



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE SEGUNDAS ESPECIALIDADES
ESPECIALIDAD DE ENFERMERÍA EN CUIDADOS INTENSIVOS**

**“SINDROME DE BURNOUT Y BIENESTAR PSICOLÓGICO
EN PROFESIONALES DE
ENFERMERÍA DE LA UNIDAD DE CUIDADOS
INTENSIVOS EN UN HOSPITAL DE
LIMA, 2022”**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE
ESPECIALISTA EN ENFERMERÍA EN CUIDADOS
INTENSIVOS**

AUTOR:

LIC. ALCARRAZA SALAZAR, MARÍA LAURA
<https://orcid.org/0000-0002-6365-3821>

ASESOR:

MG. PURIZACA CURO, ROXANA MARISEL
<https://orcid.org/0000-0002-9989-6972>

LIMA – PERÚ

2023

AUTORIZACIÓN Y DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA Y ORIGINALIDAD

Yo, Alcarraza Salazar María Laura, con DNI 46253568, en mi condición de autor(a) de la tesis/ trabajo de investigación/ trabajo académico presentada para optar el Título de Especialista en Enfermería en Cuidados Intensivos de título "Síndrome de Burnout y Bienestar psicológico en profesionales de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos en un Hospital de Lima, 2022", **AUTORIZO** a la Universidad María Auxiliadora (UMA) para reproducir y publicar de manera permanente e indefinida en su repositorio institucional, bajo la modalidad de acceso abierto, el archivo digital que estoy entregando, en cumplimiento a la Ley N°30035 que regula el Repositorio Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación de acceso abierto y su respectivo Reglamento.

Asimismo, **DECLARO BAJO JURAMENTO**¹ que dicho documento es **ORIGINAL** con un porcentaje de similitud de **21 %** y que se han respetado los derechos de autor en la elaboración del mismo. Además, recalcar que se está entregado la versión final del documento sustentado y aprobado por el jurado evaluador.

En señal de conformidad con lo autorizado y declarado, firmo el presente documento a los 30 días del mes de mayo del año 2023.

Alcarraza Salazar María Laura
46253568

Purizaca Curo, Roxana Marisel
02894992

1. Apellidos y Nombres
2. DNI
3. Grado o título profesional
4. Título del trabajo de Investigación
5. Porcentaje de similitud

¹ Se emite la presente declaración en virtud de lo dispuesto en el artículo 8°, numeral 8.2, tercer párrafo, del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos conducentes a Grados y Títulos – RENATI, aprobado mediante Resolución de Consejo Directivo N° 033-2016-SUNEDU/CD, modificado por Resolución de Consejo Directivo N° 174-2019-SUNEDU/CD y Resolución de Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD.

INFORME DE ORIGINALIDAD – TURNITIN

Trabajo académico

ORIGINALITY REPORT

21 %	20 %	10 %	8 %
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repositorio.uma.edu.pe Internet Source	7 %
2	repositorio.ucv.edu.pe Internet Source	2 %
3	hdl.handle.net Internet Source	2 %
4	repositorio.uwiener.edu.pe Internet Source	1 %
5	repositorio.upn.edu.pe Internet Source	1 %
6	repository.unac.edu.co Internet Source	1 %
7	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Student Paper	<1 %
8	repositorio.ulima.edu.pe Internet Source	<1 %
9	repositorio.uch.edu.pe Internet Source	<1 %

Índice general

RESUMEN.....	6
ABSTRACT.....	6
I. INTRODUCCIÓN.....	8
II. MATERIALES Y MÉTODOS.....	18
III. CRONOGRAMA Y ACTIVIDADES.....	23
IV. RECURSOS A UTILIZARSE PARA EL DESARROLLO DEL ESTUDIO.....	24
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	25
ANEXOS.....	33

Índice de Anexos

Anexo A. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	34
Anexo B. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	36
Anexo C. CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	41

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre síndrome de Burnout y bienestar psicológico en profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos en un Hospital de Lima, 2022. **Materiales y métodos:** El estudio será cuantitativo, con nivel correlacional y con un diseño no experimental. La muestra estará conformada por 150 enfermeras, a las que se les aplicará dos cuestionarios. **Resultados:** Los resultados del estudio demostrarán en qué medida el síndrome de burnout se relaciona con el bienestar psicológico en los profesionales de enfermería, mostrando evidencia estadística en sus resultados. **Conclusiones:** La investigación brindará resultados, que ayudarán a mejorar las condiciones laborales que generen síndrome de burnout y reducen el nivel de su calidad de vida tanto laboral como personal.

Palabras clave: Síndrome de Burnout, bienestar psicológico, profesional de enfermería. (DeCS)

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between Burnout syndrome and psychological well-being in nursing professionals from the intensive care unit in a Hospital in Lima, 2022. **Materials and methods:** The study will be quantitative, with a correlational level and with a non-experimental design. The sample will be made up of 150 nurses, to whom two questionnaires will be applied. **Results:** The results of the study will demonstrate to what extent the burnout syndrome is related to psychological well-being in nursing professionals, showing statistical evidence in its results. **Conclusions:** The research will provide results that will help improve the working conditions that generate burnout syndrome and reduce the level of their quality of life, both work and personal.

Keywords: Burnout syndrome, psychological well-being, nursing professional.
(DeCS)

I. INTRODUCCIÓN

El estrés es un factor importante en el día a día, y puede verse como "la desestabilización de nuestra civilización", afectando la salud y la satisfacción profesional. En el ámbito de la salud ocupacional se está gestando una nueva etapa: el síndrome de burnout (1). Muchos autores han demostrado que esta enfermedad tiene un impacto en los trabajos que necesitan estar rodeados de personas de manera directa y con una "filosofía humana" en el trabajo, esto quiere decir, ciertas ocupaciones que exigen dedicación y alta participación. Por tanto, son muchos trabajadores de la salud que pueden verse dañados por el síndrome (enfermeras, médicos, trabajadores sociales, profesores, policías) (2).

El síndrome de burnout se puede observar frecuentemente en profesionales del sector salud, porque se encuentran en enfermas y a raíz de ello experimentan estrés físico, mental y emocional, así mismo, esta condición se presenta con más frecuencia en las unidades de cuidados intensivos (3).

El síndrome de Burnout es la consecuencia de tener una vida de constante trabajo bajo presión, hasta el punto que el organismo humano y la mente muestran señales de que necesitan descansar. Según la revista Gestión (2019), el síndrome de burnout es considerado una enfermedad que causa trastornos mentales, según la Organización Mundial de la Salud (OMS). En una investigación realizada en la Universidad Católica del Perú, muestra que un 80% de personas han sufrido y sufren de estrés, entre ellas el 48% son mujeres. Debido a que las mujeres son más responsables y expresan sus sentimientos con más énfasis que los hombres (4).

