

UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



**Afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en el Cuerpo
General de Bomberos Voluntarios de Lima Norte**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTORES

**Eveli Melissa Serpa Sims
Flor Marleny Chavez Bobadilla**

ASESOR

Giovani Martín Díaz Gervasi

**Lima, Perú
2024**

METADATOS COMPLEMENTARIOS**Datos de los Autores****Autor 1**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Autor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Autor 3

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Autor 4

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Datos de los Asesores**Asesor 1**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

Asesor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

Datos del Jurado

Presidente del jurado

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

Segundo miembro

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

Tercer miembro

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

Datos de la Obra

Materia*	
Campo del conocimiento OCDE Consultar el listado:	
Idioma	
Tipo de trabajo de investigación	
País de publicación	
Recurso del cual forma parte (opcional)	
Nombre del grado	
Grado académico o título profesional	
Nombre del programa	
Código del programa Consultar el listado:	

***Ingresar las palabras clave o términos del lenguaje natural (no controladas por un vocabulario o tesauro).**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LICENCIATURA

ACTA N° 236-2024

En la ciudad de Lima, a los dieciséis días del mes de Diciembre del año dos mil veinticuatro, siendo las 14:30 horas, las Bachilleres CHAVEZ BOBADILLA, FLOR MARLENY y SERPA SIMS, EVELI MELISSA, sustentan su tesis denominada **“Afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima Norte”** para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología, del Programa de Estudios de Psicología.

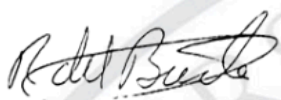
El jurado calificó mediante votación secreta:

- | | |
|--|------------------|
| 1.- Prof. Rafael Martin Del Busto Bretoneche | APROBADO : BUENO |
| 2.- Prof. Cecilia Helen Valqui Sanchez | APROBADO : BUENO |
| 3.- Prof. Sofia Coz Contreras | APROBADO : BUENO |

Habiendo concluido lo dispuesto por el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica Sedes Sapientiae y siendo las 15:45 horas, el Jurado da como resultado final, la calificación de:

APROBADO : BUENO

Es todo cuanto se tiene que informar.



Prof. Rafael Martin Del Busto Bretoneche
Presidente



Prof. Cecilia Helen Valqui Sanchez



Prof. Sofia Coz Contreras

Lima, 16 de Diciembre del 2024

Anexo 2

CARTA DE CONFORMIDAD DEL ASESOR DE TESIS CON INFORME DE EVALUACIÓN DEL SOFTWARE ANTIPLAGIO

Lima, 10 de Noviembre de 2024

Doctor,
Yordanis Enriquez Canto
Jefe del Departamento de Investigación
Facultad de Ciencias de la Salud
Universidad Católica Sedes Sapientiae

Reciba un cordial saludo.

Sirva el presente para informar que la tesis, bajo mi asesoría, con título: "**Afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima Norte**", presentado por la Srta. Eveli Melissa Serpa Sims, con código de estudiante 2015100183 y DNI N° 44229770 , y la Srta. Flor Marleny Chavez Bobadilla, con código de estudiante 2015100696 y DNI N° 74644108, para optar el título profesional de Licenciado en Psicología ha sido revisado en su totalidad por mi persona y **CONSIDERO** que el mismo se encuentra **APTO** para ser sustentado ante el Jurado Evaluador.

Asimismo, para garantizar la originalidad del documento en mención, se le ha sometido a los mecanismos de control y procedimientos antiplagio previstos en la normativa interna de la Universidad, **cuyo resultado alcanzó un porcentaje de similitud de 5% (cinco por ciento)**. Por tanto, en mi condición de asesor, firmo la presente carta en señal de conformidad y adjunto el informe de similitud del Sistema Antiplagio Turnitin, como evidencia de lo informado.

Sin otro particular, me despido de usted.

Atentamente,



Giovani Martin Díaz Gervasi

DNI N°: 10301350

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2505-2689>

Facultad de Ciencias de la Salud

* De conformidad con el artículo 8°, del Capítulo 3 del Reglamento de Control Antiplagio e Integridad Académica para trabajos para optar grados y títulos, aplicación del software antiplagio en la UCSS, se establece lo siguiente:

Artículo 8°. Criterios de evaluación de originalidad de los trabajos y aplicación de filtros
El porcentaje de similitud aceptado en el informe del software antiplagio para trabajos para optar grados académicos y títulos profesionales, será máximo de veinte por ciento (20%) de su contenido, siempre y cuando no implique copia o indicio de copia.

Afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en el
Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima Norte

DEDICATORIA

A Dios, por ser mi luz y guía; a mí misma, por la dedicación y el esfuerzo invertidos; a mis padres: a mi madre, por su amor incondicional y su motivación constante, y a la memoria de mi querido padre, cuyo legado permanece en mi corazón; a mis hermanos, por su apoyo inquebrantable; y a mis hijos y esposo, por ser mi motor y mi fortaleza en cada paso que doy.

Serpa Sims, Eveli Melissa.

A Dios por mostrar su fidelidad en mi vida y también a mi querida mamá por su incondicional apoyo y gran esfuerzo, esto es un logro compartido.

Chavez Bobadilla, Flor Marleny.

AGRADECIMIENTO

Queremos hacer extensivo nuestro más sincero agradecimiento a los bomberos voluntarios de las compañías de Puente Piedra y Los Olivos por su colaboración para la realización de este estudio, en especial al teniente Brigadier Ronal Sigueñas y al Capitán José Luis Peralta Meneses, por el apoyo permanente.

A nuestros amigos y familia, por su incondicional apoyo y el aliento constante que me brindaron en cada etapa de este recorrido.

A nuestros asesores y docentes, por compartir su conocimiento y guiarnos con sabiduría y paciencia, así como por creer en nosotros en cada paso de este proceso académico.

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre el afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en bomberos del Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima Norte.

Materiales y métodos: Este estudio es de enfoque cuantitativo, de alcance correlacional y de corte transversal. Se aplicó las pruebas a 125 bomberos a través de un censo. Para evaluar el afrontamiento al estrés, se utilizó el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE), mientras que el Síndrome de Burnout se midió mediante el Inventario de Burnout de Maslach (MBI). Además, se empleó una ficha sociodemográfica. Los datos fueron analizados con el programa Stata versión 13; para el análisis univariado se calcularon frecuencias y porcentajes, y en el análisis bivariado se aplicó la prueba estadística ANOVA, con un nivel de significancia de ≤ 0.05 .

Resultados: Se halló relación significativa entre el afrontamiento al estrés y las dimensiones del síndrome de burnout. El sexo femenino representa el 69.6% de la población, además el 63.2% son solteros. Se encontró relación entre variables sociodemográficas como experiencia en la compañía, horas, y número de hijos con las variables principales. **Conclusión:** La población evaluada no presenta burnout, ya que emplean los estilos de afrontamiento, sin embargo, el cuerpo bomberil se encuentra en riesgo ya que evidenciaron dos de los tres criterios para el diagnóstico de burnout.

Palabras clave: Afrontamiento, Estrés, Síndrome de burnout, Bomberos, Voluntarios (Fuente: DeCS)

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between stress coping and burnout syndrome in firefighters of the General Volunteer Fire Department of North Lima. **Materials and methods:** This is a quantitative, cross-sectional, correlational study. The tests were applied to 125 firefighters through a census. The Coping Coping to Stress Questionnaire (COPE) was used to measure coping to stress, the Maslach Burnout Inventory (MBI) was used to measure burnout syndrome, and a sociodemographic card was used. The Stata version 13 program was used for data analysis, frequencies and percentages were used for univariate analysis and the ANOVA statistical test was used for bivariate analysis with a statistical significance ≤ 0.05 . **Results:** A significant relationship was found between stress coping and the dimensions of burnout syndrome. Sixty-nine.6% of the population was female, and 63.2% were single. A relationship was found between sociodemographic variables such as experience in the company, hours, and number of children with the main variables. **Conclusion:** The evaluated population does not present burnout, since they use the coping styles, however, the firefighter corps is at risk since they evidenced two of the three criteria for the diagnosis of burnout.

