Moreno, M. & Salazar Estrada, J. (2015). Síndrome de Burnout en trabajadores de diversas actividades económicas en México. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 8(2), 23-28.

Resumen

El Síndrome de Burnout es considerado una enfermedad moderna resultante de la exposición crónica a diversos factores de riesgo laboral. En el presente artículo se demuestran las prevalencias y variables que podrían actuar como factor de riesgo para el desarrollo del síndrome en trabajadores de diversas actividades económicas en México. Se reportan los resultados de 2405 trabajadores pertenecientes a los giros laborales de médicos de familia de tres instituciones públicas de salud, trabajadores universitarios, trabajadores del congreso del estado, agentes de tránsito y trabajadores del tren eléctrico. Los trabajadores del congreso obtuvieron las prevalencias más altas para el síndrome, siendo la falta de realización el factor más afectado. Los datos también sugieren que en los trabajadores de tránsito se presentan una serie de variables de riesgo específicas asociadas al desarrollo del síndrome tales como el hecho de tener más de 42 años, estar casado, tener una antigüedad en el puesto superior a 10 años de trabajo y una en la institución mayor a 14 años.

Palabras clave: Síndrome de Burnout; prevalencias; economías laborales; trabajadores.

BURNOUT SYNDROME IN WORKERS OF DIFFERENT ECONOMIC ACTIVITIES IN MEXICO

Abstract

El Burnout Syndrome is considered a modern disease resulting from chronic exposure to various occupational risk factors. In this article we demonstrate the prevalence and the variables that play as a risk factor for the development of the syndrome in various economic activities, located in the country of Mexico. The results of 2,405 workers are reported who belonged to various economic activities such as family doctors (at three public health institutions), university workers, state congress, traffic officers and electric train workers. Congress workers obtained the highest prevalences for the syndrome as well as by dimensions, being the lack of realization the most affected, still the data suggest that transit workers hold various risk variables associated to the development of the syndrome, including being more than 42 years, being married, having more than 10 years' working experience in their current position and a seniority longer than 14 years in the institution.

Key words: Burnout syndrome; prevalence; labor economies; workers.

* Profesora Investigadora Titular "C". Universidad de Guadalajara. caranda2000@yahoo.com.mx

** Profesor Investigador Titular "C". Universidad de Guadalajara. manolop777@yahoo.com.mx

*** Profesor Investigador Titular "C". Universidad de Guadalajara. jsalazar43@gmail.com

Introducción

El Síndrome de Burnout, enfermedad “moderna”, se debe a un conjunto de signos y síntomas manifestados por la exposición crónica a diversos estresores conocidos también como factores de riesgo de tipo psicosocial (Aranda, Pando, & Ronquillo, 2014). Estos factores de riesgo son definidos por la Organización Internacional del Trabajo (OIT/OMS) como:

Las interacciones entre el trabajo, su medio ambiente, la satisfacción en el trabajo y las condiciones de su organización, por una parte, y por la otra, las capacidades del trabajador, sus necesidades, su cultura y su situación personal fuera del trabajo, todo lo cual, a través de percepciones y experiencias, pueden influir en la salud y en el rendimiento y la satisfacción en el trabajo (OIT/OMS, 1984, p. 3).

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) revelan que tanto las enfermedades como los accidentes laborales aumentan día a día (OIT, 2002), que las cifras de mortalidad por causas laborales van en aumento y que esto mismo aplica para enfermedades transmisibles como el cáncer y las circulatorias (La Patria, 2009; La Jornada, 2010).

En México el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) señala que en el año 2009 hicieron su aparición enfermedades catalogadas como nuevas, entre ellas están las relacionadas con la influenza y neumonías, así como otras enfermedades virales (IMSS, 2009): En esta misma línea, la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS) reporta a las hipoacusias, neumoconiosis, sinovitis, tenosinovitis y bursitis, enteropatías, afecciones respiratorias, el Síndrome del túnel carpiano, dorsopatías, dermatitis por contacto, enfermedades crónicas y enfermedades de los ojos y sus anexos, como enfermedades laborales (STPS, 2011). Las estadísticas actuales según el IMSS, indican que en el 2013 se presentaron 542.373 riesgos de trabajo, de los cuales 6.364 fueron enfermedades laborales. Las lesiones de muñeca, mano y de miembros inferiores, excluyendo tobillo y pie, son las principales afecciones para los hombres mientras que para las mujeres lo fueron las luxaciones, esguinces, torceduras, lesiones en ligamentos de cuello, tobillo y pie (IMSS, 2013).

