



**RELACIÓN ENTRE EL BURNOUT Y LOS NIVELES DE GLUCOSA
CAPILAR EN DOCENTES DIAGNOSTICADOS CON DIABETES DE LA
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MANABÍ**

**RELATIONSHIP BETWEEN THE BURNOUT AND THE LEVELS OF
CAPILLARY GLUCOSE IN DIAGNOSED TEACHERS WITH THE
DIABETES OF THE TECHNICAL UNIVERSITY OF MANABI "**

Ruth Elena Loor Rivadeneira¹

Odaliz Yarrisa Delgado Palacios²

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Ruth Elena Loor Rivadeneira y Odaliz Yarrisa Delgado Palacios (2018): "Relación entre el burnout y los niveles de glucosa capilar en docentes diagnosticados con diabetes de la Universidad Técnica de Manabí", Revista Caribeña de Ciencias Sociales (noviembre 2018).

En línea

[//www.eumed.net/rev/caribe/2018/11/burnout-glucosa-capilar.html](http://www.eumed.net/rev/caribe/2018/11/burnout-glucosa-capilar.html)

Resumen

La diabetes es una enfermedad cada vez más frecuente, principalmente en trabajadores que tienden a estar sometidos a una mayor presión, considerando este punto, el presente estudio tiene como objetivo el describir la relación entre el burnout y los niveles de glucosa capilar en docentes diagnosticados con diabetes de la Universidad Técnica de Manabí, para alcanzarlo se empleó un método descriptivo, cuantitativo y empírico de corte transversal. Las técnicas empleadas fueron el test de Maslach, que consta de 22 ítems divididos en tres áreas, y entrevista breve que añadía datos referentes de los niveles de glucosa en sangre.

Los docentes seleccionados correspondían a la base de datos de la Unidad de bienestar estudiantil de la Universidad Técnica de Manabí, en esta base de datos se encontraron 20 personas con diagnóstico de diabetes, de los cuales 10 docentes de diferentes áreas y el resto correspondía a trabajadores que desempeñan diversas funciones dentro de la institución, se procedió a realizar el test de manera individual.

¹ Loor Rivadeneira Ruth Elena. Escuela de psicología clínica. Universidad Técnica de Manabí. Magister en ciencias psicológicas con mención en neuropsicología. rutylo@hotmail.com. 0000-0003-3130-582X

² Delgado Palacios Odaliz Yarrisa. Escuela de psicología clínica. Universidad Técnica de Manabí. Egresada de la escuela de psicología clínica. odalidel@gmail.com. 0000-0001-7166-3803

Palabras clave

Agotamiento Profesional, estrés, Universidad, docentes, diabetes, glucosa

Abstract

Diabetes is an increasingly common disease, mainly in workers who tend to be subject to greater pressure, considering this point, the present study aimed to describe the relationship between burnout and capillary glucose levels in teachers diagnosed with diabetes of the Technical University of Manabí, to achieve it a descriptive, quantitative method was used. The techniques used were the Maslach test, which consists of 21 items divided into three areas, and a brief interview that added data referring to blood glucose levels.

The selected teachers corresponded to the student welfare database of the Technical University of Manabi, of which about 15 teachers diagnosed with diabetes were found, the test was carried out individually.

Key words

Burnout, stress, university, faculty, diabetes, glucose

1. Introducción

El estrés se ha convertido en algo frecuente en la civilización contemporánea, que con el paso del tiempo se ha interpretado de diversas maneras que han disminuido su rigor científico, también este hace referencia a estímulos de carácter emocional, físico, social, económico, demográfico, por lo que su origen es multifactorial, teniendo como principal señal el dar una respuesta o cambio, fisiológico o psicológico que busque compensar la situación, en cuyo caso se identifica como síndrome general de adaptación, descrito por primera vez por Selye en 1963. (Vega, Et al, 2009)

Por otro lado, el estrés laboral es un trastorno asociado al trabajo, que presenta síntomas físicos como cefaleas o calambres musculoesqueléticos. Esto se debe a que el ámbito laboral se presentan diversos elementos que pueden interaccionar de manera inadecuada, como el tipo de trabajo, la organización en entorno, las aptitudes y actitudes de los compañeros, y las facilidades que se encuentran en el medio laboral, así como la adición de las dificultades de la vida personal de cada trabajador y las características sociodemográficas como edad, años de servicio, sexo, estado civil, etc. (OMS, 2017)

El estrés laboral crónico puede generar problemas tanto psicológicos, cognitivo, emociones fisiológicas; que corresponden en gran parte a la estructura psicológica y biológica del individuo lo que genera una relación estresor-salud, destacando esto el síndrome de Burnout, descrito por primera vez por Freudenberg en 1973 quien al percatarse de como sus asistentes cambiaban de voluntarios atentos a personas agresivas con los pacientes, colocó este nombre a la sensación de fracaso y perder la energía que se evidenciaba en todo profesional que ejercía trabajos emocionalmente demandantes, o que requirieran trato directo con un grupo social de individuos.

