

Síndrome de burnout y satisfacción con la vida en choferes profesionales

Burnout syndrome and life satisfaction in professional drivers

Erika Pamela Cando Taipe, Lorena Fernanda Altamirano López

Resumen

El síndrome de burnout tiene una estrecha relación con el estrés laboral crónico; y a consecuencia de ello se evidencian alteraciones a nivel físico, emocional y mental, llegando a afectar a los profesionales que mantienen una alta carga laboral y emocional. Por otro lado, la satisfacción con la vida se relaciona con la valoración de su propia vida incluyendo el bienestar emocional, relaciones interpersonales, logros y metas. El objetivo del estudio fue identificar la relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y la satisfacción con la vida en choferes profesionales del Cantón Salcedo. Se utilizó un enfoque cuantitativo, no experimental, con alcance correlacional y de corte transversal. Se aplicó reactivos psicológicos a 117 choferes profesionales, donde el 26% fueron mujeres y el 91% fueron hombres, a quienes se les aplicó la Escala de Maslach Burnout Inventory–General Survey MBI-GS y la Escala de Satisfacción con la Vida. En los resultados se encontró que existe una correlación negativa leve entre la satisfacción con la vida y desgaste emocional, cinismo; y positiva leve con eficacia profesional. En conclusión, se puede manifestar que, a mayor satisfacción con la vida, menor desgaste emoción y cinismo.

Palabras clave: agotamiento emocional; bienestar; desgaste; estrés mental; fatiga psicológica

Erika Pamela Cando Taipe

Universidad Técnica de Ambato | Ambato | Ecuador | ecando6110@uta.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0002-3124-6807>

Lorena Fernanda Altamirano López

Universidad Técnica de Ambato | Ambato | Ecuador | lf.altamirano@uta.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0000-2018-4482>

<http://doi.org/10.46652/rgn.v9i42.1238>

ISSN 2477-9083

Vol. 9 No. 42 octubre-diciembre, 2024, e2401238

Quito, Ecuador

Enviado: abril 14, 2024

Aceptado: junio 17, 2024

Publicado: julio 02, 2024

Publicación Continua



Abstract

Burnout syndrome is closely related to chronic work stress; and as a consequence, physical, emotional and mental alterations are evidenced, affecting professionals who maintain a high work and emotional load. On the other hand, life satisfaction is related to the valuation of one's own life, including emotional well-being, interpersonal relationships, achievements and goals. The aim of the study was to identify the relationship between the dimensions of burnout syndrome and life satisfaction in professional drivers. A quantitative, non-experimental, correlational, cross-sectional approach was used. Psychological items were applied to 117 professional drivers, 26% were women and 91% were men, to whom the Maslach Burnout Inventory Scale-General Survey MBI-GS and the Satisfaction with Life Scale were applied. The results showed a slight negative correlation between life satisfaction and emotional exhaustion ($Rho = -0.332$ $p < 0.001$), cynicism ($Rho = -0.387$ $p < 0.001$); and a slight positive correlation with professional efficacy ($Rho = 0.308$ $p < 0.001$). Finally, no significant differences were found between genders in terms of burnout dimensions.

Keywords: emotional exhaustion; well-being; burnout; mental stress; psychological fatigue.

Introducción

En la actualidad, la falta del bienestar en el ámbito laboral, está adquiriendo cada vez más relevancia en la sociedad debido a que está afectando tanto la salud mental como el desempeño profesional laboral (Castañeda et al., 2024). Uno de los problemas más investigados es el síndrome de burnout, que perjudica a un sin número de profesionales de diversas especialidades.

De acuerdo con Salanova et al. (2000), y Trigozo et al. (2020), el término 'Burnout' nace en Estados Unidos en la década de 1970, para dar a conocer cómo sus trabajadores, al esforzarse excesivamente en sus actividades, experimentaban estrés laboral. Con el paso del tiempo, aquellos problemas repercuten en su salud física y psicológica, ya que no lograron afrontar de manera adecuada el estrés crónico, por lo que, presentaron sintomatología como agotamiento, irritabilidad, aislamiento con su entorno y mostraban actitudes negativas hacia los clientes.

Los datos estadísticos proporcionan una comprensión precisa del impacto global del estrés laboral crónico, ya que de ello se desprende el síndrome de burnout. La Organización Internacional del Trabajo (OIT), realizó investigaciones sobre el estrés crónico en el trabajo, en el año 2014, los directores de las empresas de Europa mostraban preocupación puesto que, en la población prevalecía el estrés laboral crónico en un 80% (OIT, 2016). Asimismo, en el año 2022, la misma organización realizó un estudio en Ecuador, la cual indica que 168 mil profesionales de la salud, han presentado afecciones tanto físicas como mentales puesto que reconocen que el tiempo de su descanso es limitado, carga laboral excesiva y sobre todo mantiene una mala alimentación (OIT, 2022). Por lo tanto, en esta investigación, se considera que los choferes profesionales comparten las mismas características, ya que, diariamente mantiene contacto directo con el usuario, mala alimentación y a la vez tienen muy poco tiempo de descanso, por ende, existe mayor probabilidad que, de la acumulación del estrés crónico, de como respuesta a ello el síndrome de burnout.

