

## **Influencia del síndrome de burnout en el comportamiento profesional y laboral de los bomberos**

### *Influence of burnout syndrome on the professional and work behavior of firefighters*

- Recibido: 2024/02/16 - Aprobado: 2024/05/01 - Publicado: 2024/05/03

Ricardo David Cevallos Galarza  
Instituto Tecnológico Superior Compu Sur con condición de Universitario, Quito, Ecuador  
davidcevallos1974@hotmail.com  
<https://orcid.org/0000-0003-0453-773X>

Diego Armando Placencia Michelena  
Instituto Tecnológico Superior Compu Sur con condición de Universitario, Quito, Ecuador  
diegoplacencia1987@gmail.com  
<https://orcid.org/0000-0003-2066-1968>

Ramiro Paul Cerón Bedoya  
Instituto Tecnológico Superior Compu Sur con condición de Universitario, Quito, Ecuador  
fireceronp\_@hotmail.es  
<https://orcid.org/0000-0003-4836-4551>

Edison Geovanny Lascano Martínez  
Instituto Tecnológico Superior Compu Sur con condición de Universitario, Quito, Ecuador  
geovalas415@hotmail.com  
<https://orcid.org/0000-0002-1338-7377>

#### **Resumen**

La praxis profesional de los profesionales de control contra incendio, genera de forma recurrente estados de cansancio que pueden afectar el desempeño profesional. La presente investigación tiene como objetivo principal identificar la influencia del síndrome de Burnout en el comportamiento de los bomberos. El estudio presenta un diseño no experimental con un enfoque cualitativo a un nivel exploratorio de tipo documental. Los métodos de investigación aplicados en la búsqueda y

análisis de la investigación son el analítico sintético, hipotético deductivo y revisión bibliográfica. A través de varios autores se analizó como el síndrome de Burnout es un desgaste del profesional que afecta al personal bomberil. Los síntomas de alarma que se deben tomar en cuenta son: Negación, aislamiento, ansiedad, miedo o temor, depresión, adicciones, cambios de personalidad, abandono de sí mismo, pérdida de la memoria y desorganización, comportamiento riesgoso. Existen estrategias de prevención que ayudarán al personal bomberil a manejar de manera adecuada y propicia sus actividades y controlar el estrés, tales como, evaluar las situaciones que generan estrés y ansiedad en el trabajador para tomar las decisiones y medidas adecuadas para reducirlo, mejorar la organización y proveer de herramientas necesarias para que el bombero pueda realizar sus tareas de forma adecuada y no tenga tanta sobrecarga laboral. Se concluye que no existe una prevención del síndrome de Burnout, debido a ello se incrementan los comportamientos negativos del personal de bomberos con incidencia en su entorno familiar, social, en la salud, y cambios bruscos de carácter.

**Palabras Clave:** Síndrome de Burnout, bomberos, sobrecarga emocional, fatiga en el trabajo.

### **Abstract**

The professional practice of fire control professionals recurrently generates states of fatigue that can affect professional performance. The main objective of this research is to identify the influence of Burnout syndrome on the behavior of firefighters. The study presents a non-experimental design with a qualitative approach at an exploratory level of documentary type. The research methods applied in the search and analysis of the research are synthetic analytic, hypothetical deductive and bibliographic review. Through several authors, it was analyzed how the Burnout syndrome is a wear of the professional that affects the firefighters. The alarm symptoms that should be taken into account are: Denial, isolation, anxiety, fear or fear, depression, addictions, personality changes, self-abandonment, memory loss and disorganization, risky behavior. There are prevention strategies that will help the firefighters to manage their activities properly and promote their activities and control stress, such as evaluating the situations that generate stress and anxiety in the worker to make the right decisions and measures to reduce it, improve the organization and provide the necessary tools so that the firefighter can perform their tasks properly and do not have so much work overload. It is concluded that there is no prevention of Burnout syndrome, due to this, the

negative behaviors of firefighters are increased with an impact on their family, social, health environment, and sudden changes in carácter

**Keywords:** Burnout syndrome, firefighters, emotional overload syndrome, fatigue syndrome at work.

## Introducción

El Síndrome de Burnout, se reconoce en el año de 1977 en una convención de la Asociación Americana de Psicólogos que lo denominan como síndrome del desgaste profesional a cualquier persona que trabajaba en muchos sectores, por lo tanto, se conocía que era un estrés avanzado por el trabajo y tenía repercusiones de índole individual lógicamente posterior a esto causa problemas en su entorno como puede ser: el hogar, el círculo de amigos, en el lugar de trabajo (Martínez, 2010).

