



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
SISTEMA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO**

TEMA:

**Estudio del burnout en los trabajadores que se desempeñan como
cuidadores de adultos mayores**

AUTOR:

Pita Vines Juan Cristobal

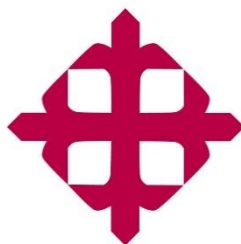
**Previo a la obtención del grado Académico de:
MAGÍSTER EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO**

TUTOR:

Psic. Galaza Colamarco Alexandra Patricia, Mgs.

GUAYAQUIL, ECUADOR

2026



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
SISTEMA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO**

CERTIFICACIÓN

Certificamos que el presente trabajo fue realizado en su totalidad por el Doctor, Juan Cristobal Pita Vines, como requerimiento parcial para la obtención del Grado Académico de **Magíster en Seguridad y Salud en el Trabajo**.

DIRECTOR DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Psic. Alexandra Galaza Colamarco, Mgs.

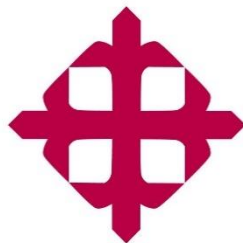
REVISORA

Lic. Andrea Ocaña Ocaña, Ph.D.

DIRECTOR DEL PROGRAMA

Dr. Ricardo Loaiza Cucalón, Mgs.

Guayaquil, a los 11 días del mes de marzo del año 2026



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
SISTEMA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO**

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, Pita Vines Juan Cristobal

DECLARO QUE:

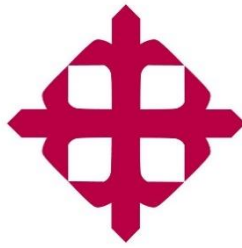
El Proyecto de Investigación “**Estudio del burnout en los trabajadores que se desempeñan como cuidadores de adultos mayores**” previa a la obtención del **Grado académico de Magister en Seguridad y Salud en el Trabajo**, ha sido desarrollada en base a una investigación exhaustiva, respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan al pie de las páginas correspondientes, cuyas fuentes se incorporan en la bibliografía. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance científico de la tesis del Grado Académico en mención.

Guayaquil, a los 11 días del mes de marzo del año 2026

EL AUTOR:

Pita Vines Juan Cristobal



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
SISTEMA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO**

AUTORIZACIÓN

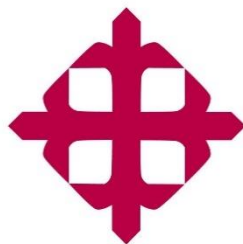
Yo, Pita Vines Juan Cristobal

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, la **publicación** en la biblioteca de la institución del **Proyecto de Investigación del Magister en Seguridad y Salud en el Trabajo** titulada: “**Estudio del burnout en los trabajadores que se desempeñan como cuidadores de adultos mayores**”, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, a los 11 días del mes de marzo del año 2026

EL AUTOR:

Pita Vines Juan Cristobal



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
SISTEMA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO**

INFORME DE COMPILATIO



CERTIFICADO DE ANÁLISIS
magister

PITA JUAN (2)

6%
Textos sospechosos

95% Similitudes (ignorado)
< 1 % similitudes entre comillas
< 1 % entre las fuentes mencionadas
2% Idiomas no reconocidos (ignorado)
6% Textos potencialmente generados por IA

Nombre del documento: PITA, JUAN (2).docx
ID del documento: 69ea4ef633b1419cdcab60cbd9dc5724960d1dad
Tamaño del documento original: 138,4 kB

Depositante: José Alberto Medina Crespo
Fecha de depósito: 26/2/2026
Tipo de carga: interface
fecha de fin de análisis: 26/2/2026

Número de palabras: 6340
Número de caracteres: 43.300

TEMA: Estudio del burnout en los trabajadores que se desempeñan como cuidadores de adultos mayores.

MAESTRANTE: Pita Vines Juan Cristobal

MAESTRÍA EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO, III COHORTE

ELABORADO POR: Psic. Alexandra Galaza Colamarco, Mgs.

DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

AGRADECIMIENTO

Agradezco en primer lugar a Dios por brindarme salud, fortaleza y perseverancia para culminar esta etapa académica.

Expreso mi sincero agradecimiento a la Universidad y a la Maestría en Seguridad y Salud en el Trabajo, por los conocimientos impartidos y por la formación académica y profesional recibida a lo largo de este proceso.

Finalmente, agradezco a todas las personas que, de manera directa o indirecta, brindaron su apoyo durante el desarrollo de esta tesis.

Pita Vines Juan Cristobal

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de investigación, en primer lugar, a Dios, por guiar cada uno de mis pasos y darme la fortaleza necesaria para alcanzar este logro.

A mi familia por su apoyo incondicional, comprensión y motivación permanente a lo largo de este proceso.

Este logro es reflejo del esfuerzo y del compromiso con la seguridad y salud en el trabajo.

Pita Vinces Juan Cristobal

INDICE GENERAL

1.	Introducción	1
2.	Problema central	3
3.	Justificación	4
4.	Antecedentes de la investigación	5
5.	Objetivo general.....	6
5.1.	Objetivos específicos.....	6
6.	Marco Teórico.....	7
7.	Metodología de la investigación	10
7.1.	Instrumentos	12
7.2.	Procedimiento.....	13
7.3.	Alcance de la investigación.....	13
8.	Planteamiento del Caso.....	14
9.	Métodos.....	15
10.	Análisis de datos	16
10.1.	Resultados demográficos	16

10.2.	Resultados síndrome de burnout.....	17
11.	Discusión.....	21
12.	Conclusiones	22
13.	Recomendaciones	23
	Bibliografía	25

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Plan de intervención.....	24
---	----

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Género	16
Figura 2. Rangos de edad.....	17
Figura 3. Cuestionario Maslach Burnout Inventory.....	18
Figura 4. Agotamiento Emocional.....	19
Figura 5. Despersonalización.....	19
Figura 6. Realización personal.....	20

RESUMEN

La finalidad del presente trabajo fue evaluar el nivel del síndrome de burnout y sus tres dimensiones (agotamiento emocional, despersonalización y realización del personal) en los trabajadores que cuidan de adultos mayores en un gerontológico de Guayaquil, mediante la aplicación del cuestionario (MBI). En las últimas décadas, las esperanzas de vida han llevado un aumento constante de la población de edad avanzada. Esta población es susceptible a enfermedades crónicas y debilitantes como la demencia, trastornos motores y cardiovasculares.