Keywords: Coping, Stress, Burnout, Firefighters, Volunteers (source: DeCS)

ÍNDICE

Resumen	v
Índice	vii
Introducción	viii
Capítulo I El problema de investigación	9
1.1. Situación problemática	9
1.2. Formulación del problema	11
1.3. Justificación de la investigación	12
1.4. Objetivos de la investigación	13
1.4.1. Objetivo general	13
1.4.2. Objetivos específicos	13
1.5. Hipótesis	13
Capítulo II Marco teórico	14
2.1. Antecedentes de la investigación	14
2.2. Bases teóricas	18
Capítulo III Materiales y métodos	23
3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación	23
3.2. Población y muestra	23
3.2.1. Tamaño de la muestra	23
3.2.2. Selección del muestreo	23
3.2.3. Criterios de inclusión y exclusión	23
3.3. Variables	23
3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables	23
3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos	25
3.5. Plan de análisis e interpretación de la información	27
3.6. Ventajas y limitaciones	27
3.7. Aspectos éticos	28
Capítulo IV Resultados	29
Capítulo V Discusión	38
5.1. Discusión	38
5.2. Conclusión	42
5.3. Recomendaciones	42
Referencias bibliográficas	43
Anexos	

INTRODUCCIÓN

El estrés, es un fenómeno muy estudiado estos últimos años, según la OMS (2004) este aparece cuando las exigencias externas son mayores a los recursos internos y no hay manera de poder dar solución a la situación. El ámbito laboral, es uno de los espacios donde se desarrolla el ser humano para la generación de sus ingresos, sin embargo, es uno de los lugares que más generan tensión en la persona, esto debido a las exigencias, presiones y carga laboral. Y específicamente en nuestra población de estudio, las condiciones que presentan en su ambiente de trabajo voluntario, generan tensión en ellos, ya que no existe una adecuada infraestructura, poseen indumentaria en malas condiciones y equipos de rescate en mal estado.

A nivel nacional Según Paz (2018) existen 7,800 bomberos en Lima y no existen equipos suficientes de protección para los voluntarios. Además, solo existen 202 compañías de los bomberos en Perú que no son suficientes para cubrir las emergencias de más de 30 millones de peruanos (Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú, 2018)

En el ámbito internacional, según el informe de CareerCast, destaca a los bomberos como una de las profesiones más estresantes del mundo, puesto que realizan una sacrificada labor al exponer su vida para salvar la de otros, esto sumado a su carga familiar, trabajos o estudios (Gestión, 2017). Lo cual hace que su día a día sea ajetreado y resulten más vulnerables a sufrir estrés laboral.

Ante esta situación, no existe un programa de apoyo psicológico constante que vele por su salud mental, lo cual no les permite desarrollar formas de canalizar su sentimiento de tensión. Resulta de vital importancia entonces que los bomberos aprendan y pongan en práctica distintas estrategias de afrontamiento. Según Lazarus y Folkman (1986), esta variable se define como el conjunto de estrategias y esfuerzos que una persona implementa para evitar que su bienestar se vea afectado negativamente.

He ahí la importancia de brindar estos alcances a los bomberos para de esta manera evitar que desencadene en ellos un posible síndrome de burnout. Con base en lo expuesto, el objetivo de este estudio es establecer la relación entre el afrontamiento al estrés y el síndrome de burnout en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima Norte.

CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Situación problemática

Los bomberos voluntarios u “hombres de rojo”, suelen ser los primeros en responder ante cualquier alerta de incendio, o también ante un accidente de tránsito, socorrer heridos o cualquier otro evento que ponga en peligro la salud de las personas (Alva, et al., 2021). El Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú (CGBVP) tiene la responsabilidad de proteger el bienestar tanto individual como colectivo, proporcionando servicios de respuesta a emergencias que abarcan más que la atención de incendios, abarcando también la asistencia paramédica y el traslado de personas afectadas o con problemas de salud (Ramos et al., 2021).

Para ser bombero voluntario, uno de los requisitos es que el/la postulante se encuentre estudiando o trabajando, lo que los convierte en una organización diversa en aspectos como edad, género, profesiones, creencias, entre otros. Esta diversidad es crucial ya que los transforma en una población influyente tanto en su labor social como en su productividad personal. Por ende, es esencial motivarlos y proporcionarles los recursos y la atención física y psicológica necesarios. La salud emocional y mental de los bomberos es fundamental no sólo para su desempeño en el trabajo, sino también para su bienestar general fuera de él (Bocanegra, 2019).

Es importante destacar que, a lo largo de los años, el CGBVP ha sido una institución dedicada a ofrecer sus servicios de manera voluntaria en beneficio de la sociedad, sin recibir una compensación regular. Actualmente, la institución está respaldada por la Ley N°1260, que reconoce los beneficios para cada bombero activo dentro de la organización. Esta ley establece que todos los bomberos activos sin seguro médico deben recibir atención médica a través del seguro social de salud sin costo alguno, cubriendo hospitalización, recuperación y rehabilitación. Además, tienen acceso a programas de becas a nivel nacional y a créditos educativos proporcionados por el Ministerio de Educación. Los voluntarios y sus descendientes pueden acceder a becas con un puntaje adicional al momento de la asignación, siempre que cumplan con los requisitos establecidos. La ley también garantiza el libre acceso al transporte público. Asimismo, contempla una pensión para el bombero o sus herederos en caso de incapacidad permanente o fallecimiento, aunque aún no se han definido el monto ni las condiciones para su otorgamiento (Ley N° 1260, 2021).

El CGBVP del Perú cuenta con 247 compañías en todo el país, siendo un aproximado de 15 mil agentes a nivel nacional. (Diario El Peruano, 2023), 23 de estas compañías pertenecen al CGBVP en Lima Norte. Quienes vienen realizando una ardua labor por años, teniendo como objetivo principal promover y coordinar medidas de prevención de incendios mediante la evaluación de riesgos para la vida humana y los bienes (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2022).

También disponen de un número telefónico para llamadas de emergencia, el cual es el número 116, atendiendo las llamadas con la mayor rapidez posible (El peruano, 2023). Tal es así, que vienen atendiendo solo en el 2023 un total de 75,283 emergencias, a nivel de Lima y Callao 45,196 emergencias y dentro de ellas encontramos a la zona del cono norte Ancón (248 emergencias), Carabayllo (337 emergencias), Comas (1081 emergencias), Independencia (547 emergencias), Los Olivos (934 emergencias), Puente Piedra (464 emergencias), San Martín de Porres (1681 emergencias) y Santa Rosa (74 emergencias) llegando haber atendido en el año

2023 un total de 5,366 emergencias en lo que a nivel distrital como norte se refiere. (Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú, 2024).

Tanto hombres como mujeres se ven expuestos a diversas emergencias poniendo en riesgo sus vidas para atenderlas. Pese a ello, no cuentan con el apoyo psicológico adecuado para afrontar todo lo que una emergencia significa, si bien es cierto, existe la Oficina de Programa de Psicología en Emergencias y Desastres, la cual ofrece este tipo de apoyo en eventos de gran magnitud, sin embargo, este servicio se limita únicamente a las personas que resultan afectadas antes, durante y después de la atención de una emergencia (Vilela, 2019).

En el contexto de estudio los bomberos voluntarios que se han realizado, éstos se encuentran vulnerables ante diversos factores estresores, como estar expuestos al exceso de trabajo, a la presión de tomar muchas decisiones inmediatas, certeras, sumado a esto también el largo tiempo que toma atender una emergencia con agotamiento físico como consecuencia, entre otras. De igual modo, una fuente de estrés sería el temor de los bomberos a equivocarse, ya que, sobre ellos recae la responsabilidad de otras personas, su integridad física, añadido además la sobre exigencia de dar incluso más de lo que poseen para salvar vidas (Serenó, 2019)

Gil-Monte y colaboradores (Gil-Monte y Peiró, 1997; Gil-Monte et al., 1998) sostienen que las personas suelen desarrollar diversas respuestas ante situaciones de estrés. Estas incluyen una respuesta afectiva, caracterizada por el desgaste emocional y, en algunos casos, sentimientos de culpa; una respuesta conductual, que se refleja en actitudes de cinismo, indiferencia e indolencia hacia lo sucedido; una respuesta cognitiva, manifestada en frustración y desencanto profesional; y una respuesta física, que provoca malestar en el entorno laboral e impide que las personas se sientan realizadas tanto en el ámbito personal como en el profesional. Por tal razón las personas van en busca de mitigar estos sentimientos negativos y hacer frente a estos problemas ocasionados por el entorno, siendo diario el trabajo que realizan los bomberos generando un elevado costo a corto, mediano y a largo plazo, en el cual implica su bienestar físico y mental, debe tenerse en cuenta que la presencia del estrés en el bombero por un prolongado tiempo los vuelve más susceptibles al desarrollo del síndrome de burnout provocando diversas respuestas negativas hacia su labor (conductas violentas hacia las personas, hasta para asumir su propio rol) (Valero, 2001)

A nivel nacional, se identificó un nivel moderado de síndrome de burnout entre los miembros del CGBVP de Lima Norte, con la mayoría de los efectivos ubicándose en niveles medios (45.3%) y bajos (42.7%) (Mendoza, 2017).