Entre los principales estresores que se presentan en el ambiente laboral están los aspectos organizacionales, administrativos y por supuesto, las relaciones interpersonales. Los profesionales de enfermería, a menudo se enfrentan a situaciones complejas que se presentan en su entorno de trabajo, que afectan en su desempeño personal y social, creando de cierto modo un ambiente tenso. La labor en los centros de salud se considera estresante porque implica una exposición frecuente a enfermedades y a menudo la muerte. Asimismo, el carácter competitivo

del trabajo, la carga laboral y el estrés al que están sometidos los profesionales de enfermería generan un desequilibrio en su sistema nervioso, generando de cierto modo ansiedad (5).

Debido a estas situaciones es necesario identificar el nivel de síndrome de burnout que manifiestan los profesionales de la salud, ya que conocer su nivel y forma de manifestación permitirá tomar decisiones correctas que ayuden a identificar la existencia del estrés y así mejorar niveles de salud en el aspecto físico y mental, así también de felicidad personal y profesional. Esto tendrá un impacto positivo en la seguridad de los usuarios y principalmente en la calidad de la atención que se brinda a los pacientes (6).

Han sido enumeradas una serie de consecuencias negativas provocadas por este síndrome. Se producen en función de la salud física, psicológica, ocupacional y sociofamiliar. Es así que, el síndrome de burnout se presenta a través del estrés que se desarrolla durante el trabajo mediante las necesidades que se vayan presentando. El síndrome ocurre en, pero no se limita a ocupaciones de servicios sociales (7).

Así también los efectos del síndrome de burnout son muchos: deterioro de la calidad de atención por parte del profesional, los nuevos trastornos musculoesqueléticos, depresión, obesidad, insomnio, abuso de alcohol, drogas, entre otros. La manifestación de éste síndrome en profesionales de países del occidente se encuentra entre el 13% y el 27%. Por otro lado, al observar grupos de población específicos como las enfermeras, ciertas investigaciones han demostrado que este grupo tiene altos niveles de estrés en el trabajo y que 30% a 50% alcanzó el agotamiento clínico (8).

El trabajo realizado lleva a las personas al agotamiento psicológico y lleva a los profesionales al agotamiento físico y psíquico por el esfuerzo realizado respectivamente, así mismo, el declive de la personalidad se produce en relación con los sentimientos negativos hacia los demás y el desarrollo de actitudes, es aquí donde comienza con la negatividad por el entorno y el contexto en el que se

desenvuelve, incluidos aquellos con relaciones o contactos, luego llega a la falta de autoconciencia, que induce a los profesionales a autoevaluarse de una manera negativa, a no sentirse satisfechos consigo mismos y a estar insatisfechos con sus esfuerzos y con los resultados (9).

Es evidente que las profesiones del sector salud se enfrentan continuamente a diversos acontecimientos que son fuente de estresores, que, si no es tratado adecuadamente, puede afectar su salud y desempeño en el lugar de trabajo, incrementando el ausentismo y accidentes de trabajo, provocando cambios psicológicos. Por ello, los trabajadores del MINSA realizan actividades antes de iniciar sus labores, como son los ejercicios de tres minutos para prepararlos para la actividad diaria y como un medio para aliviar el estrés y la presión mejorando su salud. La Dirección General de Recursos Humanos ha implementado un plan llamado “1, 2, 3 libérate del estrés” para mejorar la eficiencia en el trabajo (10).

Un grupo de profesionales de enfermería en un estudio enfrentó riesgos psicosociales diferentes en el trabajo, como enfrentamientos de manera verbal y física de los pacientes, enfermeros en particular. En España, por ejemplo, el 65% de enfermeras dijeron haber sido agredidas por pacientes, y en Australia este número ha aumentado al 90%. Las causas de estos ataques muchas veces se daban a causa de esperar por mucho tiempo, incomodidad con el trato y la mala relación interpersonal de los trabajadores con los pacientes. Así mismo, algunos datos indican que la violencia laboral ha aumentado en los últimos tiempos en un 300 % y que de los profesionales del sector salud el 4% sufre algún tipo de violencia psicológica, el 2 % por violencia sexual y el 8 % por acoso. También se sabe que el personal de urgencias y psiquiátrico es el más afectado (11).

Por esta razón, se han llevado a cabo diversas investigaciones con el apoyo de alumnos de enfermería acerca de aspectos individuales que tienen influencia en el síndrome de burnout. Uno de los estudios mostró que solo el 58% de los estudiantes de enfermería tenían intereses profesionales que estaban relacionados con su profesión que pueden afectar a su adaptación al puesto de trabajo. A su vez se observó que dichos estudiantes tenían bajas notas académicas (12).

La Universidad Privada del Norte en el 2019 menciona que, según investigaciones del ámbito de la salud, un 60% de peruanos han sufrido estrés en algún momento de su vida, así mismo, un 70% de peruanos que trabajan sufren de estrés laboral. Ello se genera por conflictos personales entre colegas. Esto ocurre entre 25 y 40 años, cuando aumentan responsabilidades laborales, siendo las mujeres las que más sufren (13).

Al observar estos datos y estadísticas, se puede evidenciar como el síndrome de burnout influye negativamente en el bienestar psicológico a nivel mundial, así también como profesionales brindan a sus pacientes. Por lo que ser un personal de enfermería competente y calificado tiene estrategias para combatir el síndrome de burnout brindará aspectos positivos, mostrando seguridad, diversas habilidades y fortalezas.

El Síndrome de Burnout (SB), síndrome de sobrecarga emocional o síndrome de fatiga laboral, ha sido declarado por la Organización Mundial (OMS) 2000, como “un factor de riesgo ocupacional, ya que tiene la capacidad de poder afectar la calidad de vida, salud mental e incluso poner en peligro la vida de los afectados” (14).

Una de las definiciones más aceptadas es la propuesta por C. Maslach, quien lo describe como “una forma inadecuada de afrontar el estrés crónico, cuya principal característica es el agotamiento mental y emocional, la personalización y el bajo rendimiento personal” (15). A su vez, P. Gil-Monte define al síndrome de burnout como “una respuesta al estrés laboral crónico integrado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional, así como por la vivencia de encontrarse agotado” (16).

El síndrome de Burnout también es considerado un síndrome psicológico que se da como respuesta continua al estrés personal crónico en el lugar de trabajo. Los tres aspectos principales de esta respuesta son el cansancio excesivo, los sentimientos de cinismo y desapego por el trabajo, junto con los sentimientos de insuficiencia e insatisfacción personal. El valor de este modelo 3D es que coloca inequívocamente

la experiencia estresante del individuo en un contexto social y en relación con los conceptos de uno mismo y de los demás (17).

La prueba más utilizada para diagnosticar el síndrome de burnout es el Inventario de Burnout de Maslach: un conjunto de 22 declaraciones y preguntas sobre sentimientos y pensamientos relacionados con las interacciones laborales, evaluados en una serie de pruebas. 6 adjetivos diferentes, desde 'nunca' hasta 'todos los días', según la frecuencia de experiencia para cada condición descrita en los informes (18).