Por lo tanto el estrés laboral y el síndrome de Burnout afecciones concomitantes que poseen como origen el ambiente laboral desfavorable, diferenciándose el síndrome de burnout por abarcar estrés crónico y problemas emocionales que resaltan por la pérdida de interés, motivación e insatisfacción con su profesión, alteraciones fisiológicas significativas, agotamiento emocional, estancamiento profesional, condiciones económicas adversas, sobrecarga laboral, y una deficiente orientación profesional. (Avargues & Borda, 2010)

Por estas características Maslach al oficializar el término burnout como un cuadro de estrés crónico tridimensional que comprende agotamiento emocional (depresión, irritación, distracción, cefaleas, fatiga crónica, cambios de peso, enfermedades cardiovasculares y alteraciones gastrointestinales), despersonalización (aislamiento, conflictos interpersonales, apatía, cinismo) y baja realización personal (evitación de responsabilidades, desaparición de expectativas) presentándose como un cuadro progresivo de pérdida del idealismo energía y propósito en personas con trabajos que exigen un trato directo con personas. (Bosqued, 2008)

Desde 1999 el sector educativo es uno de los más afectados con altos porcentajes de estrés crónico, y las enfermedades físicas asociadas así como el síndrome de burnout, asociado a la ambigüedad de roles y tareas, una débil organización del ambiente laboral, leyes inestables como desventajas para el docente, y una comunidad educativa poco colaboradora sumado a los conflictos internos y personales del educador, volviendo la docencia una de las profesiones con mayor presencia de trabajadores con patologías medicas concomitantes al estrés crónico. (Extremera, et al., 2010)

Siguiendo esta problemática, en ciertos estudios se destaca que la profesión docente es considerada dentro de los trabajos que queman, un ejemplo de este es el análisis transversal llevado a cabo por una Universidad privada de Quito (Vilaret & Ortiz, 2013), en su análisis epidemiológico cerca del 24% de docentes de tiempo completo presentan un nivel preocupante del síndrome de burnout con mayor impacto en la dimensión de cansancio emocional. Mientras, Calvo y Et al. (2013) establecen una relación biomolecular entre los estados hiperglucemiantes y el estrés como modificante el estado homeostático.

Bajo estas premisas, el estrés laboral no debe considerarse como un mero causante de riesgos a la salud mental, un estrés crónico sumado a un síndrome de Burnout, tienden a causar cambios psicológicos, conductuales y fisiológicos, que sumados a afecciones crónicas como la diabetes dan como resultado que el número de docentes atendidos por enfermedades crónicas y psicológicas en centros de salud despiquen, por lo que al considerar a la psicología médica o de la salud, que se centra en explicar la relación entre los aspectos psicológicos y las dolencias físicas, por lo tanto, el presente trabajo tienen como objetivo escribir la relación entre burnout y los niveles de glucosa sanguínea considerando como muestra los docentes diagnosticados con diabetes en la UTM y como técnica el Cuestionario MBI .

1.1. Modelos teóricos del Burnout

El burnout como síndrome ligado al ejercicio de la profesión tiende a ser complejo, por los distintos enfoques teóricos debido a la evolución a la cual se enfrenta desde su establecimiento por Freudenberg, a pesar que de que la guía para este trabajo será el modelo establecido por Maslach es necesario tener la noción del enfoque que otros autores han desarrollado frente al tema y que fortalecen el objetivo de esta investigación.