A nivel mundial, los bomberos se posicionan como la segunda profesión más estresante, de acuerdo con una encuesta de la consultora CareerCast realizada en 2017. Esto se debe a las exigencias físicas, las condiciones ambientales y el riesgo de muerte, entre otros factores. Es importante reconocer que todas las profesiones implican un cierto nivel de estrés. Según la investigación de Rosas (2014), un 36,07% de los bomberos estudiados muestran un malestar emocional relacionado con el estrés. Además, se encontró que el nivel educativo alcanzado es un predictor de estrés, y que, en la muestra, los bomberos masculinos tienen una mayor tendencia a la hiperactividad como una dimensión específica del estrés y una menor tendencia hacia la evitación.

De esta manera uno de los factores que se relaciona con el estrés es el afrontamiento del mismo. El afrontamiento del estrés se define como un conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales, adaptables y en constante cambio, que las personas emplean para manejar tanto las demandas internas como externas que superan sus recursos personales. (Ferreira y Calderón, 2022)

A nivel nacional, en el estudio realizado por Taya, (2021) se observa que el 74% de bomberos presentó un alto nivel de estrés y un 26% presenta solamente nivel de estrés. En relación con ello, se puede evidenciar que la presencia de estrés y un nivel alto del mismo pueden exponer al bombero a presentar sintomatología relacionada al síndrome de burnout.

El síndrome de Burnout, relacionado con el estrés, surge en espacios laborales con mucha exigencia, especialmente en profesiones como la del personal de salud (Cavero et al., 2017; Thomaé et al., 2015, como se cita en Lauracio & Lauracio, 2020). Diversos estudios han demostrado que este síndrome tiene un mayor impacto en aquellas ocupaciones que requieren un contacto directo con las personas y que se basan en una "filosofía humanística" en el ámbito laboral (Quirate et al., 2017; Yaya et al., 2018, como se cita en Lauracio & Lauracio, 2020), ya que requieren un alto nivel de compromiso (Do Carmo et al., 2016, como se cita en Lauracio & Lauracio, 2020).

En varias ocasiones los bomberos manifiestan que desean continuar con su labor voluntaria ya que es gratificante ayudar al prójimo. Sin embargo, cabe mencionar que es necesaria la preparación psicológica a un bombero o a cualquier integrante de los grupos de rescate proporcionando estrategias de afrontamiento para enfrentar situaciones de riesgo, de esta manera poder proporcionar un adecuado bienestar tanto físico y sobre todo psicológico (Llinás, 1999).

En relación a lo mencionado el objetivo del presente estudio pretende determinar la relación entre el afrontamiento al estrés y el síndrome de burnout en el Cuerpo General de bomberos voluntarios de Lima-Norte.

1.2. Formulación del problema

Problema General

¿Cuál es la relación entre el afrontamiento del estrés y las dimensiones del síndrome de burnout en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima- Norte?

Problemas específicos

¿Cuáles son los estilos de afrontamiento al estrés en el Cuerpo General de bomberos Voluntarios de Lima- Norte?

¿Cuáles son las características del síndrome de burnout en el Cuerpo General de bomberos voluntarios de Lima- Norte?

¿Cuál es la relación entre el afrontamiento al estrés y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima- Norte?

¿Cuál es la relación entre el síndrome de burnout y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima- Norte?

1.3. Justificación de la investigación

La Organización Mundial de Salud, el año 2019 incluyó al “Síndrome de burnout” dentro de su ya conocida Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11). Lo relevante de esta noticia es que relacionan la aparición de esta enfermedad en su mayoría a las mujeres con falta de apoyo familiar y a las personas que están en contacto con los usuarios directamente, lo cual guarda relación con la población de nuestro estudio. (Diario Gestión, 2019) El presente estudio muestra valor teórico, ya que podrá ser utilizada como antecedente y de este modo contribuir a investigaciones futuras, puesto que a nivel nacional no existen estudios que compartan las mismas variables y población elegida para esta investigación.

Por esto la importancia de nuestro estudio, ya que, se pretende conocer la realidad psicosocial en la que se ubican los bomberos voluntarios de Lima Norte enfocándonos en el estudio del afrontamiento al estrés y el síndrome de burnout.

Teniendo en cuenta sus funciones de prevención y extinción de incendios, salvar vidas ante cualquier siniestro, etc. A ello se le suma las distintas actividades que realizan para aminorar los desastres, incluyendo la movilización de los recursos materiales, resaltando el esfuerzo de todos los que la integran (Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú, 2023).

Asimismo, se desea aportar conocimiento a los bomberos a nivel nacional y también a la sociedad acerca de las variables mencionadas. De igual modo, el presente estudio servirá para que las Instituciones a cargo del CGBVP, tomen mayor interés respecto a la salud mental de esta población (Albela, 2019).

Además, presenta relevancia social, debido a que permite conocer la situación psicosocial de toda la muestra que participó, lo cual servirá para la creación de programas de prevención del síndrome de burnout y promoción de las estrategias de afrontamiento al estrés, de esta manera se logrará un mejor desempeño en sus labores, un óptimo bienestar psicológico y una mejora en relación a su calidad de vida. Asimismo, posee relevancia práctica ya que se realizará asesoría a las personas que conforman el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios, sobre estas variables psicológicas para intervenciones futuras.

Este estudio tuvo como propósito identificar la relación entre el afrontamiento del estrés y las dimensiones del síndrome de burnout en los bomberos voluntarios de Lima Norte. Asimismo, buscó examinar qué variables sociodemográficas están asociadas con el afrontamiento del estrés y las distintas dimensiones del síndrome de burnout. Además, el estudio es viable, ya que se emplearon instrumentos adecuados para su ejecución.

Actualmente, en el Perú, no existe algún tema de investigación relacionado con estas dos variables en el mismo contexto, por consiguiente, se tuvo que considerar los trabajos realizados en la población de personal de salud ya que se encuentra similitud ante el trato de personas en emergencia, también, debido a la poca producción de información acerca de este fenómeno en nuestro país, se recurrió a evaluar estudios realizados en el extranjero.

1.4. Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo general

Determinar la relación entre el afrontamiento al estrés y las dimensiones del síndrome de burnout en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima-Norte.

1.4.2. Objetivos específicos

Describir los estilos de afrontamiento al estrés en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima-Norte.

Describir las características del síndrome de burnout en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima-Norte.

Determinar la relación entre el afrontamiento al estrés y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima-Norte.

Determinar la relación entre el síndrome de burnout y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima-Norte.

1.5. Hipótesis

Hipótesis General

H1: Existe relación entre el afrontamiento al estrés y las dimensiones del síndrome de burnout en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima- Norte.

H0: No existe relación entre el afrontamiento al estrés y las dimensiones del síndrome de burnout en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima- Norte.

Hipótesis Específicas

H1: Existe relación entre afrontamiento al estrés y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima- Norte.

H0: No existe relación entre el afrontamiento al estrés y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima- Norte.

H1: Existe relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima- Norte.

H0: No existe relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima- Norte.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

Antecedentes internacionales

A nivel internacional se identificó un proyecto de investigación realizado en el Cuerpo de Bomberos del cantón Guaranda, cuyo objetivo fue analizar las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout. Este estudio fue de tipo bibliográfico y de campo, con un diseño transversal y no experimental, y alcanzó un nivel descriptivo. La muestra estuvo compuesta por 31 bomberos, tanto hombres como mujeres. Para la recolección de datos, se utilizó una encuesta sociodemográfica, el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) para identificar las estrategias de afrontamiento predominantes, y el Maslach Burnout Inventory (MBI) para evaluar el síndrome de burnout en el personal. Los resultados más relevantes mostraron que las estrategias más utilizadas fueron la Focalización en la Solución del Problema (FSP) con un 45.16% y la religión (RLG) con un 22.58%. En cuanto al síndrome de burnout, se evidenciaron dimensiones como el Cansancio Emocional (35.48%), la Despersonalización (48.39%) y la Realización Profesional (50%). A partir de estos resultados, se desarrolló una guía psicoeducativa para prevenir el síndrome de burnout y favorecer un mejor desempeño laboral (Granizo y Telenchana, 2020).