Las tres dimensiones que son parte del Síndrome de Burnout referidas inicialmente por Maslach y Jackson (1986) y en las que concuerdan diversos autores son las siguientes: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal las cuales se detallarán a continuación.

El agotamiento emocional es la manifestación de cansancio y agotamiento que experimentan los trabajadores en situaciones exigentes, con exceso de trabajo y escasos recursos emocionales (19). Del mismo modo, el trabajador siente que ya no puede dar más emocionalmente (20). El trabajador se muestra con poca energía, desinterés por las labores que está desempeñando, insatisfacción e irritabilidad (21).

Este agotamiento emocional se caracteriza por el aburrimiento provocado por el constante trato que tienen los trabajadores con los pacientes. Además, puede tener manifestaciones físicas y espirituales, también puede manifestarse en ambos sentidos, con efectos a nivel de trabajo el trabajador percibe que sus capacidades perceptivas disminuyen o desaparecen, reduciendo así sus niveles emocionales (22).

En segundo lugar, se encuentra la dimensión despersonalización, que es una respuesta negativa del profesional hacia la persona que recibe su servicio. Es característico por la indiferencia e insensibilidad al tratar a las personas como un

material. A través de estas actitudes, los trabajadores buscan esencialmente establecer distancia con quienes se benefician de sus servicios (23).

La despersonalización incluye una manera deshumanizadora hacia los pacientes, acompañada de irritabilidad y desmotivación laboral. En el trabajo, el profesional aleja tanto a sus compañeros de trabajo como al paciente, ya que se percibe irresponsabilidad y bajo rendimiento por parte de sus compañeros de trabajo, por lo que tiene una actitud muy negativa hacia el ámbito laboral (22).

La tercera y última dimensión es la baja realización personal o falta de eficacia profesional. Los trabajadores sienten inferioridad en el trabajo, autoimagen negativa, crecimiento y realización deficientes, hasta muchas veces se sienten fracasados. En este sentido, los trabajadores también pueden abandonar las actividades familiares, sociales y recreativas (20).

Considerando lo anterior, se puede decir que el síndrome es una manera para enfrentar el estrés causado por la relación que existe entre empleado-usuario, empleado-organización. Según Lazarus y Folkman (1986), el afrontamiento se divide en tres etapas: anticipación, impacto o confrontación y post-impacto o post-confrontación. Anticiparse a los eventos no solo puede generar estrategias de afrontamiento, sino también la capacidad de prevenir o anticipar estas situaciones adversas y facilitar su uso (24).

Por su parte, el bienestar psicológico viene siendo estudiado, tanto a nivel nacional como internacional. Las teorías sobre este tema son diversas y abarcan muchos términos diferentes, como salud subjetiva, felicidad, satisfacción con la vida. El marco básico de referencia fue establecido por Bradburn en 1969, quien operó el bienestar en términos de 'influencias' positivas y negativas (25).

El bienestar psicológico se basa en el desarrollo de capacidades individuales y madurez, en las que el individuo exhibe indicadores de actividad positiva, de los cuales la felicidad puede considerarse un precursor de los modelos actuales de psicología positiva (26).

En el bienestar psicológico se dan a conocer los sentimientos positivos y los pensamientos constructivos de las personas sobre sí mismos, está fuertemente relacionado con estados específicos de lo físico y lo psicológico. La felicidad tiene factores reactivos, transitorios, relacionados con el dominio emocional y factores estables como manifestaciones de la cognición, clasificación, ambos están estrechamente relacionados y fuertemente influenciados por la personalidad como un sistema complejo e interactivo (27).

Según la Organización Mundial de la Salud, la salud mental ayuda a las personas a desarrollar su potencial, superar situaciones que generan tensión, ser productivas y contribuir a sus comunidades. La salud mental es “un estado de completo bienestar físico, mental, social y no simplemente la ausencia de afecciones o enfermedades” (28).

A su vez el bienestar psicológico es un aspecto importante, para que uno pueda obtener una salud mental satisfactoria y así lograr un desarrollo pleno en las diversas áreas de la vida, desarrollo interno e interpersonal (29).

El bienestar psicológico trata aspectos relacionados con la actividad humana activa. Por lo tanto, mirar a las personas de manera íntegra es indispensable, así también considerar su etapa de desarrollo. Teniendo en cuenta estos puntos, es importante recordar que las etapas de desarrollo van de la mano con desafíos específicos que, para superarlos, se deben tener condiciones o características mínimas. Así, los factores socioeconómicos, laborales, sociales y ambientales influirán en su percepción de su felicidad y en el juicio que esa persona realice (30).

Ryff (1989) planteó un modelo multidimensional de bienestar psicológico que tiene seis dimensiones: “autoaceptación, relaciones positivas con los demás, autonomía, control del entorno, propósito de vida y crecimiento personal”. En base a estos aspectos, desarrolló la Escala de Bienestar Psicológico (31).

El modelo multidimensional contiene seis dimensiones. La autoaceptación, la cual mide el nivel de conciencia y aceptación de valores. Las relaciones positivas se

basan en confianza y empatía, para ello es necesario tener la capacidad de conservar dichas relaciones. La autonomía se refiere a la medida en que cada individuo maneja su independencia y autoridad. El sentido de la vida, se basa en tener un objetivo personal y una dirección fija. Por último, la dimensión desarrollo persona, se enfoca en el proceso que cada persona lleva para su desarrollo personal mediante experiencias y mejoras continuas (32).

Estudios realizados a nivel nacional e internacional han investigado las variables: síndrome de burnout y bienestar psicológicos del personal de enfermería, algunos sugieren que existe una relación entre las dos variables y otros describen a cada una.

Castillo (9) en Guatemala, en el año 2018, en su estudio con el objetivo de “Determinar la Existencia del Síndrome de Burnout y la Salud Psicológica del Personal de Enfermería del Hospital Nacional José Felipe Flores de Totonicapán” Este método es cuantitativo, descriptivo. Participaron 35 enfermeras. Las herramientas utilizadas en el estudio fueron la prueba psicológica Maslach Burnout Inventory (MBI), así como la Escala de Bienestar Psicológico EBP para determinar el nivel en el que se ubicaron los encuestados. Los resultados mostraron que las enfermeras cuando se encuentran en grupo no experimentaron agotamiento y estaban en un estado de ánimo aceptable para recomendar la implementación de planes de mejora, incluidos talleres, actividades y formularios.

Veliz y colaboradores (6) en Chile, en 2018, en su estudio cuyo objetivo fue “Determinar los niveles de bienestar psicológico y burnout entre profesionales de atención primaria de la salud en la región de Los Lagos, Chile”, El enfoque es cuantitativo, no experimental, diseño correlacional. Participaron 121 profesionales. Las herramientas utilizadas en el estudio fueron la Escala de Salud Mental de Maslach y la Escala de Inventario de Burnout de Maslach (MBI). Como resultado se puede observar que el nivel general de burnout del 50% de personas era moderado o alto, para instituciones médicas es un gran reto, ya que los síntomas descritos van en contra de la calidad de atención según ciertos principios de efectividad y se respeta la calidad de la atención, además que realizan doble esfuerzo en los

empleados, que padecen el síndrome, tratando de mantener un nivel normal de actividad. Por ello, urge la necesidad de desarrollar recomendaciones de atención a las personas con estos síntomas, para que puedan realizar un trabajo de mejor calidad que llegue a alcanzar un nivel de satisfacción personal y profesional más elevado.