El neuroticismo fue una propuesta de Hans Eysenck en el que la actividad y excitabilidad del archiocerebelo (hipocampo septum, hipotálamo, amígdala, cíngulo), moviliza a trastornos cardiovasculares, respiratorios, secreciones gástricas; debidas que la personalidad neurótica se ve influenciada por esta parte del cerebro, por lo que a parte de los anteriores trastornos a nivel psicológico se dan depresiones y ansiedades, que a su vez potencian enfermedades físicas por lo que este autor aseguro que las personas con un alto nivel de excitabilidad en este locus cerebral exponen una tolerancia baja a estrés. (Ojeda & Vicuña, 2016)

Posterior a esto Rotter y Muryl hablo sobre el Locus de control, asumiendo que este era parte de la personalidad de cada individuo, donde la conducta es parte de un aprendizaje

social basado en experiencia lo que genera una expectativa de lo que cierta situación debe de generar. Por lo que el Locus interno tiene características internas y externas, que aluden a la percepción y pensamientos del individuo sobre las acciones en un medio determinado. (Ojeda & Vicuña, 2016)

1.2.El burnout en docentes universitarios

Como se ha explicado la epidemiología del síndrome de burnout presenta su mayor incidencia en los profesionales de asistencia y cuyos destinatarios son las personas, como lo son los docentes, los psicólogos, los orientadores y los profesionales de la salud como médicos y enfermeras. La profesión docente no solo se ocupa de la didáctica y del proceso de aprendizaje, también se dedica a brindar un trato emocional y personal que requiere de vocación, sumado a la polémica y delicada que puede resultar ser la interacción docente - estudiante denotan la vulnerabilidad que tienen quienes se dedican a esta labor de padecer el síndrome de burnout.

Los estudios realizados a docentes con respecto al burnout muestran los diversos elementos que participan en el desenvolvimiento de las actividades laborales y que afectan el rendimiento laboral. Uno de estos es la estabilidad económica o el ambiente laboral, relacionado con el sector al que pertenece la institución en la que el catedrático labora, pues no es la mismo realizar un trabajo docente en una universidad privada donde el seguimiento, los pagos y posibilidades de ascenso se viven con normas internas según el orden jurídico correspondiente, mientras las universidades públicas se manejan con diversos reglamentos, normas y mecanismos reguladores que pueden llegar a ser rígidos.

La rigidez de estas organizaciones públicas impacta en el tiempo que el educador le dedique a su salud, así lo demuestran Vilaret y Ortiz (2013: 36-47) en una Universidad privada de Quito se constató que cerca del 24% de docentes de tiempo completo presentan un nivel preocupante del síndrome de burnout con correlación alta en el agotamiento emocional.

Por lo que no es de extrañar las consecuencias negativas para las organizaciones, que se concretan en pérdidas de productividad y una alta rotación del personal, mientras a nivel personal los trabajadores suelen tener relaciones sociales y familiares adversas y conflictivas.

1.3. Diabetes e hiperglicemia

La concentración estable de la glucosa en sangre es un mecanismo homeostático especializado que requiere del hígado, tejidos extrahepáticos y de varias hormonas, que posee células permeables a la glucosa, gracias a transportadores GLUT-2, mientras los islotes de células Alpha del páncreas son relativamente impermeables por intervención de la insulina, es cuando uno de estos mecanismos llega a fallar que se producen diversos trastornos metabólicos uno de los más conocidos y frecuentes es la diabetes. (Marshall, et al., 2013)

La diabetes se la define como un conjunto de trastornos metabólicos caracterizados como por la aparición de hiperglucemia como una respuesta a defectos de secreción y absorción de insulina, donde la duración de la hiperglucemia como la aparición y su gravedad son los factores importantes a considerarse en lo referente a las complicaciones resultado de la misma, estas pueden ir desde problemas vasculares, visuales o renales, pero dentro de las consecuencias más comunes se ha reconocido las afecciones al sistema nervioso como una de las más frecuentes, ya que ninguna célula del organismo humano escapa de esta enfermedad. (Tebar y Escobar, 2009)

El diagnóstico de la diabetes se establece por la presencia de signos como la poliuria, polidipsia y polifagia, y de pruebas médicas que detectan la existencia de hiperglicemia como la hemoglobina glucosilada, que detecta el cambio del metabolismo de la glucosa en sangre y la prueba de glucosa capilar, esta última se la realiza con la extracción de unas gotas de sangre que es colocada en una tira reactiva que se analiza en cuestión de segundos por aparatos portátiles como el glucómetro, observándose en personas sanas niveles que van de 70-100 mg/dL en glucosa plasmática preprandial y un máximo de 140 mg/dL en glucosa plasmática posprandial de 1 a 2 horas después de ingerir alimento, se considera un estado hiperglucémico cuando en ambos periodos se encuentra un aumento de estos valores. En pacientes diagnosticados con diabetes los niveles considerados estables van de 80–130 mg/dl en estado preprandial y máximo de 180 en estado posprandial. (Marshall, et al., 2013)