Con el paso del tiempo, varios autores han contribuido al concepto del síndrome de burnout, en esta ocasión se aborda el burnout desde la teoría de Christina Maslach, quien es una de las pioneras en describir la definición del síndrome, denotando que se produce por la presión excesiva laboral, lo cual genera un conjunto de síntomas somáticos y psíquicos como dolores musculares, fatiga física y dolores de cabeza. Por ende, puede existir dificultades a nivel cognitivo, emocional, laboral, familiar y social. A causa de estas afecciones, el individuo presenta irresponsabilidad, dificultades para dormir y concentrarse, además, la falta de motivación, apatía, preocupación excesiva por destacar sus habilidades y agotamiento emocional constante (Lovo, 2020). Por otra parte, Ciércoles Monterde (2023), menciona que el burnout fue reconocido por la Organización Mundial de la Salud en el año 2022 como un problema principal de la salud mental, ya que, en el mismo año lo incluyó en el manual CIE 11 como el síndrome de desgaste ocupacional con el código QD85.0.

Por su parte Calleja et al. (2022), mencionan que Edward Diener es el creador de la teoría de la satisfacción con la vida, lo define como el grado en el que un sujeto evalúa la calidad de su vida a nivel global, abarcando aspectos positivos y su percepción de bienestar, los cuales están relacionados con el contexto cultural en el que residen y siempre va a depender de sus propias expectativas y objetivos, incluyendo: trabajo, finanzas, salud, metas personales, relaciones sentimentales y con su entorno. Asimismo; esta satisfacción se compone de afecto positivo, que se centra en las emociones placenteras como son la alegría, el amor y la felicidad y el efecto negativo que abarca emociones negativas como la ira, la ansiedad y la tristeza (Mohama, 2019).

Existen investigaciones que analizan la relación de las dos variables de este estudio; sin embargo, se las aborda de manera individual. Un estudio realizado por Armijos Salgado & Cabrera Jadán (2022), menciona que no existe prevalencia del síndrome de burnout en los choferes taxis-tas de la ciudad de Loja debido al porcentaje relativamente bajo en consideración con la muestra aplicada, lo que indica que no existe riesgos de padecer síndrome de burnout. No obstante, pudo evidenciar alguna sintomatología como cansancio, frustración, insomnio y cambios de humor que, al mantenerse por un largo tiempo, pueden ser perjudiciales en el ámbito laboral.

Con respecto al género, se observaron diferencias significativas, puesto que el género masculino tiene un porcentaje del 68%, denotando una mayor prevalencia de burnout, mientras que en el género femenino existe menor prevalencia, correspondiendo al 12%. Por lo tanto, existe más incidencia en el género masculino. A diferencia con el estudio de Quispe et al. (2022), que menciona los individuos de la empresa de transportes Salaverry Express SA sí presenta síndrome de burnout en un 56%, considerando que los trabajadores de la empresa si presentan síndrome de burnout, lo cual afecta tanto al desarrollo personal como laboral y desarrollo de la empresa.

Trigozo et al. (2020), encuentran que existe una prevalencia del síndrome de burnout en los choferes en un 54 %, lo que equivale a un nivel medio, tomando en cuenta que las puntuaciones de 1 a 33 indican un nivel bajo, de 34 a 66 un nivel medio y de 67 a 99 representa un nivel alto. Asimismo, en las dimensiones evaluadas, se encontró niveles altos de desgaste emocional con el 70%, cinismo con el 66 %, y eficacia profesional con un porcentaje del 44 %.

En el estudio realizado en la empresa de transporte público de la ciudad de Huacho por Guillermo & León (2020), obtuvieron resultados similares a la investigación anterior el cual indican que Principio del formulario el 50% de los encuestados tienen un nivel medio de burnout, ya que obtuvieron una puntuación de 56%, de igual forma en las tres subescalas evaluadas puesto que están en nivel medio.

El siguiente estudio, realizado por Gavilanes & Moreta (2020), manifiestan que el 41.79% de los transportistas de carga pesada del cantón Salcedo, presentaron un nivel medio de burnout. Esto significa que los individuos evaluados pueden gestionar de mejor manera las exigencias laborales. Por cuanto y según los estudios mencionados infiere que existe dificultad en el área de eficacia profesional, desgaste emocional, el cinismo.

Por otro lado, Santafé Rozo & Agudelo Amaris (2020), llevaron a cabo un estudio sobre el síndrome de burnout en los choferes de la cooperativa COOPMOTILON de la ciudad de Pamplona, para ello utilizaron la escala de Maslach Burnout Inventory (M.B.I.) Los resultados indicaron que el 31,4% de los choferes padecen síndrome de burnout. De igual modo, Cárdenas Leguizamo (2021) sus posibles causas, síntomas, consecuencias, tratamiento y las herramientas empleadas para medir el síndrome. La muestra estuvo conformada por 25 conductores de sexo masculino, en edades entre 30 a 60 años, a quienes se les administró el instrumento de medida Inventario de Burnout de Maslach MBI-General Survey, versión Española adaptada por (Salanova, Schaufeli, Llorens, Peiró y Grau, 2000, menciona que en su investigación abordada en los choferes de transporte público urbano en la ciudad de Bucaramanga el 12% de la población están afectados por el burnout, y en sus dimensiones evaluadas, muestra que el 24% presenta desgaste emocional, mientras que el cinismo es la dimensión más baja con un 5%. Por lo tanto, existe síndrome de burnout en el personal evaluado.