Pugo y colaboradores (33) en Ecuador, en el año 2021, en su estudio con el objetivo de “Vincular Síndrome de Fuego y Variables de Bienestar Psicológico en Docentes de Secundaria”, el enfoque fue cuantitativo, correlacional, transversal. Participaron 58 docentes. Las herramientas utilizadas en el estudio fueron el Cuestionario de Inventario de Burnout de Maslach y la Escala de Salud Mental. Los resultados muestran que los docentes institucionales tienen puntajes altos en agotamiento emocional y puntajes de personalización, por su lado muestran bajos puntajes en el desarrollo como persona. Aun así se halló que existe una relación inversa entre ambas variables.

Pillco (34) en Perú, en el 2017, en su estudio cuyo objetivo fue “Determinar la relación entre Burnout y bienestar psicológico explorando sus seis dimensiones en enfermería intensiva de un hospital de Lima Metropolitana 2017”, El enfoque es un diseño de correlación transversal cuantitativo, no empírico. Participaron 55 profesionales de enfermería. Las herramientas utilizadas en el estudio fueron dos cuestionarios: la Escala de Salud Psicológica de Riff y el Inventario de Burnout de Maslach. Los resultados muestran que existe una relación significativa entre la variable Burnout y la variable salud psicológica ($Rho: 0,518$; $p: 0,00$).

Santa (35) en Perú, en el 2017, en su estudio cuyo objetivo fue “Determinar la relación que existe entre el bienestar psicológico y el síndrome de burnout en el personal de enfermería de la Clínica del Pacífico de la ciudad de Chiclayo, en el año 2017”, El enfoque es cuantitativo, descriptivo y de correlación cruzada. Participaron 72 trabajadores, entre enfermeros y técnicos de enfermería. Las herramientas utilizadas en el estudio fueron la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) y el Inventario de Burnout de Maslach (MBI). Los resultados muestran que

psicológicamente es alto con un 73,6%, en cuanto al síndrome de burnout prevalece el nivel medio con un 77,8%.

Sánchez (36) en Perú, en el 2018, en su estudio cuyo objetivo fue “Encontrar la relación entre el Síndrome de Burnout y el bienestar psicológico de los trabajadores de Contact Center de la ciudad de Lima”, el enfoque fue cuantitativo, de tipo descriptivo, correlacional, de corte transversal. Participaron 327 trabajadores, de las áreas de ejecutivo de ventas, supervisión, gerencia y control de calidad. Las herramientas utilizadas en el estudio fueron dos cuestionarios: la Encuesta de Burnout de Maslach (MBI-GS) y la Escala de Salud Psicológica del Adulto (BIEPS-A). Los resultados muestran que existe relación entre la variable síndrome de burnout y la variable psicológica, así como sus dimensiones: aceptación, control, asociación y proyecto, pero no existe relación con la dimensión autonomía.

El presente estudio es muy importante para estudiantes y enfermeras porque nos permite conocer el grado de burnout que reportan las enfermeras de los servicios de cuidados intensivos del hospital de Lima donde se realizó el estudio, así como el bienestar psicológico que muestran. Adicionalmente, para cumplir con los objetivos de este estudio se utilizan técnicas como cuestionarios y programas que ayudan a identificar asociaciones entre el burnout y el bienestar psicológico. La presente investigación y sus resultados sugieren que el personal administrativo y de enfermería de los hospitales donde se realiza la investigación realicen una variedad de estrategias que pueden contrarrestar los factores que provocan el burnout y por ende los aspectos psicológicos que afectan al personal de enfermería.

Finalmente, el objetivo general del presente estudio será determinar la relación que existe entre el síndrome de burnout y el bienestar psicológico en profesionales de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos en un Hospital de Lima, 2022.

II. MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. Enfoque y diseño de investigación

Este estudio será de enfoque cuantitativo ya que se utilizará la estadística durante la investigación para obtener los resultados. El diseño del estudio será no experimental ya que las variables no serán manipuladas y transversal porque la recolección de datos será inmediata. Por último, se observará el grado de relación entre las dos variables (37).

2.2. Población, muestra y muestreo

Población

El presente estudio estará conformado 150 profesionales de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos.

Los criterios de inclusión son:

Enfermeras que se encuentran laborando en la unidad de cuidados intensivos

Enfermeras que hayan firmado el consentimiento informado

Los criterios de exclusión son:

Enfermeras que se encuentren con permiso o de vacaciones en el periodo de investigación.

Enfermeras que no estén de acuerdo en la participación de la investigación

Muestra

Se desarrollará la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 N (p) (q)}{e^2 (N - 1) + Z^2 (p) (q)}$$

$$n = \frac{(1.96)^2 94 (0.5) (0.5)}{(0.5)^2(150 - 1) + (1.96)^2 (0.5)(0.5)}$$

$$n = 109$$

El muestreo será probabilístico, aleatorio simple.

2.3. Variables de investigación

Variable Síndrome de Burnout

Definición conceptual

“Factor de riesgo ocupacional, ya que tiene la capacidad de poder afectar la calidad de vida, salud mental e incluso poner en peligro la vida de los afectados” (39).

Definición operacional

“El síndrome de Burnout es un factor de riesgo ocupacional, ya que tiene la capacidad de poder afectar la calidad de vida, salud mental e incluso poner en peligro la vida de los afectados, el cual será medido con el instrumento Maslach Burnout Inventory (MBI), que cuenta con 22 ítems y 3 dimensiones”

Variable Bienestar Psicológico

Definición conceptual

“El desarrollo de capacidades individuales y madurez, en las que el individuo exhibe indicadores de actividad positiva, de los cuales la felicidad puede considerarse un precursor de los modelos actuales de psicología positiva” (40).

Definición operacional

“El Bienestar Psicológico es el desarrollo de capacidades individuales y madurez, en las que el individuo exhibe indicadores de actividad positiva, de los cuales la felicidad puede considerarse un precursor de los modelos actuales de psicología

positiva, el cuál será medido con el instrumento Escala de bienestar Psicológico de Ryff (EBP), que cuenta con 39 ítems y 6 dimensiones”

2.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos

La técnica utilizada en el proceso de recolección de datos es la encuesta. Ya que es una técnica para recopilar información que será tomada de una muestra. No es solo tecnología, es la aplicación de procesos estandarizados. Para su aplicación se utilizarán dos cuestionarios (41).