En 2014 la OMS estimó que cerca de 442 millones de adultos, a nivel mundial, se les diagnosticó diabetes, representando un 8,5% de la población adulta a nivel mundial, se observa que un gran porcentaje de esta población pertenece a países subdesarrollados, donde los factores de riesgo como la obesidad y el sobrepeso se conjugan con el estrés laboral y una deficiente cultura de cuidados de la salud. (OMS, 2016)

1.3. Neuropsicología del estrés y la diabetes

El cerebro requiere derivados de la glucosa, o del ciclo de Krebs para generar lo que es glutamato a través de un proceso complejo, ya que procesos como el pensamiento, sensaciones, memoria, emociones o las diversas sinapsis que se dan en el sistema nervioso central requieren de este neurotransmisor para poder ejercer estas funciones, para lo cual, se estima que el cerebro requiere un 95% de aporte de glucosa, llegando ya procesada y por requerimiento energético a través de la circulación sanguínea generalizada, para facilitar este proceso existen glucosensores en el núcleo ventromedial del hipotálamo que regula respuesta simpática adrenal, y también de los sensores de membrana Glut-3 que se encargan de hacerla llegar. (Boch, et al., 2013: 165-176)

Encima de los riñones se encuentran dos glándulas; las glándulas suprarrenales, las cuales presentan una parte exterior denominada corteza suprarrenal y la otra central llamada médula suprarrenal. La primera genera la hormona esteroidea conocida como cortisol, que al liberarse en la circulación actúa movilizandando las reservas energéticas, las hormonas esteroideas tienen la particularidad de inhibir el sistema inmune, esto facilita el afrontamiento a los diversos factores de estrés, ya sea este del tipo fisiológico hasta un estrés psicológico (Bear, 2008: 590).

En pacientes con diabetes mellitus tipo 1 y diabetes tipo II, estudios indican que en ello se han presentado alteraciones del tipo cognitivo, con tendencia acelerada a la neurodegeneración en contraste con individuos que no presentan diabetes ni síndromes metabólicos. También se ve que dichos pacientes tienden a padecer alteraciones en la memoria, aprendizaje, resolución de problemas, al igual que signos de lentitud mental y motora; se debe aclarar que en estos estudios dichas alteraciones presentan manifestaciones leves que pueden ir escalando a severas. En pacientes con diabetes tipo II reportan daños cognitivos moderados, especialmente en la función de memoria verbal y en el procesamiento de información compleja, mientras procesos como la atención básica, memoria a corto plazo y reacción motora se mantienen conservados. Se habla de una encefalopatía con déficit cognitivo clínico asociada a diabetes, con una lenta progresión, que puede hacerse presente en pruebas neuropsicológicas como el test de Barcelona o de Luria, o a través de resonancias magnéticas. De esta comprensión y de lo mencionado en los modelos de Burnout, se puede hipotéticamente relacionar el síndrome de Burnout y los niveles de glucosa en sangre capilar. (Castillo, 2015)

2. Metodología

El presente estudio tiene como objetivo el describir la relación entre el burnout y los niveles de glucosa capilar en docentes diagnosticados con diabetes de la Universidad Técnica de Manabí, para alcanzarlo se empleó un método descriptivo, cuantitativo y empírico de corte transversal. Los docentes seleccionados correspondían a la base de datos de la Unidad de bienestar estudiantil de la Universidad Técnica de Manabí, en esta base de datos se encontraron 25 personas con diagnóstico de diabetes, de los cuales 10 eran docentes de diferentes áreas y el resto correspondía a trabajadores que desempeñan diversas funciones dentro de la institución, se procedió a realizar el test de manera individual.

2.1. Instrumentos y Técnicas

2.1.1. Cuestionario MBI y entrevista

La técnica seleccionada fue el Cuestionario de Maslach Burnout Inventory para el análisis de la primera variable, este test presenta una fiabilidad del 90 %, por su alta consistencia entre ítems, el objetivo del test es medir intensidad del burnout a través de la frecuencia percibida por la persona a la que se le realiza la batería, este está constituido por 22 ítems, divididos en tres subescalas, las cuales fueron designadas por Maslach, las cuales se reparten de la siguiente manera: cansancio emocional 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20; despersonalización 5, 10, 11, 15, 22 y realización personal: 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21. Las puntuaciones entre escalas se describen en el siguiente cuadro obtenido de Miravalles (2012), los que se encuentran resaltado en negro son los valores de las subescalas que denotan un mayor porcentaje de afectación y de riesgo de burnout, hay que resaltar que en la subescala de realización personal entre mayor sea la puntuación, sobrepasando el 33, se entiende que el individuo presenta satisfacción laboral, y cuando el puntaje es menor de 33 se relaciona con un riesgo alto de Burnout.