“El burnout laboral, también denominado síndrome del quemado o síndrome de estar quemado en el trabajo, es un estado de agotamiento físico, emocional y mental que está vinculado con el ámbito laboral, el estrés causado por el trabajo y el estilo de vida del empleado” (Martínez, & Sánchez 2021).

El término “síndrome de Burnout” como originalmente se describió ha tenido varias traducciones al español entre las que podemos mencionar: síndrome de burnout, síndrome del trabajador quemado, síndrome de sobrecarga emocional, síndrome del desgaste profesional y síndrome de fatiga en el trabajo, (Kim et al., 2020)

El síndrome de Burnout es un estado mental, emocional y de agotamiento que ocurre como resultado de demandas abrumadoras, estrés o insatisfacción laboral. Aunque no es una enfermedad en sí misma, se sabe que causa otros problemas físicos y mentales más graves. Cuando una persona experimenta agotamiento, puede estar exhausta todos los días, tener una actitud cínica, desmotivarse e insatisfecha con su trabajo (Smith et al., 2019).

El síndrome de desgaste puede estar acompañado de síntomas físicos como dolor de cabeza, náuseas y somnolencia. Es importante reconocer y tratar tempranamente este síndrome, con asesoramiento y apoyo, la mayoría comienza a sentirse mejor y se recupera rápidamente (Ada, 2002).

El síndrome de Burnout es un trastorno que se desarrolla de manera insidiosa y no es fácilmente perceptible, porque ocurre en tres fases evolutivas: la primera durante la cual se produce una pérdida entre la demanda y los recursos generados, la segunda cuando se encuentra un estado de tensión psicofísica y finalmente cuando se generan cambios de comportamiento, como resultado de la adaptación defensiva que dispone el ser humano (Schonfeld, & Bianchi, 2016).

Una vez pasadas estas fases, este síndrome se manifiesta en cuatro niveles de gravedad expresados por falta de trabajo por dolores, incomodidad en interacciones con los demás, rendimiento reducido en el trabajo ante la presencia de enfermedades psicosomáticas y finalmente, la adicción al alcohol, a las drogas, así como el suicidio y el abandono del trabajo (Velásquez & González, 2018).

Las características morfoestructurales y psicológicas de los bomberos son de vital importancia, pues deben tener un desempeño físico y de alto nivel para cumplir con los requerimientos de su trabajo, es fundamental conocer el grado de estrés que esté padeciendo el bombero, así como también la personalidad y la afectación que este síndrome de Burnout ataca a esta población, mediante la evaluación constante de todo el personal por un profesional experto (Curilem, et al., 2014).

El estrés se refiere sobre las situaciones y experiencias en las que el estrés tiene resultados y consecuencias positivas porque se produce una estimulación y activación adecuada que permite a las personas obtener resultados positivos en su vida. Mientras que el distrés se refiere a experiencias personales desagradables, molestas y con resultados negativos para la salud y bienestar psicológico. Estos términos se siguen desconociendo por ciertos expertos por lo que se podría considerar la existencia de un estrés bueno y uno malo (Anchali, 2018).

Como resultado de la comparación de las motivaciones que movían a los distintos miembros de los bomberos de Argentina, se vió que los bomberos que son del tipo remunerado presentaron puntuaciones más elevadas en relación a aspiraciones económica (necesidad de autonomía), lo que indica una motivación extrínseca, es decir, que viene determinada por factores externos al sujeto, en este caso el pago por sus servicios.