Se encontró también otra investigación que tuvo como objetivo identificar la incidencia del síndrome de burnout, dentro de una muestra de 28 bomberos de ambos sexos, para la evaluación se utilizó el Test de Maslach. Se obtuvo como resultado que un 48% de los bomberos evidencia un nivel muy leve del síndrome de burnout, podría decirse que afecta levemente en su salud que posiblemente no tendría que ver con el burnout, un 22% un nivel moderado que indicaría que afecta a su salud, y un 30% un nivel grave afectando su salud, su desempeño laboral inclusive podría existir un trato no adecuado a los pacientes. Respecto a las variables se encontró que en edad los más afectados serían de 39 a 49 años un 55%, en el tiempo de trabajo en la institución los que llevan entre 5 a 10 años evidenciaron un 57%, respecto a las jornadas laborales un 53% evidenció trabajar largas jornadas, en los turnos rotativos un 51%, presencia de hijos 50,6%, estado civil 60%. En conclusión, todos ellos se encuentran en el nivel moderado grave, por lo que se recomienda un manejo adecuado de estrés a través de distintas técnicas que le permita afrontar adecuadamente las situaciones (Anchali, 2018).

Además, se halló otro estudio cuyo objetivo fue analizar las estrategias de afrontamiento en los bomberos de la policía de Mendoza además de valorar la presencia o no del síndrome de burnout, se realizó en una muestra compuesta por 10 bomberos (5 mujeres y 5 varones) edad promedio entre 29 y 34. Los instrumentos utilizados fueron inventario de respuestas de afrontamiento de Rudolf Moos y el inventario burnout de Maslach, los resultados encontrados fueron que los bomberos disponen de estrategias de afrontamiento los cuales varían según el sexo, en las mujeres predominan más las estrategias centradas en la emoción, sin embargo, en los hombres se inclinan más a las estrategias centradas en los problemas. Además, se encontró una elevada predisposición por ambos sexos de poder encontrar otras maneras de satisfacción. En cuanto al burnout en las variables género las mujeres obtuvieron un puntaje medio en las tres escalas, en la variable antigüedad obtuvieron puntaje medio, respecto al estado civil se evidencia niveles más elevados en realización personal en los que son casados. En conclusión, de la totalidad de la muestra predomina el uso de las estrategias centradas en el problema, sin embargo, se evidencia también la prevalencia de tipo evitativo. Respecto al burnout el apoyo familiar atenúa las consecuencias del estrés laboral (Muñoz, 2017).

Encontramos también, una investigación cuyo objetivo fue estudiar el burnout explorando su relación con las exigencias y el control del trabajo, así como con el

soporte social en una muestra de 791 bomberos voluntarios portugueses. Los instrumentos utilizados fueron el Maslach Burnout Inventory (MBI), la Escala de Satisfacción con el Soporte Social (ESSS) y la Escala de Exigencias y Control en el Trabajo (JCQ) en los resultados se evidenció respecto a las diferencias halladas por región no son considerables, en cuanto al género se evidenció que los hombres se sienten más agotados emocionalmente a diferencia de las mujeres, por otro lado en la edad si existe una relación en cuanto al burnout encontrándose un elevado índice en general respecto al agotamiento emocional y despersonalización en la población más joven que estaría vinculado a su inexperiencia laboral. En cuanto al estado civil, está vinculado con la eficacia profesional evidenciando índices más elevados en los viudos y divorciados/separados, en el tipo de servicio se evidenció en cuanto a las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización un índice elevado en los bomberos que reciben un pago, que los que son voluntarios, puesto que tienen que cumplir con mayor cantidad de obligaciones por el hecho que se les remunera y estar ligados efectivamente a la organización. En el horario de trabajo no se encontró relación con el burnout y sus dimensiones, sin embargo; la cantidad de horas que se cumplen semanalmente influye positivamente en el burnout, como las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización. En los niveles de satisfacción y apoyo social se comprobó que las relaciones sociales, el entorno familiar le es gratificante; en conclusión, general se evidencia una disminución del burnout en los bomberos registrándose un 4,68% de casos, concluyendo que el apoyo social y el control del trabajo favorece en la disminución del burnout, y que las demandas laborales contribuyen al aumento de los niveles de burnout. En cuanto a la prevalencia del síndrome en la muestra, los resultados indican que solo un porcentaje muy pequeño de bomberos presenta este síndrome (4,68%) (Gaspar, 2014).

Por último, se encontró un estudio cuyo objetivo fue hallar los niveles de estrés laboral en una muestra de 12 bomberos voluntarios de la XI compañía de Retalhuleu, para lo cual se utilizó el cuestionario de evaluación del estrés laboral. está conformado por 5 factores los que permitirán conocer qué situaciones son las que afectan al cuerpo de bomberos generando estrés, los cuales son: estilo de liderazgo y mando que representa el factor A, características de la tarea corresponde al factor B, comunicación y equipo de trabajo integran el factor C, protección y seguridad en el factor D y por último en el factor E a los agentes externos. Teniendo como resultado que los factores evaluados manifiestan niveles de estrés en distinta intensidad en todo el cuerpo de bomberos, de esta manera elaborar sugerencias acerca del afrontamiento y el manejo de estrés. Por otro lado, manifiestan que la incesante supervisión de los jefes sería un agente generador de estrés, a ello se le suman los factores B y E siendo los que presentaron estrés en mayor intensidad en los bomberos. Respecto al factor D la falta de los recursos para poder enfrentar las exigencias ambientales que la situación demanda generando estrés siendo nocivas para su bienestar. En conclusión, se manifiesta una intensidad media de estrés en la mayoría de los bomberos voluntarios, concluyendo según los resultados que el 50% evidencia un nivel medio de estrés, un 42% un nivel bajo y un 8% un nivel alto de estrés laboral. El cual si llega a mantenerse o intensificarse puede desencadenar un estrés crónico que conlleva a índices elevados de desgaste, fatiga física y mental. Por ello se recomienda proporcionar medidas que reduzcan los efectos mencionados (Boy, 2014).

Antecedentes nacionales

A nivel nacional, se encontró un estudio cuyo propósito fue evaluar los diferentes estilos de afrontamiento al estrés entre los miembros del Cuerpo General de Bomberos de la provincia de Santa, Ancash. La investigación, de carácter básico, utilizó un diseño no experimental, descriptivo y transversal, con una muestra de 300 bomberos. Se empleó el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) como instrumento de medición. Los resultados indicaron que el 75.7% de los participantes

presentó un nivel regular de afrontamiento al estrés. En particular, para el estilo de afrontamiento centrado en la solución del problema, el 59.7% mostró un nivel regular; en el estilo de autofocalización negativa, el 65% tuvo un nivel regular; en la reevaluación positiva, el 59.3% también presentó un nivel regular; en la expresión emocional abierta, el 67.7% mostró un nivel inadecuado; en la evitación, el 71.7% tuvo un nivel regular; en la búsqueda de apoyo social, el 56.4% presentó un nivel regular; y en el enfoque religioso, el 69.3% mostró un nivel regular. Esto sugiere que los bomberos tienden a adoptar enfoques racionales para enfrentar situaciones de riesgo de manera adecuada, aunque aún hay un porcentaje considerable que emplea estilos de afrontamiento inadecuados al estrés (More, 2021).

Encontramos, además, una investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre el síndrome de burnout y el clima laboral en una muestra de 309 efectivos que laboran en las compañías del CGBVP–Lima Norte. Los instrumentos empleados fueron el Inventario de Burnout de Maslach (MBI) y la Escala de Clima Laboral (CL-SPC). Los resultados obtenidos sobre los niveles y dimensiones del burnout muestran un nivel moderado de este síndrome entre los bomberos voluntarios, con la mayoría en un nivel medio (45,3%), seguido por un nivel bajo (42,7%). En cuanto al grado CGBVP se afirma la correlación; respecto a las edades, sexo, realización personal no se evidencia relación alguna. En conclusión, a nivel general no se encuentra una correlación entre las dos variables; sin embargo, se observa una relación significativa entre el síndrome de burnout y el clima laboral, según los distintos grados presentes en el CGBVP (Mendoza, 2017).