Este escenario ha aumentado la demanda de apoyo estructurado, especialmente de cuidadores capacitados que trabajan en residencias, centros de día o brindan atención domiciliaria. Estos trabajadores a menudo enfrentan largas jornadas y una carga emocional constante. Esto puede afectar su bienestar con el tiempo, la exposición prolongada a estas condiciones se refleja sobre todo en el cansancio emocional, en actitudes de distanciamiento hacia el personal atendidas y en una disminución de la sensación de logro personal.

El desgaste que experimentan los cuidadores no se limita únicamente al ámbito laboral, sino que también tiene consecuencias directas en su salud física y psicológica. Sino que también reduce la calidad de la atención que brindan. La falta de estrategias institucionales para prevenir y abordar este problema profundiza el problema, se utiliza como metodología la aplicación de un cuestionario para evaluar el Burnout.

El análisis indicó que la mayoría de los cuidadores del centro presentan un riesgo medio, y solo existe un trabajador que tiene las tres dimensiones altas. Para contrarrestar esta situación se debe fortalecer la gestión del talento humano en instituciones geriátricas, promoviendo prácticas de autocuidado, supervisión emocional, y condiciones laborales dignas.

Palabras Clave: Enfermedades crónicas, síndrome Burnout, Agotamiento, Realización personal.

ABSTRACT

The purpose of this study was to evaluate the level of burnout syndrome and its three dimensions (emotional exhaustion, depersonalization, and personal accomplishment) in caregivers of older adults at a gerontological facility in Guayaquil, using the Burnout Inventory (MBI). In recent decades, increased life expectancy has led to a steady rise in the elderly population. This population is susceptible to chronic and debilitating diseases such as dementia, motor disorders, and cardiovascular conditions.

This scenario has increased the demand for structured support, especially for trained caregivers working in residential facilities, day centers, or providing home care. These workers often face long hours and a constant emotional burden. This can affect their well-being over time; prolonged exposure to these conditions is reflected primarily in emotional exhaustion, distancing attitudes toward the staff they care for, and a decreased sense of personal accomplishment.

The burnout experienced by caregivers is not limited to the workplace but also has direct consequences for their physical and psychological health. It also reduces the quality of care they provide. The lack of institutional strategies to prevent and address this problem exacerbates it. A questionnaire was used as the methodology to assess burnout.

The analysis indicated that most caregivers at the center present a medium risk, and only one worker has high levels in all three dimensions. To counteract this situation, human resource management in geriatric institutions must be strengthened, promoting self-care practices, emotional support, and dignified working conditions.

Keywords: Chronic illnesses, burnout syndrome, exhaustion, personal fulfillment.

1. Introducción

La Organización Panamericana de la Salud define como adultos mayores a las personas de 60 años en adelante, basándose en la esperanza de vida en la región y en las características del proceso de envejecimiento (Chumil, Súchite y Pérez, 2025).

Por su parte, la Organización de las Naciones Unidas interpreta el envejecimiento como un reflejo del progreso del desarrollo humano, ya que resulta de la reducción de la mortalidad, acompañada por una baja en la natalidad y una mayor longevidad (Webster, 2022).

Mientras tanto, la Organización Mundial de la Salud considera que el envejecimiento comienza con el nacimiento, aunque a menudo se toma como punto de referencia estadístico el umbral de edad de 60 años. Sin embargo, algunos estudios utilizan diferentes edades, por ejemplo, a partir de los 50 a 65 e incluso 80 años, que conviene tener en cuenta a la hora de interpretar las estadísticas. En nuestro país se consideran personas mayores a partir de los 60 años.

Las personas que padecen enfermedades crónicas degenerativas requieren, en mayor o menor medida, del apoyo constante de quienes los cuidan. Esta situación suele generar en los cuidadores un agotamiento emocional, físico y espiritual, el cual se refleja en alteraciones en su comportamiento.

Los cambios de actitud, irritabilidad, cansancio, ansiedad y depresión. Además, es común que experimenten sentimientos de culpa al dedicar tiempo a sí mismos en lugar de atender al familiar enfermo (González y Reyes, 2012).

La depresión es una de las enfermedades que suelen estar asociadas al síndrome de sobrecarga, constituyendo un cuadro complejo que incluye síntomas anímicos tales como la tristeza y ansiedad, que están presentes en la mayoría de los casos.

Así como sintomatología motivacional, como anhedonia, pérdida de la autoestima, pesimismo, pensamientos reiterados de muerte, dificultades para mantener la atención, alteraciones en los patrones del sueño o disminución del apetito, los que provocan un deterioro funcional en el individuo.

Este estudio examina las consecuencias emocionales que experimentan los cuidadores de personas mayores que son los principales responsables del cuidado de personas con la enfermedad de Alzheimer, con especial énfasis en el agotamiento.

La atención continua que exige el cuidado del enfermo en todas las etapas de la enfermedad, sumada al dolor de presenciar el deterioro progresivo e irreversible del ser querido, suele ser la causa frecuente de este síndrome.

El presente caso se vincula de manera directa con las líneas de investigación de la maestría, particularmente con aquellas relacionadas con la salud ocupacional, el bienestar psicosocial en el ámbito laboral, la gestión del talento humano y las estrategias de intervención organizacional en contextos caracterizados por una alta carga emocional.

Aportando a la comprensión de los actores de riesgo psicosocial desde un enfoque interdisciplinario, al articular aportes de la psicología organizacional, la salud pública y el trabajo social. La selección del cuidador de personas mayores como unidad de análisis enfoca el estudio en un campo laboral específico. Esto ayuda a identificar patrones, causas y efecto del síndrome de burnout en situaciones reales de intervención (Tubon, 2019).

Esta unidad de análisis reúne condiciones laborales, emocionales y sociales específicas. Esto la convierte en un objetivo de estudio importante. Permite desarrollar un análisis profundo y generar resultados que pueden aplicarse en la práctica profesional y en el diseño de políticas institucionales.

2. Problema central

Este estudio plantea el elevado nivel de burnout en los trabajadores que se desempeñaban como cuidadores de adultos mayores, y las consecuencias que este síndrome tiene sobre su salud mental y el desempeño profesional. A pesar de que el agotamiento emocional en este grupo laboral es ampliamente reconocido, existe una limitada implementación de estrategias institucionales de prevención y atención del burnout en contextos de cuidado prolongado (Matas, 2025).

Muchos estudios han demostrado que estos trabajadores sufren mayores niveles de estrés crónico, síntomas de ansiedad, depresión y problemas físicos por agotamiento. La exposición prolongada a la adicción y al deterioro físico y cognitivo en los adultos mayores, combinada con una mala salud mental y un escaso apoyo organizacional, contribuyen al agotamiento.

