

CAPITULO III

3. MÉTODO METODOLÓGICO

PREVALENCIA DEL SINDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE UDS CAMPUS DE LA FRONTERA, MODALIDAD SEMIESCOLARIZADO.

La Investigación Científica está encaminada a profundizar el conocimiento de un proceso ya sea teórico, práctico o teórico-práctico, parte del conocimiento científico y lo lleva a la solución de problemas de la sociedad que de una forma u otra no han sido investigados o su investigación se ha conducido en otra dirección.

3.1 Realización de la investigación.

La investigación de “Prevalencia del síndrome de Burnout en el personal docente de la universidad del sureste de la frontera” es aplicada porque se llevó a la práctica utilizando técnicas como la observación y encuesta para recopilar datos necesarios.

Se realizó la encuesta en la universidad del sureste con los docentes, realizado en el personal de ambos sexos, el cual se encuentran en una edad de 22 a 57 años, encontrando enfermedades como hipertensión arterial, diabetes. Las condiciones sociales que presenta los docentes, se encuentra en un estatus medio ya que algunos cuentan con doble turno de trabajo. Sus ocupaciones son docentes, ama de casa o cuentan con negocio propio.

El término "Burnout" fue acuñado por primera vez en 1974 por Herbert Freudenberger, en su libro “Burnout: The High Cost of High Achievement” Por lo general, el trastorno es consecuencia de un estrés laboral crónico, y se caracteriza por un estado de agotamiento emocional, una actitud cínica o distante frente al trabajo (despersonalización), y una sensación de ineficacia y de no hacer

adecuadamente las tareas. A ello se suma la pérdida de habilidades para la comunicación.

El Síndrome de Burnout se incluye así entre los principales problemas de salud mental y en la antesala de muchas de las patologías psíquicas derivadas de un escaso control y de la carencia de una prevención primaria de este síndrome.

Es la primera vez" que el desgaste profesional entra en la clasificación, anunció Tarik Jasarevic, portavoz de la OMS.

Entre los signos y síntomas más comunes de agotamiento se destacan:

-La alienación de las actividades relacionadas con el trabajo: las personas que experimentan agotamiento ven sus trabajos como cada vez más estresantes y frustrantes. Pueden volverse cínicos sobre sus condiciones de trabajo y las personas con las que trabajan. También pueden distanciarse emocionalmente y comenzar a sentirse adormecidos por su trabajo.

-Síntomas físicos: el estrés crónico puede provocar síntomas físicos, como dolores de cabeza y de estómago o problemas intestinales.

-Agotamiento emocional: el agotamiento causa que las personas se sientan agotadas, incapaces de hacer frente y cansadas. A menudo les falta energía para hacer su trabajo.

-Rendimiento reducido: el agotamiento afecta principalmente las tareas cotidianas en el trabajo, o en el hogar, cuando el trabajo principal de alguien consiste en cuidar a los miembros de la familia. Los individuos con agotamiento se sienten negativos sobre las tareas. Tienen dificultad para concentrarse y, a menudo, carecen de creatividad.

Se llevara a cabo la plática y medición, el cual se realizara con el test de Maslach, en la universidad del sureste de la frontera, con los docentes acerca del tema

síndrome de Burnout, con la finalidad de que ellos conozcan sobre este síndrome, ya que desconocen sobre este tema, con la finalidad de percatar quienes presentan el síndrome de Burnout. La duración que tendrá la plática será de 50 minutos.

El tema que se impartirá se llevara a cabo con diapositivas en la universidad del sureste de la frontera.