También existen estudios sobre la relación del síndrome de burnout y las horas de trabajo, lo que demuestra que no existen indicios de burnout que según Llerena & Martínez (2022), no existe una prevalencia del burnout en los choferes del transporte pesado de la ciudad de Medellín puesto que se obtuvo un porcentaje del del 22%, lo que indica que no existe un riesgo significativo. De igual forma en las tres dimensiones evaluadas, ya que presentaron niveles bajos, por ende, no existe indicios de síndrome de burnout en esta población. En el estudio de Tápia Caballero (2021) las actividades vinculadas al sector del transporte son fundamentales para el crecimiento económico, la creación de empleo y la calidad de la vida cotidiana de las personas. Por ello, la demanda de transporte en Europa es significativamente mayor que en 2000 y se considera que seguirá aumentando. EEA (2016b, manifiesta que el 8.8% de los trabajadores presentan este síndrome, por lo tanto, pocos trabajadores padecen este síndrome. En relación con las dimensiones evaluadas, menciona que en el área de desgaste emocional y cinismo presentan niveles altos, con un porcentaje del 42.5% y 63.8%, mientras que en el área de eficacia profesional personal muestra un nivel bajo correspondiendo al 45%.

Además, existen estudios sobre las dimensiones del burnout, las cuales incluyen el desgaste emocional, el cinismo y la eficacia profesional. En el estudio realizado en los choferes profesionales de transporte público del distrito metropolitano en la ciudad de Quito menciona que el 52.50% presenta un nivel bajo de cansancio emocional, el 48 % muestra baja eficacia profesional, y el 38.33% corresponde al cinismo. Por consiguiente, se supone que dicho síndrome tuvo cierto grado de riesgo, puesto que presentan características del síndrome como irritabilidad, desmotivación, frustración e irritabilidad por el tráfico vehicular, por ende, deberán ser trabajadas en posteriores estudios.

En el siguiente estudio se exploró la correlación entre el síndrome de burnout y el desempeño laboral en los choferes del transporte Kupini Ltda. de la Ciudad de La Paz. Los resultados revelan que la población presenta niveles medios de burnout, representados en un 65%. Tomando en cuenta que las puntuaciones de 1 a 33 indican un nivel bajo, de 34 a 66 un nivel medio y de 67 a 99 representa un nivel alto.

Siguiendo esta línea, se encontraron que existe altos niveles de agotamiento emocional y cinismo, con porcentajes del 79.55% y 90.42%, mientras que en el área de eficacia profesional existen bajos niveles por lo que se considera que los choferes presentan sentimientos de fracaso hacia sí mismos y hacia la profesión (Campaña & Tenorio, 2019; Monasterios Aguirre, 2022; Ríos López, 2022) fortaleciendo las actividades económicas, alcanzando la equidad social y territorial. Sin embargo, al estar expuestos a varios estresores laborales como el contacto directo con los usuarios, largas jornadas de trabajo, tráfico, contaminación ambiental y auditiva, condiciones de seguridad deficientes, irrespeto a las señales de tránsito provoca que se desencadene problemas psicosociales, emocionales y conductuales desarrollando el síndrome de burnout. La presente investigación tiene como objetivo analizar la relación del síndrome de burnout en el desempeño laboral tomando como muestra 313 conductores profesionales de transporte público convencional del DMQ, aplicando una metodología con enfoque cuantitativo de corte transversal y utilizando instrumentos como el Maslach Burnout Inventory (MBI).

Otra variable por considerar es la satisfacción con la vida, según Navarro Blanco et al. (2020), existe una relación positiva altamente significativa entre la satisfacción con la vida (55%) y satisfacción laboral (66.9%), puesto que ambas presentan un nivel medio e influyen en el desempeño de los individuos en el campo laboral. Por otro lado, en el estudio de Álvarez et al. (2023), se encuentra que la satisfacción con la vida siempre va a ser medida desde la subjetividad, por lo tanto, realizaron la investigación desde el ámbito laboral, lo cual indica que existe una relación sumamente significativa entre la satisfacción con la vida y el buen desempeño laboral.