Además, la falta de medidas preventivas e intervenciones específicas en muchos entornos ha contribuido a un entorno en el que el agotamiento está normalizado y es un fenómeno frecuente (Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, 2018).

Esto no solo afecta al trabajador, sino que también incide negativamente en la calidad de vida del adulto mayor, quien puede experimentar una atención impersonal, rutinaria y carente de empatía. En este contexto surgió la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es el nivel de Burnout presente en los cuidadores de adultos mayores y cómo influyó en su bienestar laboral y en la calidad del cuidado que brindaban?

3. Justificación

La presente investigación adquiere relevancia tanto en el ámbito científico como en el profesional, debido a que el síndrome de burnout representa uno de los principales riesgos psicosociales en los trabajadores dedicados al cuidado de personas adultas mayores. Este colectivo laboral se encuentra expuesto de manera constante a exigencias emocionales y físicas, derivadas de la atención directa, el acompañamiento permanente y el manejo de situaciones de dependencia, lo que incrementa su susceptibilidad al desgaste profesional y justifica la necesidad de analizar de forma sistemática las condiciones que favorecen su aparición (Vázquez, 2013).

Desde un punto de vista científico, el estudio del burnout en los cuidadores ayuda a entender mejor los factores psicosociales que afectan la salud ocupacional en contextos con un alto nivel de carga emocional. Esto, además, fortalece el marco teórico relacionado con el agotamiento profesional. Ofrece información específica en un campo que ha sido escasamente estudiado en el país y proporciona datos que podrían ser útiles para llevar a cabo investigaciones futuras en instituciones enfocadas en la atención geriátrica.

Los descubrimientos de esta investigación afectan directamente el bienestar del personal cuidador y la calidad del servicio que se brinda a los ancianos en el campo laboral (Jiménez, Oñate y Mendoza, 2023). Detectar los grados de despersonalización, agotamiento emocional y realización personal contribuye a la identificación de señales tempranas de riesgo. Esto hace posible la implementación de medidas preventivas que optimizan el ambiente laboral, disminuyen las ausencias, mejoran el rendimiento y fomentan prácticas más empáticas y humanas en cuanto al cuidado de los trabajadores (Barahona, 2014).

4. Antecedentes de la investigación

El síndrome de burnout ha sido objetivo de numerosos estudios en profesiones vinculadas al cuidado y a los servicios de salud, debido a las altas demandas emocionales, físicas y cognitivas que estas actividades implican (Pérez, 2010). La literatura lo describe como un síndrome caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y disminución de la realización personal, asociado a la exposición prolongada a situaciones de estrés laboral crónico.

En el cuidado geriátrico, múltiples estudios señalan que los cuidadores formales de edad avanzada son particularmente propensos al burnout. Según (Álvarez , 2020), están sometidos continuamente a la enfermedad, el sufrimiento y la degradación gradual de los usuarios. Estas condiciones afectan de manera negativa no solo su salud física y mental, sino también la calidad de atención que ofrecen.

En Ecuador, la población envejece y esto ha generado un incremento sostenido de la demanda de instituciones gerontológicas y profesionales con especialización en el área.

No obstante, este crecimiento no siempre ha estado acompañado de mejoras en las condiciones laborales, programas de apoyo emocional o políticas organizacionales orientadas a la prevención de riesgos psicosociales, lo que favorece la aparición del síndrome de burnout en los cuidadores.

5. Objetivo general

Evaluar el nivel del síndrome Burnout y sus tres dimensiones en cuidadores del centro gerontológico “Dr. Publio Vargas Pazzos” usando el cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI).

5.1. Objetivos específicos

- Describir los niveles de agotamiento emocional, despersonalización y realización personal en los cuidadores del centro gerontológico, estos niveles se determinan a partir de los resultados del MBI.
- Identificar la proporción de cuidadores con niveles bajo, medio, alto de burnout en cada una de sus dimensiones con el fin de conocer la magnitud del problema.
- Proponer recomendaciones de prevención y manejo del burnout basadas en los resultados del MBI para fortalecer el bienestar y la salud ocupacional de los cuidadores.

6. Marco Teórico

El síndrome de burnout se ha definido como una respuesta emocional negativa a la exposición prolongada al estrés laboral. Se caracteriza por un estado de “estar quemado” que surge cuando el trabajador siente que sus recursos personales no son suficientes para enfrentar las demandas del entorno laboral (Heredia, 2010).

No se origina solo por la cantidad de trabajo o el exceso de tareas. Es un proceso de desmotivación que crece cuando las expectativas laborales no se cumplen, las demandas superan la capacidad de afrontar situaciones y no hay un buen apoyo institucional. El síndrome de burnout afecta e mayor medida a los trabajadores del sector de servicio, especialmente aquellos que tienen un contacto directo y constante con personas dependientes, como los cuidadores de ancianos (Moreno y Báez, 2024). Este conjunto de personas afronta una carga física y emocional alta a causa del contacto permanente con los usuarios que requieren asistencia. Esto incrementa la probabilidad de que se agote en el trabajo.

La complejidad de las funciones que cumplen el cuidador ha motivado abordar su rol desde enfoques sociales, físicos y psicológicos. La supervisión constante, la atención directa, el apoyo emocional y la coordinación de varios son algunas de estas actividades. Estas características hacen que este trabajo sea muy exigente y con muchos aspectos diferentes. Estos empleados normalmente se enfrentan a circunstancias de deterioro cognitivo y físico en los ancianos., lo que requiere un gran nivel de estabilidad emocional (López, Orueta y Gómez, 2010).

La exigencia continua, el contacto permanente con la dependencia y la responsabilidad del bienestar de otras personas los convierte en un grupo vulnerable, siendo el agotamiento emocional uno de los primeros indicadores de sobrecarga. Este agotamiento se presenta como una intensa sensación de fatiga y carencia de energía, resultado del estrés prolongado y la continua exigencia emocional que conllevan sus responsabilidades (López, 2025).

Uno de los elementos esenciales del síndrome de burnout es la despersonalización. Esto se manifiesta en actitudes distantes, indiferentes o impersonales con los pacientes. El cuidador puede empezar a ver a los usuarios como responsabilidades o tareas mas que como personas en este contexto.

Esto impacta la calidad del servicio y también el contacto humano, que es fundamental en el campo gerontológico (Núñez, 2022). Esta respuesta generalmente funciona como un mecanismo de protección ante la sobrecarga emocional; a pesar de ello, si se sostiene a largo plazo, pone en riesgo el trato humano y los valores éticos de la práctica profesional.