Cuadro de valoración de referencia³

	Bajo	Medio	Alto
Cansancio Emocional	0 – 19	19 – 26	27 – 54
Despersonalización	0 – 5	6 – 9	10 – 30
Realización personal	0 – 33	34 – 39	40 – 56

La variable que corresponde a los niveles de glucosa se la analiza a través de una entrevista corta relacionada con el estado de salud del docente, y los controles diarios que llevan durante el ayuno sobre la glucosa, las preguntas ayudan a profundizar sobre diversos factores que juegan un importante papel en cuanto a la descripción de datos.

3. Resultados

En el cuadro 1 se pueden apreciar las variables demográficas de cada uno de los sujetos que participaron en el estudio, gracias a la entrevista breve se puede establecer que el rango de edad va entre los 36 y los 57 años, en lo referente al sexo la prevalencia fue en un 80% del sexo masculino por lo que se puede establecer que dentro de las estadísticas internas de la Universidad hay mayor cantidad de docentes del sexo masculino, considerando que dentro de la población encontrada en el departamento de bienestar estudiantil.

³ Cuadro encontrado en Miravalles, J. (2012). Cuestionario de Maslach Burnout Inventory. Gabinete de Psicología. Recuperado de: <http://www.javiermiravalles.es/sindrome%20burnout/Cuestionario%20de%20Maslach%20Burnout%20Inventory.pdf>

En el caso de estado civil los docentes casados representan un 40%, mientras el porcentaje de los docentes divorciados y solteros se encuentran en el 30% independientemente, cada uno, la otra variable destacable que se considero fue los años de servicio, en la cual se apreciaba como un mínimo de 3 años laborando en la institución, y un máximo de 25 años, la media de años de servicio es de 11 año de servicio.

Tabla 1. Variables demográficas							
Variables	Edad	Sexo		Estado civil	Años de servicio		
		Femenino	Masculino				
Sujeto 1	36	1		Divorciado	12		
Sujeto 2	55		1	Soltero	25		
Sujeto 3	46		1	Casado	19		
Sujeto 4	57		1	Casado	10		
Sujeto 5	40	1		Divorciado	3		
Sujeto 6	51		1	Divorciado	7		
Sujeto 7	48		1	Soltero	13		
Sujeto 8	37		1	Casado	7		
Sujeto 9	42		1	Soltero	6		
Sujeto 10	44		1	Casado	10		
Total	36-57	20%	80%	Soltero	30%	Media aritmética	11
				Casado	40%		
				Divorciado	30%		

En el cuadro 2, sobre la dimensión del agotamiento emocional los puntajes por sujeto están expresados por cada ítem o pregunta que conforma esta categoría en el test, ya descritas en el apartado de instrumentos, Cuestionario de Maslach Burnout Inventory, de las medias resultantes del puntaje de todos los sujetos fue la pregunta 8 con una media de 3.9, que pertenece a la frecuencia de una vez por semana, esta pregunta se relacione con la sensación de desgaste causado por el trabajo que es percibido por el docente, el resultado total expresado por media de todas las preguntas fue de 23.4, que es considerado como un nivel medio de agotamiento emocional.

Cuadro 2. Agotamiento emocional

Agotamiento emocional											
	Item 1	Item 2	Item 3	Item 6	Item 8	Item 13	Item 14	Item 16	Item 20	TOTAL	Resultado
Sujeto 1	2	6	5	0	3	0	6	1	0	23	medio
Sujeto 2	0	1	6	0	4	0	0	0	1	12	bajo
Sujeto 3	0	1	3	0	6	0	0	0	6	16	bajo
Sujeto 4	3	3	1	1	3	3	3	3	3	23	medio
Sujeto 5	2	4	2	2	5	2	3	4	4	28	alto
Sujeto 6	1	5	2	2	4	5	4	3	3	29	alto
Sujeto 7	1	5	3	4	5	4	5	4	2	33	alto
Sujeto 8	0	4	2	2	4	0	2	1	4	19	medio
Sujeto 9	2	1	3	4	2	3	3	4	4	26	medio
Sujeto 10	2	2	2	3	3	4	4	2	3	25	medio
Promedio	1.3	3.2	2.9	1.8	3.9	2.1	3	2.2	3	23.4	medio

En la subescala de despersonalización que se visualiza en el cuadro 3, la pregunta 10 tienen una media de 2.4 que lo coloca en una frecuencia de algunas veces al año, esta expresa la autopercepción del docente que expresa el siguiente enunciado “Siento que me he hecho más duro con la gente”, la sumatoria final de todos los ítem y de los 10 sujetos de muestra dio 9.4 lo que coloca la categoría de despersonalización en nivel medio.