Como instrumento de recolección de datos se utilizarán dos cuestionarios:

Para la medición de la variable síndrome de Burnout, se utilizó el cuestionario elaborado por Maslach y Jackson (42), la cual consta de 22 ítems, los cuales se debe contestar con la escala de Likert con seis opciones significando 0 (nunca) hasta 6 (todos los días).

“Para la medición de la variable bienestar psicológico, se utilizó la Escala Bienestar Psicológico de Riff, fue creada por Carol Ryff en el año 1995, cuya revisión se dio el 2004 y fue adaptado a la versión española por Díaz” (43). Esta escala presenta juicios de evaluación específicos de la actividad psicológica adecuada, en contraposición a la patología y el malestar, que son el enfoque tradicional de la psicología clínica. Esta escala mide seis atributos positivos de la salud mental. Este autor compuso luego de una discusión teórica sobre las necesidades satisfechas, las motivaciones y los atributos que representan la salud mental perfecta. Por lo tanto, esta escala es aplicable en campos clínicos, organizacionales, educativos y de investigación. Consta de 39 preguntas y 6 dimensiones.

Validez

“El instrumento de Maslach MBI fue validado en el Perú por Delgado, en un estudio que realizó sobre el Síndrome de Burnout en docentes de educación de Lima; tuvo una validez de constructo con un coeficiente de Kaiser de 0.61 y de un test de esfericidad de Bartlett significativo” (44).

“Para la validez del instrumento de Bienestar Psicológico, se utilizó el coeficiente V de Aiken. Este factor se determina mediante la evaluación de herramientas utilizadas por expertos en la materia” (45), tuvo una validez de 0.95, lo que significa que es válido.

Confiabilidad

La confiabilidad del instrumento Síndrome de Burnout, se evidenció en un estudio donde se desarrolló una prueba piloto, donde los datos se sometieron a las pruebas de fiabilidad a través del programa SPSS, con una población de 1958 trabajadores. Se obtuvo un alfa de Cronbach de .658. La cual refleja una excelente confiabilidad.

En cuanto a la confiabilidad del instrumento de Bienestar Psicológico, la presente escala, fue traducida por Díaz (43). “En el análisis estadístico obtuvo buena consistencia interna, con valores del α de Cronbach mayores o iguales que 0,70. Además las altas correlaciones halladas entre las escalas de ambas versiones Autoaceptación (0,94); Relaciones positivas (0,98); Autonomía (0,96); Dominio (0,98); Crecimiento personal (0,92); Propósito en la vida (0,98)”.

2.5. Plan de recolección de datos

El presente estudio primero solicitará una carta de aprobación de la Universidad de María Auxiliadora y las aprobaciones correspondientes del Hospital de Lima. Una vez aceptada la aprobación, se coordinará con el centro de enfermería del hospital. Si el proceso de aplicación de herramientas está coordinado, la aplicación de herramientas se realizará de acuerdo con un horario fijo los martes y jueves cuando el personal de enfermería esté fuera de servicio.

2.6. Método de análisis estadístico

En este estudio, se creará una base de datos, que serán analizados e interpretados a través de tablas y figuras validadas para comprender mejor las aplicaciones estadísticas en el programa estadístico SPSS. Adicionalmente, se realiza un análisis de inferencia para establecer la relación entre ambas variables. La prueba estadística utilizada es Rho de Spearman.

2.7. Aspectos éticos

La presente investigación se basa en los cuatro aspectos éticos: **El principio de autonomía**, basado en que cada persona es libre de poder participar en trabajos de investigación, y es cumplido mediante la firma del consentimiento informado. **El principio de beneficencia**, que tiene el fin de brindar el máximo beneficio a lo que participan del estudio y a la institución, mediante los resultados hallados y a las recomendaciones brindadas. **El principio de no maleficencia**, que no afecta en absoluto a los participantes. **El principio de justicia**, ya que todas las personas tienen el mismo derecho que poder participar del estudio (46).

III. CRONOGRAMA Y ACTIVIDADES

3.1. Cronograma de actividades

ACTIVIDADES	2022																			
	Marzo				Abril				Mayo				Junio				Julio			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Identificación del problema	X	X	X	X																
Búsqueda bibliográfica			X	X	X	X														
Elaboración de la sección Situación problemática, marco teórico referencial y antecedentes			X	X	X	X	X	X												
Elaboración de la sección Importancia y justificación de la investigación			X	X	X	X	X	X	X	X										
Elaboración de la sección Objetivos de la investigación			X	X	X	X	X	X	X	X										
Elaboración de la sección Enfoque y diseño de la investigación			X	X	X	X	X	X	X	X	X									
Elaboración de la sección Población, muestra y muestreo						X	X	X	X	X	X									
Elaboración de la sección Técnicas e instrumentos de recolección de datos									X	X	X	X	X							
Elaboración de la sección Aspectos bioéticos									X	X	X	X								
Elaboración de la sección Métodos de análisis de información										X	X	X								
Elaboración de aspectos administrativos del estudio										X	X	X	X							
Elaboración de los anexos										X	X	X	X	X						
Aprobación del proyecto														X	X					
Trabajo de campo															X	X	X	X		
Redacción del informe final: Versión 1																	X	X	X	
Sustentación del informe final																		X	X	

IV. RECURSOS A UTILIZARSE PARA EL DESARROLLO DEL ESTUDIO

MATERIALES	2022				TOTAL
	ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO	S/.
Equipos					
1 pc	2000				2000
USB	30				20
Útiles de escritorio					
Hojas	10	10	10	10	40
Material bibliográfico					
Libros	50	50	50		150
Fotocopias	10	10	10	10	40
Impresiones			20	20	40
Otros					
Movilidad	20	20	20	20	80
Alimentos			30	30	60
Recursos humanos					
Digitadora	200				200
Imprevistos	50	50	50	50	200
TOTAL	2370	140	190	140	2830

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Golembiewski R, Munzenrider R. Phases of psychological burn-out and organizational covariants: a replication using norms from a large population. *Health Hum Resour Adm* [Internet]. 1984 [citado el 26 de mayo del 2022];6(3):290-323. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10267976/>
2. Edwards D, Burnard P, Coyle D, Forthergill A, Hannigan B. Stress and burnout in community mental health nursing: a review of the literature. *J Psychiatr Ment Health Nurs* [Internet]. 2000 [citado el 26 de mayo del 2022];7(1):7-14. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11022506/>
3. Broncano Y. Satisfacción laboral y Síndrome de Burnout en enfermeras del Servicio de Emergencia y Cuidados Críticos del Hospital San Bartolomé, 2010. *Revista Científica de Ciencias de la Salud* [Internet]. 2014 [citado el 26 de mayo del 2022];7(2):53-63. Disponible en: https://www.uv.es/unipsico/pdf/CESQT/Externos/2014_Broncano.pdf
4. la República. El estrés, ese enemigo silencioso que afecta al 80% de peruanos. 2018 [citado el 27 de mayo del 2022]; Disponible en: Recuperado de <https://larepublica.pe/sociedad/1218645-el-estres-ese-enemigosilencioso-que-afecta-al-80-de-peruanos/>
5. Velásquez A. Síndrome de burnout y bienestar psicológico en enfermeras de la Microred de Salud de San Juan de Miraflores – Villa María del Triunfo, 2014 [Internet]. [Lima]: Universidad Autónoma del Perú; 2014 [citado el 27 de mayo del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/106/VELASQUEZ%20NEYRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
6. Veliz A, Dörner A, Soto A, Arriagada A. Bienestar psicológico y burnout en profesionales de atención primaria de salud en la región de Los Lagos, Chile. *Acta Univ* [Internet]. 2018 [citado el 24 de mayo del 2022];28(3):56-64.