El Síndrome de Burnout conocido también como Síndrome de quemarse por el trabajo o Síndrome de agotamiento emocional, es la respuesta del organismo ante cualquier estímulo o factor que al individuo le cause distrés. Esa manifestación o respuesta se define a través de la percepción que se tenga de que el factor estresor está presente en la persona. Como ejemplo de algunos factores

psicosociales de riesgo se mencionan el ruido, las temperaturas abatidas, radiaciones ionizantes y no ionizantes, vibraciones, monotonía, sobrecarga de trabajo, falta de incentivos, no oportunidades de superación, creatividad, iniciativa, duración de la jornada, calidad del trabajo, etc.

Ante la variedad de estudios publicados sobre los factores psicosociales, los primeros resultados publicados con población mexicana fueron reportados en trabajadores de la industria textil y confección del vestido por Mireles, Pando, & Aranda (2003). En ese estudio se manifestaba ya la presencia de diversos factores de riesgo en la organización en un 13,6%, prevalencia no tan elevada pero significativa.

Método

Diseño del estudio

El estudio tiene un diseño transversal y analítico.

Participantes

La población estuvo constituida por 2.405 trabajadores entre los que se evaluaron tanto a médicos de familia de tres instituciones públicas de salud, como a trabajadores universitarios, trabajadores del congreso del estado, agentes de tránsito y trabajadores del tren eléctrico (tabla 1).

Tabla 1

Distribución de la población trabajadora por actividad económica

Actividad económica	Población trabajadora	
	No.	%
Agentes de tránsito	875	36,3
Trabajadores del congreso	235	9,8
Trabajadores del tren eléctrico	470	19,5
Trabajadores universitarios	326	13,6
Médicos familiares (Institución 1)	154	6,4
Médicos familiares (Institución 2)	43	1,8
Médicos familiares (Institución 3)	302	12,6

Fuente: elaboración propia

Instrumentos de evaluación

Para el levantamiento de los datos se aplicaron tres cuestionarios: uno con ítems socio-demográficos y laborales (cuestionario de datos generales), otro con el que se evaluó el síndrome y uno más que ayudo a la identificación de los factores psicosociales.

La escala de valoración de Maslach Burnout Inventory (MBI-HSS) utilizada para evaluar el Síndrome de Burnout

o de desgaste laboral, consta de 22 ítems con tres dimensiones: Agotamiento emocional, Despersonalización y Falta de Realización Personal, todas se evalúan mediante escala tipo Likert con opciones que van desde nunca (0) hasta todos los días (6) (Maslach & Jackson, 1996).

Las dimensiones miden sensaciones de agotamiento físico y emocional y evalúa respuestas impersonales y sentimientos de competencia y motivación en el trabajo. Una vez contestado se suman cada uno de los ítems según la dimensión. Los puntajes obtenidos se colocan en un nivel de calificación, alto, medio o bajo, siendo los niveles alto y medio aquellos que indican la presencia del Síndrome de Burnout en la persona, mientras que, por el contrario, los niveles bajos serían indicadores de la ausencia el síndrome en la persona.

Los valores de validación de la escala han mostrado un alfa de Cronbach satisfactoria para la dimensión Falta de Realización Personal de 0.71 y para Agotamiento Emocional de 0.85, pero moderada para Despersonalización con un alfa de 0.58 (Gil-Monte, 2005).