Cuadro 3. Despersonalización

Cinismo							
	Item 5	Item 10	Item 11	Item 15	Item 22	TOTAL	RESULTADO
Sujeto 1	0	0	1	0	0	1	bajo
Sujeto 2	0	0	1	0	0	1	bajo
Sujeto 3	0	6	0	6	5	17	alto
Sujeto 4	2	2	5	3	3	15	alto
Sujeto 5	0	3	0	3	3	9	medio
Sujeto 6	0	2	1	2	2	7	medio
Sujeto 7	1	4	3	3	6	17	alto
Sujeto 8	0	2	5	0	2	9	medio
Sujeto 9	1	4	3	2	1	11	alto
Sujeto 10	1	1	3	1	1	7	medio
Promedio	0.5	2.4	2.2	2	2.3	9.4	medio

Lo que corresponde a realización personal se describe en el cuadro 4, donde dos preguntas resultaron con una media de 5 o frecuencia de pocas veces a la semana en las preguntas 4 y 7, en la 4 el docente admite que se le da con facilidad comprender a las personas, mientras la pregunta 7 es sobre afectividad con la que el docente trata los problemas de quienes este atiende, recordando que, al contrario de las anteriores esferas, si el puntaje es menor a 33 es un signo positivo de burnout, pero si supera este puntaje indica un menor indicio de síndrome de burnout, por lo que en su mayoría se presentó un nivel medio de riesgo de burnout con una media representativa de 35,5.

Cuadro 4. Realización profesional

Realización profesional										
	Item 4	Item 7	Item 9	Item 12	Item 17	Item 18	Item 19	Item 21	TOTAL	Resultado
Sujeto 1	6	6	6	6	6	6	6	0	42	alto
Sujeto 2	6	6	0	5	0	6	5	4	32	medio
Sujeto 3	6	6	6	6	5	6	6	4	45	alto
Sujeto 4	5	2	4	2	3	2	2	2	22	bajo
Sujeto 5	6	6	5	4	3	6	5	3	38	medio
Sujeto 6	4	5	6	5	4	4	5	3	36	medio
Sujeto 7	3	4	5	4	3	5	5	5	34	medio
Sujeto 8	6	6	6	4	5	5	5	4	41	alto
Sujeto 9	3	4	5	5	6	5	5	3	36	medio
Sujeto 10	5	5	4	3	2	4	5	1	29	bajo
Media	5	5	4,7	4,9	3,7	4,9	4,9	2,9	35,5	medio

En el último cuadro se establece los resultados finales de todos los docentes en el Cuestionario MBI, en este se consideraron la suma de los resultados ya descritos

previamente, en este se encontraron dos individuos que si presentaban un indicio de Burnout alto según los valores reflejados en cada dimensión, también se describen los niveles de glucosa referidos por cada docentes, tanto en las revisiones diarias que vienen siendo la glucosa capilar normal del individuo y los valores de glucosa durante momentos de estrés, de estos valores tres educadores Universitarios indicaron no realizarse pruebas durante periodos extenuantes de trabajo, pues en lo último que piensan es su salud pues tienen “pruebas” o “informes” que requieren de su rápida atención y el cansancio físico que sufren, principalmente duran y después de las semanas de exámenes.

En estas dos columnas se puede ver un leve aumento en la glucosa cuando se tratan de los niveles de glucosa en comparación a momentos de estrés, existe un ligero aumento principalmente en los sujetos con un nivel alto y medio de Burnout se puede ver que la glucosa aumenta entre un 5 a 10, y los que tienen un nivel de Burnout en poco los niveles de glucosa aumentas ligeramente. Hay que resaltar que algunos indicaban que esto podría deberse a durante los periodos de estrés sus hábitos alimenticios se ven alterados, por las presiones de horario, por lo que tienden a descuidarse un poco en los alimentos que ingieren.