Por otro lado, la realización personal representa la dimensión positiva de la experiencia laboral y se asocia con el sentimiento de competencia, logro y eficacia en el desempeño de las funciones. Si esta dimensión se reduce, el empleado experimenta una percepción negativa de su trabajo. Lo que potencia la aparición del burnout al pensar que su labor no tiene impacto o que no posee las capacidades requeridas para cumplir apropiadamente con sus obligaciones (Rodríguez, 2011).

Estas dimensiones están estrechamente relacionadas con el estrés laboral crónico, que se describe como un estado de tensión sostenida cuando las demandas laborales superan de manera constante la capacidad del trabajador para afrontarlas. La fatiga emocional se produce cuando una

tensión persiste durante largo tiempo, lo que impacta la habilidad para mantener un balance mental apropiado y regular las emociones (Patlan, 2019).

La fatiga emocional y el estrés tienen un impacto en la satisfacción con el trabajo. Esta satisfacción refleja cuanto se siente conforme el trabajador con su trabajo, con las condiciones del entorno y con la percepción de apoyo de la institución. A menor satisfacción, mayor es la probabilidad de que aparezca los síntomas de burnout (Lara, 2025).

La carga de trabajo tiene un papel importante en este contexto. No se restringe solamente al número de tareas que se asignan; también comprende su nivel de complejidad, el ritmo laboral, el grado de responsabilidad y la exigencia emocional que implica.

Cuando estas exigencias superan los recursos individuales, se fomenta la fatiga emocional y disminuye la percepción de autoeficacia. Esto reduce la capacidad y la motivación para enfrentar los desafíos en el trabajo, lo que intensifica el ciclo de agotamiento (Gil, García y Hernández, 2010).

El clima laboral y el ambiente organizacional son elementos esenciales. El primero engloba las condiciones sociales estructurales y físicas del ambiente. El segundo refleja la percepción común sobre la comunicación, el liderazgo, el apoyo y la cooperación entre compañeros.

Ambientes negativos, poco participativos o con liderazgo autoritario incrementa la tensión laboral y reduce el bienestar psicológico del trabajador. Por el contrario, instituciones que fomentan la comunicación abierta, el apoyo mutuo y el reconocimiento disminuyen la probabilidad de desarrollar (Salazar, 2021).

El bienestar psicológico, está fuertemente ligado a la salud mental, es un componente esencial para un desempeño laboral adecuado. La salud mental permite afrontar el estrés cotidiano,

tomar decisiones acertadas y mantener relaciones interpersonales saludables, cuando se ve afectada por la capacidad del trabajador para alcanzar los objetivos planteados con eficiencia y calidad.

Las relaciones interpersonales en el trabajo cumplen un rol decisivo en este proceso, ya que los vínculos de apoyo, cooperación y confianza pueden reducir los efectos del estrés laboral y, con ellos, el riesgo (Brandon, 2025).

7. Metodología de la investigación

El estudio adoptó un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, de tipo descriptivo y de corte transversal. Se buscó describir el nivel de burnout presente en cuidadores de adultos mayores y caracterizar sus dimensiones, sin manipular variables y evaluando la situación en un único momento temporal. El propósito fue describir el fenómeno e identificar las dimensiones del síndrome en la población estudiada.

La población estuvo constituida por los 12 cuidadores del centro gerontológico “Dr. Publio Vargas Pazzos”. Debido al tamaño reducido de la población, se realizó una encuesta, considerando a la totalidad de los cuidadores como muestra del estudio. Todas las personas participaron de forma voluntaria y se garantizó en todo momento la confidencialidad de la información proporcionada.

Criterios de inclusión:

- Ser cuidador directo de adultos mayores en el centro gerontológico.
- Tener al menos 3 meses de experiencia laboral en la institución.
- Estar activo laboralmente durante el periodo de recolección de datos.
- Participar de manera voluntaria mediante consentimiento informado.

Criterios de exclusión:

- Personal administrativo o coordinadores que no realizan atención médica.
- Cuidadores que se encontraban de vacaciones, permiso o reposo médico.
- Encuestas incompletas o respondidas incorrectamente.

En el desarrollo de este estudio de caso se utilizaron herramientas digitales de apoyo basadas en inteligencia artificial con fines estrictamente académicos y de gestión de la información.

En primer lugar, se empleó Consensus como motor de búsqueda especializada para localizar artículos y textos académicos pertinentes al objeto de estudio; las fuentes identificadas por esta vía fueron contrastadas con los criterios de pertinencia temática y actualidad, y solo se incorporaron aquellas que cumplían con los requisitos metodológicos del trabajo.

ChatGPT se empleó solamente para ayudar con la revisión del estudio de citación según las normas APA7 a lo largo de la investigación. El autor del estudio es el encargado final de asegurar las referencias utilizadas sean adecuadas, válidas y coherentes.

Notebook LM fue utilizado para facilitar la primera fase de procesamiento de la materia del grupo focal. Sin embargo, la categorización final, así como el análisis teórico y la interpretación de los datos cualitativos, se llevaron a cabo a mano, de acuerdo con las pautas metodológicas del estudio.

Se declara de forma expresa que estas herramientas no sustituyeron el criterio académico ni las decisiones analíticas del investigador, sino que funcionaron como recursos de apoyo y sistematización, revisándose críticamente cualquier posible prejuicio, omisión o clasificación

automática antes de su incorporación al texto final, con el objetivo de garantizar la transparencia y trazabilidad del proceso investigativo.

7.1. Instrumentos

Para la investigación se empleó la herramienta de medición, de Maslach Burnout Inventory (MBI) para medir el síndrome de burnout. Esta herramienta fue creada por Maslach y Jackson (1981), inventario integrado por 22 preguntas, utilizado comúnmente para obtener información de este tipo de patología, con una escala de Likert de 7 opciones de respuesta. Mide tres subescalas del constructo de síndrome de burnout:

- Agotamiento emocional
- Despersonalización
- Realización

Este cuestionario es el más cercano a la realidad para este proceso, puesto que está dirigido para cualquier tipo de trabajador dentro del mundo laboral, además, investigaciones parecidas (personal de salud) han utilizado esta herramienta como base para la obtención de datos con el objetivo de conseguir información acerca de la población a la cual se investiga.

b) Preguntas para cada dimensión

- Agotamiento emocional = 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20.
- Despersonalización = 5, 10, 11, 15, 22.
- Realización personal = 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21.

El instrumento fue seleccionado debido a su amplia validez psicométrica, su pertinencia para contextos de atención directa y su aplicación frecuente en investigaciones similares en cuidadores y personal.

7.2. Procedimiento

La recolección de datos se realizó de manera presencial dentro de las instalaciones del centro gerontológico. En primer lugar, se les explicaron a los encargados de cuidar cuales eran las metas del estudio y se les entregó el consentimiento informado. Después, se distribuyó el cuestionario MBI y se supervisó el proceso de respuestas de los participantes.