A la vez el grupo evidencia altos niveles de desmotivación, esto puede llevar a considerar la hipótesis de Lepper, et al (1973, citados en Piedimonte & Depaula, 2018), la cual afirma que los refuerzos o incentivos externos accionan negativamente en el individuo, reduciendo

la motivación intrínseca (Piedimonte & Depaula, 2018). Mientras que los bomberos voluntarios tuvieron mayor puntuación en el valor de reconocimiento social (necesidad de relacionarse), el cual también puede ser considerado una motivación extrínseca, pero con un valor intrínseco asociado. Esto último también fue relacionado con la variable desmotivación, poniendo en evidencia que el reconocimiento de la comunidad tendería a disminuirla (Céspedes, 2020).

A pesar que un bombero siempre es respetado, reconocido, querido por las labores que realiza y que ellos juegan un papel importante en la sociedad, se ven expuestos a padecer de este síndrome de Bournot, ya que lamentablemente en muchas de las ocasiones las condiciones de trabajo no son las adecuadas, lo que provoca ansiedad y estrés (Hernández, 2017, p. 39).

La profesión de bombero exige una preparación técnica donde se preparan para todas aquellas situaciones estresantes, en este caso también se habla de la importancia de la vocación que deben tener, por lo tanto, sabemos que los bomberos diariamente están en emergencias ya sean incendios, rescates a personas que se encuentran en peligro, atención prehospitalaria, traslado de pacientes en ambulancias, atentados y desastres naturales, sabemos también que la exigencia a la que se deben y el contacto constante con todos los problemas terminan con alteraciones psicológicas como: la depresión la ansiedad, el estrés agudo y las consecuencias en su entorno no solo laboral sino el entorno de vida (Telenchana, 2020, p. 7).

Generalmente no se presentan síntomas de riesgo de agotamiento profesional en el actuar de los bomberos. En relación al planteamiento anterior se puede destacar que estos profesionales muchas veces no poseen las condiciones idóneas desde el punto de vista salarial, de equipamiento, médico y de logística para responder a las difíciles e innumerables emergencias en su trabajo, es importante que las autoridades gubernamentales, el estado y las autoridades en general tomen conciencia de esta problemática y se facilite el acompañamiento emocional, psicológico a estos profesionales (Flego, 2015, p. 45).

En la actualidad nuestra vida cotidiana transcurre en el tiempo que dedicamos a nuestra familia, a los intereses personales, a nuestros espacios de esparcimiento y, en buena medida, a nuestra vida profesional, que, de todo este conjunto de desarrollo social, juega un papel decisivo en la generación de crecimiento emocional, profesional o, a su vez, la aparición de lo que actualmente llamamos el estrés laboral, que está inmerso en todo tipo de trabajo y de organización (Pico, 2015, p. 1).

En síntesis, actualmente se aplica el Síndrome de Burnout a diferentes grupos de profesionales que incluye desde directivos hasta las amas de casa, desde trabajadores en los ámbitos sociales hasta voluntarios de organizaciones del tercer sector; y se acepta que el síndrome es el resultado de un proceso en el que el sujeto se ve expuesto a una situación de estrés crónico laboral y ante el que las estrategias de afrontamiento que utiliza no son eficaces.

En el ámbito individual, los sujetos, en su esfuerzo por adaptarse y responder eficazmente a las demandas y presiones laborales, pueden llegar a esforzarse en exceso y de manera prolongada en el tiempo (Pazmiño et al., 2023), lo que acarrea esa sensación que ellos describen como “estoy quemado”; mientras en el ámbito laboral, en que se producen la mayoría de los casos estudiados (cada día más por interés de las empresas), la sensación de que el rendimiento es bajo y la organización falla conduce al deterioro en la calidad del servicio, absentismo laboral, alto número de rotaciones e incluso, abandono del puesto de trabajo. Pero, en suma, las consecuencias en las que hay acuerdo básico son: cansancio emocional, despersonalización y baja realización personal (Martínez Pérez, 2010).

La investigación se sustenta en la Constitución de la República del Ecuador Sección octava: “Trabajo y seguridad social Art. 33.- El trabajo es un derecho y un deber social, y un derecho económico, fuente de realización personal y base de la economía. El Estado garantizará a las personas trabajadoras el pleno respeto a su dignidad, una vida decorosa, remuneraciones y retribuciones justas y el desempeño de un trabajo saludable y libremente escogido o aceptado” (Asamblea Nacional del Ecuador, 2008).

