



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DE LA SALUD**  
**CARRERA DE GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO**

**Síndrome de burnout en cuidadores de personas con discapacidad  
pertenecientes al programa Joaquín Gallegos Lara distrito  
Salinas 24D02, 2023.**

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

Previo a la obtención del grado académico de:

**LICENCIADO(A) EN GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO**

**AUTOR(A):**

CRUZ MORÁN BIANCA LISSETTE

POZO RODRÍGUEZ PAUL STEVEN

**TUTOR(A):**

Psi. Soc. Jorge Pozo Chele, Mgtr.

LA LIBERTAD – ECUADOR

2024

## ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE GENERAL	2
ÍNDICE DE TABLAS	4
ÍNDICE DE CUADROS	5
ÍNDICE DE FIGURAS	6
DECLARATORIA DE RESPONSABILIDAD	7
DEDICATORIA	8
AGRADECIMIENTOS	9
CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN UIC	10
PROYECTO DE INVESTIGACIÓN	10
TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR	11
RESUMEN	12
INTRODUCCIÓN	14
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	15
1.1. Antecedentes del problema de investigación.	15
1.2. Formulación del problema de investigación.	17
1.3. Objetivos.	19
1.3.1. Objetivo general.	19
1.3.2. Objetivos específicos.	19
1.4. Justificación de la investigación.	19
2. MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL	20
2.1. Conocimiento actual.	20
2.2. Fundamentación teórica y Conceptual.	22
3. MARCO METODOLÓGICO	29
3.1. Tipo de investigación.	29
3.2. Alcance de la investigación.	29
3.3. Operacionalización de las variables (OPCIONAL)	29
3.4. Población, muestra y periodo de estudio.	31
3.5. Técnicas e instrumentos de levantamiento de información.	31
4. ANÁLISIS DE RESULTADOS	31
5. DISCUSIÓN	33
6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	34
REFERENCIAS	35
ANEXOS	41

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Población	34
<b>Tabla 2.</b> Muestra	34
<b>Tabla 3.</b> Fiabilidad	36

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Formula Alfa de Cronbach	33
<b>Figura 2.</b> Desgaste en la salud	37
<b>Figura 3.</b> Estrés	38
<b>Figura 4.</b> Desgaste emocional	39
<b>Figura 5.</b> Cuidado con personas con discapacidad	40
<b>Figura 6.</b> Síntomas	41
<b>Figura 7.</b> Rol del cuidador	42
<b>Figura 8.</b> Desmotivación	43
<b>Figura 9.</b> cuidado de la persona	44
<b>Figura 10.</b> Vida social	45
<b>Figura 11.</b> Agotamiento	46
<b>Figura 12.</b> Emociones	47
<b>Figura 13.</b> Control del cuidador	48
<b>Figura 14.</b> Responsabilidad	49
<b>Figura 15.</b> Responsabilidad familiar	50
<b>Figura 16.</b> Agotamiento emocional	51
<b>Figura 17.</b> Apoyo familiar	52
<b>Figura 18.</b> Salud	53
<b>Figura 19.</b> Rol del cuidador	54
<b>Figura 20.</b> Responsabilidad	55

## DECLARATORIA DE RESPONSABILIDAD

Quien suscribe; **CRUZ MORÁN BIANCA LISSETTE**, con C.I. 0923569560; **POZO RODRÍGUEZ PAUL STEVEN**, con C.I. 2450558099, estudiante de la carrera de Gestión Social y Desarrollo, declaro que el Trabajo de Titulación; Proyecto de Investigación presentado a la Unidad de Integración Curricular, cuyo título es: **SÍNDROME DE BURNOUT EN CUIDADORES DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD PERTENECIENTES AL PROGRAMA JOAQUÍN GALLEGOS LARA DISTRITO SALINAS 24D02, 2023**. Corresponde exclusiva responsabilidad del/de autor/la autora y pertenece al patrimonio intelectual de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

La Libertad, noviembre, 2023

Atentamente,



**CRUZ MORÁN BIANCA LISSETTE**  
C.I. 0923569560



**POZO RODRÍGUEZ PAUL STEVEN**  
C.I. 2450558099

## **DEDICATORIA**

Dedicó el resultado de esta investigación a Dios por su guía constante durante este arduo camino, brindándome las fuerzas necesarias para poder levantarme cuando he caído ya que el es el único que sabe todo lo que me ha tocado pasar para llegar hasta aquí, es por eso que le dedico mi más profunda gratitud.

A mis padres, por el apoyo incondicional que me han brindado durante toda mi vida, sobre todo por nunca soltarme en mis momentos más difíciles de mi carrera universitaria.

Especialmente a mi hija dado que es el pilar fundamental en mi vida, por enseñarme que puedo dar más de mí y demostrar que soy capaz de todo. Su amor incondicional me ayudó a continuar y no darme por vencida.

Por último, me dedico este logro porque miro hacia atrás y me siento muy orgullosa de lo lejos que he llegado durante estos años, por el esfuerzo y constancia en todo este tiempo universitario.

**BIANCA LISSETTE CRUZ MORÁN**



## **DEDICATORIA**

A Dios por darme fortaleza y sabiduría, a mi madre por todo su esfuerzo y sacrificio que me ha brindado durante toda mi vida, sin duda alguna ha sido mi pilar fundamental durante este proceso, sin ella no lo hubiera logrado.

A mí tío Emerson por su guía y apoyo constante en mi vida, a mis primas Melanie y Danna que la vida me ha hecho quererlos como a mi padre y hermanas. Son mi fuente de inspiración para poder superarme día a día y así poder seguir luchando y obtener un futuro brillante.

A mi amada tía Narcisa por brindarme su amor y ayuda sin esperar nada a cambio. A mis amados abuelos y a mi tía Martha que, como todos, siempre pusieron su granito de arena para ayudarme a seguir en este camino.

Mis compañeros y amigos, especialmente a la gran persona que conocí en esta parte de mi vida, por compartirme sus conocimientos, alegrías y tristezas y a todas aquellas personas que durante este trayecto de mi vida estuvieron apoyándome para lograr que este sueño se haga realidad.

Y, por último, pero no menos importante, a mi amado Hermano Kenneth, ya que desde su llegada ha llenado mi vida de mucha felicidad.

**PAUL STEVEN POZO RODRÍGUEZ**

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco a la universidad Estatal península de Santa Elena, por haberme acogido y por permitirme formarme como profesional, a los docentes que supieron impartir sus conocimientos con metodologías de enseñanzas que hicieron que nuestro proceso académico sea lo más accesible y comprensible.

A mi tutor Psi. Soc. Jorge Pozo Chele, Mgtr por guiarme en el proceso de titulación, brindándome su apoyo, sabiduría, orientación y dedicación para que la presentación de mi tesis sea lo más profesional posible. Su guía constante y su fe en mis habilidades me han sido esencial para alcanzar este momento.

A mis compañeros por las experiencias compartidas, especialmente quiero agradecer A Fabio, Melanie, Sollange y Alisson, ya que, han sido mi red de contención durante este tiempo, su amistad pura ha hecho que este camino sea mucho más llevadero, por nunca soltarme en este proceso y ayudarme sin buscar nada a cambio me llevaré en el corazón el apoyo mutuo que nos hemos brindado.

**BIANCA LISSETTE CRUZ MORÁN**



## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco a Dios por ayudarme a concluir esta etapa importante de mi vida, por haberme brindado salud y sabiduría durante este proceso universitario, sobre todo por darme la oportunidad de compartir con mi familia y amigos.

A mi mamá y familia, por guiarme en este camino, brindándome su apoyo incondicional, por nunca dejarme solo en los momentos más difíciles.

A mi tutor de tesis Psi. Soc. Jorge Pozo Chele, Mgt que me guío, explico, y facilitó sus conocimientos para realizar mi trabajo de titulación de forma coherente y lo mejor posible.

**PAUL STEVEN POZO RODRÍGUEZ**

**CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN UIC  
PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

La Libertad, 30 de noviembre del 2023

Lic. Lilian Susana Molina Benavides, Ph.D  
**Directora de la Carrera de Gestión Social y Desarrollo- UPSE**

En su despacho. -

En calidad de tutor asignado por la carrera de *Gestión Social y Desarrollo*, informo a usted que los estudiantes **BIANCA LISSETTE CRUZ MORÁN** con cédula de identidad N° **0923569560** y **PAUL STEVEN POZO RODRÍGUEZ** con cédula de identidad N° **2450558099** ha cumplido con los requisitos estipulados en el Reglamento de Titulación de Grado y Postgrado de la UPSE y Protocolos Vigentes de la carrera de *Gestión Social y Desarrollo*, para la implementación y desarrollo del Trabajo de Titulación, bajo la modalidad de *Proyecto de Investigación*, de título **“SÍNDROME DE BURNOUT EN CUIDADORES DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD PERTENECIENTES AL PROGRAMA JOAQUÍN GALLEGOS LARA DISTRITO SALINAS 24D02, 2023.”**.

Por lo ante expuesto, recomiendo se apruebe el Trabajo de Titulación referido anteriormente, bajo el Reglamento de Titulación de Grado y Postgrado de la UPSE vigente que cita:

*“Art 11. Actividades académicas del docente tutor. - El docente tutor realizará un acompañamiento a los estudiantes en el desarrollo del proyecto del trabajo de integración curricular, quién presentará el informe correspondiente de acuerdo a la planificación aprobada por el Consejo de Facultad.”*

Debo indicar que es de exclusiva responsabilidad del autor, cumplir con las sugerencias realizadas durante el proceso de revisión.

Para los fines académicos pertinentes, es todo cuanto puedo informar en honor a la verdad.

Atentamente,



**Psi. Soc. Jorge Luis Pozo Chele, Mgtr.**  
**DOCENTE TUTOR**

## TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR



---

Lic. Lilian Susana Molina Benavides,  
Ph.D  
**DIRECTORA DE LA CARRERA DE  
GESTIÓN SOCIAL Y  
DESARROLLO**



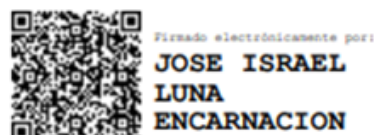
---

Lic. Katty Maricela Vera Meza, Mgtr.  
**DOCENTE GUÍA DE LA CARRERA DE  
GESTIÓN SOCIAL Y DESARROLLO**



---

Psi. Soc. Jorge Luis Pozo Chele, Mgtr.  
**DOCENTE TUTOR(A) DE LA  
CARRERA DE GESTIÓN SOCIAL  
Y DESARROLLO**



Firmado electrónicamente por:  
**JOSE ISRAEL  
LUNA  
ENCARNACION**

---

Psc. José Israel Luna Encarnación, Mgtr.  
**DOCENTE ESPECIALISTA DE LA  
CARRERA DE GESTIÓN SOCIAL Y  
DESARROLLO**



---

Bianca Lissette Cruz Morán  
**ESTUDIANTE**



---

Paul Steven Pozo Rodríguez  
**ESTUDIANTE**

# **Síndrome de burnout en cuidadores de personas con discapacidad pertenecientes al programa Joaquín Gallegos Lara distrito Salinas 24D02, 2023.**

Cruz Morán Bianca Lissette

Código Orcid (1) 0009-0007-8295-5095

Universidad Estatal Península de Santa Elena-Carrera Gestión Social y Desarrollo

Pozo Rodríguez Paul Steven

Código Orcid (2) 0009-0003-6381-4925

Universidad Estatal Península de Santa Elena-Carrera Gestión Social y Desarrollo

## **RESUMEN**

*La presente investigación tiene como objetivo conocer acerca del Síndrome de Burnout en los cuidadores de personas con discapacidad adscritos al programa Joaquín Gallegos Lara en el distrito Salinas 24D02 durante el año 2023. Se aborda la prevalencia, factores desencadenantes y consecuencias de este síndrome en el ámbito específico de los cuidadores dedicados a personas con discapacidad. A través de método cuantitativo se recopilan datos que permiten comprender la carga emocional, física y psicológica que experimentan estos cuidadores. Además, se examinan las estrategias de afrontamiento y procesos adaptativos que han tenido. Es importante que los cuidadores se cuiden a sí mismos y busquen apoyo para prevenir o manejar el síndrome de burnout. Esto puede incluir buscar ayuda profesional, establecer límites claros, buscar tiempo para el descanso y el autocuidado, y conectarse con otros cuidadores en situaciones similares.*

***Palabras Clave:** Síndrome de Burnout; Cuidadores; Personas con discapacidad, Factores desencadenantes; Estrategias de afrontamiento.*

**Burnout syndrome in caregivers of individuals with disabilities affiliated with the Joaquín Gallegos Lara program in the Salinas district 24D02, 2023.**

**ABSTRACT**

*The objective of this research is to know about the Burnout Syndrome in caregivers of people with disabilities assigned to the Joaquín Gallegos Lara program in the Salinas 24D02 district during the year 2023. The prevalence, triggers and consequences of this syndrome in the specific field of caregivers dedicated to people with disabilities are addressed. Through a quantitative method, data is collected to understand the emotional, physical and psychological burden experienced by these caregivers. In addition, the coping strategies and adaptive processes they have had are examined. It's important for caregivers to take care of themselves and seek support to prevent or manage burnout. This may include seeking professional help, setting clear boundaries, finding time for rest and self-care, and connecting with other caregivers in similar situations.*

**Keywords:** *Burnout Syndrome, Caregivers, Individuals with disabilities, triggering factors, Coping strategies.*

## INTRODUCCIÓN

La atención a personas con discapacidad representa un desafío significativo en la sociedad contemporánea, y los cuidadores desempeñan un papel crucial en este contexto. El presente estudio se adentra en el complejo panorama de los cuidadores de personas con discapacidad vinculados al programa Joaquín Gallegos Lara, específicamente en el distrito Salinas 24D02 durante el año 2023. El título de la investigación, "Síndrome de burnout en cuidadores de personas con discapacidad pertenecientes al programa Joaquín Gallegos Lara distrito Salinas 24D02, 2023".

El síndrome de burnout, caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal, se ha convertido en un fenómeno preocupante en diversos ámbitos profesionales, y los cuidadores de personas con discapacidad no son inmunes a sus efectos. Este estudio busca analizar de manera detallada la presencia y los factores asociados al síndrome de burnout en los cuidadores vinculados al programa Joaquín Gallegos Lara en el distrito Salinas, ofreciendo así una perspectiva integral que permita comprender las complejidades y desafíos enfrentados por este grupo particular.

Al abordar esta problemática, se pretende contribuir a la creciente literatura sobre el síndrome de burnout en el contexto de cuidadores, brindando información valiosa que no solo enriquecerá la comprensión académica, sino que también podría tener implicaciones prácticas y políticas en la mejora de las condiciones laborales y de bienestar de estos individuos. Este estudio se erige como un esfuerzo por arrojar luz sobre una realidad que a menudo queda en la penumbra, ofreciendo perspectivas que podrían guiar intervenciones y estrategias destinadas a mitigar los impactos negativos del síndrome de burnout en los cuidadores del programa Joaquín Gallegos Lara en el distrito Salinas.

A través de una metodología rigurosa y una revisión exhaustiva de la literatura existente, este trabajo busca no solo identificar la prevalencia del síndrome de burnout, sino también comprender sus determinantes y consecuencias específicas en el contexto de los cuidadores de

personas con discapacidad. Al avanzar en esta investigación, se aspira a proporcionar herramientas prácticas y teóricas que puedan informar políticas y programas destinados a mejorar la calidad de vida y el bienestar de los cuidadores, contribuyendo así a un enfoque más integral y compasivo en la atención a personas con discapacidad.