Por otro parte, Arrogante & Aparicio (2020), en su estudio llevado en choferes profesionales encuentran que al existir mayor incidencia de burnout, los choferes carecen de satisfacción con la vida. Además, se comprobó estos resultados similares con el estudio de Celio Pillaca (2021), quien evaluó la correlación de las dimensiones del síndrome de burnout y la satisfacción con la vida en docentes, lo cual da como resultados una relación negativa y positiva, entre la eficacia profesional y la satisfacción con la vida. Por otra parte, Sarmiento Loayza (2022), refiere a que la satisfacción

vital se asocia con la salud autopercebida y el estado funcional, por lo tanto, los resultados son acorde a lo que se pretende investigar. Los trabajadores ligados al poder judicial en Chile presentan satisfacción con la vida en un nivel muy alto con un 44.7%, y esto se relaciona con el entorno laboral y familiar (Jiménez-Figueroa & Gómez-Urrutia, 2021). Por otra parte, Alvarado García (2021), indica la correlación entre el clima laboral y la satisfacción con la vida en los trabajadores de una universidad pública, destacando la relación entre ambas variables, que indica que el 46,6% tienen un nivel relativamente regular de clima laboral y el 56,9% se encuentran en un nivel de satisfacción con la vida. Siendo que el bienestar subjetivo, no se entiende por la estabilidad económica. Por otro lado, Camacho et al. (2022), menciona que dicha variable tiene relación con el ingreso, la riqueza, y el desempleo, lo cual se puede interpretar que dependerá la situación de momento del estudio de la satisfacción con la vida.

En base a la información presentada, esta investigación tiene como objetivo principal determinar la relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y satisfacción con la vida en los choferes profesionales del cantón Salcedo-Ecuador; para llevar a cabo este propósito, se evalúa las dimensiones del burnout en choferes profesionales, como también se valora los niveles de satisfacción con la vida de estos. Además, se compara la media de puntuación del síndrome de burnout entre el género femenino y masculino.

Metodología

Diseño de investigación

Esta investigación adoptó un enfoque cuantitativo que se caracteriza por el uso de herramientas estadísticas y matemáticas (Faneite, 2023). En cuanto al diseño, el estudio fue no experimental, puesto que se observó y evaluó los fenómenos en su contexto natural (Redondo & Fuentes 2020). El alcance fue correlacional porque tiende a medir la relación o asociación entre las dos variables y el corte fue de tipo transversal ya que el estudio se ejecutó una sola vez, sin dar un seguimiento posterior (Redondo & Fuentes 2020).

Técnicas de recolección de datos

Se emplearon dos instrumentos para evaluar las variables síndrome de burnout y satisfacción con la vida. Para la primera variable, se utilizó la escala adaptada al español de Maslach Burnout Inventory–General Surve (Salanova, Schaufeli et al., 2000). Consta de 16 ítems distribuidos en 3 dimensiones: 1) desgaste emocional consta de 5 ítems (1,2,3,4, 6), más de 14 puntos presencia de desgaste. 2) cinismo tiene 5 ítems (8,9,13,14,15), presencia de este, al obtener más de 9 puntos. 3) La eficacia profesional consta de 6 ítems (5,7,10,11,12,16), se evalúa de forma positiva, al obtener menos de 23 puntos se considera que el individuo tiene un buen desempeño en su área laboral. Por otro lado, al evaluar en su totalidad el síndrome de burnout, se debe tomar en cuenta que las puntuaciones de 1 a 33 indican un nivel bajo, de 34 a 66 un nivel medio y de 67 a 99 representa un nivel alto.

Para evaluar la satisfacción con la vida, se utilizó la escala traducida y adaptada al español de satisfacción con la vida (SWLS) desarrollado por Vázquez, Duque y Hervás (Cabañero et al., 2013). Está compuesta por 5 ítems, se responde utilizando una escala de tipo Likert. La puntuación total de la escala se obtiene mediante la suma de las respuestas de cada ítem. El rango de puntuación va desde satisfacción muy alta (30 a 35 puntos), satisfacción alta (25 a 29), satisfacción media de (20-24), satisfacción por debajo de la media (15 a 19) e insatisfacción con la vida (14 a 10) (González & Rodríguez, 2019).

Técnicas de recolección de datos

Se empleó un método de muestreo no probabilístico por conveniencia puesto que se obtuvo acceso fácil a la población. Posterior a la autorización y firma de la carta compromiso de parte del director de la mancomunidad, quien dirige el transporte en el cantón Salcedo y al obtener los permisos correspondientes, se acudió de manera presencial a las reuniones en las sedes de las compañías con el fin de socializar la finalidad del estudio. En cada compañía se informó en que se basa el consentimiento informado y las instrucciones de cada test. Para la recolección de datos, se utilizó el formulario de Google Forms para cada escala, donde se solicitó colocar el género, la edad y contestar si estaban o no cansados en ese momento, además se recolectó los datos de forma grupal y presencial, a la vez tuvieron un tiempo estimado de 20 minutos. Una vez recopilado los datos, se procedió a ingresar los resultados en una hoja de Excel, para procesar los datos estadísticos se empleó el programa Jamovi.

2.4 Población

Se eligió una muestra de 117 choferes profesionales, en donde se empleó criterios de inclusión: (1) aceptar la participación voluntaria por medio de la carta del consentimiento informado, (2) choferes profesionales de género masculino y femenino, (3) choferes profesionales mayores a 18 años, (4) profesionales que laboren en el cantón Salcedo-Ecuador; excluyendo a las personas que se muestren incómodas o cansadas al momento de completar el test. Al aplicar estos criterios se consiguió una muestra de 110 choferes, de los cuales el 21.5 % son mujeres y el 88.5 % son hombres, la media de edad con 38.5 años.