En concordancia con lo antes expuesto la presente investigación tiene como objetivo principal identificar la influencia del síndrome de Burnout en el comportamiento de los bomberos.

## **Materiales y Métodos**

La investigación presenta un diseño no experimental, de enfoque cualitativo, documental el cual muestra una revisión teórica, que profundiza en la influencia del síndrome de Burnout en el comportamiento de los bomberos. Los métodos de investigación aplicados en la búsqueda y

análisis de la investigación se identifican con el analítico sintético, hipotético deductivo, análisis bibliográfico, revisión bibliográfica y triangulación por la fuente.

La revisión teórica del tema, identificó como variables de análisis asociadas al síndrome de Burnout, los siguientes:

1. Factores de riesgo síndrome de Burnout
2. Fases del síndrome de Burnout
3. Signos de alarma
4. Prevención del síndrome de Burnout

## Resultados y/o Discusión

### Factores de riesgo

Los factores de riesgo aparecen como hechos o situaciones presentes en el contexto laboral directamente vinculados entre el trabajo del individuo y su entorno de trabajo, con el fin de amenazar la integridad física, salud social o mental de la interacción que se da entre las condiciones de la parte de la organización versus las capacidades de los trabajadores, con las necesidades y colectivos, la cultura organizacional, situación personal y satisfacción laboral (Calderón, 2018).

Entre los principales factores de riesgo identificados que posibilitan la presencia del síndrome de Burnout se encuentran la carga mental, horarios de trabajo especiales como turnos rotativos o trabajo nocturno, contenido del trabajo, relaciones interpersonales, inestabilidad laboral, alta responsabilidad.

### Fases del síndrome de Burnout

Las fases del síndrome de Burnout según Edelmich (1980) son las siguientes:

- **Etapas de idealismo y entusiasmo.** – El individuo tiene un alto nivel de energía para el trabajo, existen expectativas poco realistas sobre el mismo y no se lo puede lograr. La persona se involucra sobrecarga de trabajo voluntario, pasa siempre al comienzo de la carrera, no hay motivaciones intrínsecas. Existe una sobrevaloración de su capacidad profesional que los lleva

a no reconocer límites internos y externos, lo que puede afectar su desempeño profesional. El incumplimiento de las expectativas provoca, en esta etapa, una sensación de decepción que mueve al trabajador en esta etapa.

- **Etapa de estancamiento.** – Esto supone una disminución de las actividades realizadas en las que se confirma la realidad de las propias expectativas, provocando pérdida y entusiasmo. El trabajador empieza a reconocer que su vida necesita varios cambios, que incluyen necesariamente el ámbito profesional.
- **Etapa de apatía.** – Esta es la fase central del síndrome de Burnout, la frustración de expectativas lleva al trabajador a paralizarse, a desarrollar apatía y desinterés. Empiezan a surgir los problemas emocionales, conductuales y físicos. Una de las respuestas comunes en esta fase es retirarse de la situación frustrante. Se evita el contacto con los compañeros, hay ausencias al trabajo y muchas veces hay abandono de este en los casos más extremos de la profesión. Estos comportamientos comienzan a volverse constantes, allanando el camino para la última etapa del Burnout, la del distanciamiento.
- Etapa de distanciamiento. - La persona está crónicamente frustrada en su trabajo, lo que provoca sentimientos de vacío que pueden manifestarse como distancia emocional e inutilidad profesional. Hay una inversión de tiempo dedicada en relación con el primer paso. En vez de entusiasmo e idealismo profesional, la persona frecuentemente evita desafíos y sobre todo trata de no arriesgar la seguridad laboral, porque ella piensa que, si pide algo inadecuado, tiene compensación que justifica la pérdida de satisfacción.

#### Signos de alarma

Los signos de alarma citados por Gutiérrez et al., (2006), indican con mayor relevancia los siguientes síntomas dentro del cuadro clínico (p. 307)

**Negación.** – Cualquier persona que se encuentre con este síndrome es muy probable que no acepte que tiene un problema y que no esté dentro de su conciencia que padece de este.