Cuadro 5. Resultado del MBI y de la entrevista sobre glucosa

Cansancio emocional	Despersonalización	Realización personal	Resultado de MBI	Glucosa Capilar Normal	Glucosa con estrés
medio	bajo	alto	POCO	110	no se revisa
bajo	bajo	medio	POCO	120	123
bajo	alto	alto	POCO	112	no se revisa
medio	alto	bajo	ALTO	120	130
alto	medio	medio	MEDIO	110	115
alto	medio	medio	MEDIO	112	118
alto	alto	medio	ALTO	113	121
medio	medio	alto	MEDIO	127	132
medio	alto	medio	MEDIO	112	115
medio	medio	bajo	MEDIO	110	no se revisa

La edad y sexo son variables que no influyen de forma marcada en la aparición del burnout, sin embargo pueden existir periodos de vulnerabilidad ligados a ambos, considerando que socialmente los roles que se viven en dependencia del hombre y la mujer son resaltados por la edad, como el formar y tener familia o los logros que se esperan tanto individual como socialmente obtener en el trabajo, como en los resultados previamente presentados, se pueden ver que los docentes que tienen el nivel alto de burnout, están entre los 40 y 50 años, y pertenecen al sexo masculino, a esto se suma la otra variable demográfica como el estado civil pues aunque el sujeto 7 está divorciado, se encuentra en su estado de soltero al igual que el sujeto 4, en el caso de las dos mujeres el nivel Burnout en una es poco mientras el de la segunda se encuentra en medio, ambas están en estado civil divorciado.

En el caso de la variable de años de servicio podemos apreciar que los dos sujetos con nivel alto llevan una década laborando, tal como se aprecia en el cuadro 5, mientras que aquellos que están en poco están han pasado esta brecha, mientras los que se encuentran en un burnout medio están iniciando o llevan menos de una década en este trabajo, aunque no siempre se da así. Otra cosa a destacar es el cuidado de la salud que el empleado le da a su salud, pues muchos indicaban que, aunque le dieran importancia argumentando “estaría estresado tratando de conseguir un turno que se acomode a mi horario”, algunos refirieron que el hacerse el test diario de glucosa basta junto al medicamento y el cuidado de la alimentación para mantener su salud y que las revisiones médicas solo las realizan por emergencia o cada dos años

Para finalizar este apartado se pudo observar que la dimensión con mayor puntaje es la de cansancio emocional, en la media aritmética es la más cercana a niveles altos al sacar la media.

Cuadro 5. Resumen de datos

Variables	Edad	SEXO		Estado civil	Años de Servicio	CE	D	RP	Glucosa Capilar Normal	Glucosa con estrés
		F	M							
Sujeto 1	36	1		Divorciado	12	medio	bajo	alto	110	no se revisa
Sujeto 2	55		1	Soltero	25	bajo	bajo	medio	120	123
Sujeto 3	46		1	Casado	19	bajo	alto	alto	112	no se revisa
Sujeto 4	57		1	Casado	10	medio	alto	bajo	120	130
Sujeto 5	40	1		Divorciado	3	alto	medio	medio	110	115
Sujeto 6	51		1	Divorciado	7	alto	medio	medio	112	118
Sujeto 7	48		1	Soltero	13	alto	alto	medio	113	121
Sujeto 8	37		1	Casado	7	medio	medio	alto	127	132
Sujeto 9	42		1	Soltero	6	medio	alto	medio	112	115
Sujeto 10	44		1	Casado	10	medio	medio	bajo	110	no se revisa

4. Discusión o Conclusiones

Podemos concluir, que los datos arrojados por la muestra docente de la Universidad Técnica de Manabí, mostraron una mayor incidencia de síndrome de Burnout en hombres que en mujeres, aunque como ya se ha aclarado esto puede estar ligado a la poca cantidad de docentes femeninas en la institución o bien por la falta de actualización de los datos. Por lo que difiere de otros estudios

Al analizarse el síndrome de burnout desde las esferas propuestas por Maslach, se pudo observar que una de las que tenía mayor Impacto o mayor afectación fue la Esfera de cansancio emocional, esto debido a la percepción de que el trabajo se les hace agotador sumándose a que las personas diagnosticadas con diabetes tienden a presentar cuadros más significativos de cansancio laboral debido a los factores que influyen en el burnout como lo es el tipo de puesto, las expectativas, roles y concepciones que se tienen sobre los puestos dentro de la organización,

Para finalizar podemos decir que, dentro del estudio, un 30% de personas evaluadas no prestan importancia a la salud frente a situaciones, esto denota que a mayor estrés la salud tiende a ser descuidada lo que puede representar a largo plazo un serio problema sanitario tanto para la psicología como para la medicina tradicional.