También se halló una investigación que se centró en tener como objetivo determinar todos los niveles en el desgaste ocupacional con el fin de establecer e implementar planes de mejora que contribuyan al buen funcionamiento de la institución realizado en una muestra de 27 bomberos. El instrumento utilizado fue la Escala de Desgaste Ocupacional (EDO) teniendo como resultado en las variables sociodemográficas que las mujeres evidencian un mayor desgaste ocupacional que los varones. En su estudio De las Cuevas (1996, citado por Martínez, 2010) menciona que al desgaste ocupacional en las personas se le añade una diversidad de factores como cultural, ocupacional, educativo, individual incluyendo la personalidad. Respecto a los factores de desgaste ocupacional, agotamiento, despersonalización como en los factores psicossomáticos, se sitúan en el nivel abajo del término medio, concluyendo de esta manera que los bomberos voluntarios se encuentran ubicados en el nivel “Abajo del término medio” en la Escala de Desgaste Ocupacional (Albitres, 2016)

En Perú no se evidencian estudios con muestras semejantes a esta investigación, sin embargo; si se ha encontrado en la población de salud, por lo que se considera como antecedente, ya que ambas profesiones laboran en similares condiciones (atención a personas heridas, diversidad de riesgos, atención a situaciones de emergencia o urgencia, entre otros).

Se encontró una investigación cuyo objetivo fue analizar la relación entre el síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería intensivista del Hospital Alberto Sabogal en Callao, Perú, durante el año 2018. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, transversal, descriptivo y correlacional, y contó con una muestra de 40 participantes. Se utilizaron el Inventario de Maslach y el Inventario de Estimación de Afrontamiento (COPE), ambos validados con niveles adecuados de confiabilidad y validez, para evaluar a los participantes. Los resultados principales revelaron que el 55% de los evaluados presentó niveles altos de síndrome de burnout, mientras que el 45% mostró niveles medios. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, el 52.50% de la muestra reportó niveles altos, mientras que el 47.50% presentó niveles medios. La conclusión del

estudio señala que existe una relación fuerte, negativa y significativa entre el síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento (Escalante, 2022).

El objetivo de este estudio es establecer la relación entre el síndrome de burnout y las estrategias de manejo del estrés de los enfermeros de la unidad de cuidados intensivos de un hospital en Lima, en 2022. El enfoque utilizado será cuantitativo, con un método hipotético-deductivo, y la investigación será aplicada. El diseño de la investigación será observacional, no experimental, correlacional y transversal, centrado en 80 enfermeras asistenciales de la unidad de cuidados intensivos del hospital. Se utilizará el método de encuesta como instrumento de recolección de datos. Para evaluar el síndrome de burnout, se empleará el Inventario de Burnout de Maslach (22 ítems), y para medir las estrategias de manejo del estrés, se utilizará el Inventario de Estimación de Manejo del Estrés COPE (28 ítems), ambos utilizando la escala de Likert. La fiabilidad del Inventario de Maslach y Jackson es de 0.80, mientras que el COPE obtuvo una fiabilidad de 0.45 a 0.92 mediante el coeficiente alfa de Cronbach (Guzmán, 2022).

La investigación tiene como objetivo determinar el nivel de síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento en relación al estrés en una muestra conformada por un número no limitado de varones y mujeres licenciados en enfermería de cuidados intensivos del Hospital Dos de Mayo. Los instrumentos que se utilizaron fueron el cuestionario de Maslach burnout inventory (MBI) y el cuestionario afrontamiento al estrés modificado (CAE). Se obtuvo un 69% de casos en el nivel medio, con una tendencia al aumento del síndrome de burnout. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, se observó que predominan las de tipo conductual, basadas en la aproximación al problema, siendo menos utilizadas las estrategias basadas en las emociones (Ramírez, 2016).

También se encontró otro estudio cuyo objetivo fue determinar las estrategias de afrontamiento ante el síndrome de burnout en una muestra de 50 profesionales de enfermería del servicio de emergencia del Hospital Regional Lambayeque en Chiclayo. Se utilizaron los instrumentos Maslach Burnout Inventory (MBI) y el Inventario de Estimación de Afrontamiento (COPE). Los resultados mostraron que un 46% presentó un nivel alto de estrés, el 34% un nivel medio y el 20% un nivel bajo. El personal de enfermería mostró altos índices de estrés debido a las exigencias diarias y a un ambiente laboral emocionalmente tóxico, en constante contacto con pacientes y familiares, lo que favorece el desarrollo del estrés. En cuanto a las dimensiones del burnout, en la dimensión de agotamiento emocional, el 38% presentó un nivel alto y el 42% un nivel medio; en la dimensión de despersonalización, el 86% mostró un nivel alto y el 10% un nivel medio; en la dimensión de realización personal, el 20% tuvo un nivel medio y el 80% un nivel bajo. Se concluyó que la mayor incidencia se dio en la dimensión de despersonalización, como respuesta a las situaciones estresantes del servicio de emergencias. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, el 20% de las enfermeras indicó que a veces utilizan estrategias de afrontamiento, el 60% que las utilizan con frecuencia y el 20% que siempre recurren a ellas en situaciones de estrés en el servicio (Cotrina y Monteza, 2016).

Se encontró el presente estudio cuyo objetivo fue determinar el nivel de síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento que aplican los enfermeros(as) de la UCI en el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas, en una muestra de 20 enfermeros. Los instrumentos que se utilizaron fueron el inventario de estimación de afrontamiento - COPE y el inventario de Maslach burnout. En los resultados se obtuvo que las enfermeras presentan un puntaje de medio a alto en el síndrome de burnout, respecto a las dimensiones, resalta el agotamiento emocional con un nivel medio 60%, en la dimensión despersonalización resalta el nivel alto 50% y en realización personal

resalta el nivel alto 45%, respecto al afrontamiento al estrés el mayor porcentaje utiliza a menudo enfocado al problema, por otro lado responden a menudo en cuanto a los centrados a la emoción y por último los centrados a otros estilos a veces, teniendo como estrategia más utilizada la de afrontamiento enfocado al problema. Concluyendo de esta manera que el personal de enfermería evidencia mayor probabilidad de presentar el síndrome de burnout, debido a la responsabilidad, condiciones, esfuerzo de largas horas, entre otros que conlleva su profesión; sin embargo, han logrado poder hacer frente a los diversos factores que se presentan, es por ello que se evidencia los niveles bajos en el síndrome de burnout (Huamán, 2016).

Finalmente, este estudio tuvo como objetivo identificar la relación entre el síndrome de burnout y el clima organizacional en bomberos voluntarios en una muestra de 70 bomberos voluntarios de la compañía de bomberos Salvadora N°26 de Trujillo. El instrumento utilizado fue el Inventario de Maslach burnout y la Escala de Clima Organizacional Aplicada. Los resultados que se obtuvieron en cuanto a sus dimensiones gran parte evidencian agotamiento emocional bajo 46,8% y medio 41,6%, despersonalización media 34% y realización personal media 64,4%, respecto al clima organizacional un 69,4%. Sin embargo, pone en observación que un 11.2% de los bomberos voluntarios muestra un nivel elevado en la dimensión de agotamiento emocional, considerando además que el porcentaje en esta dimensión ha ido incrementando con el pasar de los años, desencadenando así una alerta ante el estudio del burnout, puesto que se evidencia este tipo de casos mayormente en personas que trabajan con otros. Respecto a la dimensión de despersonalización un 13,8% evidencia un nivel alto, este porcentaje se encuentra enlazado con el porcentaje de bomberos de la dimensión anterior, siendo el agotamiento emocional el nexo para esta segunda fase. Por último, tenemos en la dimensión de realización personal un 64,4% en el nivel medio, un 19% nivel bajo, cifras que pasan el nivel alto 16,3%, lo cual llama la atención, puesto que se evidencia una leve inclinación en los niveles bajo, relacionado directamente con las dimensiones anteriores. Concluyendo de esta manera que la mayoría de bomberos evidencia niveles bajos en agotamiento emocional y en despersonalización, y en realización personal un nivel medio, además de un clima organizacional en el nivel medio y por último afirmar la relación entre el síndrome de burnout y los niveles de clima organizacional. Para finalizar mencionar la relevancia de las diferencias señaladas, siendo el burnout el resultado de diversos síntomas negativos con ello una disminución en el compromiso laboral (Rodríguez, y Saldaña, 2012).

2.2. Bases teóricas

Afrontamiento al estrés

La variable Afrontamiento al estrés será descrita teóricamente líneas más abajo, puesto que, es necesario describir la variable en que se basa este constructo, por ello, hablaremos en primer lugar del estrés.

Actualmente el estrés es considerado como una causa principal de patologías en las personas, principalmente en aquellos que no saben cómo controlarlo. Ya que, es una reacción ante una sobredemanda o exigencia, y en algunos casos las respuestas resultan ser inadecuadas para la adaptación y ajuste personal (Camargo, 2004).

En primera instancia tomaremos la definición realizada por el Médico y Fisiólogo, Hans Seyle, considerado el pionero en realizar estudios sobre esta variable en los años 1935, quien definió al estrés como "Síndrome general de adaptación". Refiriéndose así, a la reacción del cuerpo frente a los estresores y su posterior adaptación (Pérez, 2017).