Disponible en:
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-62662018000300056

7. García M, Saenz C, Llor B. Burnout y satisfacción laboral y bienestar en personal sanitario de salud mental. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones* [Internet]. 2000 [citado el 27 de mayo del 2022];(16):215-28. Disponible en:
<https://journals.copmadrid.org/jwop/art/7a53928fa4dd31e82c6ef826f341daec>
8. Poncet M, Toullic P, Papazian L, Barnes N. Burnout syndrome in critical care nursing staff. *Am J Respir Crit Care Med* [Internet]. 2007 [citado el 27 de mayo del 2022];175(7):698-704. Disponible en:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17110646/>
9. Castillo M. Burnout y bienestar psicológico (Estudio realizado con el personal de enfermería del Hospital Nacional José Felipe Flores de la cabecera departamental de Totonicapán) [Internet]. [Quetzaltenango]: Universidad Rafael Landívar; 2018 [citado el 24 de mayo del 2022]. Disponible en:
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Castillo-Maria.pdf>
10. Huertas S. Bienestar psicológico y síndrome de burnout en el personal de enfermería de la clínica del pacífico, Chiclayo 2017. [Lima]: Universidad Peruana Telesup; 2017. [citado el 23 de mayo del 2022]. Disponible en:
<chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://repositorio.utelesup.edu.pe/bitstream/UTELESUP/588/1/SANTA%20CRUZ%20HUERTAS%20LUIS%20ALBERTO.pdf>
11. Mayorca I, Garcia S, Cortez M, Lucerna M. Violencia contra trabajadores sanitarios en un hospital de Andalucía, ¿Por qué hay agresiones no registradas? *Med Segur Trab (Madr)* [Internet]. 2013 [citado el 27 de mayo del 2022]; (59):235-58. Disponible en:
<https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v59n231/original3.pdf>

12. Garizabalo C. Estilos de aprendizaje en estudiantes de enfermería y su relación con el desempeño en las pruebas saber pro. *Revista de Estilos de Aprendizaje* [Internet]. 2012 [citado el 27 de mayo del 2022];5(9):1-14. Disponible en: <http://revistaestilosdeaprendizaje.com/article/view/950/1658>
13. Carlin M, Garces E. El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de psicología* [Internet]. 2010 [citado el 27 de mayo del 2022];26(1):169-80. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/167/16713758020.pdf>
14. Gutierrez G, Celis M, Moreno S, Farias F, Suárez J. Síndrome de burnout. *Medigraphic Artemisa en línea* [Internet]. 2006 [citado el 26 de mayo del 2022];11(4):305-9. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/arcneu/ane-2006/ane064m.pdf>
15. Saborío L, Hidalgo L. Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica* [Internet]. 2015 [citado el 26 de mayo del 2022];32(1):1-6. Disponible en: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/mlcr/v32n1/art14v32n1.pdf>
16. Gil-Monte P, Peiró J. Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome de quemarse por el trabajo. *Canales de psicología* [Internet]. 1999 [citado el 26 de mayo del 2022];15(2):261-8. Disponible en: https://www.um.es/analesps/v15/v15_2pdf/12v98_05Llag2.PDF
17. Maslach C, Leiter M. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry* [Internet]. 2016 [citado el 26 de mayo del 2022];15(2):103-11. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4911781/>
18. Gil-Monte P, Unda S, Sandoval J. Validez factorial del «Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo» (CESQT) en una muestra de maestros mexicanos. *Salud Mental* [Internet]. 2009 [citado el 26 de mayo del 2022]; 32:205-14. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/582/58212279004.pdf>

19. Maslach C, Jackson S. The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour* [Internet]. 1981 [citado el 26 de mayo del 2022];2:99-113. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/job.4030020205>
20. Gil-Monte P. El síndrome de quemarse por el trabajo (síndrome de burnout): aproximaciones teóricas para su explicación y recomendaciones para la intervención. *Revista Psicología Científica* [Internet]. 2001 [citado el 26 de mayo del 2022];1-5. Disponible en: https://www.researchgate.net/profile/Pedro-Gil-Monte/publication/242114408_El_sindrome_de_quemarse_por_el_trabajo_sindrome_de_burnout_aproximaciones_teoricas_para_su_explicacion_y_recomendaciones_para_la_intervencion/links/0deec534528db5d80e000000/EI-sindrome-de-quemarse-por-el-trabajo-sindrome-de-burnout-aproximaciones-teoricas-para-su-explicacion-y-recomendaciones-para-la-intervencion.pdf
21. Ferrel R, Sierra E, Rodriguez M. Síndrome de desgaste profesional (burnout) en médicos especialistas de un hospital universitario, de la ciudad de Santa Marta, Colombia. *Duazary* [Internet]. 2010 [citado el 26 de mayo del 2022];7(1):29-40. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/5121/512156324006.pdf>
22. Montoya P, Moreno S. Relación entre síndrome de burnout, estrategias de afrontamiento y engagement. *Psicología desde el Caribe* [Internet]. 2012 [citado el 26 de mayo del 2022];29(1):205-27. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v29n1/v29n1a11.pdf>
23. Hermosa A. Satisfacción laboral y síndrome de «Burnout» en profesores de educación primaria y secundaria. *Revista Colombiana de Psicología* [Internet]. 2006 [citado el 26 de mayo del 2022];(15):81-9. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/804/80401509.pdf>
24. Lazarus R, Folkman S. *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca; 1986.