**Aislamiento.** - Uno de los factores importantes y que podemos identificar de manera pronta y correcta es que el trabajador deje de compartir con su familia, amigos y colegas.

Ansiedad. – En este caso la persona que lo padece siente que algo malo le va a pasar y no puede tener una vida normal, ni en su trabajo, ni en su casa, ni en lugares que quiera despejarse.

Miedo o temor. – Es una de las más vistas donde la persona siente que no tiene que acudir a su trabajo porque no se siente bien estando ahí.

Depresión. – Este es el problema más frecuente en las personas que se encuentran con este síndrome, donde si llega a ser agudo podría causar a la vez el suicidio en la persona que lo padece.

Ira. – En los bomberos se puede dar que ante una situación problemática que están dentro de sus funciones pierdan la calma y el control, donde manifiesten su enojo exagerado y comiencen a disgustarse con su círculo de trabajo y a la vez también esta ira puede ser llevada a cada uno de sus hogares.

Fuga o anulación. – Esto se refiere a que no les importará si al trabajo llegan de manera puntual o no.

Adicciones. - Estos casos se presentan en trabajadores que se encuentran ya con el problema agudo y a la vez consumen sustancias medicadas, pero no cumplen con el tiempo indicado por el profesional que lo trata, sino que ya se automedican.

Cambios de personalidad. – El trabajador que lo padece puede encontrarse bien en ocasiones, y en cuestión de segundos esté con mal humor, que no aceptará ningún tipo de recomendación ni tampoco que alguien lo ayude.

Culpabilidad y autoinmolación. – Por ocasiones sienten que nada ni nadie podrá despedirlo así haga las cosas mal porque siente que será indispensable en su puesto de trabajo.

Cargas excesivas de trabajo. - El desempeño de la persona es afectado cuando tiene una sobre carga de trabajo.

Comportamiento riesgoso. – Se refiere a que la persona no puede tener comportamientos adecuados fuera de su puesto de trabajo inclusive y el más característico en estos casos es la conducta sexual.

Sensación de estar desbordado y con desilusión. – Una de las características más importantes de este síndrome es que el bombero o trabajador ya no cumple a cabalidad las funciones encomendadas, sino que ya posee un cansancio físico y mental.

Abandono de sí mismo. – Ya no le importa su físico ni su personalidad en ocasiones el aumento de peso es su principal síntoma a la vista de todos.

Pérdida de la memoria y desorganización. Existe dificultad para concentrarse y aprender. No se pueden recordar eventos importantes familiares y laborales. Puede haber trastornos del sueño.

Uno de los primeros síntomas o signos de alarma que se manifiestan en los profesionales, de carácter leve pero que sirven como señal de alarma es la dificultad para levantarse en la mañana o el cansancio patológico, y en un nivel moderado se presenta distanciamiento, irritabilidad, cinismo, fatiga, aburrimiento, progresiva pérdida del idealismo y que al no identificar estos síntomas se podría agravar la situación.

### **Prevención del síndrome de Burnout**

La prevención del síndrome de desgaste profesional debe comenzar con el trabajador. La primera medida a tomar es evaluar las situaciones que generan estrés y ansiedad en la persona para tomar las decisiones y medidas adecuadas para reducirlo.

Para ello, debe mejorar la organización y proveer de herramientas necesarias para que el trabajador pueda realizar sus tareas de forma adecuada y no tenga tanta sobrecarga laboral. Además, el trabajador puede adquirir una actitud asertiva, una relación de comunicación, sin discutir ni someterse a la voluntad del resto de compañeros y defendiendo sus convicciones (Sevilla & Sánchez, 2021).

En estos casos se debe realizar un diseño de estrategias de prevención, cuya finalidad es proporcionar conocimientos y generar competencias, así como también desarrollar habilidades para no tener pérdida de recursos.

El personal debe ser la columna vertebral desde esta perspectiva para no caer en el síndrome de Burnout, mediante el cual, los sujetos vulnerables responden desafiando las situaciones estresantes o, en último caso, conviviendo con el mismo.