## **1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1. Antecedentes del problema de investigación.**

El síndrome de Burnout es un estado de agotamiento mental, emocional y físico resultante de exigencias excesivas, estrés crónico o insatisfacción laboral. Aunque no es una enfermedad en sí misma, se considera la causa de otros problemas físicos y mentales más graves. Si una persona sufre síndrome de burnout puede sentirse cada día agotada, cínica, desmotivada e insatisfecha con su trabajo. El síndrome de pérdida de peso puede ir acompañado de síntomas físicos como dolores de cabeza, náuseas y alteraciones del sueño. Es importante el reconocimiento y tratamiento tempranos del síndrome de emaciación.

Este síndrome puede afectar a cualquier persona, pero usualmente tiende a afectar a aquellas que tienen trabajos que son físico o emocionalmente estresantes, por ejemplo, enfermeros, profesionales de medicina, policía, asistentes sociales, etc.

Por ello, la Organización Mundial de la salud identifica el síndrome de burnout como un problema del entorno laboral y lo incluirá en la Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas de Salud Relacionadas a partir del 1 de enero de 2022. La falta de actividad, la frustración o la falta de interés por el trabajo son solo algunas de las razones por las que este problema se hace cada vez más evidente en todo el mundo.

El Programa Joaquín Gallegos Lara nace con la finalidad de facilitar una transferencia económica condicionada a las personas con discapacidad que viven en condiciones de extrema pobreza y con alto grado de discapacidad. Este mecanismo ha permitido mejorar de manera considerable la sobrecarga económica que gira alrededor de las personas con discapacidad y sus familias refiriéndonos al cuidado diario, rehabilitación, insumos y alimentación, entre otros.

El objetivo de la creación del Programa Joaquín Gallegos Lara es llegar a la población más vulnerable del país con el fin de mejorar las condiciones de vida de las personas que por su discapacidad ven limitado el desarrollo individual, familiar y social para lo cual se intenta subsanar, por ser una de las poblaciones vulnerables que se encuentran en desventaja social y económica, y como tal se deben de garantizar los derechos individuales y colectivos que sustenten su vinculación social de manera efectiva y equitativa.

En el país, desde el 2012 se instauró esta ayuda económica con la finalidad de mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad y a su vez ayudar a la persona cuidadora para que lo puedan seguir atendiendo a tiempo completo, brindarles apoyo y capacitación continua para que puedan desarrollar emprendimientos dentro de su hogar.

Trabajadores sociales acompañan a cada una de las familias y les visitan periódicamente en sus hogares, con el fin de verificar el cumplimiento de su corresponsabilidad.

“Las Joaquininas”, como se denominó a este grupo de beneficiarios, reciben apoyo psicológico, capacitación y participan de talleres mensuales. “En estos espacios socializamos con otras personas, nos desahogamos y nos damos cuenta de que existen situaciones aún más difíciles que las nuestras, esto nos fortalece. También compartimos conocimientos y aprendemos a desarrollar nuestras habilidades como hacer manualidades, con lo que nos apoyamos económicamente”, dice Elvia.

Este grupo enfrenta los desafíos diarios de luchar constantemente contra la enfermedad con familiares discapacitados y, en ocasiones, recibir un respiro cuando la enfermedad progresa y mejora, como en el caso de los niños que están siendo tratados.

Según datos proporcionados por la Presidencia de la Republica del Ecuador, a través de su dependencia el ministerio de Inclusión Económica y Social MIES manifiesta que el Bono Joaquín Gallegos Lara se destina con mayor frecuencia al cuidado de la salud 47%, alimentación 20%, vestimenta 11%, útiles de aseo 10%, educación 6%; y servicios básicos 6%. Hasta diciembre de este año se tiene proyectado tener una cobertura de alrededor de 24.000 personas beneficiarias. (Presidencia de la republica del ecuador, s.f.)



Los cuidadores de las personas con discapacidad son un pilar fundamental en el desarrollo de estas, estar a cargo de una persona que presenta discapacidad en diferentes factores, suele ser agotador, como también llegar a generar cargas emocionales, que pueden llegar afectar su bienestar personal, cuando se llega a tener un desgaste o estrés considerable, logran llegar a presentar síntomas físicos, como dolores de cabeza, náuseas y dificultades para dormir.

A nivel nacional existe el programa del Gobierno denominado Joaquín Gallegos Lara, que va enfocado a las personas con discapacidad que presentan una vulnerabilidad considerable, ya sea económica como social, por lo tanto, el estado ecuatoriano propone el cuidado y reconocimiento al familiar que se hace cargo y cuida de la persona con discapacidad, con la finalidad de proteger la integridad y vida del discapacitado, en el Distrito de Salinas 24D02, los cuidadores de las personas con discapacidad, sienten tener una gran responsabilidad al estar al cuidado de sus familiares, por lo que han llegado a presentar síntomas del síndrome de burnout, estas personas tienden a tener el rol más importante en lo que representa el programa Joaquín Gallegos Lara, debido que son los responsables del cuidado, pero no se le toma la importancia necesaria al desgaste físico y mental que tienen estas personas, llegando a presentar niveles de cansancio extremo y desarrollando un estrés considerable, por lo que es necesario intervenir de manera urgente, dando a conocer de qué manera afecta el síndrome de burnout a los cuidadores, quienes forman un papel muy importante del programa.

## **1.2. Formulación del problema de investigación.**

El burnout ha sido un problema de creciente interés para académicos y profesionales durante los últimos cincuenta años. Como resultado, existe un alto nivel de comprensión sobre su ocurrencia, construcción de teorías, indicadores y efectos. Las investigaciones han demostrado evidencia sobre sus consecuencias negativas como depresión, ansiedad, fatiga, irritabilidad, frustración, actitudes cínicas, ineficacia profesional, despersonalización, negligencia, abandono del trabajo, mala calidad de vida, sentimientos abrumadores, desapego laboral, deshumanización, deterioro del desempeño laboral. , alteraciones del sueño, ausentismo, preceptismo, rotación, resultados negativos para la salud, disminución de la eficacia profesional y más de cien síntomas como indicadores de Burnout (Mendoza y Garcia, 2023).

Este fenómeno puede tener graves implicancias en la crianza y el desarrollo normal de los niños, niñas y adolescentes, puesto que afecta múltiples áreas del funcionamiento de los padres, y lesiona el vínculo que mantienen con sus hijos (Santelices et al., 2022).

El síndrome de Burnout, también llamado el síndrome de desgaste ocupacional, es una condición que se ha ido asociando de manera frecuente a ciertas condiciones de trabajo y que se generan al final del día, desgaste que se manifiesta como incapacidades físicas para continuar con el trabajo, el síndrome de Burnout inicia tras un periodo de estrés crónico en el contexto laboral, se empieza a desarrollar síntomas como aislamiento, agotamiento, dificultad para concentrarse o fallas en su capacidad para trabajar y esto se genera cuando no hay reconocimiento en el trabajo, no hay compensación correcta para la carga laboral o su trabajo es excesivo.

Este síndrome es un padecimiento que sufren las personas cuando experimentan de forma crónica altos niveles de estrés en el trabajo, el síndrome impacta sobre todo a nivel psicosomática y se refleja a través de síntomas como ansiedad, depresión, dolores de cabeza, dolores musculares y problemas gastrointestinales, pero esto es previo a problemas más graves que puede originar como diabetes y complicaciones cardiovasculares. Datos de la Universidad Nacional Autónoma de México señalan que el síndrome de desgaste ocupacional afecta principalmente a individuos entre 25 y 40 años.

González et al. (2022) mencionan que: Existe una alta prevalencia del SB en cirujanos generales en el contexto de la pandemia COVID-19. Los más afectados fueron residentes jóvenes de sexo masculino, casados, con hijos y con bajos ingresos económicos.

El Burnout se identifica por tres causas principales, cansancio emocional, despersonalización y falta de realización personal, el cansancio emocional se refleja en el estado de ánimo del paciente que presenta síntomas de depresión y un enojo permanente, la despersonalización se identifica cuando se maltrata a otra persona para evitar el estrés que nos provoca, la falta de realización personal tiene que ver con la motivación que tiene un trabajador para realizar sus funciones, los especialistas recomiendan evitar el estrés afrontarlo de forma asertiva cuando se presenta. Procurar justicia laboral es la mejor estrategia para disminuir el también llamado agotamiento profesional.

Muchos de los padecimientos de las personas que cursan con este síndrome de Burnout, pueden cursar con depresión, posteriormente con algunos otros trastornos. Particularmente en algunas poblaciones el síndrome de Burnout se ha asociado mucho en la población médica, a las personas que trabajan en los servicios de salud, también en pacientes con enfermedades crónicas, un empleado o un trabajador que padezca este síndrome ocasionalmente afecta el clima laboral y afecta la carga de productividad.

En experiencias previas, las empresas que han apostado a mejorar su clima laboral y a disminuir los factores de estrés tienen un mejor impacto en la productividad y posibilidad de generar pertenencia a sus servicios. Muchas de las investigaciones realizadas identifican que las personas indican que las recompensas no son suficientes o que no reciben el reconocimiento o la recompensa correcta en el trabajo que se está haciendo.

Para el docente universitario, quien a lo largo de la historia se ha visto enfrentado no solo por el nivel de desafío e importancia de su labor (a nivel intelectual y formativo), sino además por la constante evolución y cambios en los paradigmas del conocimiento de la educación profesional superior, catalizando información de enfoques y planteamientos se ha visto obligado a adecuarse a las nuevas necesidades según el nuevo contexto: la aplicación de nuevas metodologías y didácticas para el dictado de clases asincrónicas, la eficacia de los nuevos métodos de aprendizaje, adecuación a las herramientas tecnológicas; y evidenciar la eficacia del desempeño docente.

Se debe tener la mayor capacidad de concentración, eliminar la gran cantidad de estímulos, responder ansiedades en forma inmediata, esto se convierte en un punto donde elaborar cada día es una exigencia mental, esto se convierte en una mayor facilidad de agotar mediante estas exigencias y esto hace que aparezcan síndromes.

### **1.3.Objetivos.**

#### **1.3.1. Objetivo general.**

Determinar como el síndrome de burnout afecta a los cuidadores de personas con discapacidad pertenecientes al programa Joaquín Gallegos Lara distrito Salinas 24D02, 2023.

#### **1.3.2. Objetivos específicos.**

- 1) Definir las teorías sustantivas del síndrome de burnout.
- 2) Diagnosticar la situación actual en relación con el síndrome de burnout en cuidadores de personas con discapacidad pertenecientes al programa Joaquín Gallegos Lara distrito Salinas 24D02, 2023.
- 3) Analizar como del síndrome de burnout afecta la calidad de vida de los cuidadores de personas con discapacidad pertenecientes al programa Joaquín Gallegos Lara distrito Salinas 24D02, 2023.

#### **1.4. Justificación de la investigación.**

La investigación propuesta se centra en un aspecto crucial, pero a menudo subestimado del programa Joaquín Gallegos Lara Distrito Salinas: los cuidadores de las personas con discapacidad. Aunque el programa tiene un enfoque evidente en las personas con discapacidad, es innegable que los cuidadores desempeñan un papel fundamental para el éxito y la efectividad de dicho trabajo. La atención adecuada a los cuidadores se convierte, por lo tanto, es un pilar esencial para garantizar el bienestar integral de las personas con discapacidad vinculadas al programa.

El estudio se justifica en la necesidad de contribuir a la calidad de vida de los cuidadores, reconociendo y abordando los factores predisponentes del síndrome de burnout. El peso de la responsabilidad y las demandas asociadas con el cuidado de familiares sujetos al programa puede dar lugar a un agotamiento físico y psicológico significativo en los cuidadores. Es crucial intervenir para mitigar estos efectos adversos y lograr que la asistencia brindada por los cuidadores sea lo más saludable y sostenible posible.

El impacto positivo de la investigación no se limita solo a los cuidadores individuales, sino que se proyecta hacia el distrito de Salinas en su conjunto, especialmente en el contexto del programa Joaquín Gallegos Lara. La información precisa recopilada durante la investigación proporcionará una base sólida para evaluar el riesgo de prácticas inadecuadas de cuidado, lo que, de no abordarse, podría desencadenar el síndrome de Burnout en los cuidadores.

El estudio académico se presenta como un valioso aporte al distrito al proporcionar datos concretos y relevantes sobre la prevalencia del síndrome de Burnout entre los cuidadores del programa. La detección temprana de este síndrome es esencial para implementar intervenciones preventivas y estrategias de apoyo. Se llevará a cabo un levantamiento de información transparente y veraz, basado en cifras y datos recopilados directamente de los cuidadores, lo que permitirá una identificación precisa de aquellos que están más expuestos a este síndrome.

La fase de análisis de datos no solo se limitará a la presentación de resultados, sino que también se centrará en interpretarlos de manera significativa. Esta interpretación guiará la implementación de medidas necesarias destinadas a reducir el desgaste físico y mental de los cuidadores. Estas medidas serán diseñadas con el objetivo de mejorar las condiciones de trabajo

de los cuidadores, lo que, a su vez, se traducirá en una mejor calidad de vida para las personas con discapacidad atendidas por el programa.

La investigación también se enfocará en comprender las experiencias específicas de los cuidadores, reconociendo que la falta de conocimiento sobre el estado de salud y las necesidades de los familiares a su cargo puede ser un factor significativo de estrés. La falta de información adecuada puede resultar en decisiones subóptimas de cuidado, aumentando la carga física y emocional sobre los cuidadores. Al abordar esta brecha de conocimiento, la investigación buscará desarrollar estrategias educativas y de comunicación que empoderen a los cuidadores con la información necesaria para realizar su labor de manera más eficiente y efectiva.

Además, se realizará una evaluación exhaustiva de las prácticas actuales de cuidado en el programa Joaquín Gallegos Lara Distrito Salinas. Esta evaluación permitirá identificar áreas específicas que podrían beneficiarse de mejoras y ajustes. Se buscará la participación activa de los cuidadores y otros profesionales de la salud en este proceso evaluativo, garantizando así una comprensión integral de las dinámicas del cuidado. La retroalimentación directa de quienes están involucrados en la prestación de cuidados permitirá un diseño más preciso de intervenciones y programas de apoyo, adaptados a las necesidades reales de los cuidadores y de las personas con discapacidad. En última instancia, esta investigación aspira a no solo identificar problemas, sino a ofrecer soluciones tangibles y prácticas para mejorar la calidad de vida de los cuidadores y, por ende, la calidad de atención proporcionada a las personas con discapacidad en el programa mencionado.

## **2. MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL**

### **2.1. Conocimiento actual.**

Según la nueva revisión de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11, 2022) realizada el 1 de enero del año 2022, el síndrome de burnout, es ahora codificado como el “QD85 Síndrome de desgaste ocupacional” y se encuentra clasificado dentro del capítulo 24 de la página web oficial de la (CIE-11, 2022) titulado “Factores que influyen en el estado de salud o el contacto con los servicios de salud” y su clasificación se encuentra titulada como “problemas asociados con el empleo y el desempleo”. En este contexto, la (CIE-11, 2022) manifiesta que, el síndrome de burnout o síndrome de desgaste ocupacional es un síndrome

resultante del estrés laboral crónico que no se ha manejado con éxito. Se caracteriza por tres dimensiones: 1.- Sensación de falta de energía o agotamiento: 2.- Mayor distancia psicológica hacia el trabajo: 3.- Ineficiencia y falta de acción. El agotamiento se refiere específicamente a fenómenos en el entorno laboral y no debe utilizarse para describir experiencias en otras áreas de la vida.