5. Recomendaciones

Se espera que la presente investigación tenga una continuación más profunda, volviéndose una investigación de tipo transversal a un método longitudinal que pueda hacer de estos datos más certeros y fidedignos sobre el tema, con una muestra más diversa que permita ampliar los horizontes sobre el estrés o burnout y la diabetes.

De igual forma sería oportuno retomar puntos nuevos de perspectiva sobre el burnout, no solo en el aspecto docente y con enfermedades fisiológicas sino también desde un estudio de enfermedad psicológica y generar programas que den mayor importancia a los sucesos y fenómenos psicológicos en lo referente a nuestra salud.

Bibliografía

- Avargues, N. L., & Borda, M. (2010). Estrés laboral y síndrome de Burnout en la universidad: Análisis descriptivo de la situación actual revisión de las principales líneas de investigación. *Anuario de psicología clínica y de la salud*, (6), 73-78. Recuperado de http://institucional.us.es/apcs/doc/APCS_6_esp_73-78.pdf
- Bear, M. F. (2008). Neurociencia la exploración del cerebro. *Wolters Kluwers*. 3° ed, Pag. 590. ISBN: 978-84-96921-09-2
- Bosch, M., Et al; Figuerola, D. (Ed.). (2013). Manual de educación terapéutica en diabetes. Barcelona, España: Díaz de Santos. 165-176 ISBN: 978-84-7978-984-8. Recuperado de <http://0-site.ebrary.com.fama.us.es/lib/unisev/Doc?id=10862950>
- Bosqued, M. (2008). *Quemados: El síndrome del Burnout: ¿Qué es y cómo superarlo?* Grupo Planeta (GBS).
- Calvo, J., Duarte, J., Lee Eng, V., Espinosa, R., Romero, S., & Sánchez, G. (2013). Hiperglucemia por estrés. *Medicina Interna de México*, 29(2), 164-170. Recuperado de <http://www.medigraphic.com/pdfs/medintmex/mim-2013/mim132h.pdf>
- Castillo, I. (2015, marzo 16). El Cerebro del paciente con Diabetes. Recuperado 18 de noviembre de 2018, de <http://www.neuromexico.org/2015/03/16/el-cerebro-del-paciente-con-diabetes/>
- Extremera, N., Pena, M., & Rey, L. (2010). La docencia perjudica seriamente la salud. Análisis de los síntomas asociados al estrés docente. *Boletín de Psicología*, (100), 43-54.
- Marshall, W. J., Bangert, S. K., & Lapsley, M. (2013). Bioquímica clínica. Barcelona: *Elsevier*. ISBN: 978-84-9022-115-0
- Miravalles, J. (2012). Cuestionario de Maslach Burnout Inventory. Gabinete de Psicología. Recuperado de

<http://www.javiermiravalles.es/sindrome%20burnout/Cuestionario%20de%20Maslach%20Burnout%20Inventory.pdf>

- Organización Mundial de la Salud (2016). Informe sobre la diabetes. [Resumen de orientación]. WHO. Recuperado de: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/204877/WHO_NMH_NVI_16.3_spa.pdf;jsessionid=84CFB175ED5CA4960379E4C96EB9524C?sequence=1
- OMS. (2017). OMS | Salud mental en el lugar de trabajo [Salud]. Recuperado 7 de noviembre de 2018, de http://www.who.int/mental_health/in_the_workplace/es/
- Ojeda, G., & Vicuña, L. (2016). *Modelo causal social cognitivo de Burnout en profesionales de la salud de Lima Metropolitana* (Doctorado en Psicología). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/4930/Ojeda_mg.pdf?sequence=1
- Tebar, M. F. y Escobar, J.F. (2009). Diabetes mellitus en la práctica clínica. Buenos Aires, Argentina: *Panamericana*. ISBN: 978-84-7903-450-0
- Vega, N., Sanabria, A., Domínguez, L., Osorio, C., & Bejarano, M. (2009). Síndrome de desgaste profesional. *Revista Colombiana*, (24), 138-146. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rcci/v24n3/v24n3a2.pdf>
- Vilaret, A., & Ortiz, Á. (2013). Carga mental y Síndrome de Burnout en docentes a tiempo completo de una universidad de Quito. *EÍDOS*, 6, 36-47. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/320967464_Carga_mental_y_Sindrome_de_Burnout_en_docentes_a_tiempo_completo_de_una_universidad_de_Quito