La guía de identificación de Factores psicosociales (Legaspi, Martínez, & Morales, 1986) evalúa 4 áreas: esencia de la tarea, sistema de trabajo, interacción social y organizacional. Originalmente el instrumento era evaluado por tres interacciones: a) El trabajador (considerandola respuesta positiva si el factor se percibe en el mayor tiempo de su jornada laboral); b) El observador (registrando la existencia o no del agente en el puesto de trabajo) y c) Una persona extraña al mismo (calificando el grado de coincidencia encontrado por el trabajador y por el observador).

Las respuestas a este instrumento son dicotómicas (si presencia o no presencia del factor). Se suman solamente las que ubican la presencia del factor de riesgo, obteniendo un puntaje el cual es colocado en un nivel o calificación de identificación (alto, medio y bajo), de tal manera que se pueden obtener puntajes parciales (por cada área) y puntajes totales, por toda la escala. Es preciso recordar que en el presente estudio sólo se tomó en cuenta la valoración del propio trabajador, considerando los niveles altos y medios como sí presencia del factor de riesgo psicosocial laboral y los bajos como no presencia (Aranda, Pando, Torres, Salazar & Sánchez, 2011; Aranda, Pando, & Ronquillo, 2014).

Procedimiento

Se realizó la aplicación de las encuestas en cada una de las áreas laborales no sin antes explicarles los objetivos del estudio, que su participación sería voluntaria y que podían abandonar el estudio cuando ellos lo creyeran

pertinente. Terminado el trabajo de campo, se capturaron las encuestas en el programa de cómputo estadístico Epi Info versión 6.04, analizando la información en el programa SPSS versión 19 para Windows.

Análisis estadísticos

Los análisis estadísticos fueron tanto descriptivos como inferenciales. Para determinar si las variables sociodemográficas y laborales jugaban como factor de riesgo hacia el desarrollo de alguna enfermedad, se realizaron análisis estadísticos obteniendo los factores de riesgo Odds Ratio (OR) cuando éste tuviera un valor mayor a uno, el Intervalo de Confianza (IC) no incluyera la unidad y una Chi cuadrada (con o sin corrección de Yates) significativa, con un valor de p menores a 0.05.

Consideraciones éticas

El estudio es considerado dentro de la categoría uno (sin riesgo), según el reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud en su Artículo 17 (General de Salud, 2011).

Resultados

Descriptivos

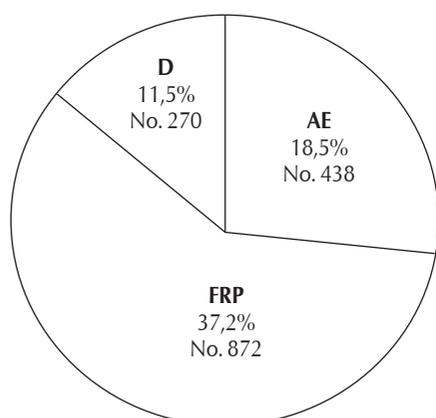
De los 2.405 trabajadores, la mayoría de la población eran hombres 1.729 (72,3%) y 662 (27,7%) mujeres. La edad promedio fue de 42 años, siendo la mínima de 15 años (perteneciente a la población trabajadora del tren eléctrico) mientras que la máxima fue de 84 años de edad (agente de tránsito). Según el estado civil, 1.715 trabajadores (71,9%) estaban casados, el resto pertenecían al grupo de solteros, viudos, divorciados, separados o en unión libre.

En cuanto a variables laborales se refiere, la mitad de la población (49%) trabajaba en el turno matutino, los demás lo hacían por la tarde, la noche o en turnos mixtos o turnos variables. Sobre la antigüedad en la institución, la mínima fue de 10 meses (ubicados entre trabajadores del tren eléctrico y médicos familiares de una de las tres instituciones públicas de salud) con una máxima de 46 años (agentes de tránsito) y un promedio de 14 años de labor. Datos similares se obtuvieron para la variable de antigüedad en el puesto laboral.

La prevalencia global para el síndrome indica que la mitad de la población lo ha desarrollado, mientras que por dimensiones la secuencia fue en primer lugar la falta de motivación seguida por el agotamiento emocional y posteriormente la despersonalización (gráfica 1).