El desarrollo de las estrategias de prevención es una responsabilidad del departamento de Recursos Humanos, teniendo en cuenta que este síndrome emerge con características propias difíciles de detectar y se puede transformar en un posible problema dentro de la institución, es así como, un enfoque estrictamente individual coloca la responsabilidad de resolver el problema en los trabajadores, por lo que la víctima termina en el agotamiento (López, 2017, p. 7).

Los factores de afectación cuando los bomberos presentan el síndrome el cual hemos venido estudiando son: cansancio, dolores musculares, problemas gastrointestinales, dolores de cabeza, problemas cardiacos, dificultades digestivas, alteraciones del sistema nervioso como trastornos del sueño y problemas a nivel sexual como inapetencia sexual, impotencia o frigidez, todos estos a nivel físico (Pico, 2022, p. 23).

Este párrafo resume todos los factores que pueden causar que los bomberos desarrollen agotamiento. El burnout se considera una respuesta negativa al estrés laboral que influye en diferentes áreas de la función del individuo afectado.

## Discusión

El presente estudio justifica la Influencia del síndrome de Burnout en el comportamiento profesional y laboral de los bomberos, en este mismo orden de idea Smit et al (2023) desarrollan un estudio en 208 bomberos de carrera en el sureste de Estados Unidos. la dinámica metodológica empleada por los autores desarrolla un análisis de ruta, que permitió modelar simultáneamente las relaciones de regresión. Este análisis evaluó las relaciones entre: Estrés laboral, conflictos trabajo-familia y agotamiento. Agotamiento y múltiples resultados del comportamiento de seguridad de los bomberos.

Los autores incluyen en el análisis el análisis del comportamiento laboral: Cumplimiento de los procedimientos del equipo de protección personal. Cumplimiento de prácticas de trabajo seguro asociados al en el cual el estrés laboral y los conflictos entre el trabajo y la familia predicen el agotamiento, lo que influye negativamente en el cumplimiento del equipo de protección personal, las prácticas laborales seguras y los informes y comunicaciones de seguridad en los bomberos (Smith et al, 2018).

Similares posicionamientos muestran Dias et al (2022), en este estudio, una muestra de 250 bomberos (67% voluntarios, edad media = 31.88 años) completó cuestionarios sobre burnout, afrontamiento proactivo y nivel de vida. Se realizaron análisis de regresión lineal múltiple jerárquica para probar los modelos predictivos, utilizando un criterio de significancia estadística de  $p < 0.05$ . Los resultados de esta investigación proporcionarán una mejor comprensión de los factores personales y laborales que contribuyen al burnout entre bomberos voluntarios y de carrera. Dichos hallazgos sirven de base para el desarrollo de estrategias efectivas de prevención e intervención del burnout en esta población.

Vinnikov et al (2019), desarrollaron un estudio sobre la prevalencia del agotamiento en los bomberos de Kazajstán en función de su posición laboral, e identificaron predictores de un mayor agotamiento para planificar estrategias preventivas futuras.

El estudio caracteriza los demográficos, de estilo de vida, fatiga (Escala de gravedad de fatiga), calidad de vida relacionada con la salud (SF-8) y dimensiones de agotamiento (Inventario de Burnout de Maslach) de 604 bomberos (94% hombres, mediana de edad 27 años) de la ciudad de Almaty. Los resultados mostraron puntuaciones de agotamiento relativamente bajas en general. Sin embargo, se encontró que los gerentes presentaban mayores niveles de agotamiento emocional y cinismo en comparación con otros puestos.

Según los autores un mejor estado de salud relacionado con la calidad de vida predijo menor agotamiento emocional y cinismo, mientras que el consumo de alcohol y las barreras lingüísticas se asociaron con mayor cinismo. Por su parte el sexo masculino y la falta de título universitario se relacionaron con menor eficacia profesional. Los hallazgos antes expuestos sugieren, de manera general que las intervenciones específicas para abordar el agotamiento en bomberos son multifactoriales.

## Conclusiones

Se concluye que el síndrome de Burnout ataca a todos los trabajadores sin importar que profesión posean. La investigación permitió identificar a través de varios estudios como el estrés laboral modifica el comportamiento del personal de los cuerpos de bomberos unido a problemas en su entorno familiar, social, laboral y a conductas inadecuadas como los cambios bruscos de carácter e incluso pueden afectar su vida íntima.