25. Páramo M, Straniero C, García C, Torrecilla N, Gómez E. Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico* [Internet]. 2012 [citado el 26 de mayo del 2022];10(1):7-21. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/pepsi/v10n1/v10n1a01.pdf>
26. Fernández I. *Bienestar Psicológico y Salud*. Mallorcare. 2021.
27. García V, Gonzales I. El bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral* [Internet]. 2000 [citado el 27 de mayo del 2022];16(6):586-92. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v59n231/original3.pdf>
28. Organización Mundial de la Salud. *Bienestar psicológico*. Organización Mundial de la Salud. 2013.
29. Canchari Y. *Bienestar psicológico, una revisión teórica del concepto* [Internet]. [Pimentel]: Universidad Señor de Sipan; 2019 [citado el 26 de mayo del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6641/Canchari%20Flores%2c%20Yanet.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
30. Ryff C, Singer B. Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *J Happiness Stud* [Internet]. 2008 [citado el 26 de mayo del 2022];9(1):13-39. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-006-9019-0>
31. Ryff C. Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *J Pers Soc Psychol*. 1989 [citado el 26 de mayo del 2022];57(6):1069-81. Disponible en: <https://psycnet.apa.org/record/1990-12288-001>
32. Ryff C. *Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia*. *Psychother Psychosom*. 2014 [citado el 26 de mayo del 2022];(83):10-28. Disponible en:

<https://karger.com/pps/article/83/1/10/282771/Psychological-Well-Being-Revisited-Advances-in-the>

33. Pugo A, Silva K. Síndrome de Burnout y Bienestar Psicológico en docentes de dos instituciones pertenecientes al distrito 2 durante el período 2019- 2020 [Internet]. [Cuenca]: Universidad de Cuenca; 2021 [citado el 24 de mayo del 2022]. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/35878/1/TRABAJO%20DE%20TITULACION.pdf>
34. Pillco L. Burnout y bienestar psicológico en enfermería intensiva de un hospital de Lima Metropolitana – 2017 [Internet]. [Lima]: Universidad César Vallejo; 2017 [citado el 24 de mayo del 2022]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/8699/Pillco_QLV.pdf?sequence=1&isAllowed=y
35. Santa L. Bienestar psicológico y síndrome de burnout en el personal de enfermería de la clínica del pacífico, Chiclayo 2017 [Internet]. [Lima]: Universidad Privada Telesup; 2017 [citado el 24 de mayo del 2022]. Disponible en: <https://repositorio.utelesup.edu.pe/bitstream/UTELESUP/588/1/SANTA%20CRUZ%20HUERTAS%20LUIS%20ALBERTO.pdf>
36. Sánchez L. Síndrome de burnout y bienestar psicológico en trabajadores de contact center de la ciudad de Lima [Internet]. [Lima]: Universidad San Martín de Porres; 2018 [citado el 24 de mayo del 2022]. Disponible en: https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/4051/sanchez_mlg.pdf?sequence=3&isAllowed=y
37. Hernández R, Fernández C, Baptista L. Metodología de la Investigación. Sexta. México: Mc Graw Hill; 2014.

38. Ñaupas H, Mejía E, Novoa E, Villagómez A. Metodología de la investigación Cuantitativa-Cualitativa y Redacción de la Tesis. Cuarta. Bogotá: Ediciones de la U; 2014.
39. Rodriguez C. Carga laboral del profesional de enfermería en la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital Nacional Sergio E. Bernales 2019 [Internet]. Lima; 2019 [citado el 15 de mayo del 2022]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/46318/Rodriguez_RCY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
40. Lara J, Sulca L. Calidad de vida y comportamiento ecológico en estudiantes de séptimo ciclo de secundaria de la Institución Educativa Juan Velazco Alvarado – Bernales, en el contexto de Emergencia Sanitaria – 2020 [Internet] [Tesis de licenciatura]. [Chincha]: Universidad autónoma de Ica; 2021 [citado el 16 de mayo del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/849/1/Juan%20Diego%20Lara%20Lora.pdf>
41. Cid A, Méndez R, Franco S. Investigación: Fundamentos y metodología. Tercera. Lima: PEARSON; 2015.
42. Maslach C, Jackson; S. Manual del Inventario Burnout de Maslach. Madrid: TEA Ediciones; 1996. Disponible en:
43. Diaz D, Rodriguez R, Blanco A, Moreno B, Gallardo I, Valle C. Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*. 2006 [citado el 16 de mayo del 2022];572-7. Disponible en: <chrome-extension://efaidnbnmnibpcjpcglclefindmkaj/https://www.redalyc.org/pdf/727/72718337.pdf>
44. Delgado A. El síndrome de Burnout en profesores de educación secundaria de lima metropolitana. *Rev De investigación en psicología UNMSM* [Internet]. 2003 [citado el 22 de setiembre del 2022];6(2):3-5. Disponible en: <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/5149>

45. Ecurra M. Cuantificación de la validez de contenido por criterio de jueces. Revista de psicología. 1988;6-107. Disponible en: <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/4555/4534>
46. Revista Médica Honduras. Principios de la ética de la investigación y su aplicación. Revista Médica Honduras [Internet]. 2012 [citado el 27 de junio del 2022];80(2). Disponible en: <http://www.bvs.hn/RMH/pdf/2012/pdf/Vol80-2-2012-9.pdf>

ANEXOS

Anexo A. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE 1							
TÍTULO: Síndrome de Burnout y Bienestar Psicológico en profesionales de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos en un Hospital de Lima, 2022.							
VARIABLE	Tipo de variable según su naturaleza y escala de medición	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	VALORES
Síndrome de Burnout	Tipo de variable según su naturaleza: Cualitativa Escala de medición: Ordinal	“Factor de riesgo ocupacional, ya que tiene la capacidad de poder afectar la calidad de vida, salud mental e incluso poner en peligro la vida de los afectados” (39)	El síndrome de Burnout es un factor de riesgo ocupacional, ya que tiene la capacidad de poder afectar la calidad de vida, salud mental e incluso poner en peligro la vida de los afectados, el cual será medido con el instrumento Maslach Burnout Inventory (MBI), que cuenta con 22 ítems y 3 dimensiones.	Agotamiento emocional	Muestra fatiga o cansancio por el trabajo. Muestra gran esfuerzo para realizar su trabajo. Evidencia frustración en el trabajo.	1,2,3,4 5,6,7 8,9	Ordinal Nunca = 0 Alguna vez al año o menos =1 Una vez al mes o menos =2 Algunas veces al mes= 3 Una vez por semana =4 Algunas veces por semana= 5 Todos los días =6
				Despersonalización	Se muestra insensible con sus pacientes Despreocupación ante situaciones diversas Sentimiento de culpabilidad ante problemas	10,11,12 13 14	
				Baja realización personal	Dificultad para tratar problemas de pacientes. Se muestra insatisfecho por su trabajo. Se muestra desconcertado por su trabajo. Se muestra intolerante por las decisiones tomadas por sus superiores.	15,16 17,18,19,20 21 22	

OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE 2

TÍTULO: Síndrome de Burnout y Bienestar Psicológico en profesionales de enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos en un Hospital de Lima, 2022.