Por un lado, el autor describe en 3 etapas a la adaptación:

- Alarma de reacción: sucede cuando el individuo identifica la fuente estresora.
- Fase de adaptación: es la respuesta del cuerpo frente a dicha fuente.
- Fase de agotamiento: si es mucho el tiempo instaurado en el sujeto, causa el desgaste de los recursos para el afronte (Pérez, 2017)

Y, por otro lado, Seyle (citado por Ramírez 2016), hace la distinción de los 2 tipos de estrés, el primero es un estrés positivo al cual le dio el nombre de "Eustrés", se refiere a las motivaciones internas o externas que hacen mover a la persona y asumir los retos buscando alcanzarlos. El segundo lleva por nombre "Distrés", este es un estrés negativo, que si persiste en el sujeto por mucho tiempo causará problemas físicos y psicológicos, ya que, son situaciones estresantes sin solución.

Además, tenemos la definición que realizaron Lazarus y Folkman (1986), quienes mencionan que el estrés sería el resultado de la interacción que tiene un sujeto con su medio, lugar donde a la persona se le presentan situaciones amenazantes, las cuales no puede controlar con los recursos que posee y por lo tanto se pone en riesgo su homeostasis (Ramírez, 2016).

Carver y Connor Smith (2010), definen al afrontamiento como un grupo de reacciones ante situaciones percibidas como amenazantes, añaden también que son esfuerzos para aminorar la angustia provocada por la situación estresante (Falcón, 2017).

El afrontamiento debe ayudar a la persona a tener un mejor ajuste personal y su posterior adaptación frente a determinadas situaciones estresantes, por ello, se considera que el afrontamiento funciona como un estabilizador. Morán et al. (2010), nos dicen que, es todo aquello que hace la persona con todas sus fuerzas, para evitar sufrir daños frente a hechos desfavorables en su vida.

Modelos Teóricos del afrontamiento al estrés

Modelo de autorregulación de Bandura

Esta teoría fue propuesta por Albert Bandura en el año 1969 y plantea que todos los seres humanos presentan un autosistema, el cual sirve para utilizar los recursos de afrontamiento que le ayuden en su control de situaciones estresantes y de ese modo pueda darse paso a la autorregulación a nivel de conducta y de pensamiento (León et al., 2006)

Dicha autorregulación, que engloba el control de sí mismo y con ello el control de sus conductas, es conseguida a través de la evaluación de estas, lo cual permitirá perfeccionar y guiar dichas conductas hacia la obtención de metas (León et al., 2006) nos plantean los siguientes pasos.

Así tenemos primero a la autoobservación, que es el análisis conductual y cognitivo de uno mismo; seguido a ello se realiza el juicio, el cual es una comparación entre las conductas que uno realiza versus las conductas apropiadas socialmente y como último paso plantean a la autorespuesta, que es principalmente la realización de conductas que fueron evaluadas previamente (Peña, 2017)

Peña (2017) añade que los pasos anteriores son posibles gracias a la eficacia que posee el individuo, esto es la conciencia de sus habilidades y la capacidad de poder orientar acciones a la resolución de problemas y así evitar poner en riesgo su organismo y el desequilibrio del mismo.

Teoría transaccional de Lazarus y Folkman

Este modelo propuesto por Lazarus y Folkman (1986), tiene como fin explicar teóricamente el estrés, el afrontamiento y su conjunto de estrategias, las cuales son empleadas posteriormente por Carver, Scheier y Weintraub en 1989 para la realización de su test llamado Inventario de Estimación del Afrontamiento (COPE)

De acuerdo con el concepto de Lazarus y Folkman sobre estrés (1986), será importante mencionar los tipos de valoración psicológica a situaciones determinadas. Estos son: la valoración primaria, en la cual la persona emite un juicio y clasifica la situación como estresante, abrumadora, incontrolable o irrelevante. La valoración secundaria se lleva a cabo cuando la situación se considera estresante, y en este momento se evalúa qué acciones tomar, qué recursos dispone la persona y cuáles utilizará para enfrentar el problema. (Falcón, 2017)

El afrontamiento, para Lazarus y Folkman (1986), es el empleo de las herramientas tanto cognitivas como conductuales para controlar la situación estresante por la que atraviesa una persona. Es necesario distinguir entre los estilos y estrategias de afrontamiento, el primero hace referencia a la predisposición individual de actuar frente a situaciones específicas y el segundo se refiere a las acciones concretas que se realizan para cada caso. Carver et al. (1989, citado en González y Peña, 2015) afirman que existen dos enfoques que explican las diferencias individuales que pueden afectar el afrontamiento, las cuales son:

El carácter estable; esta postura expone que dentro del conjunto de estrategias de afrontamiento que una persona adquiere, hay algunas que emplea preferentemente ante ciertas situaciones y, por lo tanto, permanecen y se establecen en el tiempo. A esto, los autores denominaron como estilos de afrontamiento, además el carácter estable está totalmente relacionado con los rasgos de la personalidad, los cuales dirigen a las personas a emplear ciertas estrategias y otras, no.

En segundo lugar, tenemos al carácter situacional; esto hace alusión a la adecuación de la persona frente a las situaciones, ya que, el afrontamiento según Lazarus y Folkman (1986), está en constante cambio y es dinámico (González, & Peña, 2015)

Estilos del afrontamiento

Kleikle (2007, como se citó en González, & Peña, R. 2015), considerando la teoría de Lazarus y Folkman (1986) mencionan los siguientes estilos del afrontamiento.

Por un lado, tenemos al afrontamiento centrado en el problema el cual busca hallar solución desarrollando un plan de acción contra la fuente estresora. Y consta de 5 estrategias de afrontamiento y son:

- Afrontamiento activo: Capacidad para afrontar un evento estresante, empleando nuestros propios esfuerzos para minimizar el malestar que causa el estresor.
- La supresión de otras actividades: Priorizar el esfuerzo para eliminar el estresor, relegando otras actividades.
- La postergación del afrontamiento: Actuar inmediatamente sobre la situación estresante.
- La planificación: Organización de pasos para hacerle frente al problema.
- La búsqueda de apoyo social: Buscar ayuda oportuna, ya sea de algún familiar o especialista, que contribuyan a la resolución de sus conflictos.

Por otro lado, el afrontamiento centrado en la emoción, busca controlar los sentimientos que le genera el evento estresor. Y tiene 5 estrategias de afrontamiento, las cuales son:

- Reinterpretación positiva y desarrollo personal: Mirar el lado bueno de la situación y tomar esta experiencia como un aprendizaje para su vida.
- La búsqueda de soporte emocional: Buscar el aliento y ánimo en otra persona y de ese modo disminuir el malestar causado por el estrés.
- Análisis de las emociones: Realizar una evaluación del estado de ánimo y buscar un modo de canalizar todo lo que siente.
- La aceptación: Afrontar la circunstancia asumiendo como algo que está sucediendo pero que a la vez es modificable.
- Acudir a la religión: Adoptar comportamientos religiosos que le ayuden a aliviar las tensiones.

Carver et al. (1989) añaden un estilo más, y lo denominan afrontamiento evitativo, esto es cuando la persona presenta una etapa de negación frente a la situación amenazante y debido a esto no puede ejercer acciones guiadas a afrontar el problema y conseguir su solución. Los mismos autores añaden que otras salidas para estas personas, pueden ser el uso alcohol o las drogas, y de ese modo evadir la presión del medio ambiente sobre él. Y tiene 3 estrategias de afronte: (González y Peña, 2015)

- Negación: Niega la situación por la que atraviesa, evitando resolverla y haciendo como si esta no existiese.
- Distracción: No pone en marcha sus esfuerzos propios para resolver las circunstancias, sino que se da por vencido antes de tiempo.
- Conductas inadecuadas: Consecuencias negativas de no afrontar adecuadamente un evento estresante.