Resultados

Correlación entre las dimensiones del burnout y satisfacción con la vida

Dado que, a través de la aplicación de la prueba de Shapiro-Wilk, la distribución de las puntuaciones de burnout y satisfacción con la vida no fueron normales ($p < 0.05$), se aplicó la prueba de correlación de Spearman. En la tabla 1 se presentan los resultados de la prueba.

Tabla 1. Correlación del síndrome de burnout y satisfacción con la vida.

| | | Agotamiento emocional | Cinismo | Realización personal |
|--------------------------|-----------------|------------------------------|----------------|-----------------------------|
| Satisfacción con la vida | Rho de Spearman | 0.332-*** | 0.387-*** | 0.308 *** |
| | valor p | <.001 | <.001 | <.001 |

Fuente: elaborado por las autoras.

Se encontró que existe una correlación negativa leve entre la satisfacción con la vida y desgaste emocional (Rho= -0.332 p<0.001), cinismo Rho= -0.387 p<0.001) y positiva leve con eficacia profesional Rho= 0.308 p<0.001).

Nivel de las dimensiones del burnout

En la tabla 2 se presentan los resultados de las dimensiones del síndrome de burnout

Tabla 2. Dimensiones del síndrome de burnout.

| Niveles | Desgaste emocional | Cinismo | Eficacia profesional |
|---------|---------------------------|----------------|-----------------------------|
| | Total % | Total % | Total % |
| Bajo | 28.2% | 13.7% | 14.5% |
| Medio | 36.8% | 43.6% | 48.7% |
| Alto | 35% | 42.7% | 36.8% |

Fuente: elaborado por las autoras.

De los 110 participantes, se obtuvieron los siguientes resultados de las tres dimensiones de la escala MBI-GS. Se observa que el 28.2 % de los evaluados tienen un nivel bajo de desgaste emocional, el 36.8 % poseen un nivel medio y el 35% un nivel alto. En cuanto al cinismo el 13.7% de los participantes tiene un nivel bajo, el 43.6 % poseen un nivel medio y el 42.7 % un nivel alto. Por último, se examina que el 14.5 % de los evaluados tienen un nivel bajo de eficacia profesional, el 48.7 % poseen un nivel medio y el 36.8 % un nivel alto.

Nivel de la satisfacción con la vida

A continuación, en la tabla 3 se presentan los resultados de los niveles de satisfacción con la vida.

Tabla 3. Niveles de la satisfacción con la vida.

| Nivel | Frecuencias | % del Total |
|--------------------------------|-------------|-------------|
| Insatisfacción | 5 | 4.3 % |
| Ligeramente debajo de la media | 13 | 11.1 % |
| Media | 14 | 12.0 % |
| Alta | 49 | 41.9 % |
| Muy alta | 36 | 30.8 % |

Fuente: elaborado por las autoras.

Del total de evaluados, se puede evidenciar que el 30.8 % presenta satisfacción con la vida en un nivel muy alto, el 41.9 % muestra un nivel alto de satisfacción y el 12.0 % presenta satisfacción media.

Comparación de las dimensiones del síndrome de burnout según el género

En la tabla 4 se presenta el resultado de la prueba de comparación, dado que la distribución de las puntuaciones no fue normal se aplicó la prueba U de Mann Whitney encontrando que no hubo diferencias estadísticamente significativas entre la media de hombres y mujeres en las tres dimensiones de burnout.

Tabla 4. Comparación del síndrome de burnout en hombres y mujeres.

| | Grupo | N | Media | U de Mann Whitney | |
|----------------------|--------|----|-------|-------------------|-------|
| | | | | Estadístico | p |
| Desgaste emocional | Mujer | 26 | 11.23 | 1139 | 0.773 |
| | Hombre | 91 | 11.92 | | |
| Cinismo | Mujer | 26 | 9.23 | 1143 | 0.792 |
| | Hombre | 91 | 9.47 | | |
| Eficacia profesional | Mujer | 26 | 29.58 | 933 | 0.100 |
| | Hombre | 91 | 27.14 | | |

Fuente: elaborado por las autoras.

Con un nivel de confianza del 95%, se identifica que no hay diferencias estadísticamente significativas entre las medias de puntuación de las dimensiones del síndrome de burnout entre los géneros. En el desgaste emocional las mujeres presentan una media de $M=11.93$ y en hombres $M=11.92$, en el cinismo las mujeres presentan una media de $M=9.47$ y en hombres $M=9.47$; en eficacia profesional la media de puntuación de las mujeres es de $M=29.58$ y los hombres una media $M=27.14$ ($U= 1139,1143,933$, $p>0.05$).

Discusión

En este estudio se observa que existe una correlación negativa, entre la satisfacción con la vida, el desgaste emocional y cinismo, por ende, se interpreta que a medida que aumenta satisfacción con la vida, disminuye el desgaste emocional y cinismo. Esto se asemeja con el estudio de Celio Pillaca (2021), quien evaluó la correlación del síndrome de burnout y la satisfacción con la vida en docentes, lo cual da como resultado una relación positiva, entre la eficacia profesional y la satisfacción con la vida. Es decir, los docentes que experimentan una mayor eficacia en su desempeño profesional también reportan mayores niveles de satisfacción con la vida. Estas similitudes pueden atribuirse a que ambas profesiones mantienen altas demandas laborales, ya que, diariamente tienen contacto directo con las personas, lo cual puede ser una fuente significativa de estrés y desgaste emocional. Además, ambos grupos deben adaptarse constantemente a cambios en el entorno laboral y cumplir con expectativas altas, lo que contribuye al desgaste emocional y al cinismo si no se maneja adecuadamente. Por lo tanto, estas correlaciones son cruciales para entender el bienestar psicológico y emocional de las personas evaluadas.