Gráfica 1

Prevalencias globales del Síndrome de Burnout por dimensiones



AE: Agotamiento Emocional D: Despersonalización FRP: Falta de Realización Personal

Fuente: elaboración propia

De igual manera se puede observar en la tabla 2 que los trabajadores del congreso puntúan los porcentajes sobre la presencia del Síndrome de Burnout, seguidos por los trabajadores universitarios y los agentes de tránsito, con cifras que van desde el 69% al 55% de su presencia.

Tabla 2

Prevalencias globales del Síndrome de Burnout por actividad económica

Actividad económica	Prevalencia del síndrome	
	No presencia	Si presencia
Agentes de tránsito	44.7	55.3
Trabajadores del congreso	30.9	69.1
Trabajadores del tren eléctrico	60.5	39.5
Trabajadores universitarios	40.0	60.0
Médicos familiares (Institución 1)	56.5	43.5
Médicos familiares (Institución 2)	64.3	35.7
Médicos familiares (institución 3)	72.4	27.6

Fuente: elaboración propia

Sin embargo al momento de analizar la prevalencias del síndrome por dimensiones y por actividad económica, se observa que fueron los trabajadores del congreso los que reportan cifras más altas de agotamiento emocional y de falta de realización en el trabajo, pero no así de despersonalización, siendo los agentes de tránsito lo que más se despersonalizan (tabla 3).

De las cinco actividades económicas analizadas, los trabajadores agentes de tránsito son los más afectados, en ellos ser igual o mayor de 42 años, estar casado, tener una antigüedad en el puesto igual o mayor a 10 años y en la institución igual o mayor de 14 años es un riesgo para el desarrollo del Síndrome de Burnout, caso contrario a los trabajadores universitarios en donde, al parecer, el ser mujer es un riesgo y para los médicos el estar casado, en el resto de las actividades no se encontraron variables de riesgo (tabla 4).

Tabla 3

Prevalencias de Síndrome de Burnout por dimensiones y por actividad económica

Actividad económica	Agotamiento Emocional		Falta de realización en el trabajo		Despersonalización	
	No.	%	No.	%	No.	%
Agentes de tránsito	79	9.4	397	47.6	136	16.2
Trabajadores del congreso	105	45.2	117	50.7	35	15.1
Trabajadores del tren eléctrico	65	13.9	132	28.3	43	9.3
Trabajadores universitarios	78	14.0	143	44.0	36	11.0
Médicos familiares (Institución 1)	49	31.8	28	18.1	12	7.8
Médicos familiares (Institución 2)	11	26.2	3	7.2	5	11.9
Médicos familiares (institución 3)	37	18.8	26	13.3	3	1.5

Fuente: elaboración propia

Tabla 4
Variables sociodemográficas y laborales asociadas al Síndrome de Burnout

Actividad económica	Edad	Sexo (ser mujer)	Estado civil	Antigüedad en el puesto	Antigüedad en la institución
Agentes de tránsito	≥ 42 OR=2.33 p= 0.000		OR= 1.47 p= 0.000	≥ 10 OR= 1.65 p= 0.001	≥ 14 OR=1.62 p= 0.000
Trabajadores del congreso	****	****	****	****	****
Trabajadores del tren eléctrico	****	****	****	****	****
Trabajadores universitarios		OR= 1.69 p= 0.030	****	****	****
Médicos familiares (Institución 1)	****	****	OR= 0.42 p= 0.032	****	****
Médicos familiares (Institución 2)	****	****	****	****	****
Médicos familiares (institución 3)	****	****	****	****	****

Fuente: elaboración propia

Discusión y conclusiones

Con respecto a los resultados anteriores, las publicaciones científicas han demostrado ciertas repercusiones en la salud de los trabajadores derivadas de la exposición a riesgos laborales de tipo psicosocial, entre ellas se han reportado los problemas psíquicos y psicosomáticos y su relación con las condiciones laborales concluyendo que tanto las condiciones objetivas como subjetivas así como el proceso de trabajo automatizado y las exigencias laborales guardan relación estrecha con las enfermedades de tipo laboral (Pulido & Noriega, 2003).