Asimismo, la Organización Mundial de la Salud (OMS), afirmó que el reconocimiento del origen laboral de este síndrome representa un avance significativo en la comprensión de la importancia de los riesgos psicosociales en el ámbito del trabajo. Es esencial recordar que este síndrome se origina principalmente debido a la exposición a condiciones de organización perjudiciales que resultan en una disfunción en el entorno laboral. Es fundamental destacar que el término "síndrome de desgaste ocupacional" se circunscribe específicamente a los fenómenos en el entorno laboral y no debe utilizarse para describir situaciones en otras áreas de la vida.

Según Castro y Romero (2022), mencionan que el síndrome de burnout se manifiesta como consecuencia de la ineficacia de los mecanismos de adaptación ante situaciones laborales caracterizadas por un estrés crónico. Este fenómeno es más común en entornos laborales donde existe un desequilibrio entre las demandas laborales y los recursos disponibles, particularmente en individuos que se enfrentan a circunstancias frustrantes. Basándonos en lo anteriormente expuesto, el objetivo de esta investigación es identificar los factores de riesgo psicosociales que contribuyen al desarrollo del síndrome de burnout en profesionales de enfermería. Esto se debe a que este síndrome afecta significativamente la capacidad de los individuos para funcionar y desempeñarse en la sociedad. Además, constituye un problema de salud ocupacional y, dadas sus consecuencias debilitantes, es un tema de interés que merece ser examinado para generar una comprensión más completa y proporcionar información relevante al respecto.

## **2.2.Fundamentación teórica y Conceptual.**

Según Sevilla y Sánchez (2021), argumentan que el síndrome de burnout o el burnout laboral es también denominado el síndrome del quemado o síndrome de estar quemado en el trabajo es un estado de agotamiento físico, emocional y mental que está vinculado con el ámbito laboral, el estrés causado por el trabajo y el estilo de vida del empleado. Puede tener consecuencias muy graves, tanto en la esfera física como psicológica.

Sin embargo, aunque cada vez más personas muestran interés en este concepto, son escasos los que pueden describirlo con precisión, ya que, en numerosas ocasiones, aquellos que lo experimentan no son conscientes de ello. A lo largo de los años, se han propuesto diversas definiciones para este término, pero la definición inicial del síndrome de burnout se le otorga al psiquiatra Herbert Freunderberger, y luego a la psicóloga Cristina Maslach en el año de 1981. Síndrome tridimensional en el que el trabajador presenta cansancio emocional, despersonalización o tratamiento cínico y actitud negativa hacia los clientes, y una baja realización personal (Parra y Yajaira, 2021).

Las tres dimensiones mencionadas pueden entenderse de la siguiente manera: En primer lugar, el agotamiento emocional representa la fase inicial del proceso, caracterizada por una pérdida gradual de energía vital y un desequilibrio cada vez mayor entre el trabajo realizado y la fatiga experimentada. Durante esta etapa, las personas tienden a volverse más irritables, se quejan constantemente de la cantidad de trabajo y pierden la capacidad de disfrutar de sus tareas. Su actitud se caracteriza por la insatisfacción constante, expresando molestias e irritabilidad (Suarez et al., 2019).

En segundo lugar, la despersonalización es una forma de respuesta a los sentimientos de impotencia, desamparo y desesperanza personal. En lugar de expresar estos sentimientos y abordar sus causas, las personas que sufren el síndrome de burnout adoptan una fachada hiperactiva que aumenta su sensación de agotamiento (Venegas, 2004). En esta fase, alternan entre la depresión y la hostilidad hacia su entorno.

Para Sazo y Lemus (2022), el síndrome es un tipo específico de estrés ante el trabajo, padecido por aquellos que, en su voluntad por adaptarse y responder a un exceso en las demandas y presiones laborales, se esfuerzan de un modo intenso y sostenido en el tiempo, con una sobre exigencia y tensión que originan importantes riesgos de contraer enfermedades y afectar negativamente el rendimiento y calidad del servicio.

Por último, (Calvanapón et al., 2019), mencionaron que, el abandono de la autorrealización representa la tercera fase del proceso e implica un retiro gradual de todas las actividades no laborales relacionadas con las que generaron el estrés crónico. En esta etapa, se produce una



pérdida de ideales y, sobre todo, un alejamiento progresivo de las actividades familiares, sociales y recreativas, lo que crea una suerte de autoaislamiento.

## **Factores**

De acuerdo a (Cairo, 2019), algunos de los factores que dan paso al síndrome de burnout en los cuidadores de personas discapacitadas son los siguientes.

- La percepción de la capacidad para desempeñar el trabajo.
- La sobrecarga laboral, la escasez de energía y recursos personales para atender las necesidades personales y familiares del individuo bajo cuidado.
- Los conflictos de roles y la incompatibilidad entre las tareas y conductas realizadas y las expectativas asociadas a dicho rol.
- La incertidumbre, ambigüedad o falta de información en torno al cuidado de otras personas, como horarios, medicamentos, citas médicas y rutinas, entre otros aspectos.
- La ausencia de equidad o justicia en el entorno organizacional.
- Las relaciones tensas o conflictivas con otros miembros de la familia del individuo en cuestión.
- Obstáculos impuestos por otros familiares en lo que respecta a las decisiones médicas del individuo.
- La falta de involucramiento en el cuidado de la persona en cuestión.
- La incapacidad para llevar a cabo otras actividades personales debido a la responsabilidad del cuidado hacia el otro individuo.
- Conflictos en las relaciones con otros familiares al dejarlos a cargo de la persona con daño cerebral.
- La falta de compromiso por parte de otros familiares para brindar un cuidado adecuado a la persona con daño cerebral.

## **Sintomatología y Consecuencias**

La sintomatología y consecuencias del Síndrome de Burnout en cuidadores de personas con discapacidad puede variar de una persona a otra (Gallegos et al., 2019) pero generalmente incluye una combinación de los siguientes síntomas:

- Reducción de la realización personal: Los cuidadores pueden experimentar una disminución en su satisfacción con su trabajo y su vida en general. Pueden sentir que su trabajo de cuidado no tiene un propósito o que no están logrando los resultados deseados.
- Fatiga física: El cuidado de personas con discapacidad puede ser físicamente agotador. Los cuidadores pueden experimentar fatiga crónica, dolores musculares y problemas de sueño debido a las demandas físicas de su trabajo.
- Problemas de salud: El estrés crónico y el agotamiento pueden tener un impacto negativo en la salud física de los cuidadores. Manifestaciones físicas incluyen dolores de cabeza sensoriales, fatiga extrema, agotamiento, dificultades para dormir, problemas gastrointestinales, molestias generalizadas, mareos, dolores musculares, infecciones, manchas o problemas en la piel, así como trastornos en el sistema respiratorio, circulatorio y digestivo.
- Dificultades en las relaciones personales: El estrés y la fatiga asociados con el cuidado de personas con discapacidad pueden afectar las relaciones personales de los cuidadores. Pueden sentirse aislados socialmente y tener dificultades para mantener relaciones satisfactorias con amigos y familiares.
- Falta de concentración y agotamiento mental: Los cuidadores pueden tener dificultades para concentrarse en sus tareas y tomar decisiones. La fatiga mental puede afectar su capacidad para realizar el trabajo de cuidado de manera efectiva.
- Sentimientos de impotencia: Los cuidadores pueden experimentar una sensación abrumadora de impotencia, ya que a menudo enfrentan desafíos complejos en el cuidado de personas con discapacidad. Esto puede llevar a sentimientos de desesperanza.

Indicadores de carácter psicológico abarcan la falta de entusiasmo e interés, dificultades en la concentración, un estado constante de alerta, irritabilidad, impaciencia, depresión, actitudes negativas y una sensación de frustración y desesperanza.

En el ámbito familiar, se evidencia la falta de compartir o delegar las responsabilidades del cuidado, lo que resulta en ausencia de participación en la vida familiar. A pesar de todos los esfuerzos para cumplir con las obligaciones, el trabajo parece no tener fin, y lo que antes solía ser motivo de alegría ya no lo es.

El síndrome de sobrecarga del cuidador, como lo denominan (Menéndez y Caicedo, 2019) en su investigación, abarca una serie de sintomatologías y consecuencias que pueden tener un profundo impacto en la salud mental y física de quienes desempeñan el rol de cuidadores. Este síndrome no solo se limita a las manifestaciones emocionales evidentes, como el agotamiento y la ansiedad, sino que también puede traducirse en síntomas físicos, tales como fatiga crónica, trastornos del sueño y problemas de salud relacionados con el estrés constante.

El estudio más reciente liderado por (Navarro et al., 2019) añade una dimensión adicional al comprender que la dependencia del cuidador está intrínsecamente ligada a su capacidad de empatía. Sorprendentemente, los resultados indican que a medida que la dependencia del cuidador aumenta, su nivel de empatía disminuye. Este hallazgo sugiere una complejidad adicional en la relación entre el cuidador y la persona dependiente, ya que el aumento de la carga de responsabilidad puede generar una desconexión emocional. Este aspecto subraya la necesidad urgente de abordar no solo los desafíos prácticos asociados con el cuidado, sino también los aspectos emocionales y psicológicos para preservar la calidad de las relaciones y el bienestar tanto del cuidador como de la persona bajo su cuidado. Este conocimiento aporta una capa más profunda a la comprensión del síndrome de sobrecarga del cuidador, destacando la importancia de enfoques integrales y personalizados en la atención a los cuidadores y sus seres queridos.

### **Medidas Preventivas y Terapéuticas en el Síndrome de Burnou**

Según House citado en Oleas y Quito, (2019) afirma que algunos de los mecanismos para la prevención del síndrome de burnout en los cuidadores de personas con discapacidad son:

- **Importancia de buscar ayuda:** Es crucial que las personas cuidadoras reconozcan los signos del burnout y busquen apoyo. No deben sentirse culpables por necesitar ayuda adicional, ya que cuidar de alguien con discapacidad puede ser una tarea desafiante. Buscar apoyo profesional, como terapia o consejería, puede ser beneficioso.
- **Autocuidado:** es esencial para las personas cuidadoras. Esto implica cuidar de sí mismos y asegurarse de que están física y emocionalmente saludables. Esto puede incluir tomarse tiempo libre, establecer límites en sus responsabilidades de cuidado, buscar apoyo de otros familiares o amigos y participar en actividades que les proporcionen relajación y alivio del estrés.

- Red de apoyo: Las personas cuidadoras deben buscar una red de apoyo sólida. Esto puede incluir la ayuda de familiares, amigos, grupos de apoyo para cuidadores y servicios de respiro que les permitan tomarse un descanso.
- Planificación a largo plazo: Es importante establecer un plan a largo plazo para el cuidado de la persona con discapacidad. Esto puede incluir la planificación de atención a largo plazo, como la incorporación de cuidadores profesionales o la búsqueda de servicios de atención especializada.
- Concientización y educación: Las personas cuidadoras pueden beneficiarse de la educación sobre la discapacidad en cuestión, así como sobre los recursos y servicios disponibles para ellos. Cuanto más sepan sobre la discapacidad y las estrategias de cuidado, mejor equipadas estarán para afrontar los desafíos.

### **Personas cuidadoras**

A pesar de los avances en la ciencia y la tecnología, las personas con discapacidad aún requieren asistencia, y la extensión de esta dependencia varía según el grado de discapacidad que limite su autonomía. En este contexto, el papel del cuidador se vuelve fundamental, ya que sus responsabilidades van más allá de mantener la salud y mejorar la calidad de vida del paciente (Toapanta, 2023).

Los cuidadores desempeñan un rol clave en la reorganización, cohesión y preservación de las relaciones familiares. Para llevar a cabo esta labor, es esencial que los cuidadores sean responsables en sus tareas, comprendan la importancia de su función en la dinámica familiar, no tengan motivaciones económicas para ejercer dicho rol, muestren empatía hacia la persona con discapacidad y posean habilidades comunicativas que fomenten la relación con el paciente.

Sin embargo, la sobrecarga del cuidador se asocia con factores como la regulación de las emociones en situaciones de alto estrés que afectan la capacidad de distinguir entre situaciones positivas y negativas (Crespo et al., 2019).

## **Tipos de personas cuidadoras**

Existen diversos tipos de personas que asumen roles de cuidadores según (Mesa, 2022) pueden ser afectados por el síndrome de burnout:

- **Familiares encargados del cuidado:** Los miembros de la familia que se ocupan de un ser querido con discapacidad, como padres, hermanos, hijos o cónyuges, a menudo experimentan niveles elevados de estrés y fatiga debido a la constante responsabilidad de brindar cuidados. Los familiares encargados del cuidado son, en su mayoría, individuos que carecen del apropiado adiestramiento, respaldo y comprensión necesarios para desempeñar la tarea de asistir a una persona con discapacidad o que no puede llevar a cabo ciertas tareas por sí misma (Dzul et al., 2018). Esto los coloca en circunstancias potencialmente abrumadoras y estresantes, ya que deben mostrar empatía hacia la situación de su ser querido y enfrentar un cambio drástico en su modo de vida. La suma de estos factores puede provocar un deterioro tanto físico como mental en los cuidadores.
- **Profesionales de la atención:** Los trabajadores del ámbito de la salud, como enfermeros, asistentes de atención domiciliaria y terapeutas, que ofrecen asistencia a personas con discapacidad también pueden padecer el síndrome de burnout debido a la presión y las demandas de su trabajo.
- **Voluntarios de cuidados:** Individuos que dedican su tiempo y energía de manera voluntaria para cuidar de personas con discapacidad a través de organizaciones sin ánimo de lucro también pueden experimentar burnout, ya que con frecuencia se ven limitados por recursos escasos y una carga emocional intensa.
- **Cuidadores de niños con discapacidad:** Padres y tutores encargados del cuidado de niños con discapacidad con frecuencia enfrentan una combinación de desafíos físicos y emocionales, lo que los hace especialmente susceptibles al síndrome de burnout.
- **Cuidadores de adultos mayores con discapacidad:** Aquellos que cuidan de adultos mayores con discapacidad, ya sea en el hogar o en centros de atención a largo plazo.

## **Perfil del cuidador**

En la dinámica entre el cuidador y la persona con discapacidad, se encuentran varios elementos que pueden influir de manera positiva o negativa en la atención brindada y recibida (Hechevarría et al., 2018). Estos factores incluyen:

- La personalidad del cuidador, que desempeña un papel crucial en la capacidad para lidiar con la carga emocional de cuidar a una persona con discapacidad, resolver problemas y afrontar dificultades.
- La historia previa de la relación entre el cuidador y la persona con discapacidad, ya que experiencias negativas pueden complicar aún más el desempeño de las tareas de cuidado.
- La salud física y mental del cuidador, determina su capacidad para enfrentar la responsabilidad de cuidar a alguien con discapacidad de manera constante.
- El género del cuidador y el grado de dependencia de la persona con discapacidad, ya que las mujeres suelen demostrar mayor empatía, mientras que los hombres pueden tener ventajas en términos de fuerza física para asistir a la persona con discapacidad. Basándose en esta premisa. De acuerdo con (Rodríguez y Quemba, 2018), planteó que la tarea de evaluar la sobrecarga experimentada por los cuidadores no profesionales de individuos con discapacidad cognitiva, por tal motivo al emplear la escala de Zarit, se descubrió que el 92% de estos cuidadores no profesionales eran mujeres, y que experimentaban un grado significativo de sobrecarga, que oscilaba entre leve e intenso. Además, se observaron impactos tanto a nivel psicológico como espiritual en dichos cuidadores.
- El nivel de conocimiento del cuidador sobre la discapacidad, lo que le permite afrontar los obstáculos que surgen en el proceso de cuidado de manera más efectiva.