Después de reunir los instrumentos, se llevó a cabo el análisis estadístico de la información en niveles bajo, medio y alto para cada una de las tres facetas del agotamiento.

También, se realizó análisis descriptivos caracterizar los niveles de burnout en las tres dimensiones, sin evaluar asociaciones estadísticas entre variables.

7.3. Alcance de la investigación

El alcance del estudio es descriptivo el cual busca:

1. Identificar la presencia del burnout en los cuidadores del centro gerontológico.
2. Describir los niveles de agotamiento emocional, despersonalización y realización personal según los resultados del MBI.
3. Determinar cuál de las dimensiones del burnout presentó mayor afectación en la población.

El estudio no pretendió intervenir directamente en las condiciones laborales, sino generar un diagnóstico que permita diseñar futuras estrategias institucionales.

8. Planteamiento del Caso

El envejecimiento progresivo de la población ha provocado un aumento constante en la necesidad de servicios especializados en la atención de personas mayores.

Esta situación ha hecho que aumenten las áreas enfocadas en el cuidado geriátrico, tanto en instituciones como a nivel de hogar. En este panorama, los cuidadores formales que trabajan en hogares de pacientes, centros de día o residencias tienen un rol fundamental en la atención integral de una población con un alto grado de dependencia, deterioro cognitivo y enfermedades crónicas.

En muchas ocasiones, la labor de los cuidadores se lleva a cabo en circunstancias laborales complicadas, estas se distinguen por elevados niveles de estrés corporal y mental, extensas jornadas laborales y escasez de recursos humanos y materiales. Además, existen condiciones contractuales que no son muy ventajosas. La escasa visibilidad, el limitado apoyo organizacional y las escasas oportunidades de crecimiento profesional son consecuencias de que la función del cuidador sea poco reconocida socialmente.

Además, numerosas instituciones tienen problemas para formar y administrar equipos interdisciplinarios, además de brindar estrategias de acompañamiento y programas de formación continua enfocados en el bienestar de su personal.

Estas enfermedades pueden provocar un deterioro gradual de la salud emocional de los trabajadores sanitarios contribuyendo al desarrollo del síndrome de agotamiento. Este fenómeno se caracteriza por tres aspectos: agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la autoeficiencia. En el cuidado de personas mayores, estos síntomas se agravan por el sufrimiento constante, el dolor y la sensación de no poder influir de manera significativa en la salud del paciente.

La falta de estrategias institucionales para la prevención y resolución agrava el problema. Esto afecta a los trabajadores y a los adultos mayores, quienes pueden recibir atención impersonal o emocionalmente distante.

Teniendo en cuenta esta visión general, es importante revisar las condiciones laborales de los cuidadores de personas mayores. Debemos identificar los factores que llevan al agotamiento y sugerir medidas para mejorar su bienestar. Comprender que este fenómeno desde una perspectiva integral permitirá avanzar hacia entornos laborales más saludables y hacia una atención geriátrica de mayor calidad.

9. Métodos

Se empleó el método cuantitativo para obtener información numérica exacta de la realidad que está atravesando cada trabajador (cuestionarios), adicional, se utiliza este método ya que es aquel que permite comprobar o negar las hipótesis.

Para Mata (2019) el método cuantitativo es un procedimiento basado en la investigación empírico-analista, esto significa que, basa sus estudios en números estadísticos para dar respuesta a unas causas concretas y a sus posibles efectos del síndrome de burnout en los cuidadores de adultos mayores.

El objetivo de la investigación cuantitativa es obtener respuestas de la población de estudio en ciertas preguntas muy concretas. Algo muy importante es que se trata de un método objetivo, o que al menos aspira a serlo, esto significa que, la interpretación y los puntos de vista subjetivos no tienen cabida en él, sino la relación demostrable entre cifras y modelos matemáticos.

10. Análisis de datos

10.1. Resultados demográficos

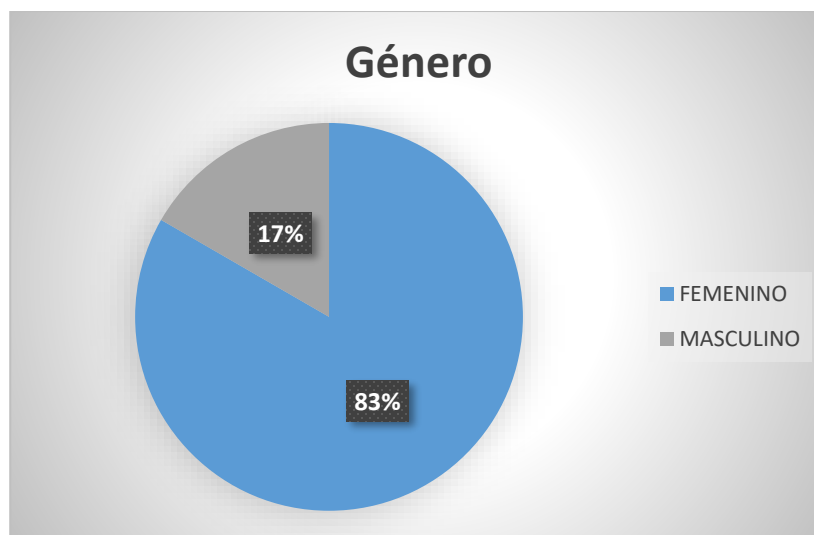


Figura 1. Género

De los 12 trabajadores encuestados, 10 son mujeres y 2 hombres. Lo cual indica que existe una predominancia muy marcada del género femenino en el centro gerontológico.

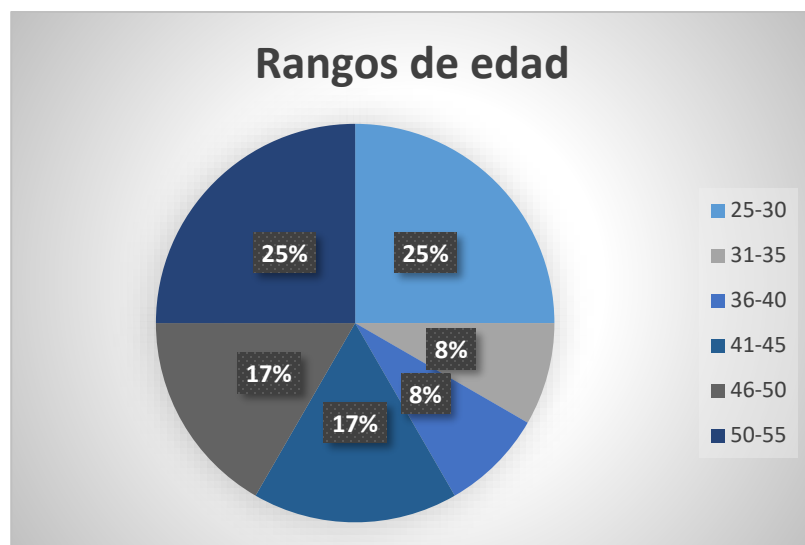


Figura 2. Rangos de edad.