Síndrome de burnout

Definición conceptual

El Síndrome de burnout, y sus características fueron descritas por primera vez por Freudenburg en el año 1974, quien lo explica como sensación de derrota, fracaso y agotamiento como resultado de una sobrecarga en su ámbito laboral y sus recursos individuales que son escasos. Esta descripción se hizo posible, ya que él pudo observar esas características en su estudio en las personas voluntarias que trabajaban en una Institución de Salud en Estados Unidos (Muñoz, 2017)

Dos años más tarde, Cristina Maslach (1976), presenta este término en la convención de la Asociación Americana de Psicólogos (APA) y conceptualiza al síndrome de burnout como un desgaste a nivel profesional en sectores donde se brinda servicios humanitarios, quienes son los que tienen contacto directamente con los clientes. Este síndrome presenta un conjunto de síntomas, tanto físicos como psicológicos, que son una reacción al estrés en su ambiente de trabajo lo cual afectará tanto a la persona como a la organización a la que pertenece (Muñoz, 2017)

Ya en el año 2001 Maslach, Schaufeli y Leiter realizan un concepto más elaborado y describen al síndrome de burnout como un problema psicológico debido a un estresor externo proveniente del ambiente laboral y se evidencia con el síndrome tridimensional, que será explicado en líneas posteriores (Muñoz, 2017)

Al síndrome de burnout también se le han dado varios términos, en la literatura española ofrece aproximadamente diecisiete nombres, siendo algunos de ellos: “quemarse por el trabajo”, “quemazón profesional”, “síndrome del estrés laboral asistencial o síndrome de estrés asistencial”, “síndrome del desgaste profesional”,

“estar quemado profesionalmente” y “desgaste psíquico”, entre otras (Boada et al., 2004; Ortega & Francisca, 2004; Gil-Monte, 2005) citado por Bautista et al. (2021).

Finalmente, según Aranda (2006) citado por Bautista et al. (2021) la palabra “burnout” proviene del término anglosajón que significa estar quemado, desgastado, exhausto y perder la ilusión por el trabajo (Quinceno et al., 2007).

Modelos Teóricos del Síndrome de burnout

Teoría de Maslach & Jackson

Las autoras Cristina Maslach y Susan Jackson conceptualizan al burnout como las respuestas comportamentales del estrés laboral y lo encajan en el síndrome tridimensional y estos son: agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal. Fue en base a esto que se realizó la elaboración del "Maslach burnout Inventory" (MBI), cuyo fin era identificar el burnout en personal de servicio humanitario, a través de sus tres subescalas. Este test, se ha convertido en el más empleado y aceptado, debido a que se ha utilizado para evaluar distintos tipos de muestras. Es ampliamente reconocida como la definición más difundida y validada empíricamente del síndrome de burnout. A partir de ella se derivan la mayoría de los enfoques teóricos que se utilizan actualmente para analizar este constructo. Esta teoría se describe en base al síndrome tridimensional que proponen Maslach y Jackson:

- a) Agotamiento emocional: Resultado del esfuerzo tanto físico y mental en la atención a otras personas que requieren atenciones especiales. El sujeto termina con un extremo desgaste y sensación de fatiga con subsecuente cansancio excesivo. Rojas, y Herrera. (2018). Además, cuando la persona experimenta frustración, apatía, cansancio, sensación de impotencia, incapacidad y desesperanza en sus tareas laborales, como consecuencia de las exigencias del trabajo y/o de los usuarios que utilizan los servicios proporcionados, los profesionales describen esta situación como la sensación de no poder seguir adelante. Se evalúa la capacidad para soportar y resolver las demandas que surgen a lo largo de la jornada laboral (Telenchana, 2020).
- b) Despersonalización: También llamada deshumanización, se caracteriza por una actitud cínica, negativa y grosera hacia los usuarios, pacientes o ciudadanos. La persona se muestra irritable y carece de motivación para realizar su trabajo. A nivel institucional, tiende a distanciarse y adoptar una actitud despectiva hacia sus compañeros, o a evitar participar en actividades grupales. Es un comportamiento poco profesional y ético hacia los demás, pero se asocia al desgaste provocado por el trabajo, no a la personalidad del individuo (Telenchana, 2020).
- c) Falta de realización personal en el trabajo: los empleados tienen una percepción negativa de sí mismos, desvalorizan sus habilidades en el trato con los demás y minimizan el valor de su trabajo al cuidar a los otros. (Rojas y Herrera, 2018). El objetivo es evaluar el nivel de motivación profesional de la persona, debido a que, a mayor motivación, mayor satisfacción. Un trabajo bien remunerado, con tareas específicas y gratificaciones tanto internas como externas, facilita un mejor desempeño del trabajador. Una baja motivación puede llevar a un autoconcepto negativo, bajo rendimiento laboral, falta de expectativas, sentimientos de fracaso e insatisfacción generalizada, así como a la impuntualidad, ausentismo y abandono del trabajo (Telenchana, 2020).

CAPÍTULO III. MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación

El presente trabajo es de enfoque cuantitativo, ya que emplea métodos estadísticos para probar hipótesis, asimismo tiene un alcance correlacional, según Hernández (2014) “Este tipo de estudio tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos categorías o variables en una muestra o contexto en particular” (pp. 93)

También, es de corte transversal, ya que “Recolecta datos en un solo momento, en un tiempo único” (Liu, 2008 y Tucker, 2004, como se citó en Hernández, 2014).

3.2. Población y muestra

La población de estudio para la investigación la conformaron los bomberos del Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima Norte de las Compañías de Puente Piedra y Los Olivos. Se realizó un censo, ya que fue viable evaluar a la población en general, por lo tanto, no fue necesario obtener un tamaño muestral.

3.2.1. Tamaño de la muestra

La población estuvo conformada por 125 bomberos voluntarios, 75 bomberos de la Compañía de Los Olivos y 50 bomberos de la Compañía de Puente Piedra. No existe muestra debido a la accesibilidad de encuestar a toda la población.

3.2.2. Selección del muestreo

No se realizó un muestreo.

3.2.3. Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

- Bomberos voluntarios activos mayores de 18 años.
- Bomberos de ambos sexos.
- Todos aquellos que pertenezcan a la compañía de Puente Piedra y Los Olivos.
- Bomberos que pertenecen oficialmente al CGBVP.
- Los que hayan firmado voluntariamente el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Personas que no hayan completado los cuestionarios.
- Los bomberos alumnos (en formación).
- Bomberos inactivos

3.3. Variables

3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables

Afrontamiento de estrés:

Definición conceptual: Se refiere a los estilos de afrontamiento que se utiliza el individuo para sobrellevar las demandas externas e internas estresantes del individuo. (Carver et. al 1989).

Definición operacional: La variable de afrontamiento al estrés es una variable cuantitativa discreta que incluye tres estilos: estilo de afrontamiento centrado en el problema, estilo de afrontamiento centrado en la emoción y estilo evitativo. **(Anexo 6)**.

Síndrome de burnout:

Definición conceptual: “Maslach define al burnout como una respuesta prolongada al estrés en el trabajo, un síndrome psicológico que nace de la tensión crónica producto de la interacción conflictiva entre el trabajador y su empleo” (Olivares, 2017)

Definición operacional: La variable síndrome de burnout es una variable categórica politómica ordinal que consta de 3 dimensiones: Agotamiento emocional, Realización personal y Despersonalización.

Para visualizar el cuadro operacional (**Anexo 7**).

Variables Sociodemográficas

Para visualizar el cuadro operacional (**Anexo 8**).

- **Sexo:**
 - **Definición conceptual:** condición física que distingue a las personas en hombres y mujeres.
 - **Definición operacional:** Variable categórica dicotómica nominal.

- **Edad:**
 - **Definición conceptual:** Tiempo de existencia de una persona desde su nacimiento en adelante.
 - **Definición operacional:** Variable categórica politómica ordinal.

- **Estado Civil:**
 - **Definición conceptual:** El estado civil es la situación personal de las personas en relación a otros, formándose así los lazos de matrimonio o lazos parentales.
 - **Definición operacional:** Variable cualitativa politómica nominal.

- **Lugar de nacimiento:**
 - **Definición conceptual:** Es el pueblo, ciudad o país, donde nace la persona.
 - **Definición operacional:** Variable cualitativa politómica nominal.

- **Lugar de residencia**
 - **Definición conceptual:** Lugar donde la persona vive actualmente.
 - **Definición operacional:** Variable cualitativa politómica nominal.

- **Nivel educativo:**
 - **Definición conceptual:** Es el nivel más alto de aprendizaje alcanzado.
 - **Definición operacional:** Variable cualitativa politómica ordinal.

- **Con quién vive:**
 - **Definición conceptual:** Se refiere a los integrantes de familia o cualquier tipo de parentesco, o personas con la que comparte una vivienda en común.
 - **Definición operacional:** Variable cualitativa politómica nominal.