En un contexto diferente, es importante destacar que la discapacidad no se limita únicamente a cuestiones físicas, como lo señala un estudio realizado por (Arias y Muñoz, 2019) en Chile. Este estudio señala que hay personas con discapacidad intelectual que experimentan desequilibrios en sus funciones neurológicas, lo que les impide alcanzar un nivel de aprendizaje acorde a su edad y participar plenamente en la sociedad. Por esta razón, requieren la asistencia de un cuidador escolar para satisfacer sus necesidades. El objetivo del estudio fue analizar el impacto en la calidad de vida y la carga emocional de los cuidadores de estudiantes con discapacidad intelectual y pluridiscapacidad. Utilizando la Escala de Zarit Burden Interview, los resultados revelaron que los cuidadores escolares de niños con pluridiscapacidad experimentan una considerable carga emocional y dolor físico que afecta su calidad de vida debido a los desafíos significativos que enfrentan al cuidar a estos niños como parte de su familia.

Del mismo modo, en el estudio llevado a cabo en Colombia (Amezquita y Moreno, 2019) acerca de la Valoración de la carga que experimentan los cuidadores no profesionales de individuos con enfermedad mental, los hallazgos señalaron que los cuidadores experimentaban una sensación de autoanulación debido a la carga tanto personal como estructural asociada al cuidado de un familiar con discapacidad mental.

Los individuos afectados por enfermedades neurológicas crónicas, que tienen discapacidades, demandan una atención más intensiva por parte de sus seres queridos. Sin embargo, cuando la tarea de cuidar se torna abrumadora, el cuidador se convierte en una figura oculta que experimentará consecuencias que, en su mayoría, serán permanentes debido al desgaste de su salud tanto mental como física (Vega et al., 2019). Esto se debe al considerable peso psicológico, económico, social y físico que conlleva atender a diario a un familiar en dicha situación.

La carga excesiva del encargado del cuidado representa una preocupación que merece una atención más profunda debido a su influencia en la salud de la persona que asume estas responsabilidades. En ocasiones, se tiende a confundir este desafío con una de las muchas tareas que se espera que la mujer en particular desempeñe en el entorno doméstico (García et al., 2022). No obstante, es importante reconocerlo como un asunto de salud pública, caracterizado por afectar todas las áreas psicosociales de la persona encargada, hasta el punto en que podría llevar al agotamiento de sus labores.

### **3. MARCO METODOLÓGICO**

#### **3.1. Tipo de investigación.**

La presente investigación es de enfoque cuantitativa por lo que permite obtener resultados y adquirir conclusiones más objetivas y generalizables sobre cómo afecta el síndrome de burnout en los cuidadores de personas con discapacidad. Al utilizar el enfoque cuantitativo, se podrá recopilar datos a través de métodos como cuestionarios con escalas, por lo que, beneficiará la medición de los factores que implican el síndrome de burnout en cuidadores pertenecientes del programa Joaquín Gallegos.

### **3.2. Alcance de la investigación.**

La presente investigación tiene como objetivo determinar cómo afecta el síndrome de burnout en los cuidadores de personas con discapacidad pertenecientes al programa Joaquín Gallegos Lara distrito Salinas 24D02, 2023. Por tal motivo, el alcance de la investigación es de carácter descriptivo, lo cual, proporcionará una representación detallada, precisa de las características y la naturaleza del síndrome en un determinado grupo de individuos del ya mencionado programa. De tal manera que, brindará información específica sobre el Síndrome de Burnout en cuidadores de personas con discapacidad.

### **3.3. Población, muestra y periodo de estudio.**

Según el Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES, 2023) establece que existen cerca de 1.000 personas en el programa Joaquín Gallegos Lara distrito Salinas 24D02, distribuidos por toda la provincia de Santa Elena Formado distintos grupos por sectores.

La fórmula para calcular el tamaño de la muestra es:

$$n = (Z^2 * p * (1-p)) / E^2$$

Donde:

n es el tamaño de la muestra

Z es el valor crítico correspondiente al nivel de confianza (en este caso, 1.96 para un nivel de confianza del 95%)

p es la proporción estimada de la población (asumiremos 0.5 para obtener el tamaño máximo de muestra)

E es el margen de error (en este caso, 0.05)

Sustituyendo los valores en la fórmula, obtenemos:

$$n = (1.96^2 * 0.5 * (1-0.5)) / 0.05^2$$

Realizando los cálculos, obtenemos:

$$n \approx 384.16$$

Dado que el tamaño de la muestra debe ser un número entero, redondeamos hacia arriba a la muestra más cercana:

$$n \approx 384$$

Por lo tanto, para una población de 1000 personas, con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%, se trabajará con una muestra de 384 personas, las cuales están distribuidas en cantones como Salinas y La Libertad.



### 3.4. Técnicas e instrumentos de levantamiento de información.

En el presente estudio se utilizará como instrumento de levantamiento de información un cuestionario el cual consta de 19 preguntas en la que cada una marca una escala del 1 al 5, donde Nunca = 1, Muy pocas veces = 2, Algunas veces = 3, Casi siempre = 4, Siempre = 5; dirigida a los validados cuidadores de personas con discapacidad inscritos en el programa Joaquín Gallegos Lara en el distrito Salinas 24D02, con el fin de evaluar el síndrome de burnout en ellos. Referente a la aplicación del instrumento, los cuestionarios serán administrados de manera virtual, porque esta fue la preferencia de los participantes. Con respecto a la confiabilidad del cuestionario, este se evaluará mediante pruebas de consistencia interna, como el coeficiente alfa de Cronbach.

Para finalizar, teniendo en cuenta las consideraciones éticas del presente estudio, se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes y se garantizó la confidencialidad y privacidad de la información recopilada; y, asimismo, se informó a los participantes sobre los resultados de la investigación y se compartirán de manera ética y responsable, debido a que la información recabada fue utilizada con fines investigativos y académicos.

## 4. ANÁLISIS DE RESULTADOS

### 4.1. Análisis de fiabilidad

Para la correspondiente validación de la encuesta se procede al uso de la herramienta de Excel, utilizando la siguiente fórmula:

$$\alpha = \frac{k}{k - 1} \left[ 1 - \frac{\sum V_i}{V_t} \right]$$

**Figura 1.** Formula Alfa de Cronbach

De tal forma que, mediante el procesamiento de la información de la encuesta piloto, está realizada a 20 sujetos, de lo cual, se arrojó como resultado de la fiabilidad utilizando el cálculo de Alfa de Cronbach lo siguiente:

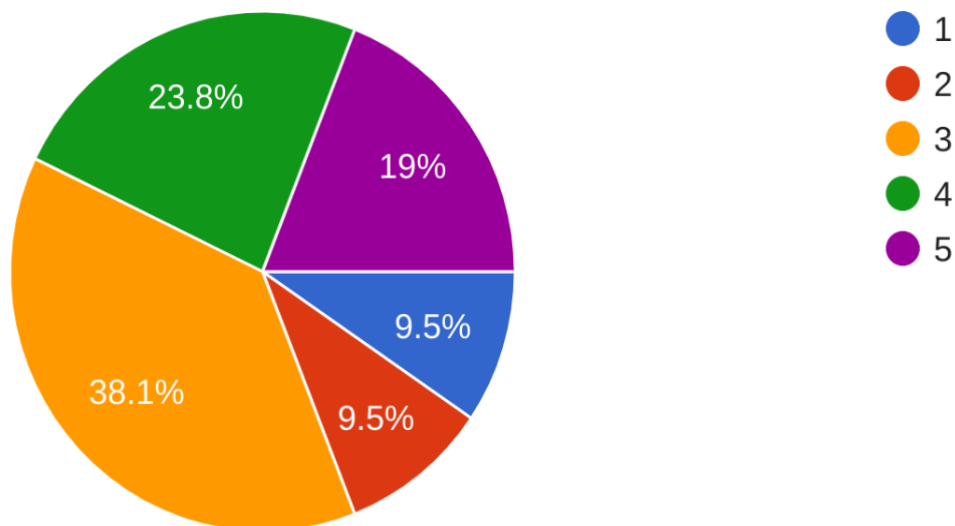
*Tabla 3. Fiabilidad*

Estadísticos de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N° de preguntas
0,985	19

#### 4.2. Análisis de la aplicación de la encuesta

En este apartado se procederá a analizar la información recabada de las encuestas realizadas a la muestra de los 384 cuidadores pertenecientes al programa Joaquín Gallegos Lara en el distrito Salinas 24D02. Se procederá colocando la pregunta de encuesta, luego el diagrama estadístico donde se reflejan los resultados obtenidos de dichas encuestas y finalmente un análisis breve de dichos resultados.

##### 1. ¿Con qué frecuencia se siente cansado física y emocionalmente debido al rol que cumple con la persona con discapacidad?



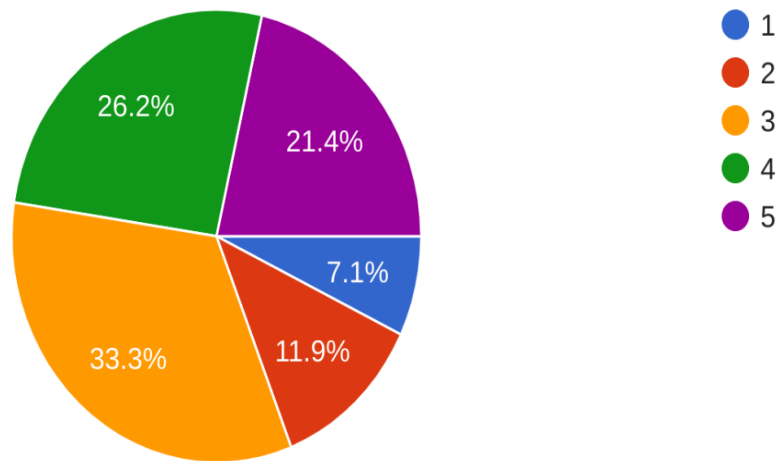
*Figura 2. Desgaste en la salud*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

En este diagrama se puede ver reflejado que el 38.1% de las personas encuestadas algunas veces se sienten cansadas física y emocionalmente debido al rol que cumplen con la persona con discapacidad; seguido del 23.8% de personas que manifiestan que casi siempre

experimentan este cansancio y el 19% de las personas encuestadas manifiestan que siempre se sienten así. Sin embargo, con el mismo porcentaje del 9.5% las personas nunca y muy pocas veces experimentan este cansancio.

## 2. ¿Con qué frecuencia se estresa debido a su rol como cuidador?

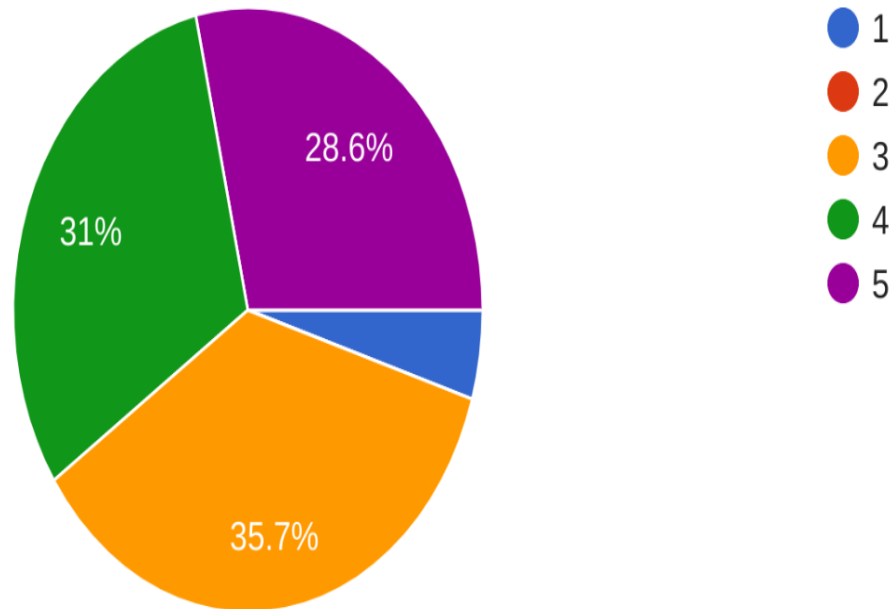


*Figura 3. Estrés*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

En este diagrama se puede ver reflejado que el 33.3% de las personas encuestadas con alguna frecuencia se estresan debido a su rol como cuidador; seguido del 26.2% de personas que manifiestan que casi siempre se estresan y el 21.4% de las personas encuestadas manifiestan que siempre se sienten de esa forma. El 11.9% de las personas muy pocas veces se sienten estresados y el 7.1% dice que nunca les ha pasado.

**¿Con qué frecuencia se siente emocionalmente agotado al final del día?**

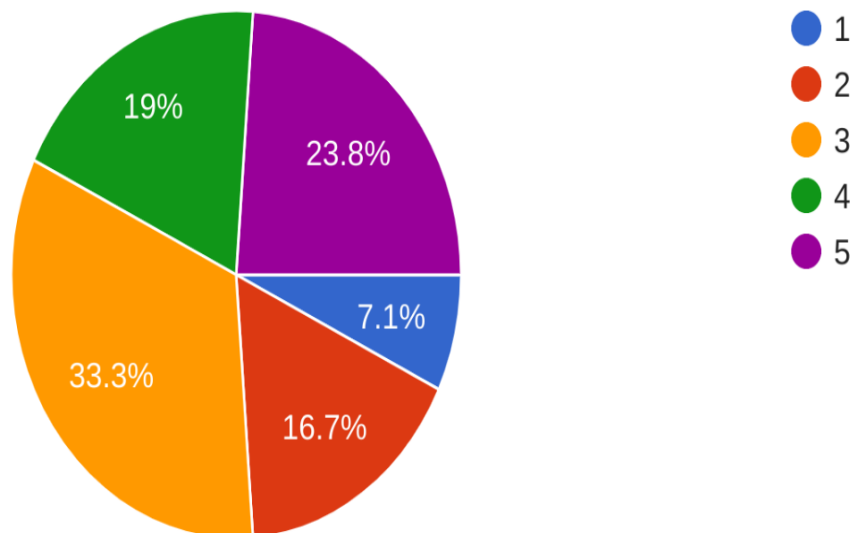


**Figura 4.** *Desgaste emocional*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

En este diagrama el 35.7% de las personas encuestadas con alguna frecuencia se siente emocionalmente agotado al final del día; seguido del 31% de personas que manifiestan que casi siempre se agotan emocionalmente y el 28.6% de las personas encuestadas manifiestan que siempre se sienten de esa forma. Y el 4.8% de las personas nunca les ha pasado.