De los 12 trabajadores encuestados, 3 se encuentran en el rango de edad entre 25 y 30 años, 1 entre 31-35 años, 1 entre 36-40 años, 2 entre 41-45 años, 2 entre 46-50 años y 3 entre 51-55 años. El centro gerontológico cuenta en su mayoría con personas jóvenes desempeñando actividades en los distintos niveles jerárquicos.

10.2. Resultados síndrome de burnout

Para el análisis de la primera variable se aplicó el cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) a la población de 12 trabajadores con los siguientes resultados:

DESCRIPCION	Escala	Numero de trabajadores evaluado	Porcentaje (%)
Agotamiento emocional	Alto	3	25%
	Medio	8	67%
	Bajo	1	8%
	Total	12	100%
Despersonalización	Alto	1	8%
	Medio	8	67%
	Bajo	3	25%
	Total	12	100%
Realización personal	Alto	1	8%
	Medio	7	58%
	Bajo	4	33%
	Total	12	100%

Figura 3. Cuestionario Maslach Burnout Inventory.

Dentro de la tabla con los resultados expuestos se puede determinar que existe un porcentaje medio, la mayoría se encuentra en un nivel medio para desarrollo de sus actividades.

En la tabla N°1 se puede ver el resultado de toda la población de acuerdo con las tres dimensiones de burnout, que se detallan y justifican en los gráficos a continuación:

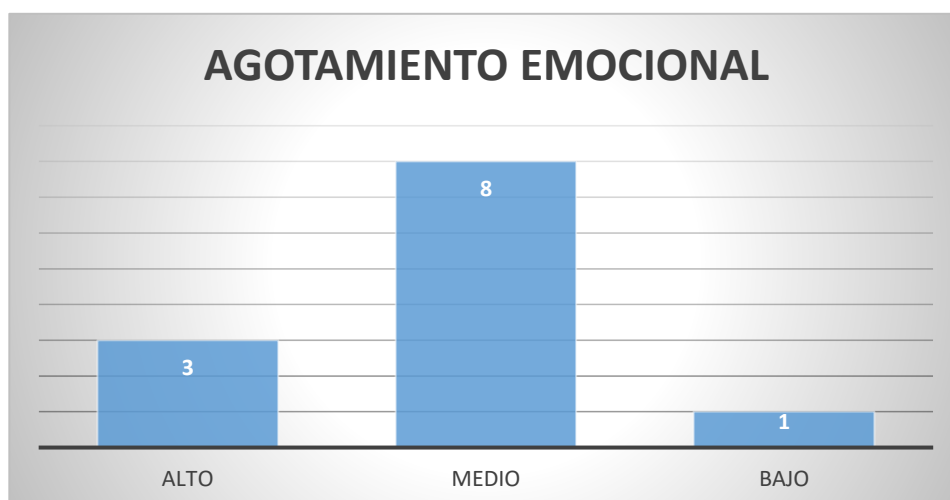
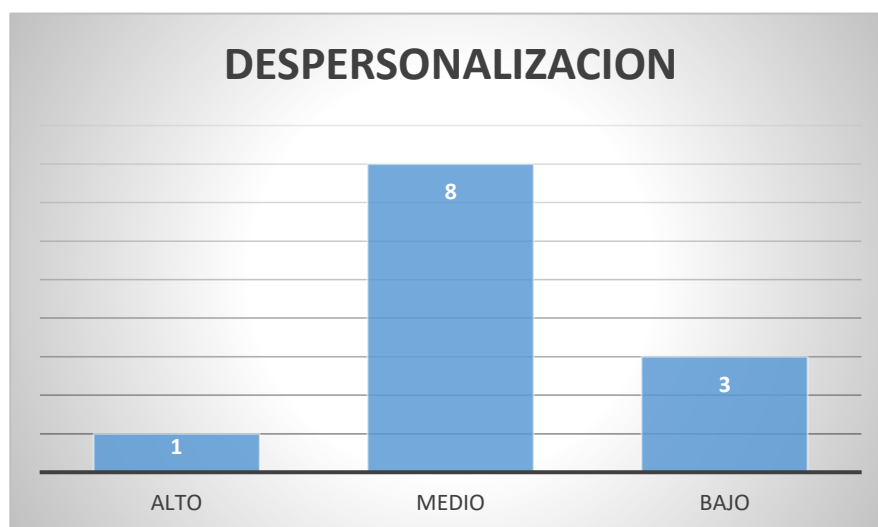


Figura 4. Agotamiento Emocional.

De los 12 trabajadores encuestado (100%) en la primera dimensión de síndrome de burnout (agotamiento emocional), 1 (8%) muestra un nivel bajo, 8 (67%) indican un nivel medio y solo 3 (25%) señalan un nivel alto. En primer plano hay una buena tendencia con respecto a no tener incidencia de este riesgo psicosocial, pero es importante complementar con las otras dimensiones. Adicional, este factor muestra escasas o nulas características de desmotivación, cansancio mental, aburrimiento, etc.

**Figura 5.** Despersonalización.

De los 12 trabajadores encuestados (100 %) en la segunda dimensión de síndrome de burnout (despersonalización), 3 (25%) muestran un nivel bajo, 8 (67%) indica un nivel medio y solo 1 (8%) señalan un nivel alto. Hay un patrón parecido a la primera dimensión, lo cual indica que la mitad de los empleados se ven influenciados negativamente por percepción alterada físicamente, automatismo, sentimientos de irrealidad, etc.



Figura 6. Realización personal.

De los 12 trabajadores encuestados (100 %) en la tercera dimensión de síndrome de burnout (realización personal), 4 (33 %) muestran un nivel bajo, 7 (58 %) indica un nivel medio y 1 (8 %) señalan un nivel alto. En los tres análisis se puede reflejar que la mayoría está en riesgo medio, esto indica que la mayoría de los trabajadores aseveran haberse cumplido expectativas laborales planteadas. Para que un trabajador pueda considerarse quemado debe cumplir las tres características: agotamiento emocional (alto), despersonalización (alto) y realización personal (bajo) y dentro las encuestas aplicadas y una vez realizado el análisis respetivo se puede inferir que solo existe un trabajador en este estado, llegando a cumplir los tres requisitos.