Cortés, Artazcoz, Rodríguez y Borell (2004), evalúan la salud mental en población trabajadora dedicada a actividades manuales y no manuales y la desigualdad en género, encontrando que una vez más las exigencias psicológicas, la autonomía, el apoyo social, trabajar en jornada partida o con un contrato temporal, como factores de riesgo psicosocial que son, se asocian con la salud mental, concluyendo entonces que, la salud mental de la población ocupada se relaciona con la cualificación profesional y el género, siendo las mujeres las más afectadas.

De igual manera se ha demostrado que las mujeres son las que más padecen de depresión al exponerse a bajas recompensas y que el hombre la sufre debido a las demandas psicológicas y los desequilibrios esfuerzos-recompensas (Ansoleaga, Vézina, & Montaña, 2014).

Comparando nuestras prevalencias con otros estudios, Castañeda y García de Alba (2010) detectan porcentajes

del 41,6% de Síndrome de burnout en médicos familiares mexicanos, obteniendo además diferencias significativas en función del sexo, grupo de edad, tener hijos, antigüedad en la institución y tipo de contratación. En nuestro estudio las cifras de prevalencia para los médicos oscilaron del 56 al 74%, obteniendo sólo asociación con la variable estado civil.

Sánchez (2016), refiere un 44,6% de presencia del síndrome en policías de la ciudad de México, en donde la despersonalización y la desmotivación se hacen presentes. En nuestro estudio los porcentajes son mayores (55,3%) y, la despersonalización y la falta de realización también se hacen presentes. Además Sánchez encuentra correlación significativa entre la antigüedad laboral y el agotamiento emocional, así como entre ser hombre con falta de realización personal, asociaciones diferentes a las del presente estudio ya que éstas viran hacia la edad, el estado civil, la antigüedad en el puesto y en la institución.

En cuanto a los trabajadores universitarios, en específico los docentes, Ruiz de Chávez, Pando, Aranda y Almeida (2014) describen cifras del 35,3% en al menos una dimensión quemada, prevaleciendo sobre todo la dimensión de agotamiento emocional en un nivel alto, además de observar asociación significativa entre el sexo, la edad y el grado académico con el agotamiento emocional, así como antigüedad en la institución y grado académico con despersonalización. Comparando estos resultados con los nuestros, se observa únicamente que la variable estado civil se asociada con el Síndrome de burnout en general, es decir sin especificar alguna dimensión.

En conclusión, la presencia de factores de riesgo de tipo psicosocial pueden traer consecuencias negativas en la salud de los trabajadores, una de ellas es el Síndrome de Burnout. La extensa difusión en artículos y libros sobre el tema, demuestran que factores como el género, la edad, el estado civil, la antigüedad laboral, el turno de trabajo, la falta de apoyo social, la baja autoestima, hacen que el trabajador se enferme.

Se recomienda dar a conocer estos resultados en cada una de las instituciones y/o empresas participantes, pero sobre todo convencer a los altos mandos de la importancia de trabajar bajo condiciones seguras y de las ventajas a la salud, económicas, sociales, que ello pudiera ofrecer.