**3. ¿Cree que el cuidado de la persona con discapacidad le provoca cambios emocionales?**

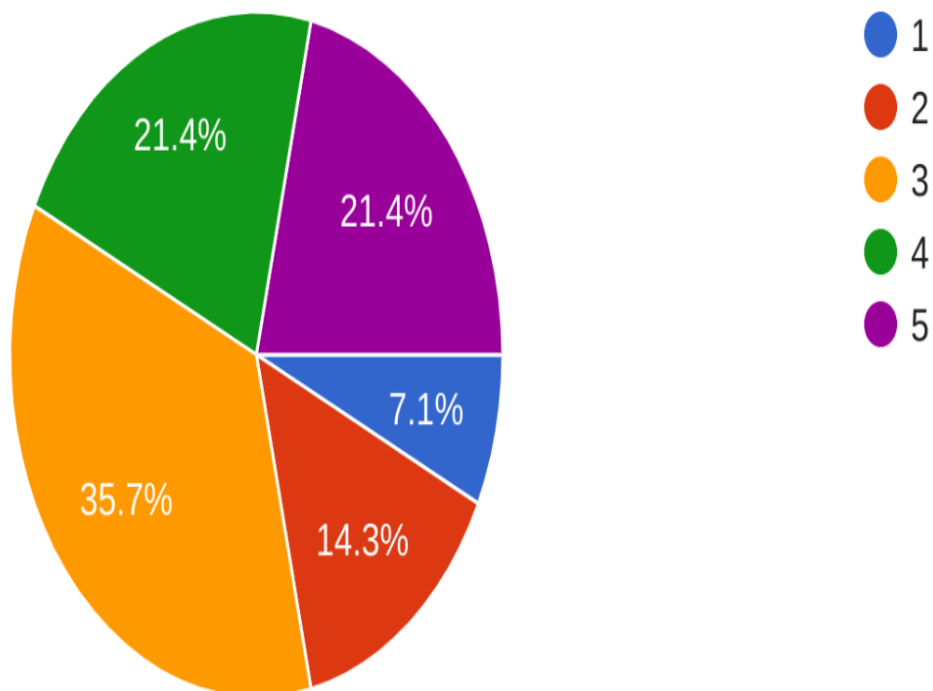


*Figura 5. Cuidado con personas con discapacidad*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

En este diagrama el 33.3% de las personas encuestadas con alguna frecuencia creen que el cuidado de la persona con discapacidad les provoca cambios emocionales; seguido del 23.8% de personas que creen que esto ocurre casi siempre, el 28.6% de las personas encuestadas manifiestan que siempre se sienten de esa forma. Y el 4.8% de las personas nunca les ha pasado.

**4. ¿Con qué frecuencia experimenta síntomas físicos como dolores de cabeza o problemas de sueño relacionados con el cuidado de la persona con discapacidad?**

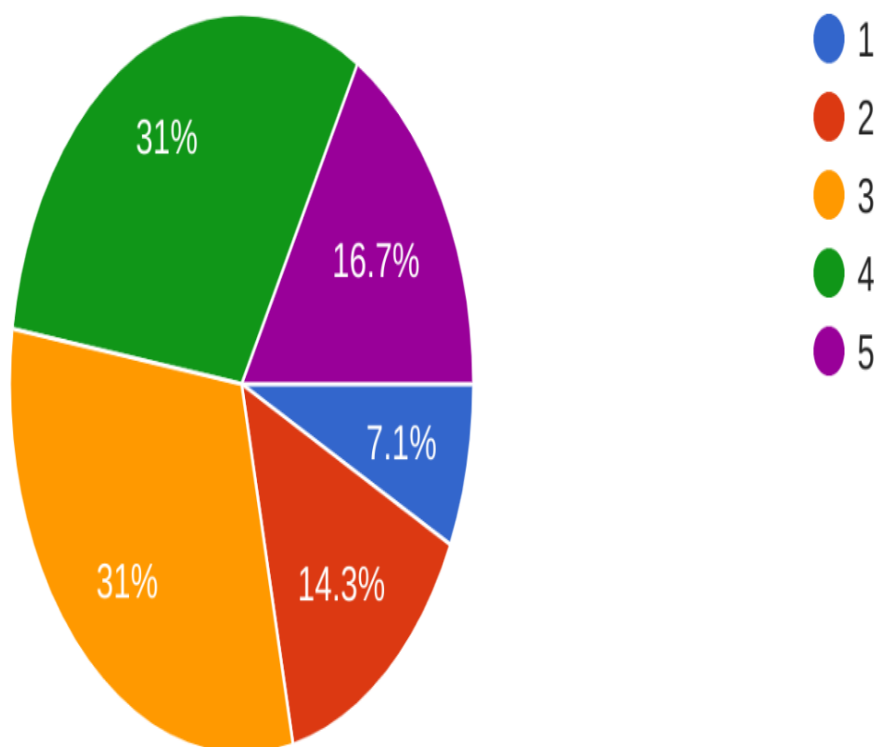


**Figura 6. Síntomas**

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

El 33.3% de las personas encuestadas mencionan que con alguna frecuencia creen que el cuidado de la persona con discapacidad les provoca cambios emocionales seguido de El 23.8% de personas que creen que esto ocurre casi siempre el 19% de personas creen que esto ocurre siempre el 16.7% de personas creen que esto no ocurre casi nunca y finalmente el 7.1% de personas que creen que esto no ocurre nunca.

5. ¿Cree que su rol como cuidador está afectando su vida personal y social?

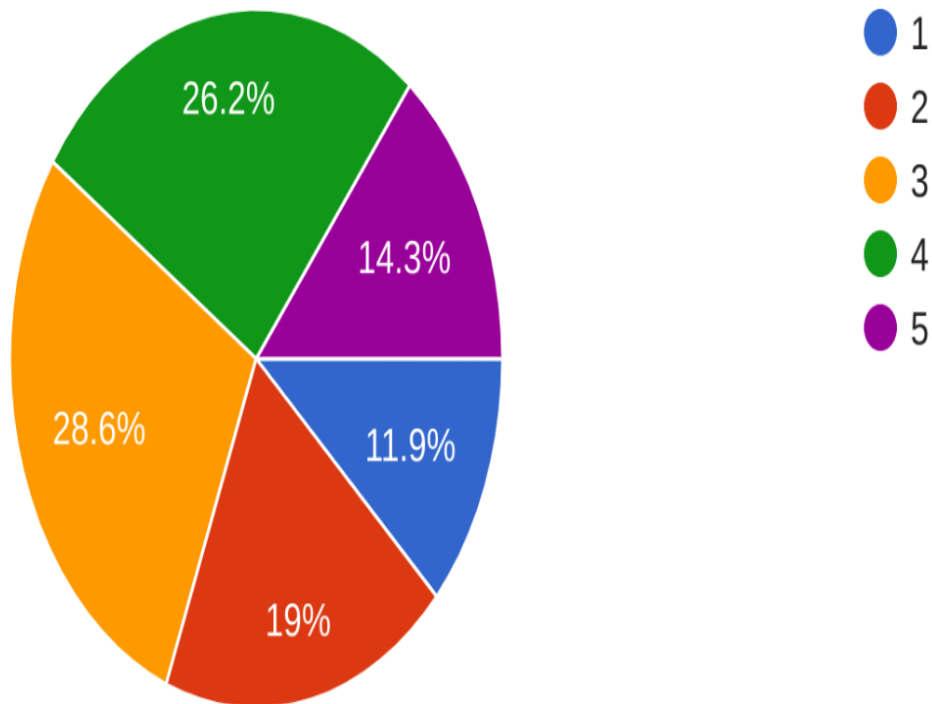


*Figura 7. Rol del cuidador*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

Dentro de este diagrama se puede apreciar que el 35.7% de personas afirma que con alguna frecuencia han experimentado síntomas físicos como dolores de cabeza o problemas de sueño debido al cuidado de la persona con discapacidad el 21.4% menciona que siempre y casi siempre ocurre este tipo de afectaciones y finalmente el 14.3% menciona que casi nunca y el 7.1% menciona que nunca ocurre.

6. ¿Con qué frecuencia se siente desmotivado o sin interés en sus tareas laborales?



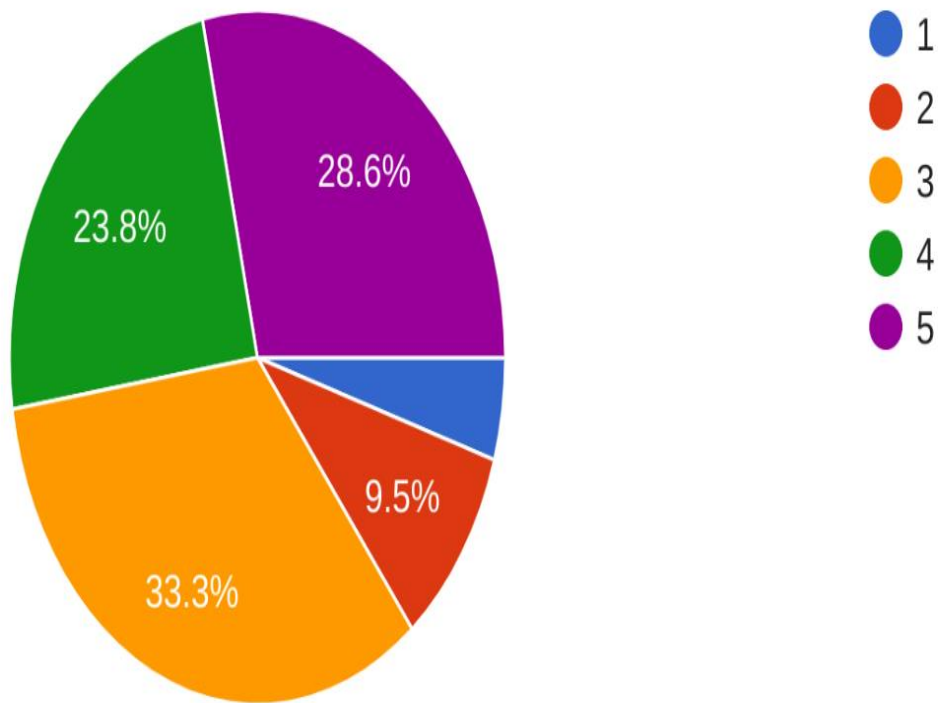
*Figura 8. Desmotivación*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

En este diagrama se aprecia que tanto algunas veces y casi siempre las personas que realizaron esta encuesta creen que su rol como cuidador está afectando a su vida personal y social por otro lado tenemos el 16.7% de personas que afirman que siempre ocurre el 14.3% de personas que creen que casi nunca ocurre y el 7.1% de personas que consideran que nunca pasa nada.



7. **¿Considera que el cuidado de la persona con discapacidad le exige más de lo que puede dar?**

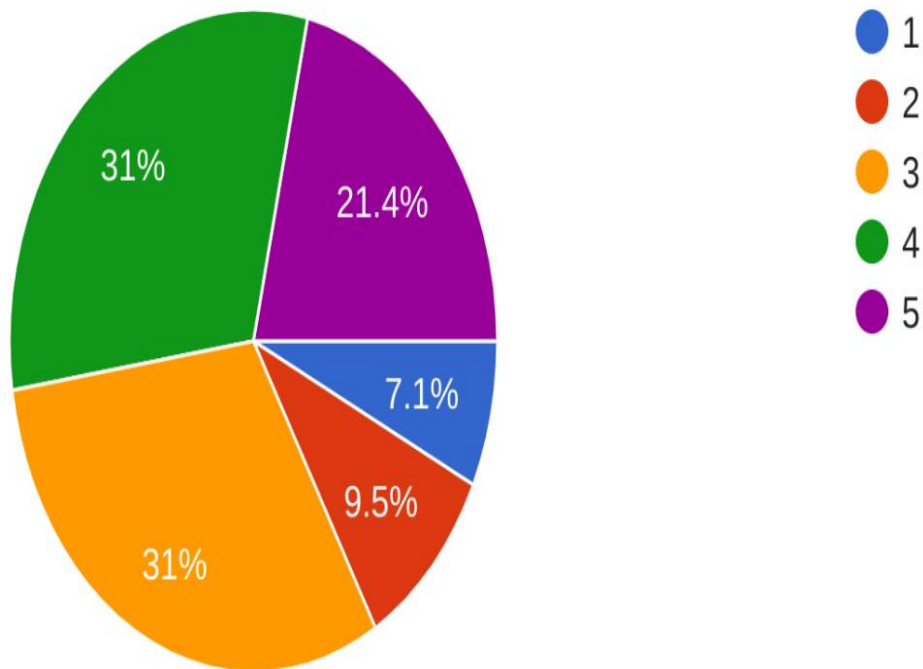


**Figura 9.** *cuidado de la persona*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

Dentro de la escala de las personas que manifiestan la frecuencia con la que se sienten desmotivados o sin intereses en sus tareas laborales las mismas personas manifestaron que el 28.6% algunas veces se siente así el 26.2% casi siempre el 14.3% siempre el 19% casi nunca y el 11.9% nunca.

**8. ¿Le resulta difícil desconectar mentalmente de su responsabilidad como cuidador durante su tiempo libre?**

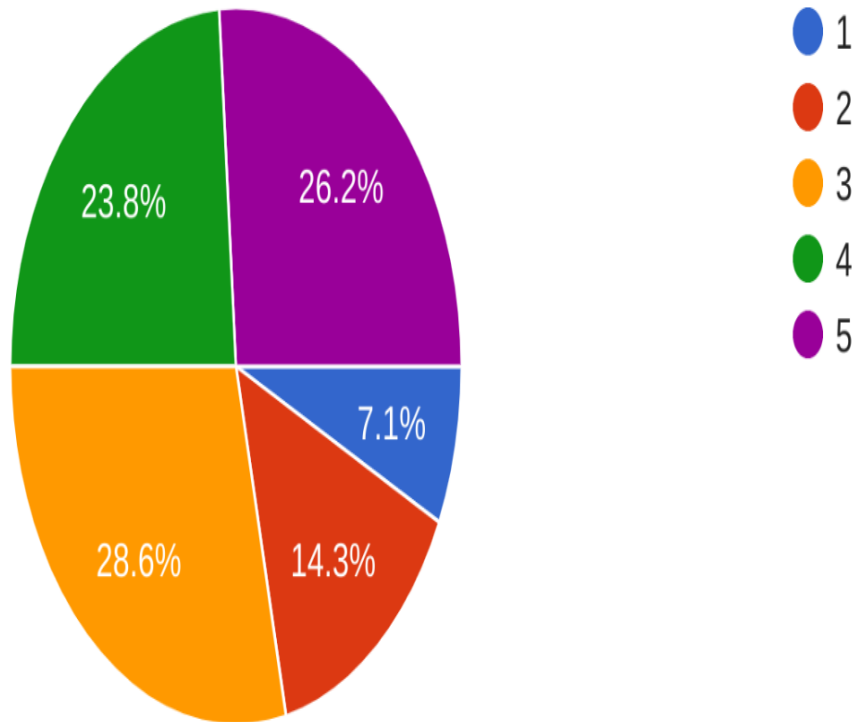


**Figura 10.** Vida social

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

En esta pregunta de encuesta el porcentaje de 31% se repiten para las respuestas de algunas veces y casi siempre refiriéndose al hecho de que las personas les resulta difícil desconectar mentalmente de su responsabilidad como cuidadores en su tiempo libre seguido de estos resultados tenemos el 21.4% de personas que afirman que siempre les resulta difícil y al 9.5% y el 7.1% de personas que casi nunca o nunca les resulta difícil.