Respecto a las dimensiones del burnout, los resultados revelan que en los choferes profesionales prevalece un nivel medio de las dimensiones de desgaste emocional, cinismo y eficacia profesional, lo que indica que, pese a que demuestran un nivel medio en dichas subescalas, aún logran realizar de manera eficaz sus funciones dentro de las compañías. Estos resultados muestran gran semejanza con los hallazgos de Campaña & Tenorio (2019), quienes también mencionan que en las tres dimensiones están en un nivel medio, estas similitudes pueden deberse a que los individuos evaluados comparten rasgos semejantes a los de mi población evaluada. Por el contrario, en el estudio elaborado por Santafé Rozo & Agudelo Amaris (2020), proporciona datos diferentes, donde al evaluar las dimensiones del burnout en choferes taxistas de Lima, encontraron altos niveles de desgaste emocional y cinismo, estas diferencias podrían asignarse como el tiempo que llevan laborando en las compañías, las horas laborales diarias, y el ser propietario del vehículo, también es posible que las actividades difieran entre el conductor de un transporte público urbano y un conductor taxista.

En cuanto a los niveles de la satisfacción con la vida, predomina niveles altos, lo que indica que los individuos de esta población se sienten realizados en sus actividades y roles, puesto que a lo largo de su vida han cumplido metas y propósitos, quizá no en su totalidad, pero lo consiguieron. Estos hallazgos se contrastan con el estudio de Alvarado García (2021), quien indica que

en los trabajadores de una universidad pública, predomina niveles altos de la satisfacción con la vida estas similitudes puede atribuirse a que la labor tanto del docente como el chofer puede ser estresante debido a su gran complejidad, sin embargo pueden lidiar con las adversidades que se les presentan, es decir cumplen con los objetivos planeados. Por lo tanto, Aedo et al. (2020), mencionan que la satisfacción con la vida siempre va a depender del trabajo que realicen, en esta ocasión el hecho de ser profesiones con alta demanda de estrés.

En relación al análisis del síndrome de burnout según el género, se halló que en las dimensiones de burnout no se encontró diferencias significativas entre el género masculino y femenino en esta investigación. Esto podría deberse a que los roles y responsabilidades son iguales para ambos géneros ya que están frente a las mismas presiones laborales. Este hallazgo es relevante porque sugiere que, al menos en este contexto, el género no es un factor determinante en la experiencia del burnout, lo que puede indicar una equidad en las condiciones de trabajo y expectativas laborales. Estos resultados son opuestos por Armijos Salgado & Cabrera Jadán (2022), quienes indicaron que existe mayor prevalencia en el género masculino, que en género femenino. Estas diferencias podrían originarse a la diferencia de edad, ya que la edad media de mujeres fue 27.5 años, mientras que la de los hombres fue 39 años. Por lo tanto, la edad puede influir en la experiencia. Estas comparaciones ayudan a abordar y mitigar el burnout en diferentes grupos demográficos.

Conclusiones

Tras analizar la correlación entre el síndrome de burnout y satisfacción con la vida en choferes profesionales se puede indicar que existieron relaciones tanto positivas como negativas en los choferes profesionales. Por lo tanto, a mayor satisfacción con la vida, disminuyen las dimensiones del burnout, por ende, se resalta la importancia de abordar el síndrome de Burnout pues es una problemática que comúnmente se vive día tras día, debido a la escasez de trabajo, la baja remuneración, la carga laboral excesiva, falta de comunicación y sobre todo abuso psicológico en el ámbito laboral, por parte del usuario o jefe. Es importante proponer estrategias de manejo a la frustración, irritabilidad, insomnio y concentración.

La investigación indica que la población evaluada muestra niveles medios de desgaste emocional, cinismo y eficacia profesional. Lo que se logra interpretar que las actividades, los horarios y las rutas varían todos los días, lo que ayuda a que deje de ser monótono, asimismo dichos factores les ayudan a enfrentar diferentes adversidades y sobre todo adquieren más experiencia como choferes, esto interfiere en el nivel medio de las dimensiones. Por otra parte, se encontraron aspectos que deberían ser indagadas en nuevos estudios como, por ejemplo, determinar si la relación entre el conductor y el dueño de la unidad influye en padecer o no síndrome de burnout e investigar las posibles causas que conllevan al conductor a la satisfacción con su trabajo, el tiempo que llevan laborando en la empresa. Por último, es importante que en nuevas investigaciones se abarquen algunas actividades o ejercicios lúdicos que ayuden a prevenir ciertos síntomas del burnout.