Se pudo definir dentro de la investigación que no existen políticas de prevención de este Síndrome dentro de la Entidad que ayuden a prevenir la influencia del Síndrome de Burnout en el comportamiento de los bomberos.

Una vez identificado todos los problemas se considera necesario que el empleador sea el encargado de tener una persona que lleve de manera adecuada un proceso que permita identificar al personal que se encuentra con este síndrome y de manera inmediata actuar, conociendo a la vez los factores que tanto físicos como psicológicos se tornan en los cambios de comportamiento del bombero.

### Aplicaciones prácticas

El presente estudio se lo debe considerar de una manera responsable tanto en el conocimiento como en su aplicación, para llamar la atención sobre la importancia de identificar la influencia del síndrome de Burnout en el comportamiento de los bomberos, ya que esto podría tener consecuencias negativas en el diario vivir y más aún en un futuro con secuelas más graves.

### Futuras líneas de investigación

Establecer alternativas de solución que permitan definir estrategias para potenciar la prevención del síndrome de Burnout.

## Referencias

Ada. (2022). Síndrome de burnout o de desgaste profesional. [online] Available at: <<https://ada.com/es/conditions/burnout/>> [Accessed 13 March 2022].

- Anchali, M. (2018). Incidencia del Síndrome de Burnout en el personal prehospitalario del Cuerpo de Bomberos del Distrito Metropolitano de Quito en las estaciones x1, x4, x6, x7 y x20 en el período julio-diciembre 2017 [Trabajo de, Universidad Central del Ecuador]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/16421/1/T-UCE-0020-CDI-15.pdf> Asamblea Nacional del Ecuador (2008). Constitución de la República del Ecuador. Obtenido de INEC: [https://www.ecuadorencifras.gob.ec/LOTAIP/2015/DIJU/abril/LA2\\_ABR\\_DIJU\\_Constitucion.pdf](https://www.ecuadorencifras.gob.ec/LOTAIP/2015/DIJU/abril/LA2_ABR_DIJU_Constitucion.pdf).
- Calderón, M. (2018). Factores de Riesgo Psicosocial y su influencia en la generación de Estrés Laboral en el contingente de Atención Pre Hospitalaria del Cuerpo de Bomberos del Distrito Metropolitano de Quito. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/7419/1/T-UCE-0007-359i.pdf>
- Céspedes, F. (2020). El síndrome de burnout en población bomberil: Una revisión narrativa de la literatura. Disponible en <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/175432>
- Curilem, G. C, Almagià, F. A, Yuing, F. T, & Rodríguez, R. F. (2014). Evaluación del Estado Psicobiotipológico en Bomberos: Parámetros de Salud y Recursos Anti Estrés. *International Journal of Morphology*, 32(2), 709-714. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022014000200054>
- Dias, P., Oliveira, Í., Rodrigues, A. y Peixoto, R. (2022). Burnout: factores personales y laborales en bomberos voluntarios y de carrera. *Revista Internacional de Análisis Organizacional* . <https://doi.org/10.1108/ijoa-05-2022-3278> .
- Edelwich, J. (1980). Burn-out: Stages of disillusionment in the helping professions. Human Sciences Press.
- Flego, M. (2015). Estudio sobre la incidencia de burnout en una población de Bomberos voluntarios de la ciudad de Santa Clara del Mar, Provincia de Buenos Aires [Proyecto de investigación, Universidad Nacional de Mar del

Plata]. <http://m.rpsico.mdp.edu.ar/bitstream/handle/123456789/429/0172-1.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

Gutiérrez, G., Celis, M., Jiménez, S. y Suárez, F. (2006). Síndrome de burnout. *Arch Neurocién*, 4(305-309). <https://www.medigraphic.com/pdfs/arcneu/ane-2006/ane064m.pdf>

Hernández, G. (2017). Importancia del manejo adecuado del síndrome de burnout en miembros de la guardia permanente de la estación central de los bomberos voluntarios, ciudad capital, Guatemala [Trabajo de grado, UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA]. Usac. <https://www.grafiati.com/es/>

Kim, R., Ha, J. & Jue, J. (2020). El efecto moderador de la fatiga por compasión en la relación entre el agotamiento de los bomberos y los factores de riesgo en el entorno laboral. *Revista de investigación de riesgos*, 23, 1491 - 1503. <https://doi.org/10.1080/13669877.2020.1738529> .