11. Discusión

Los resultados obtenidos evidencian que la mayoría de los cuidadores del centro presentan un nivel medio de burnout, mientras que un trabajador alcanzó niveles críticos en las tres dimensiones del síndrome. Esta situación refleja la existencia de un riesgo latente, en el cual las demandas emocionales y físicas podrían intensificarse en ausencia de estrategias preventivas oportunas.

La dimensión con mayor prevalencia fue el agotamiento emocional, hallazgo que coincide con lo planteado por Maslach y Jackson (1981), quienes señalan que esta constituye la primera manifestación del síndrome. La presencia de niveles medios de despersonalización y baja realización personal pone de manifiesto la necesidad de fortalecer el sentido de pertenencia, el reconocimiento laboral y el apoyo institucional hacia los cuidadores.

Al comparar estos resultados con estudios previos, Cabada y Martínez (2017) identificaron que los cuidadores suelen presentar elevados niveles de sintomatología ansiosa y depresiva asociados al desgaste profesional. En el presente estudio, si bien no se evidenciaron niveles críticos generalizados, sí se detectaron señales de alerta que, de no ser abordadas, podrían evolucionar hacia un burnout severo.

12. Conclusiones

- Los hallazgos del MBI muestran que los cuidadores tienen principalmente niveles intermedios en las dimensiones de agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. En el personal, la dimensión mas perjudicada fue a del agotamiento emocional, que muestra un cansancio y un desgaste constante. Dio en grados moderados, en tanto que la realización personal mostró una ligera baja en ciertas situaciones.
- La mayor parte de los cuidadores fue categorizada en niveles intermedios de agotamiento profesional en cada una de sus dimensiones, lo que señala un riesgo psicosocial existente en el centro gerontológico. Una pequeña cantidad de individuos mostro altos niveles, sobre todo en termino de agotamiento emocional. Estos datos hacen posible determinar la magnitud de la dificultad y la necesidad institucional.
- El agotamiento emocional era la dimensión mas afectada en la población que se estudia. Por esta razón, se sugiere poner practicas de medidas preventivas como la organización laboral optimizada, el reconocimiento profesional y el apoyo psicológico.

13. Recomendaciones

- Establecer un programa permanente de apoyo psicosocial que abarque la gestión del estrés, espacios para escuchar activamente y asistencia psicológica, con el objetivo de prevenir el agotamiento crónico y mejorar el bienestar emocional de los cuidadores.
- Mejorar la organización laboral repartiendo las tareas de manera apropiada y evitando una sobrecarga en el trabajo con una programación balanceada de turnos y jornadas, asegurando tiempos y pausas activas.
- Impulsar el reconocimiento de los empleados y la motivación en el trabajo mediante incentivos, formación constante y retroalimentación positiva, fomentando así un mayor compromiso profesional y realización personal en el equipo de cuidadores.

Tabla 1. Plan de intervención

Estrategia	Acción	Responsable	Tiempo	Recurso
Gestión del tiempo laboral	Rediseñar turnos, garantizando jornadas de máximo 8 horas y rotación equitativa.	Dirección del centro	3 meses	Talento humano y gerencia
Prevención del estrés	Capacitaciones en manejo del estrés, resiliencia y autocuidado.	Área de Talento Humano	2 meses y seguimiento anual	Psicólogo ocupacional, material didáctico
Supervisión emocional	Implementar sesiones grupales de apoyo y supervisión psicológica mensual.	Psicólogo clínico	Permanente	Sala de reuniones, recursos humanos
Pausas activas	Programar ejercicios de relajación y estiramiento cada 3-4 horas.	Supervisores de turno	Inmediato	Guías prácticas
Reconocimiento laboral	Crear un sistema de incentivos y reconocimiento al desempeño.	Dirección administrativa	6 meses	Recursos financieros
Monitoreo continuo	Evaluaciones periódicas de burnout con el MBI cada 6 meses.	Comité de SST	Permanente	Cuestionarios MBI

Autor: (Pita, 2026).

Bibliografía

- Álvarez . (08 de 05 de 2020). *Sobrecarga en cuidadores informales de adultos mayores. Estudio realizado en el cantón Gualaceo parroquia Luis Cordero Vega año lectivo 2019*. Obtenido de <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>
- Barahona. (04 de 2014). “El síndrome de burnout y la fatiga por compasión en el personal que trabaja con adultos mayores”. *Repositorio de la Pontificia Universidad Catolica del Ecuador* , 90.
- Brandon. (2025). LA INFLUENCIA DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES ASOCIADOS AL TRABAJO, EN EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS PROFESIONALES DE LA SALUD DE LA CIUDAD DE QUITO, EN EL PERIODO 2025 - 2025. *Universidad Politecnica Selesiana*, 97.
- Chumil, Súchite y Pérez. (24 de 01 de 2025). *FACTORES CULTURALES LATINOAMERICANOS QUE INFLUYEN NEGATIVAMENTE EN UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN PACIENTE QUE ACUDEN A ORGANIZACIÓN MÉDICA DE SERVICIOS PARA LA SALUD VIDA, S.A EN LA CIUDAD DE GUATEMALA DE JULIO A DICIEMBRE DE 2024*. Obtenido de <http://hdl.handle.net/123456789/1968>
- Gil, García y Hernández. (2010). Influencia de la sobrecarga laboral y la autoeficacia sobre el síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) en profesionales de enfermería. *PePsic* , 98.
- González y Reyes. (07 de 05 de 2012). *ALGUNOS ASPECTOS DEL PROCESO QUE VIVEN LOS CUIDADORES PRIMARIOS DE UN ENFERMO CRÓNICO-DEGENERATIVO*. Obtenido de <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/32371>

Heredia. (2010). El síndrome de "Burn Out" o síndrome de agotamiento profesional. *Scielo*, 54.

Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. (2018). El efecto sobre la salud de los riesgos psicosociales en el trabajo. *Ministerio de Trabajo Migraciones y Seguridad Social*, 54.

Jiménez, Oñate y Mendoza. (23 de 12 de 2023). *Factores de riesgo psicosocial asociados al síndrome de burnout en trabajadores de la salud*. Obtenido de <https://doi.org/10.18041/2322-634X/rcso.2.2023.10839>

Lara. (2025). “Relación entre el Síndrome de Burnout y la Satisfacción Laboral: una revisión sistemática”. *Universidad Internacional SEK ser mejores* , 23.