Referencias

- Ansoleaga, E., Vézina, M., & Montaña, R. (2014). Síntomas depresivos y estrés laboral en trabajadores chilenos: condiciones diferenciales para hombres y mujeres. *Cadernos. Saúde Pública*, 30(1), 107-118.
- Aranda, C., Pando, M., & Ronquillo, J. (2014). Confiabilidad y validez de una guía de identificación sobre factores psicosociales en trabajadores mexicanos de diversos giros laborales. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 7(1), 25-38.
- Aranda, C., Pando, M., Torres, T., Salazar, J. & Sánchez, L. (2011). Factores Psicosociales y patologías laborales en trabajadores de un sistema de transporte público urbano, México. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 40(2), 266-278.
- Castañeda, E., & García de Alba, J. (2010). Prevalencia del síndrome de agotamiento profesional (burnout) en médicos familiares mexicanos: análisis de factores de riesgo. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 39(1), 67-84.
- Cortés, I., Artazcoz, L., Rodríguez, M., & Borell, C. (2004). Desigualdades en la salud mental de la población ocupada. *Gaceta Sanitaria*, 18(5), 351-359.
- De Chávez Ramírez, D., Pando, M., Aranda, C., & Almeida, C. (2014). Burnout y Work Engagement en Docentes Universitarios de Zacatecas. *Ciencia & trabajo*, 16(50), 116-120.
- Gil-Monte, R. (2005). *El Síndrome de quemarse por el trabajo (Burnout): una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar*. Madrid: Pirámide.
- Instituto Mexicano del Seguro Social -IMSS-. (2009). *Memoria estadística*. Capítulo VI. Salud en el Trabajo. Recuperado de http://www.imss.gob.mx/estadisticas/financieras/memoria_est_htm
- Instituto Mexicano del Seguro Social -IMSS-. (2013). *Memoria estadística*. Capítulo VI. Salud en el Trabajo. Recuperado de <http://www.imss.gob.mx/conoce-al-imss/memoria-estadistica-2013>
- La Jornada (2010, 8 de febrero). Aumentan accidentes laborales. Recuperado de <http://www.jornada.unam.mx/2010/02/08/index.php?section=politica&article=016n1pol>
- La Patria (2009, 29 de abril). OIT: Accidentes y enfermedades laborales causan 2,3 millones de muertes al año. *La Patria*. Recuperado de http://lapatriaenlinea.com/index.php?option=com_content&task=view&id=5073&Itemid=92
- Legaspi, V., Martínez, M., & Morales, N. (1986). *Factores psicosociales en el ambiente de trabajo*. México: Subdirección General Médica. Instituto Mexicano del Seguro Social.
- Ley General de Salud. (2011). Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud. México Recuperado de <http://www.salud.gob.mx/idades/cdi/nom/compi/rlgsmis.html>
- Maslach, C., & Jackson, E. (1996). *Maslach Burnout Inventory* (2ª. ed.). Palo Alto California: Consulting Psychologists.
- Mireles, A., Pando, M., & Aranda, C. (2003). Factores psicosociales y Síndrome de Burnout en una empresa de la rama textil en Guadalajara, Jalisco. *Revista de Investigación en Salud*, 4, 104-110.
- Organización Internacional del Trabajo / Organización Mundial de la Salud (OIT/OMS). (1984). *Factores psicosociales en el trabajo: Naturaleza, incidencia y prevención. Informe del Comité mixto OIT/OMS sobre medicina del trabajo*. Ginebra, Suiza. Recuperado de: http://www.ergonomia.cl/eee/Noticias_anteriores/Entradas/2013/11/1_OIT_OMS_Factores_Psicosociales_en_el_Trabajo.html
- Organización Internacional del Trabajo -OIT-. (2002). *Registro y notificación de accidentes del trabajo y enfermedades profesionales y lista de la OIT relativa a las enfermedades profesionales. 90ª Reunión*. Informe 5(1). Ginebra, Suiza. Recuperado de: <http://www.ilo.org/public/spanish/standards/relm/ilc/ilc90/rep-v-1.htm>
- Pulido, M., & Noriega, M. (2003). Condiciones objetivas y subjetivas de trabajo y trastornos psicofísicos. *Cadernos. De Saúde Pública*, 19(1), 269-277.
- Sánchez, J. (2016). Frecuencia del burnout en policías de la Ciudad de México. *liber*. [online]. 2012, vol.18, n.1 [citado 2016-04-10], pp. 69-74. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272012000100009&lng=es&nrm=iso>. ISSN 1729-4827.
- Secretaría del Trabajo y Previsión Social -STPS-. (2011). *Información sobre Accidentes y Enfermedades de Trabajo Nacional 2002-2011*. Recuperado de <http://www.stps.gob.mx/bp/secciones/dgsst/estadisticas/Nacional%202002-2011.pdf>