VARIABLE	Tipo de variable según su naturaleza y escala de medición	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	VALORES
Bienestar Psicológico	Tipo de variable según su naturaleza: Cualitativa Escala de medición: Ordinal	“El desarrollo de capacidades individuales y madurez, en las que el individuo exhibe indicadores de actividad positiva, de los cuales la felicidad puede considerarse un precursor de los modelos actuales de psicología positiva” (40)	El Bienestar Psicológico es el desarrollo de capacidades individuales y madurez, en las que el individuo exhibe indicadores de actividad positiva, de los cuales la felicidad puede considerarse un precursor de los modelos actuales de psicología positiva, el cuál será medido con el instrumento Escala de bienestar Psicológico de Ryff (EBP), que cuenta con 39 ítems y 6 dimensiones.	Autoaceptación	La autoevaluación positiva de cada uno de los individuos	1,7,8,11,17,25,34	Ordinal Totalmente desacuerdo=1 Poco de acuerdo= 2 Moderadamente de acuerdo= 3 Muy de acuerdo = 4 Bastante de acuerdo =5 Totalmente de acuerdo = 6
				Relaciones positivas con los demás	Preocupación del bienestar del mundo	2,13,16,18,23,31	
				Autonomía	Ser independiente y tener resistencia a la presión	3,5,10,15,27	
				Control del entorno	Posee un mayor control sobre el mundo.	6,19,26,29,32	
				Propósito de vida	Es decir que tu vida tenga un sentido de vida.	9,12,14,20,22,28,33,35	
				Crecimiento personal	Autopercepción de expansión personal.	4,21,24,30	

Anexo B. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS



CUESTIONARIO SÍNDROME DE BURNOUT

Es Estimado (a) enfermero(a) tomando unos minutos de su tiempo, por favor conteste con total sinceridad a cada uno de los ítems propuesto, para poder realizar una evaluación sobre el nivel de Síndrome de Burnout que presenta, marcando con una "X", la opción que considere más óptima, teniendo en cuenta lo siguiente:

0 = Nunca.

1 = Pocas veces al año o menos.

2 = Una vez al mes o menos.

3 = Unas pocas veces al mes.

4 = Una vez a la semana.

5 = Unas pocas veces a la semana.

6 = Todos los días.

1	Me siento emocionalmente agotado/a por mi trabajo.	
2	Me siento cansado al final de la jornada de trabajo.	
3	Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado	
4	Comprendo fácilmente como se sienten los pacientes	
5	Creo que trato a algunos pacientes como si fueran objetos impersonales.	
6	Trabajar todo el día con mucha gente es un esfuerzo	

7	Trato muy eficazmente los problemas de los pacientes	
8	Siento que mi trabajo me está desgastando. Me siento quemado por mi trabajo.	
9	Creo que con mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de los pacientes	
10	Me he vuelto mas insensible con la gente desde que ejerzo esta profesión	
11	Me preocupa el hecho de que este trabajo me endurezca emocionalmente	
12	Me siento muy activo	
13	Me siento frustrado en mi trabajo	
14	Creo que estoy trabajando demasiado	
15	Realmente no me preocupa lo que les ocurre a mis pacientes	
16	Trabajar directamente con personas me produce estrés	
17	Puedo crear fácilmente una atmosfera relajada con mis pacientes	
18	Me siento estimulado después de trabajar con mis pacientes	
19	He conseguido muchas cosas útiles en mi profesión	
20	Me siento acabado	
21	En mi trabajo trato los problemas emocionales con mucha calma	
22	Siento que los pacientes me culpan por alguno de sus problemas	

CUESTIONARIO
BIENESTAR PSICOLÓGICO

Es Estimado (a) enfermero(a) tomando unos minutos de su tiempo, por favor conteste con total sinceridad a cada uno de los ítems propuesto, para poder realizar una evaluación sobre el nivel de Bienestar Psicológico que presenta, marcando con una “X”, la opción que considere más óptima, teniendo en cuenta lo siguiente:

Items	Totalmente desacuerdo	Poco de acuerdo	Moderadamen te de acuerdo	Muy de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas						
2. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas						
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente						
4. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo						
5. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general						
6. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla						
7. Reconozco que tengo defectos						
8. Reconozco que tengo virtudes						
9. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad						
10. Sostengo mis decisiones hasta el final						
11. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo						
12. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo						

13. Puedo confiar en mis amigos						
14. Cuando cumpla una meta, me planteo otra						
15. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí						
16. Mis relaciones amicales son duraderas						
17. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría						
18. Comprendo con facilidad como la gente se siente						
19. Me adapto con facilidad a circunstancias nuevas o difíciles						
20. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí						
21. Considero que hasta ahora no hay mejoras en mi vida						
22. Tengo objetivos planteados a corto y largo plazo.						
23. Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo						
24. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona						
25. En general, me siento orgulloso de quién soy y la vida que llevo						
26. Siento que soy víctima de las circunstancias						
27. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros tienen						
28. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro						
29. Tengo la capacidad de construir mi propio destino						
30. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo						
31. Mis amigos pueden confiar en mí						

32. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo						
33. Tomo acciones ante las metas que me planteo						
34. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad						
35. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida						
36. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria						
37. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento						
38. Es importante tener amigos						
39. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto						

Anexo C. CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN MÉDICA

A usted se le está invitando a participar en este estudio de investigación en salud. Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados.

Título del proyecto: Síndrome de Burnout y Bienestar Psicológico en profesionales de Enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos en un Hospital de Lima, 2022.

Nombre de los investigadores principales:

María Laura Alcarraza Salazar

Propósito del estudio: Determinar la relación entre el Síndrome de Burnout y Bienestar Psicológico en profesionales de Enfermería de la Unidad de Cuidados Intensivos en un Hospital de Lima, 2022.

Beneficios por participar: Tiene la posibilidad de conocer los resultados de la investigación por los medios más adecuados (de manera individual o grupal) que le puede ser de mucha utilidad en su actividad profesional.

Inconvenientes y riesgos: Ninguno, solo se le pedirá responder el cuestionario.

Costo por participar: Usted no hará gasto alguno durante el estudio.

Confidencialidad: La información que usted proporcione estará protegido, solo los investigadores pueden conocer. Fuera de esta información confidencial, usted no será identificado cuando los resultados sean publicados.

Renuncia: Usted puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin sanción o pérdida de los beneficios a los que tiene derecho.

Consultas posteriores: Si usted tuviese preguntas adicionales durante el desarrollo de este estudio o acerca de la investigación, puede dirigirse a mi persona, quien soy la responsable de la investigación.

Contacto con el Comité de Ética: Si usted tuviese preguntas sobre sus derechos como voluntario, o si piensa que sus derechos han sido vulnerados, puede dirigirse a la responsable del estudio.

Participación voluntaria:

Su participación en este estudio es completamente voluntaria y puede retirarse en cualquier momento.

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Declaro que he leído y comprendido, tuve tiempo y oportunidad de hacer preguntas, las cuales fueron respondidas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente a participar o continuar participando en el estudio y que finalmente acepto participar voluntariamente en el estudio.

Nombres y apellidos del participante o apoderado	Firma o huella digital
Nº de DNI:	
Nº de teléfono: fijo o móvil o WhatsApp	
Correo electrónico	
Nombre y apellidos del investigador	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono móvil	
Nombre y apellidos del responsable de encuestadores	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono	
Datos del testigo para los casos de participantes iletrados	Firma o huella digital
Nombre y apellido:	
DNI:	
Teléfono:	

Lima, de 2022

***Certifico que he recibido una copia del consentimiento informado.**

.....
Firma del participante