López. (15 de 12 de 2025). *Sobrecarga del cuidador de personas con discapacidad del Centro de Salud Loma De Quito – Riobamba* *Overburdening of caregivers of people with disabilities at the Loma De Quito Health Center – Riobamba*. Obtenido de 10.69639/arandu.v12i4.1755

López, Orueta y Gómez. (2010). El rol de Cuidador de personas dependientes y sus repercusiones sobre su Calidad de Vida y su Salud. *Scielo*, 82.

Matas. (2025). LAS CONSECUENCIAS DEL SÍNDROME DE “BURNOUT” EN CUIDADORES FAMILIARES DE PERSONAS MAYORES DEPENDIENTES EN EL ÁMBITO DOMÉSTICO. *COMILLAS UNIVERSIDAD PONTIFICIA* , 68.

Moreno y Báez. (2024). Factores y riesgos psicosociales, formas, consecuencias, medidas y buenas prácticas. *Universidad Autonoma de Madrid*, 189.

- Núñez. (2022). Análisis del Síndrome de Agotamiento Laboral o Burnout en los Docentes de Básica Superior y Bachillerato. *Repositorio Universidad Central del Ecuador*, 108.
- Patlan. (2019). ¿Qué es el estrés laboral y cómo medirlo? *Universidad del Norte*, 156-184.
- Pérez. (09 de 2010). EL SÍNDROME DE BURNOUT. EVOLUCIÓN CONCEPTUAL Y ESTADO ACTUAL DE LA CUESTIÓN. *Vivat Academia*, 42-80. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/5257/525752962004.pdf>
- Rodríguez. (2011). Los procesos de estrés laboral y desgaste profesional (burnout): diferenciación, actualización y líneas de intervención. *Scielo*, 104.
- Salazar. (2021). Incidencia del Síndrome de burnout en la satisfacción laboral del personal de la Coordinación Zonal 2 del Instituto de Fomento al Talento Humano, en el año 2019. *Repositorio Universidad Andina Simón Bolívar*, 123.
- Tubon. (08 de 2019). RIESGOS PSICOSOCIALES Y BIENESTAR LABORAL EN EL PERSONAL DE UNA INSTITUCIÓN DE EDUCACIÓN SUPERIOR DE LA CIUDAD DE AMBATO: UNA ESTRATEGIA DE PREVENCIÓN. *Pontificia Universidad Catolica del Ecuador* , 77.
- Vázquez. (2013). Síndrome de Burnout en cuidadores de adultos mayores que trabajan en casas de asistencia social. *Revista de Investigación Clínica*, 510-514.
- Webster. (04 de 2022). *Calidad de vida del adulto mayor: Una visión desde las determinantes del desarrollo humano sostenible*. Obtenido de <https://tzibalnaah.unah.edu.hn/handle/123456789/18414>



**Presidencia
de la República
del Ecuador**



**Plan Nacional
de Ciencia, Tecnología,
Innovación y Saberes**



SENESCYT
Secretaría Nacional de Educación Superior,
Ciencia, Tecnología e Innovación

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **PITA VINCES JUAN CRISTOBAL**, con C.C: 1302524390, autor del trabajo de titulación: **“ESTUDIO DEL BURNOUT EN LOS TRABAJADORES QUE SE DESEMPEÑAN COMO CUIDADORES DE ADULTOS MAYORES”**., previo a la obtención del grado de **MAGISTER EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO** en la **Universidad Católica de Santiago de Guayaquil**.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizamos a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de graduación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, 11 de marzo del 2026

PITA VINCES JUAN CRISTOBAL



REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE TITULACIÓN

TEMA Y SUBTEMA:	Estudio del burnout en los trabajadores que se desempeñan como cuidadores de adultos mayores		
AUTOR(ES):	Juan Cristóbal Pita Vines		
REVISOR(ES) / TUTOR(ES):	Psic. Alexandra Galarza Colamarco, Mgs.		
INSTITUCIÓN:	Universidad Católica de Santiago de Guayaquil		
UNIDAD / FACULTAD:	Sistema de Posgrado		
MAESTRIA / ESPECIALIDAD:	Maestría en Seguridad y Salud en el Trabajo		
GRADO OBTENIDO:	Magister en Seguridad y Salud en el Trabajo		
FECHA DE PUBLICACIÓN:	11 de marzo del 2026	No. DE PÁGINAS:	27
ÁREAS TEMÁTICAS:	Seguridad Ocupacional, Riesgos Psicosociales y Ergonómico		
PALABRAS CLAVES / KEYWORDS:	Enfermedades crónicas, síndrome Burnout, Agotamiento, Realización personal.		

RESUMEN/ABSTRACT: La finalidad del presente trabajo fue evaluar el nivel del síndrome de burnout y sus tres dimensiones (agotamiento emocional, despersonalización y realización del personal) en los trabajadores que cuidan de adultos mayores en un gerontológico de Guayaquil, mediante la aplicación del cuestionario (MBI). En las últimas décadas, las esperanzas de vida han llevado un aumento constante de la población de edad avanzada. Esta población es susceptible a enfermedades crónicas y debilitantes como la demencia, trastornos motores y cardiovasculares. Este escenario ha aumentado la demanda de apoyo estructurado, especialmente de cuidadores capacitados que trabajan en residencias, centros de día o brindan atención domiciliaria. Estos trabajadores a menudo enfrentan largas jornadas y una carga emocional constante. Esto puede afectar su bienestar con el tiempo, la exposición prolongada a estas condiciones se refleja sobre todo en el cansancio emocional, en actitudes de distanciamiento hacia el personal atendidas y en una disminución de la sensación de logro personal. El desgaste que experimentan los cuidadores no se limita únicamente al ámbito laboral, sino que también tiene consecuencias directas en su salud física y psicológica. Sino que también reduce la calidad de la atención que brindan. La falta de estrategias institucionales para prevenir y abordar este problema profundiza el problema, se utiliza como metodología la aplicación de un cuestionario para evaluar el Burnout. El análisis indicó que la mayoría de los cuidadores del centro presentan un riesgo medio, y solo existe un trabajador que tiene las tres dimensiones altas. Para contrarrestar esta situación se debe fortalecer la gestión del talento humano en instituciones geriátricas, promoviendo prácticas de autocuidado, supervisión emocional, y condiciones laborales dignas.

ADJUNTO PDF:	☒ SI	☐ NO
CONTACTO CON AUTOR / ES:	Teléfono: +593-997-202-263 E-mail: juan.pita02@cu.ucsg.edu.ec	
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN:	Nombre: Universidad Católica de Santiago de Guayaquil	
	Teléfono: 3804600	
	E-mail: info@cu.ucsg.edu.ec	

SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA

Nº. DE REGISTRO (en base a datos):	
Nº. DE CLASIFICACIÓN:	
DIRECCIÓN (tesis en la web):	