Con relación a la satisfacción con la vida se pudo evidenciar que la población evaluada presenta satisfacción con la vida en un nivel alto, lo que se puede explicar que no representa un riesgo significativo para su bienestar. Sin embargo, es necesario investigar situaciones o aspectos que pueden estar influyendo en el bienestar personal. Con respecto al género no se reconoció una diferencia significativa en los resultados del síndrome de burnout entre hombres y mujeres. Lo cual es importante verificar los roles y responsabilidades de cada género dentro de la empresa.

En cuanto a las limitaciones de la investigación, se identificó la falta de investigaciones que abarquen las variables estudiadas. Por este motivo, existió ciertas complicaciones de profundizar el tema. Además, la diferencia de edades interviene en los resultados, puesto que varían tanto la experiencia como el conocimiento previo, por ende, se sugiere realizar estudios con un rango de edad específico, también incluir choferes profesionales de las compañías interprovinciales que compartan características similares. Además, se manifiesta que no se utilice aplicaciones digitales ya que en la investigación no todos los participantes saben utilizar la tecnología, por ende, se sugiere aplicar los reactivos psicológicos de manera física. Es fundamental basarnos en estas sugerencias para obtener resultados eficaces sobre el síndrome de burnout y satisfacción con la vida.

Referencias

- Aedo, J., Oñate, E., Jaime, M., Salazar, C., Aedo, J., Oñate, E., Jaime, M., & Salazar, C. (2020). Capital social y bienestar subjetivo: Un estudio del rol de la participación en organizaciones sociales en la satisfacción con la vida y felicidad en ciudades chilenas. *Revista de análisis económico*, 35(1), 55-74. <https://doi.org/10.4067/S0718-88702020000100055>
- Alvarado-García, P. A. A. (2021). Clima laboral y satisfacción con la vida en trabajadores de una universidad pública. *UCV Sienta Biomédica*, 4(2). <https://lc.cx/RqHCR1>
- Alvarez, J. M., Lazo, N. C., Julon, J. V., Casa, J. P., & Malca-Peralta, S. (2023). Satisfacción con la vida como predictor de la calidad de vida en el trabajo y el rendimiento laboral en trabajadores de salud. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 16(1). <https://doi.org/10.17162/rccs.v16i1.1991>
- Armijos Salgado, P. D., & Cabrera Jadán, R. F. (2022). *Prevalencia del síndrome de Burnout en conductores de taxi y su asociación al sindicato de conductores profesionales* [Tesis máster, Universidad de las Américas]. <http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/13956>
- Arrogante, O., & Aparicio-Zaldívar, E. G. (2020). Burnout syndrome in intensive care professionals: Relationships with health status and wellbeing. *Enfermería Intensiva*, 31(2), 60-70. <https://doi.org/10.1016/j.enfi.2019.03.004>
- Cabañero Martínez, M. J., Richart Martínez, M., Cabrero García, J., Orts Cortés, M. I., Reig Ferrer, A., & Tosal Herrero, B. (2004). Fiabilidad y validez de la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener en una muestra de mujeres embarazadas y puerperas. *Revista Psicothema*, 6(3).
- Calleja, N., Mason, T. A., & Pérez, O. G. (2022). Escala de Bienestar Subjetivo, versión corta (EBS-8): Revalidación, invarianza de medición y teoría de respuesta al ítem. *Acta Colombiana de Psicología*, 25(1). <https://doi.org/10.14718/ACP.2022.25.1.13>