**10. ¿Cree que experimenta agotamiento emocional dentro de su rol como cuidador?**

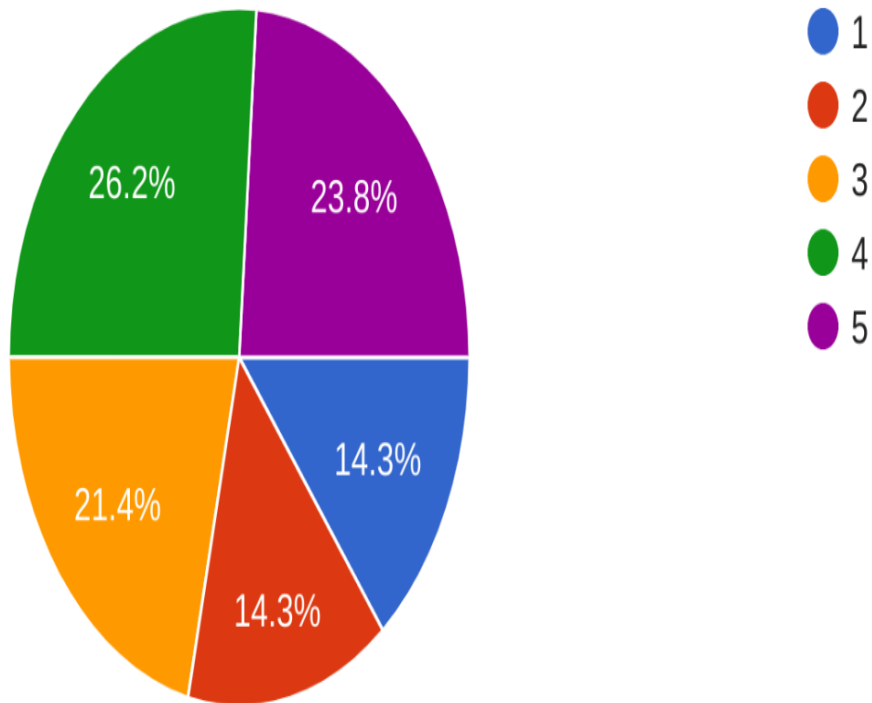


**Figura 11.** Agotamiento

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

En este siguiente día diagrama de resultados se puede apreciar que el 28.6% de personas afirman que algunas veces experimentan con alguna clase de agotamiento emocional dentro de su rol como cuidador seguido de estas cifras tenemos el 26.2% de personas que afirma que siempre experimentan este tipo de agotamiento El 23.8% de personas que afirman que casi siempre y finalmente el 14.3% y el 7.1% de personas que afirman que casi nunca o nunca tienen ese tipo de agotamiento emocional.

**11. ¿Con qué frecuencia experimenta sentimientos de frustración o impotencia?**

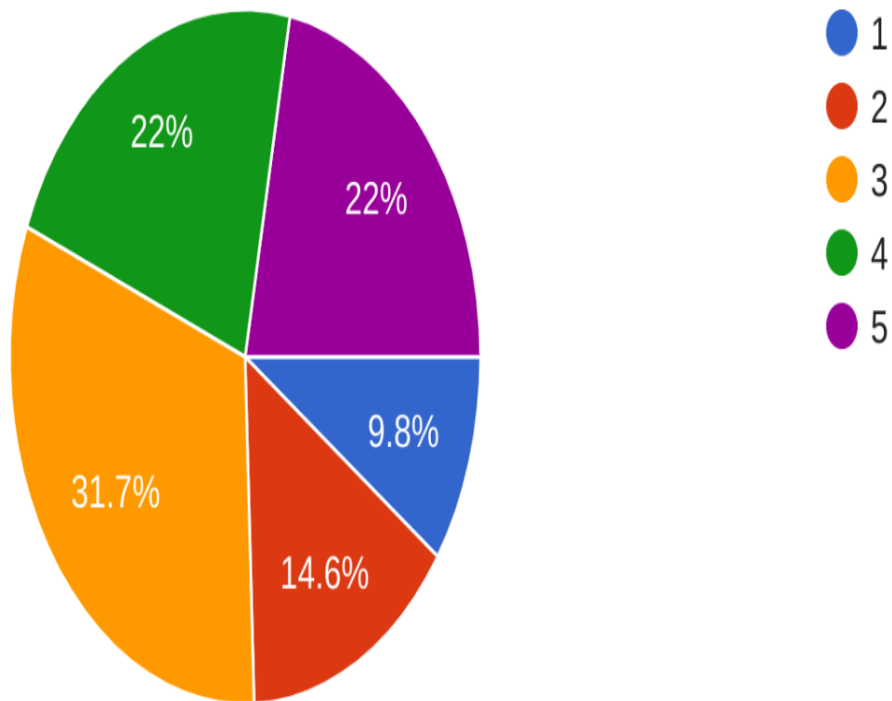


*Figura 12. Emociones*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

Dentro de este diagrama se puede apreciar que el 26.2% de las personas encuestadas afirman que casi siempre experimentan sentimientos de frustración o impotencia seguido de estas cifras están el 23.8% de personas que siempre se sienten de esta forma el 21.4% algunas veces y finalmente el 14.3% en los dos ámbitos de casi nunca y nunca.

**12. ¿Siente que tiene poco control sobre su rol como cuidador?**

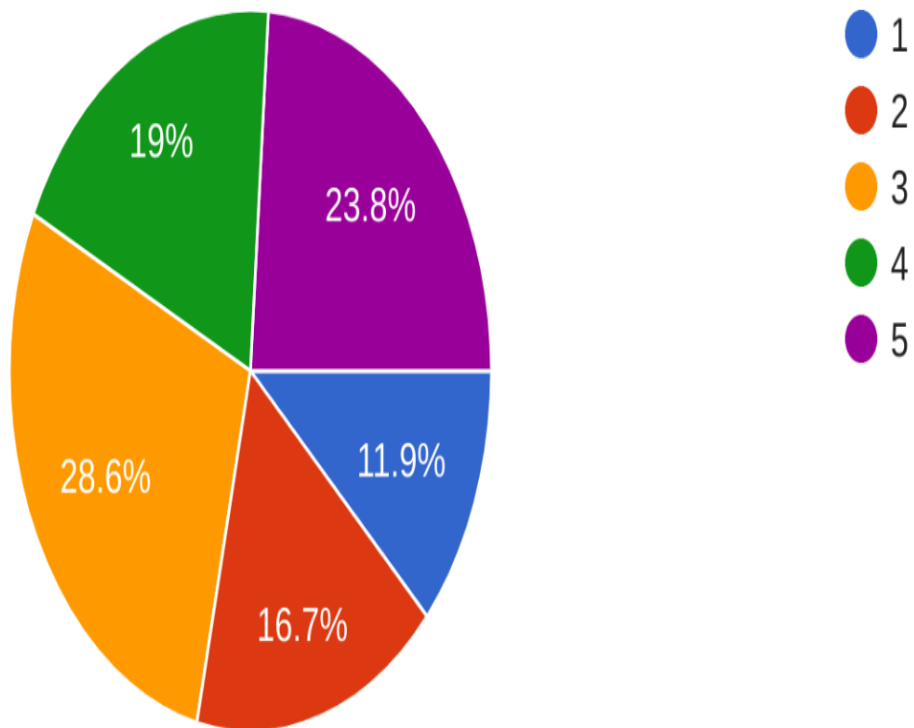


*Figura 13. Control del cuidador*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

Dentro de los resultados de esa pregunta se puede apreciar que el 31.7% de personas encuestadas afirman que algunas veces sienten que tienen poco control sobre su rol de cuidador seguido de estas cifras tenemos que el 22% de las personas encuestadas afirman que casi siempre y siempre sienten que tienen poco control sobre su rol y finalmente el 14.6% del 9.8% afirma que casi nunca o nunca.

**13. ¿Con qué frecuencia se siente cansado por las responsabilidades a cargo?**

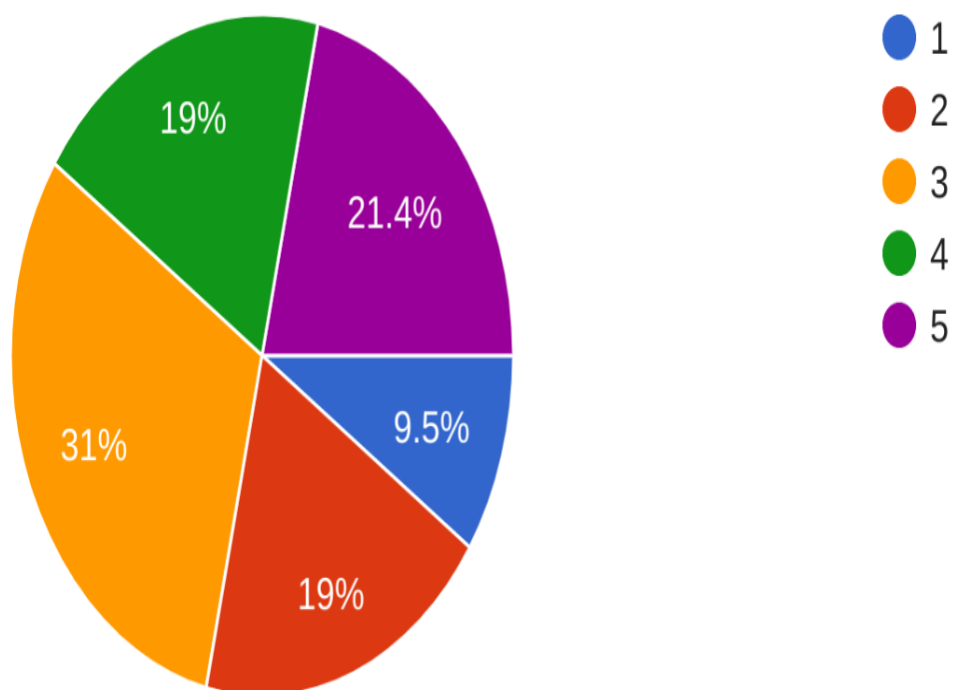


*Figura 14. Responsabilidad*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

Dentro de los resultados planteados en esta pregunta se pudo encontrar que el 28.6% de las personas algunas veces se sienten cansados por las responsabilidades al cargo de cuidadores seguido de la cifra del 23.8% y del 19% de personas que casi siempre y siempre se encuentran encasilladas en esta situación y finalmente el 16.7% y el 11.9% de las personas que casi nunca o nunca sienten cansancio por las responsabilidades al cargo de cuidador.

**14. ¿Considera que su responsabilidad como cuidador afecta negativamente a su vida familiar?**

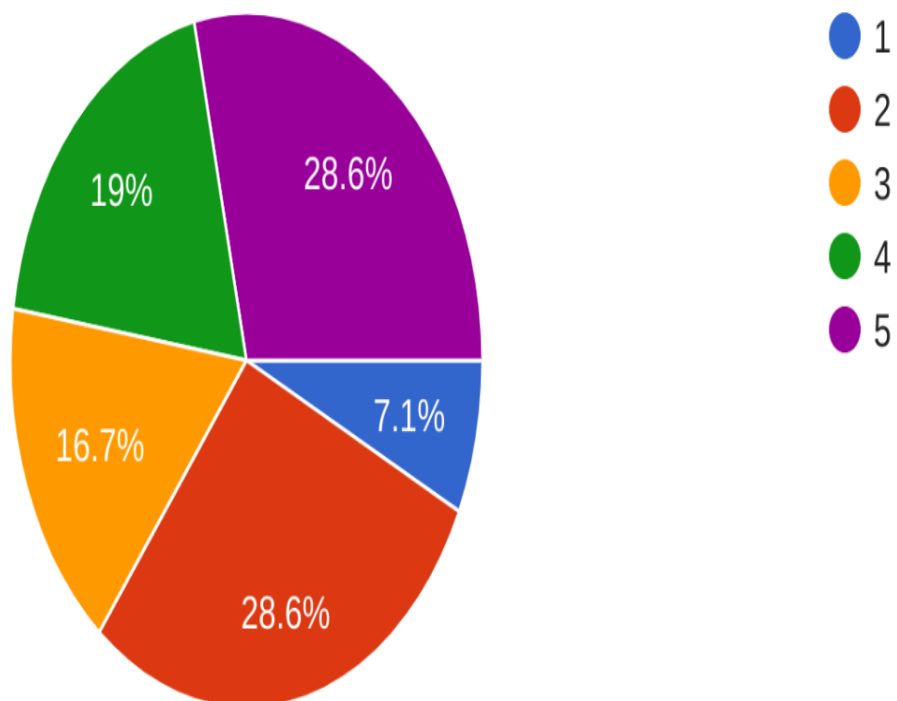


*Figura 15. Responsabilidad familiar*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

El 31% de las personas encuestadas consideran que su responsabilidad como cuidador algunas veces afectan negativamente a su vida familiar así también el 19% de estas cifras afirman que casi siempre o casi nunca esta responsabilidad afecta negativamente a su vida familiar El 21.4% de las personas encuestadas afirman que siempre les afecta y el 9.5% afirma que nunca

**15. ¿Con qué frecuencia se siente emocionalmente agotado debido a la interacción con colegas o familiares?**



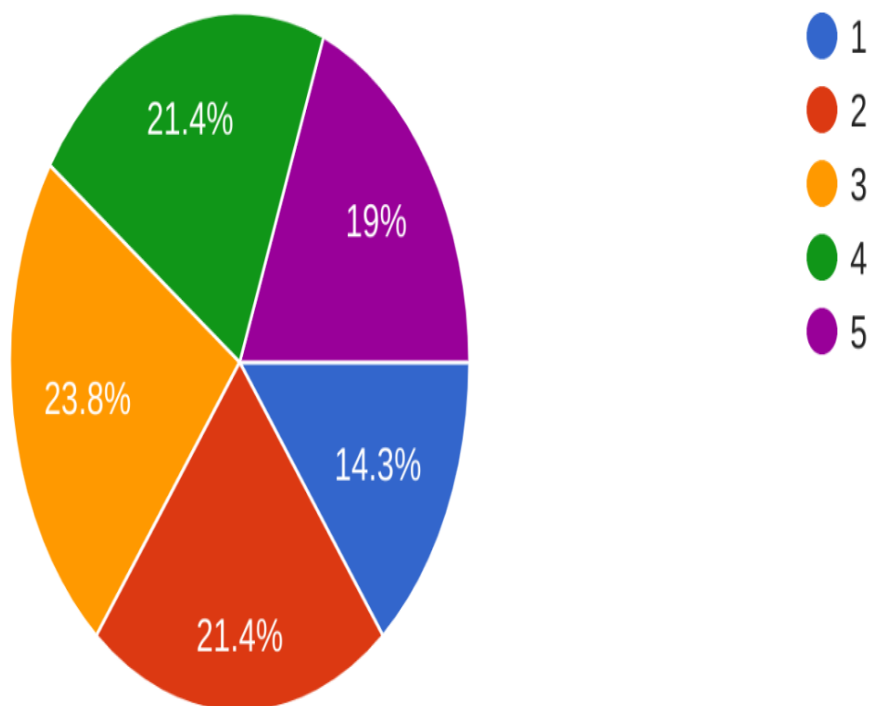
**Figura 16.** Agotamiento emocional

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

Dentro de este diagrama se plantea que el 28.6% de las personas siempre se sienten emocionalmente agotados debido a la interacción con colegas o familiares en paralelo a esto casi nunca las personas manifiestan esta emoción y el 19% de personas cree que casi siempre el 16.7% algunas veces y el 7.1% nunca.