López, A. (2017). El Síndrome de burnout: antecedentes y consecuentes organizacionales en el ámbito de la Sanidad Pública Gallega [Tesis de grado no publicada]. Universidad de Vigo.

Martínez, A. (2010). El síndrome de Burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*, 0(112), 42. <https://doi.org/10.15178/va.2010.112.42-80>

Martínez, M. S., & Sánchez-Monge, M. (2021). Síndrome de burnout. *CuidatePlus*. <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/sindrome-burnout.html>

Martínez Pérez, Anabella EL SÍNDROME DE BURNOUT. EVOLUCIÓN CONCEPTUAL Y ESTADO ACTUAL DE LA CUESTIÓN. *Academia Vivat* [en línea]. 2010, (112), 42-80[fecha de Consulta 11 de Julio de 2022]. ISSN: . Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=525752962004>

Pazmiño, F., Martínez, D., López, M. X., & Toasa, R. M. (2023, June). Relationship Between Performance and Psychosocial Factors in Teachers of Private Educational Institutions in Quito—Ecuador. In *International Conference in Information Technology and Education* (pp. 383-394). Singapore: Springer Nature Singapore.

- Pico, C. (2015). El Burnout y su relación con la Satisfacción Laboral en el Cuerpo de Bomberos del Distrito Metropolitano de Quito [Trabajo de investigación, Universidad Central del Ecuador]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/7591/1/T-UCE-0007-381i.pdf>
- Pico, C., 2022. [en línea] Dspace.uce.edu.ec. Disponible en: <<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/7591/1/T-UCE-0007-381i.pdf>> [Consultado el 11 de marzo de 2022].
- Schonfeld, I. & Bianchi, R. (2016). Burnout en bomberos: unas palabras sobre metodología. *Medicina del trabajo* , 66 1, 79. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqv184> .
- Sevilla, M., & Sánchez, M. (2021). ¿Qué es el síndrome de burnout? CuidatePlus. <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/sindrome-burnout.html>
- Smith, T., Hughes, K., DeJoy, D. & Dyal, M. (2018). Evaluación de las relaciones entre el estrés laboral, los conflictos entre el trabajo y la familia, el agotamiento y los resultados del comportamiento de seguridad de los bomberos. *Ciencias de la seguridad* , 103, 287-292. <https://doi.org/10.1016/J.SSCI.2017.12.005> .
- Smith, T., DeJoy, D., Dyal, M. y Huang, G. (2019). Impacto de la presión laboral, el estrés laboral y el conflicto entre el trabajo y la familia en el agotamiento de los bomberos. *Archivos de Salud Ambiental y Ocupacional* , 74, 215 - 222. <https://doi.org/10.1080/19338244.2017.1395789> .
- Telenchana, L. (2020). Estrategias de afrontamiento y síndrome de burnout en bomberos. Guaranda, 2020. [Proyecto de investigación, Universidad Nacional de Chimborazo]. Dspace. <https://www.grafiati.com/es/>
- Velásquez, J., & González, S. (2018). Síndrome de burnout y estrés laboral. Una revisión. *Revista de medicina familiar*, 65-72.
- Vinnikov, D., Tulekov, Z., Akylzhanov, A., Romanova, Z., Dushpanova, A. y Kalmatayeva, Z. (2019). La edad y la duración del trabajo no predicen el agotamiento en los bomberos. *Salud Pública de BMC* , 19. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6643-2> .

Copyright (2024) © Ricardo David Cevallos Galarza, Diego Armando Placencia Michelena,  
Ramiro Paul Cerón Bedoya, Edison Geovanny Lascano Martínez

Este texto está protegido bajo una licencia internacional Creative Commons 4.0.



Usted tiene libertad de Compartir—copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato— y Adaptar el documento — remezclar, transformar y crear a partir del material—para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla las condiciones de Atribución. Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra.

[Resumen de licencia](#) – [Texto completo de la licencia](#)