- Camacho, M., Horta, R., Camacho, M., & Horta, R. (2022). Bienestar y felicidad: Impactos del ingreso, la riqueza y el empleo en el bienestar subjetivo en el ámbito urbano. El caso de Montevideo. *Estudios Gerenciales*, 38(163), 161-171. <https://doi.org/10.18046/j.estger.2022.163.4802>
- Campaña Iza, D. G., & Tenorio Anchapaxi, J. A. (2019). *El síndrome de burnout en el desempeño laboral de los conductores profesionales de transporte público convencional del Distrito Metropolitano de Quito* [Tesis doctoral, Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE]. <https://lc.cx/IJ0srt>
- Cárdenas Leguizamón, O. M. (2021). *Medida del Burnout en un grupo de conductores de transporte público urbano de la ciudad de Bucaramanga* [Tesis máster, Universitat Oberta de Catalunya]. <https://openaccess.uoc.edu/handle/10609/139526>
- Castañeda, Y., Betancourt, J., & Lorena, N. (2024, 14 de mayo). *Confederación Salud Mental España*. <https://consaludmental.org/>
- Celio Pillaca, J. (2021). Burnout y satisfacción con la vida en docentes que realizan clases virtuales en un contexto de pandemia por covid-19. *Revista de Investigación Científica*, 3(1), 185-212. <https://doi.org/10.37073/puriq.3.1.142>
- Ciércoles Monterde, A. (2023). *El síndrome del burnout en dos colectivos del transporte público de Barcelona y su afectación en el absentismo* [Tesis máster, Universitat Oberta de Catalunya]. <https://openaccess.uoc.edu/handle/10609/148775>
- Faneite, S. F. A. (2023). Los enfoques de investigación en las Ciencias Sociales. *Revista Latinoamericana Ogmios*, 3(8) <https://doi.org/10.53595/rlo.v3.i8.084>
- Gavilanes Gavilanes, J., & Moreta-Herrera, R. (2020). Satisfacción laboral, salud mental y burnout. Análisis de mediación parcial en una muestra de conductores del Ecuador. *Psicodebate*, 20(2). <https://doi.org/10.18682/pd.v20i2.1875>
- Guillermo Gerónimo, E. R., & León García, S. P. (2020). Síndrome de burnout en trabajadores de una empresa de transporte público, en tiempo de pandemia, Huacho [Tesis doctoral, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/66090>
- Jiménez Figueroa, A., & Gómez-Urrutia, V. (2021). Incidencia del bienestar subjetivo y equilibrio trabajo-familia en cuanto a la cultura trabajo-familia en trabajadores del poder judicial chileno. *Revista Costarricense de Psicología*, 40(1), 23-36. <https://doi.org/10.22544/rcps.v40i01.02>
- Llerena Morales P. A., & Martínez Martínez C. M. (2022). *La prevalencia del síndrome de burnout y su asociación con las horas en vía en los conductores de maquinaria pesada* [Tesis máster, Universidad de las Américas]. <https://lc.cx/c-dIt8>
- Lovo, J. (2020). Síndrome de burnout: Un problema moderno. *Entorno*, 70. <https://doi.org/10.5377/entorno.v0i70.10371>
- Mohamad, M. I. (2019). *Satisfacción con la vida y su relación con las estrategias de resolución de problemas sociales en jóvenes universitarios* [Tesis máster, Pontificia Universidad Católica Argentina] <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/1015>
- Monasterios Aguirre, J. W. (2022). *Desempeño laboral y síndrome de Burnout "Conductores de la Cooperativa de Transportes Kupini Ltda. De la ciudad de La Paz* [Tesis Doctoral, Universidad Mayor de San Andrés]. <http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/29985>

- Navarro Blanco, R. M., Denegri-Coria, M., & Peñaloza, V. (2020). Satisfacción con la vida y capacidades financieras en adultos mayores con envejecimiento activo: estudio exploratorio en el sur de Chile. *InterSedes*, 21(43), 57-77. <https://doi.org/10.15517/isucr.v21i43.41977>
- Ordoñez Ramos, G. B., & Lucero Aguirre, B. E. (2023). *Frecuencia e intensidad del síndrome de Burnout en choferes de taxis de la organización Frente Unido de Taxistas en la ciudad de Cuenca* [Tesis máster, Universidad de Cuenca]. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/43295>
- Organización Internacional del trabajo (2016, 14 de diciembre). Panorama Laboral. International Labour Organization. <https://www.ilo.org/es/publications/panorama-laboral-2016>
- Organización Internacional del trabajo (2022, 13 de abril). Trabajadores de la salud en Ecuador: Quiénes son y qué proponen para mejorar sus condiciones laborales. International Labour Organization. <https://lc.cx/Rnthtk>
- Salanova, M., Schaufeli, W. B., Llorens, S., Peiro, J. M., & Grau, R. (2000). Desde el burnout al engagement: ¿una nueva perspectiva? *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 16(2), 117-134. <https://journals.copmadrid.org/jwop/files/63236.pdf>
- Santafé Rozo, A. A., & Agudelo Amaris, C. A. (2020). *Síndrome de Burnout en conductores de la cooperativa de transportadores el Motilón Coopmotilon de Pamplona* [Tesis máster, Universidad de Pamplona]. <http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/handle/20.500.12744/3489>
- Sarmiento Loayza, L. (2022). Subjective well-being, health status, functional capacity and social participation in Chilean older people. *Revista Médica De Chile*, 150(8), 1010-1017. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872022000801010>
- Tápiá Caballero, P. (2021). *Burnout y fatiga laboral en conductores profesionales del sector del transporte* [Tesis de doctorado, Universitat Rovira y Virgili].
- Ríos López. (2022). Síndrome de burnout y satisfacción laboral en los trabajadores de una empresa de transportes de Lima Norte [Tesis de licenciatura, Universidad Católica del Ecuador].
- Trigozo, L., Gonzáles, E., Magallanes, J., Torres, J., Gutiérrez, R., Rodríguez, D., & Morillo Arqueros, A. (2020). Relación entre estrés laboral y Síndrome de Burnout en conductores de taxi de la ciudad de Trujillo. Perú, 2019. *Revista Médica Vallejana/ Vallejian Medical Journal*, 9, 13-17. <https://doi.org/10.18050/revistamedicavallejana.v9i1.2421>

Autoras

Erika Pamela Cando Taípe. Bachiller y Estudiante.

Lorena Fernanda Altamirano López. Máster en Psicología Clínica con mención en psicoterapia y actualmente me desempeño como psicóloga de la Sala de Intervención en Crisis de la Emergencia del Hospital General docente Ambato, consulta particular y psicóloga Clínica en la Universidad Técnica de Ambato.

Declaración

Conflicto de interés

No tenemos ningún conflicto de interés que declarar.

Financiamiento

Sin ayuda financiera de partes ajenas a este artículo.

Notas

El artículo es original y no ha sido publicado previamente.