**16. ¿Has sentido que los demás miembros de la familia te apoyan en tu rol como cuidador?**

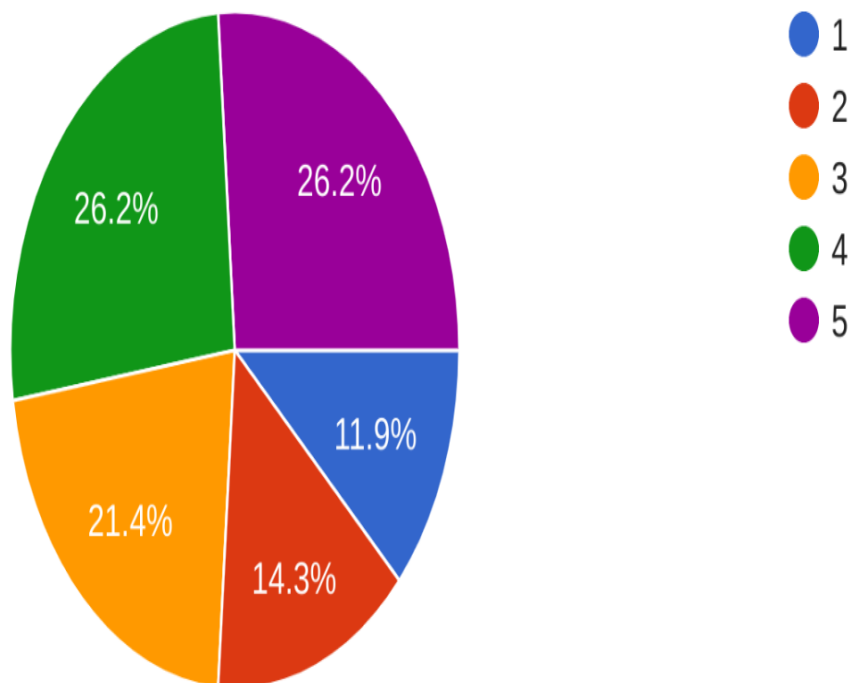


*Figura 17. Apoyo familiar*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

En este diagrama se manifiesta que el 23.8% de las personas algunas veces han sentido que los demás miembros de la familia le apoyan en su lugar como cuidador el 21.4% manifiestan que casi siempre y casi nunca el 19% manifiestan que siempre y el 14.3% manifiestan que nunca han sentido este apoyo.

**17. ¿Considera que su rol como cuidador le ha perjudicado en su salud?**

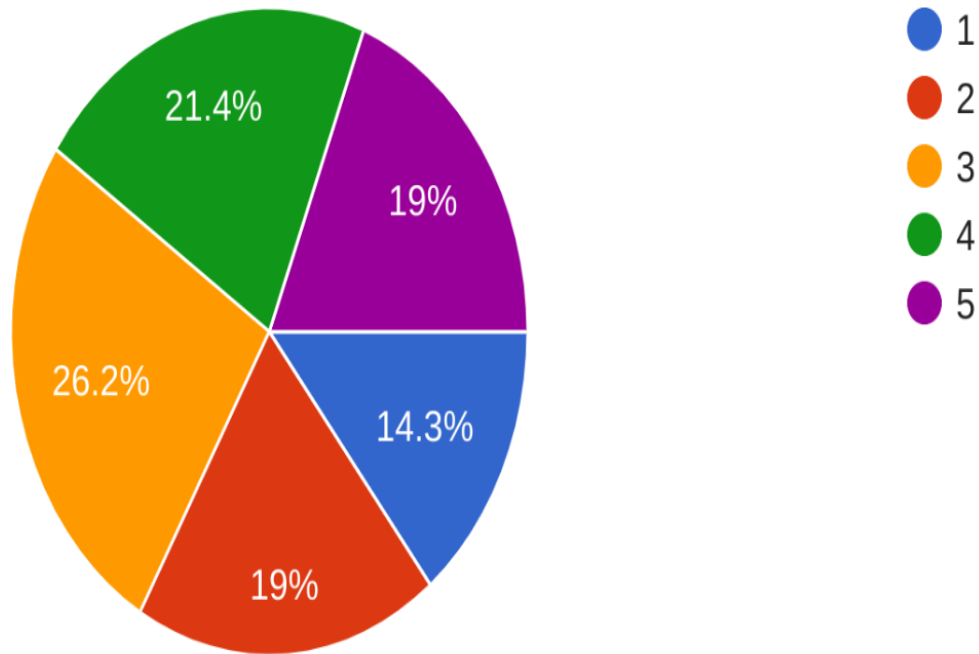


*Figura 18. Salud*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

El 26.2% de las personas encuestadas manifiestan que casi siempre y siempre su rol como cuidador le ha perjudicado en su salud seguido del 21.4% de personas que creen que algunas veces este rol perjudica su salud y finalmente el 14.3% y el 11.9% de personas que manifiestan que casi nunca o nunca es perjudicado en su salud.

**18. ¿Has sentido que estás haciendo mal tu rol como cuidador?**

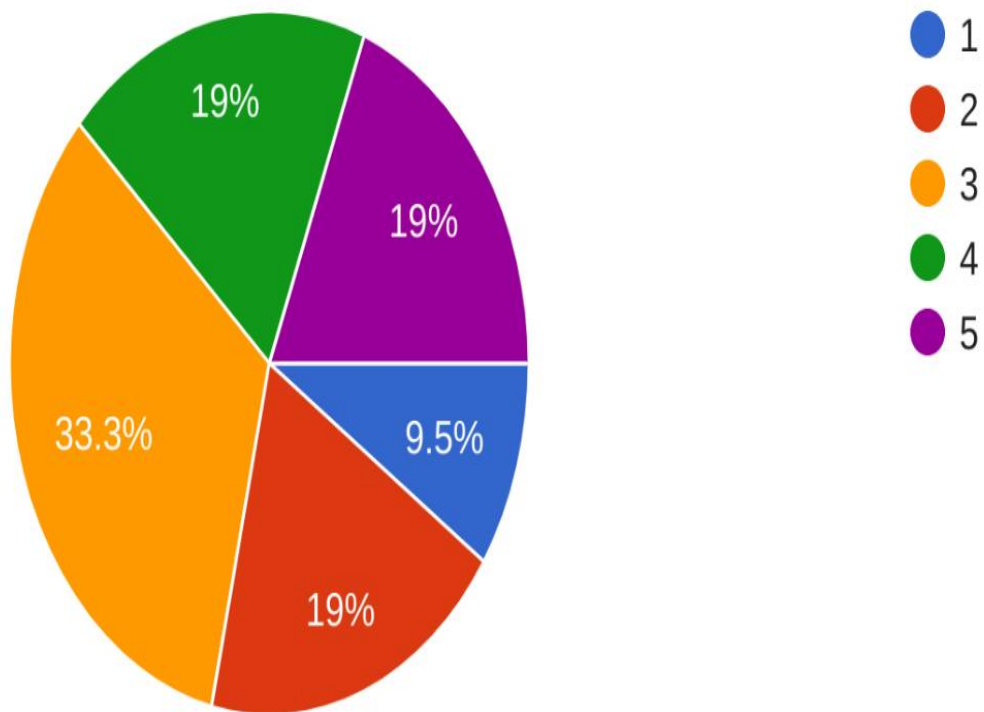


*Figura 19. Rol del cuidador*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

El 26.2% de personas me dijiste que algunas veces han sentido que están haciendo mal su rol como cuidadores seguido del 21.4% de personas que manifiestan que casi siempre tienen esta sensación el 19% manifiesta que siempre el 19% manifiesta que casi nunca y el 14.3% manifiesta que nunca han sentido que están haciendo mal su rol como cuidador.

**19. ¿Con qué frecuencia te sientes insatisfecho con tu balance entre tu responsabilidad como cuidador y tu vida personal?**



*Figura 20. Responsabilidad*

**Fuente:** levantamiento de información de cuidadores de personas con discapacidad-  
Googleforms

Finalmente dentro de este banco de preguntas se dan cuenta que el 33.3% de las personas manifiesta que algunas veces se han sentido insatisfechos con su balance entre la responsabilidad como cuidador y su vida personal seguido de estas cifras está el 19% de personas dentro de los aspectos de casi siempre y casi nunca que se han sentido satisfechos con su balance tanto de su responsabilidad como cuidador como de su vida personal y finalmente 9.5% de personas que afirman que nunca se han sentido insatisfechos.

## 5. DISCUSIÓN

El análisis de los resultados de la encuesta revela una serie de patrones preocupantes en la experiencia de las personas que desempeñan el rol de cuidadores de personas con discapacidad. Estos resultados ofrecen una visión profunda de los desafíos físicos y emocionales que enfrentan los cuidadores, así como las repercusiones en diversos aspectos de sus vidas. Las personas cuidadoras de personas con discapacidad pueden experimentar el síndrome de burnout debido a las demandas físicas, emocionales y mentales asociadas con su papel de cuidadores.

La Sobrecarga de responsabilidades, ya que los cuidadores a menudo tienen que asumir múltiples roles y tareas, lo que puede llevar a una carga excesiva de trabajo y estrés constante. La falta de apoyo adecuado ya sea de familiares, amigos o servicios profesionales, puede aumentar el riesgo de burnout en los cuidadores.

Algunas dificultades emocionales se presentan ya que cuidar a una persona con discapacidad puede ser emocionalmente agotador. Los cuidadores pueden experimentar sentimientos de tristeza, frustración, culpa o impotencia, lo que contribuye al agotamiento emocional. El cuidado constante puede limitar la participación en actividades sociales y la interacción con otras personas, lo que puede llevar al aislamiento social y aumentar el riesgo de burnout.

Los resultados indican además que un porcentaje significativo de cuidadores experimenta agotamiento físico y emocional. El 38.1% menciona sentirse cansado algunas veces, mientras que un 23.8% y 19% experimentan este cansancio casi siempre y siempre, respectivamente. Estos hallazgos reflejan la carga constante que enfrentan los cuidadores en su día a día. En muchos casos la falta de tiempo para el autocuidado genera en los cuidadores que a menudo descuiden sus propias necesidades físicas y emocionales debido a las demandas del cuidado. La falta de tiempo para el autocuidado puede llevar al agotamiento físico y emocional.

Un aspecto importante es que el 31% de los participantes encuentra difícil desconectar mentalmente de sus responsabilidades como cuidadores en su tiempo libre. Este resultado resalta la importancia de estrategias que permitan a los cuidadores separar su vida laboral de su vida personal para prevenir el agotamiento.

(Hechevarría et al., 2018). Manifiesta que la historia previa de la relación entre el cuidador y la persona con discapacidad muchas veces esta inmersa en experiencias negativas, porque las relaciones familiares no son fuertes y muchas veces pueden complicar aún más el desempeño

de las tareas de cuidado. También manifiesta que la salud física y mental del cuidador, determina su capacidad para enfrentar la responsabilidad de cuidar a alguien con discapacidad de manera constante.

Los resultados de esta investigación indican la necesidad urgente de implementar medidas de apoyo integral para los cuidadores de personas con discapacidad. Esto podría incluir programas de capacitación, servicios de asesoramiento psicológico, redes de apoyo social y estrategias para facilitar la desconexión mental durante el tiempo libre. La falta de apoyo puede tener consecuencias perjudiciales tanto para la salud física como para el bienestar emocional de los cuidadores, lo que a su vez puede afectar la calidad del cuidado proporcionado.

## **6. CONCLUSIONES**

La presente investigación ha arrojado luz sobre la realidad del Síndrome de Burnout en cuidadores de personas con discapacidad vinculados al programa Joaquín Gallegos Lara en el distrito Salinas 24D02 en el año 2023.

González et al. (2022) manifiesta que el síndrome de Burnout se identifica por tres causas principales, cansancio emocional, despersonalización y falta de realización personal, el cansancio emocional se refleja en el estado de ánimo del paciente que presenta síntomas de depresión y un enojo permanente, la despersonalización se identifica cuando se maltrata a otra persona para evitar el estrés que nos provoca, la falta de realización personal tiene que ver con la motivación que tiene un trabajador para realizar sus funciones, los especialistas recomiendan evitar el estrés afrontarlo de forma asertiva cuando se presenta

Los resultados obtenidos al encuestar a los participantes reflejan un panorama preocupante de las condiciones a las que se enfrentan estos cuidadores, destacando la presencia de agotamiento físico y emocional, estrés constante, impacto en la vida personal y social, así como la dificultad para desconectar mentalmente de sus responsabilidades.

El Síndrome de Burnout, caracterizado por el agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal, se manifiesta claramente en este grupo de cuidadores. El 38.1% reporta sentirse cansado física y emocionalmente algunas veces, mientras que el 33.3%

experimenta estrés con alguna frecuencia. Estas cifras son alarmantes y sugieren la necesidad de implementar medidas preventivas y de intervención para mitigar los efectos del burnout.

Estos hallazgos subrayan la urgente necesidad de abordar de manera integral las demandas y desafíos que enfrentan estos individuos, no sólo para preservar su propia salud y bienestar, sino también para garantizar la calidad del cuidado que brindan a las personas con discapacidad.

Según Castro y Romero (2022), mencionan que el síndrome de burnout se manifiesta como consecuencia de la ineficacia de los mecanismos de adaptación ante situaciones laborales caracterizadas por un estrés crónico, el impacto en la vida personal y social es otro aspecto crucial identificado en este estudio. El 28.6% de los cuidadores siente que su rol afecta negativamente a su vida personal y social, lo que destaca la importancia de proporcionar recursos y apoyo para equilibrar las demandas del cuidado con la vida fuera de esta responsabilidad. La creación de redes de apoyo social y familiar puede desempeñar un papel crucial en este sentido.

## **7. RECOMENDACIONES**

- Implementar programas de apoyo psicológico específicamente diseñados para los cuidadores, que aborden el estrés, la ansiedad y el agotamiento emocional. Estos programas podrían incluir sesiones de terapia individual o grupal, brindando un espacio seguro para expresar y gestionar las emociones asociadas con el cuidado de personas con discapacidad.
- Desarrollar programas de capacitación en manejo del estrés y autocuidado, proporcionando a los cuidadores herramientas prácticas para gestionar la presión y prevenir el agotamiento. Estas sesiones podrían incluir técnicas de relajación, gestión del tiempo y estrategias para establecer límites saludables.
- Fomentar la creación y fortalecimiento de redes de apoyo social y familiar para los cuidadores. Establecer grupos de apoyo locales, donde los cuidadores puedan

compartir experiencias, recibir orientación y construir conexiones significativas con personas que enfrentan desafíos similares.

- Implementar programas de formación continua que proporcionen a los cuidadores habilidades actualizadas y recursos para mejorar la calidad del cuidado sin comprometer su bienestar. La capacitación en técnicas de cuidado, manejo de situaciones específicas y actualizaciones en el cuidado de personas con discapacidad puede aumentar la confianza y competencia de los cuidadores.
- Lanzar campañas de concientización para desmitificar el papel del cuidador y eliminar estigmas asociados. Crear un entorno donde los cuidadores se sientan valorados y reconocidos por su contribución, lo que puede ayudar a reducir la carga emocional asociada con el estigma social.
- Colaborar con empleadores y entidades gubernamentales para promover políticas que brinden flexibilidad laboral a los cuidadores. La posibilidad de horarios de trabajo flexibles, días libres remunerados y políticas de licencia puede ayudar a aliviar la presión sobre los cuidadores, permitiéndoles gestionar de manera más efectiva sus responsabilidades.
- Establecer un sistema de monitoreo y evaluación continua para medir el impacto de las intervenciones propuestas y ajustarlas según sea necesario. La retroalimentación constante de los cuidadores y la evaluación de los resultados permitirán adaptar las estrategias para abordar de manera efectiva las necesidades cambiantes de este grupo.
- En resumen, la implementación de estas recomendaciones puede contribuir significativamente a mitigar el síndrome de burnout en cuidadores de personas con discapacidad en el programa Joaquín Gallegos Lara del distrito Salinas 24D02 en el año 2023, promoviendo así una mayor calidad de vida tanto para los cuidadores como para aquellos a quienes brindan atención.



## REFERENCIAS

- Amezquita, M., & Moreno, A. (2019). *Percepción de carga del cuidado en cuidadores informales de personas con enfermedad mental en Bogotá*. Revista española de discapacidad. Retrieved 2023, from [https://doi.org/file:///D:/Downloads/Percepcci%C3%B3n%20de%20carga%20de%20cuidado%20\(1\).pdf](https://doi.org/file:///D:/Downloads/Percepcci%C3%B3n%20de%20carga%20de%20cuidado%20(1).pdf)
- Arias, C., & Muñoz, M. (2019). *Calidad de vida y sobrecarga en cuidadores de escolares con discapacidad intelectual*. SciELO Argentina. Retrieved October, 2023, from [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1668-70272019000100017&script=sci\\_abstract&tlng=en](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1668-70272019000100017&script=sci_abstract&tlng=en)
- Revista Médica y de Enfermería Ocronos. (5 de junio de 2019). *UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA: EL SÍNDROME DE "BURNOUT"*. Obtenido de Revista Médica y de Enfermería Ocronos: <https://revistamedica.com/sindrome-de-burnout/>
- Arias Gallegos, W., Cahuana Cuentas, M., Ceballos Canaza, K., & Caycho-Rodríguez, T. (1 de mayo de 2019). *Síndrome de burnout en cuidadores de pacientes con discapacidad infantil*. Obtenido de Universidad Católica San Pablo, Perú: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/5605/560558987001/html/index.html>
- Arizabaleta Dominguez, S. L., & Ochoa Cubillos, A. F. (06 de diciembre de 2016). Hacia una educación superior inclusiva en Colombia. *SciELO*, 41-56. Obtenido de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-24942016000200005&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-24942016000200005&lng=en&tlng=es).
- CIE-11. (1 de enero de 2022). *QD85 Síndrome de desgaste ocupacional*. Obtenido de Clasificación Internacional de Enfermedades: <https://icd.who.int/browse11/l-m/es#/http://id.who.int/icd/entity/129180281>
- Crespo, M., Fernández, J., Giménez, J., Prata, G., Bonet, P., & Dovalc, E. (2019, agosto). *Salud del cuidador: adaptación y validación del cuestionario Experience of Caregiving Inventory (ECI) en población española*. Retrieved 2023, from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0213911118300384?via%3Dihub>
- Díaz-García, M., Madrid López, P., Santiago Salazar, M., Cuéllar Morquecho, D., Ibarra Ramírez, A., Arellano Delgado, J., & Altamira Camacho, R. (2022, marzo 25). *Vista de Factores asociados a la sobrecarga del cuidador principal informal en un centro de*

- rehabilitación infantil*. Revistas UAA. Retrieved October, 2023, from <https://revistas.uaa.mx/index.php/luxmedica/article/view/3198/3079>
- Dzul-Gala, F., Tun-Colonia, J., Arankowsky-Sandoval, G., Pineda-Cortes, J., Salgado-Burgos, H., & Pérez-Padilla. (2018, June 2). *Revista Biomédica*. Revista Biomédica. Retrieved October, 2023, from <https://www.medigraphic.com/pdfs/revbio/bio-2018/bio183d.pdf>
- Fernández, D., Lorenzo, A., & Zaldivar, T. (2019, March 9). *Carga en cuidadores informales primarios de personas adultas con enfermedades neurológicas crónicas*. Revista Cubana de Salud Pública. Retrieved October, 2023, from <https://www.scielosp.org/pdf/rcsp/2019.v45n2/e1510/es>
- Fernando González Luna, Dolores Gutiérrez Rico. (2015). *Más allá de la inclusión educativa: Elementos para su desarrollo en una institución de educación superior*. (Vol. Primera edición). (I. U. Español, Ed.) México, México: Instituto Universitario Anglo Español.
- Herdoíza, M. (2015). *Construyendo Igualdad en la Educación Superior*. Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación - SENESCYT, Senescyt/Unesco, Quito.
- Hernández-Sampieri. R & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (Vol. Sexta). México D.F., México: McGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDIOTRES, S.A. DE C.V. Obtenido de <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Herrera Seda, C., Pérez Salas, C., & Echeita, G. (2016). Teorías Implícitas y Prácticas de Enseñanza que Promueven la Inclusión Educativa en la Universidad. Instrumentos y Antecedentes para la Reflexión y Discusión. 9(5), 49-64. Obtenido de <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062016000500006>
- Incheon. (2016). *Educación 2030. Declaración de Incheon y Marco de Acción. Hacia una educación inclusiva y equitativa de calidad y un aprendizaje a lo largo de la vida para todos*. República de Corea: UNESCO.
- INSST. (14 de ENERO de 2022). *Síndrome de desgaste profesional (burnout) como un problema relacionado con el trabajo*. Obtenido de Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo: <https://www.insst.es/el-instituto-al-dia/sindrome-de-desgaste-profesional-burnout>

Janet Camilo. (2020). *Plan Nacional de igualdad y equidad de género*. República Dominicana: PLANEG III.

Martins, J. (2022, September 13). *Síndrome de burnout: cómo identificarlo y prevenir el desgaste profesional [2022]* • Asana. Asana. Retrieved November, 2023, from <https://asana.com/es/resources/what-is-burnout>

Mbougou, Y., Semino, L., Coronados, Y., & Ruiz, D. (2018). *Estados emocionales y carga del cuidador principal de pacientes discapacitados por ictus*. Medigraphic - Revista Cubana de Medicina Física y Rehabilitación 2018;10(3). Retrieved October, 2023, from <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubmedfisreah/cfr-2018/cfr183a.pdf>

Menéndez, G., & Caicedo, L. (2019). *El estrés como factor principal del síndrome del cuidador en los representantes de las personas con discapacidad de la fundación FADINNAF*. Caribeña de Ciencias Sociales. Retrieved 2023, from <https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/01/estres-sindromecuidador.html>

Mesa, M. Á. (2022, junio). *Síndrome de burnout, resiliencia y empatía en cuidadores/as formales e informales de personas en situación de dependencia*. Bu. Universidad de La Laguna. Retrieved October, 2023, from <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/28480/Sindrome%20de%20burnout%2c%20resiliencia%20y%20empatia%20en%20cuidadoresas%20formales%20e%20informales%20de%20personas%20en%20situacion%20de%20dependencia..pdf?sequence=1>

MIES. (2023, June 29). *MIES distrito Salinas lleva a cabo la actualización del registro social a los usuarios del Bono Joaquín Gallegos Lara – Ministerio de Inclusión Económica y Social*. Ministerio de Inclusión Económica y Social. Retrieved November, 2023, from <https://www.inclusion.gob.ec/mies-distrito-salinas-lleva-a-cabo-la-actualizacion-del-registro-social-a-los-usuarios-del-bono-joaquin-gallegos-lara/>

Muñoz Loayza, B. A. (2018). *Ventajas y desventajas del muestreo probabilístico y no probabilístico en investigaciones científicas*. Machala: Repositorio digital Utmach. Obtenido de <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/12838/1/ECUACE-2018-CA-DE00859.pdf>

NATALY, I. (2023, junio 9). *UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD CARRERA DE ENFERMERÍA “SÍNDROME DE SOBRECARGA DEL CUIDADOR D*. Repositorio Universidad Técnica de Ambato.

- Retrieved October, 2023, from <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/38778/1/Toapanta%20Suarez%20Irma%20Nataly.pdf>
- Navarro, Y., López, M., Climent, J., & Gómez, J. (2019, March 9). *Sobrecarga, empatía y resiliencia en cuidadores de personas dependientes* *Burden, empatía y resiliencia en cuidadores de personas dependientes*. Gaceta Sanitaria. Retrieved October, 2023, from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0213911118300062?via%3Dihub>
- Oleas, K. E., & Campoverde, J. S. (2019). *ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN Y AFRONTAMIENTO DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES DEL INTERNADO ROTATIVO DE LAS CARRERAS DE MEDICINA Y ENFERMERÍA*. Obtenido de UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO - FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD - CARRERA DE ENFERMERÍA : <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/5433/2/UNACH-EC-FCS-ENF-2019-GUIA-0006-1.pdf>
- OMS. (mayo de 2019). *Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas Relacionados con la Salud (CIE)*. Obtenido de ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD: <https://www.who.int/es/standards/classifications/classification-of-diseases>
- Rivero Pino R. (2021). *Desarrollo de capacidades de intervención profesional comunitaria, familiar y de género para la inclusión educativa*. Santa Elena.
- Rivero Pino, Ramón. (2021). *Instrumento para validación por especialistas de técnicas para la investigación "Desarrollo de Capacidades de Intervención Profesional Comunitaria, Familiar y de Género para la Inclusión Educativa Universitaria*. Universidad Estatal Península de Santa Elena, Santa Elena.
- Rodríguez, Y., & Quemba, M. (2018). *Nivel de sobrecarga en cuidadores informales de personas en situación de discapacidad cognitiva de Duitama*. Investigación en Salud. Retrieved 2023, from <https://revistasdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/rs/article/view/270/402>
- Romero, O. S., & Estuardo, R. U. (27 de marzo de 2022). FACTORES DE RIESGOS PSICOSOCIALES QUE INCIDEN EN EL DESARROLLO DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA. *Más Vita. Revista de Ciencias de Salud*, págs. 33-34.

- SAZO, M. A., & CHAVEZ, S. Y. (septiembre de 2020). “*SÍNDROME DE BURNOUT EN FAMILIARES DE 35 A 45 AÑOS ENCARGADOS DEL CUIDADO DE PERSONAS QUE HAN SUFRIDO DAÑO CEREBRAL DURANTE EL AÑO 2018*”. Obtenido de UNIVERSIDAD SAN CARLOS DE GUATEMALA: <http://www.repositorio.usac.edu.gt/17808/1/13%20T%283357%29.pdf>
- SENESCYT. (2015). *Construyendo Igualdad en la Educación Superior*. Quito: Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación.
- Sevilla, M., & Sánchez, M. (25 de noviembre de 2021). *Síndrome de burnout: síntomas, prevención y tratamiento*. Obtenido de CuidatePlus.: <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/sindrome-burnout.html>
- Solís Sabanero, A. (2016). La perspectiva de género en la educación. *Desarrollo profesional docente: reforma educativa, contenidos curriculares y procesos de evaluación*, 97-107.
- Suarez, C. N., & Roger, C. P. (2019). Identificación de los factores de riesgo que conllevan al síndrome de burnout en una sección de enfermería de un hospital nivel IV en la ciudad de Bogotá. *Corporación Universitaria Minuto de Dios Sede Virtual y a Distancia. Facultad de Ciencias Empresariales. Especialización Gerencia en Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo.*, 69.
- Torres-Ortiz, J.A. & Duarte, J.E. (Junio de 2016). Los procesos pedagógicos administrativos y los aspectos socio-culturales de. *Investigación, Desarrollo, Innovación*, 6, 179-190. doi:<http://dx.doi.org/10.19053/20278306.4606>
- Unesco. (2020). *América Latina y el Caribe: Inclusión y educación: todos y todas sin excepción*. París: Informe de Seguimiento de la Educación en el Mundo 2020.
- Valle, G. d., & Guedez, Y. (mayo de 2021). *Síndrome de burnout enfermedad invisible entre los profesionales de la salud*. Obtenido de National Library of Medicine: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7994441/#:~:text=Actualmente%2C%20la%20definici%C3%B3n%20m%C3%A1s%20aceptada,y%20una%20baja%20realizaci%C3%B3n%20personal%C2%BB>
- Valles, V. R., Calvanapón-Alva, F. A., & Cárdenas-Rodríguez, K. J. (3 de junio de 2019). *Clima laboral y síndrome de burnout en el área de emergencias de una Compañía de Bomberos voluntarios en Perú*. Obtenido de Centros: Revista Científica Universitaria -

Universidad

de

Panamá:

<http://portal.amelica.org/ameli/journal/228/228986010/228986010.pdf>

Venegas, J. M. (marzo de 2004). *Estrés laboral o síndrome de "burnout"* . Obtenido de Acta  
Pediátrica de México: <http://repositorio.pediatrics.gob.mx:8180/handle/20.500.12103/1814>

## ANEXOS

### Anexo 1

*Formato de preguntas para encuestas.*

<b>Tema: Síndrome de burnout en cuidadores de personas con discapacidad pertenecientes al programa Joaquín Gallegos Lara distrito Salinas 24D02, 2023.</b>	<b>Alternativas</b>				
<b>Califique cada afirmación en una escala numérica de 1 a 5, donde Nunca = 1, Muy pocas veces = 2, Algunas veces = 3, Casi siempre = 4, Siempre = 5</b>	<b>N U N C A</b>	<b>MUY POC AS VECE S</b>	<b>AL G U N AS VE CE S</b>	<b>C A S I S I E M P R E</b>	<b>S I E M P R E</b>
1. ¿Con qué frecuencia se siente cansado física y emocionalmente debido al rol que cumple con la persona con discapacidad?					
2. ¿Con que frecuencia se estresa debido a su rol como cuidador?					
3. ¿Con qué frecuencia se siente emocionalmente agotado al final del día?					
4. ¿Cree que el cuidado de la persona con discapacidad le provoca cambios emocionales?					
5. ¿Con qué frecuencia experimenta síntomas físicos como dolores de cabeza o problemas de sueño relacionados con el cuidado de la persona con discapacidad?					
6. ¿Cree que su rol como cuidador está afectando su vida personal y social?					
7. ¿Con qué frecuencia se siente desmotivado o sin interés en sus tareas laborales?					
8. ¿Considera que el cuidado de la persona con discapacidad le exige más de lo que puede dar?					
9. ¿Le resulta difícil desconectar mentalmente de su responsabilidad como cuidador durante su tiempo libre?					
10. ¿Cree que experimenta agotamiento emocional dentro de su rol como cuidador?					
11. ¿Con qué frecuencia experimenta sentimientos de frustración o impotencia?					
12. ¿Siente que tiene poco control sobre su rol como cuidador?					
13. ¿Con qué frecuencia se siente cansado por las responsabilidades a cargo?					
14. ¿Considera que su responsabilidad como cuidador afecta negativamente a su vida familiar?					
15. ¿Con qué frecuencia se siente emocionalmente agotado debido a la interacción con colegas o familiares?					
16. ¿Has sentido que los demás miembros de la familia te apoyan en tu rol como cuidador?					
17. ¿Considera que su rol como cuidador le ha perjudicado en su salud?					
18. ¿Has sentido que estás haciendo mal tu rol como cuidador?					
19. ¿Con qué frecuencia te sientes insatisfecho con tu balance entre tu responsabilidad como cuidador y tu vida personal?					

## Anexo 2

*Formato de juicio sobre la pertinencia del instrumento.*

### JUICIO SOBRE LA PERTINENCIA DEL INSTRUMENTO

#### INSTRUCCIONES:

Coloque en cada casilla una X correspondiente al aspecto cuantitativo que le parece que cumple cada pregunta, según los criterios conocido, es decir si están referidos a las variables e indicaciones, que aparecen en el proyecto de investigación que se alcanza adjunto al presente, considerando los ítems que a continuación se detallan.

B= Bueno / M = Mejorar / E = Eliminar / C= Cambiar

**Las categorías a evaluar son:** Redacción, contenido, congruencia y pertenencia (con las variables e indicadores). En la casilla de observación puede sugerir el cambio o correspondencia.

Pregunta	B	M	E	C	OBSERVACIONES
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					

***Evaluated por:*** Jorge Enrique Saavedra Palma

**Cédula:** 0912797479

**Firma:**

#### **IDENTIFICACIÓN ACADÉMICA:**

Ingeniero en Ciencias Empresariales, Mención En Gestión Empresarial y Finanzas

Master En Gobernabilidad y Gerencia Política

Diplomado En Comercio Exterior Y Gestión Aduanera

(Universidad Estatal Península de Santa Elena)



**Anexo 3**  
*Personas encuestadas*



**Anexo 4**  
*Personas encuestadas*