- **Experiencia Laboral en la compañía:**
 - **Definición conceptual:** Es el conjunto de conocimientos que un individuo ha adquirido a partir de realizar alguna actividad profesional en un transcurso de tiempo determinado.
 - **Definición operacional:** Variable cualitativa politómica ordinal.
- **Tipo de cargo o categoría:**
 - **Definición conceptual:** Es el lugar que ocupa una determinada persona dentro de una institución.
 - **Definición operacional:** Variable cualitativa politómica ordinal.
- **Tiempo dedicado a su labor como bombero:**
 - **Definición conceptual:** Es el periodo de tiempo dedicado a realizar cualquier tipo de actividad, particularmente a actividades con gran responsabilidad social.
 - **Definición operacional:** Variable cualitativa politómica nominal.
- **Total, de horas a la semana:**
 - **Definición conceptual:** Es aquel tiempo total en horas en las que realiza su labor voluntaria en la semana.
 - **Definición operacional:** Variable cuantitativa discreta.
- **Tiempo libre:**
 - **Definición conceptual:** Es aquel tiempo que la gente le dedica a aquellas actividades que no corresponden a su trabajo formal ni a tareas domésticas.
 - **Definición operacional:** Variable cualitativa politómica nominal.
- **Otro trabajo:**
 - **Definición conceptual:** Empleo con el que cuenta una persona, con los debidos beneficios y derechos salariales.
 - **Definición operacional:** Variable cualitativa dicotómica nominal.
- **Número de hijos:**
 - **Definición conceptual:** Es la cantidad de hijos que tiene una generación.
 - **Definición operacional:** Variable cualitativa politómica ordinal.
- **Rol en la familia:**
 - **Definición conceptual:** Papel que cada persona desarrolla en su familia.
 - **Definición operacional:** Variable cualitativa politómica nominal.
- **Religión:**
 - **Definición conceptual:** Es un conjunto de creencias, normas morales y prácticas rituales que un individuo o grupo mantiene hacia lo que considera divino o sagrado
 - **Definición operacional:** Variable cualitativa politómica nominal.

3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos

Plan de recolección de datos

1. Para realizar la recolección de datos primero se contó con la aprobación de la investigación por parte del Departamento de Investigación de la Universidad Católica Sedes Sapientiae (UCSS). (**Anexo 9**)
2. Luego de ello, se obtuvo la carta de ética. (**Anexo 10**)

3. Se envió a las autoridades pertinentes una carta de presentación, solicitando permiso para la aplicación de las pruebas en las Compañías de bomberos de Los Olivos y Puente Piedra. **(Anexo 11)**
4. Se procedió a informar sobre los aspectos éticos, que fueron debidamente aprobados por el Comité de Ética de la Universidad Católica Sedes Sapientiae (UCSS)
5. El jefe departamental de la XXV Comandancia de Lima Norte dio los permisos necesarios para realizar la investigación. **(Anexo 12)**
6. Se coordinó con cada jefe de las compañías (Los Olivos y Puente Piedra), sobre las fechas de la aplicación de las pruebas para la investigación.
7. Se visitó las compañías por la noche, en días distintos, cada jefe nos brindó un espacio e hicieron partícipe a toda su población.
8. Previo a la aplicación de las pruebas, se detalló lo siguiente:
 - 8.1. Se brindó información sobre el estudio; asimismo se mencionó las indicaciones que se deberá de tener en cuenta al momento de realizar las pruebas.
 - 8.2. Antes de la aplicación se les comentó acerca del consentimiento informado.
9. Posterior a ello, se les entregó el consentimiento y los bomberos firmaron y así autorizaron su colaboración; luego se les entregó las pruebas del estudio y la ficha sociodemográfica **(Anexo 1)**. En total de tiempo, se empleó un aproximado de 2 horas en cada compañía, ya que, cada jefe los dividió en grupo, un estimado de 25 minutos le tomó a cada grupo responder los cuestionarios.
10. Por último, se recogieron las pruebas, revisando que éstas se hayan completado adecuadamente.
11. Finalmente, se realizó la corrección manual de las pruebas evaluadas; se pasó a codificar los resultados; se hizo la base de datos en Excel y por último se realizó el análisis estadístico en el programa STATA 13.

Instrumentos

Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE)

Los autores de este instrumento fueron Carver et al. (1989), la adaptación en Perú la realizó Casuso (1996); con el objetivo de saber las respuestas o reacciones de los individuos ante situaciones adversas o complicadas. Para lo cual diseñaron un cuestionario conformado por 52 ítems, la cual contiene 3 dimensiones cada una con sus estrategias de afrontamiento: Estilo de afrontamiento dirigido al problema (Afrontamiento activo, la supresión de otras actividades, la postergación del afrontamiento, la planificación y la búsqueda de apoyo social), estilo de afrontamiento dirigido a la emoción (Reinterpretación positiva y desarrollo personal, la búsqueda del soporte emocional, aceptación, acudir a la religión y análisis de las emociones) y estilos evitativos de afrontamiento (Distracción, negación y conductas inadecuadas). Cada uno de los 13 modos de reaccionar al estrés, está constituido por 4 ítems, teniendo 4 modos de respuesta: Casi nunca hago esto (1), A veces hago esto (2), Usualmente hago esto (3) y Hago esto con mucha frecuencia (4). Aquel estilo con mayor puntaje será la forma que frecuentemente emplean las personas para afrontar el estrés. **(Anexo 2)**

Validez:

Para la validez del instrumento se corroboró mediante el procedimiento del criterio de jueces, presentando un valor V de Aiken de 0.42, considerándolo como aceptable. (Carver et al., 1989)

Confiabilidad:

La adaptación de la prueba fue realizada por Casuso en Lima 1996. Para la confiabilidad de la prueba se obtuvo mediante cálculo de consistencia interna obteniendo como resultado un valor Alpha de Cronbach de 0.55 considerado como aceptable (Carver et al., 1989)

Maslach burnout Inventory (MBI)

El instrumento fue desarrollado por Maslach y Jackson (1986), y su adaptación en Perú fue realizada por Llaja et al. (2007). Llaja estableció niveles evitativos, donde la aparición de un síntoma indica riesgo, dos síntomas sugieren tendencia y tres síntomas permiten diagnosticar el síndrome. El cuestionario consta de 22 ítems, los cuales se evalúan mediante una escala de Likert con 7 alternativas: Nunca, algunas veces al año o más, una vez al mes o menos, algunas veces al mes, una vez a la semana, varias veces a la semana y diariamente. El cuestionario mide los niveles de cada componente, ya que no tiene un puntaje total para diagnosticar el síndrome de burnout. Por lo tanto, las personas con niveles altos en las escalas negativas (agotamiento emocional y despersonalización) y bajos en realización personal podrían presentar el síndrome. **(Anexo 3)**

Validez:

En cuanto a la validez, se realizó un análisis de constructo, y el análisis factorial reveló que la mayor varianza correspondió al cansancio emocional con un 39.97%, seguido de la despersonalización con un 37.59% y la realización personal con un 34.90%. Aunque todos estos valores son inferiores al 40% de varianza, superan el porcentaje mínimo requerido para aceptar la dimensionalidad (Llaja et al., 2007).

Confiabilidad

En Perú, la adaptación del instrumento fue realizada por Llaja, Sarriá y García (2007), quienes realizaron una investigación con dos submuestras: una del sector salud y otra fuera de este ámbito. Los coeficientes alfa de Cronbach obtenidos mostraron un patrón similar en ambas submuestras y en la muestra total. En la población de salud, los índices fueron 80 para el cansancio emocional, 56 para la despersonalización y 72 para la realización personal; mientras que en la población fuera del sector salud, los índices fueron 80 en cansancio emocional, 64 en despersonalización y 70 en realización personal (Llaja et al., 2007).

3.5. Plan de análisis e interpretación de la información

Para el análisis de los datos recolectados, se utilizó el programa estadístico STATA versión 13. En primer lugar, se exportó la base de datos generada en Excel hacia STATA, y luego se procedió al análisis detallado. En el análisis descriptivo se emplearon tablas de distribución de frecuencias y porcentajes. Posteriormente, se utilizó la prueba ANOVA para evaluar las dos principales variables: el afrontamiento al estrés en su versión numérica y el síndrome de burnout en su versión categórica. Además, se aplicaron las pruebas T-Student, U de Mann-Whitney y Kruskal Wallis para analizar las versiones numéricas de las variables principales en relación con las variables sociodemográficas, a excepción de una variable sociodemográfica de naturaleza numérica. Para realizar los cruces con las variables principales, se emplearon tanto la correlación de Pearson como la de Spearman. El nivel de significancia utilizado fue ≤ 0.05 .

3.6. Ventajas y limitaciones

Ventajas:

- Este estudio presenta como ventaja principal, que se trabajó con instrumentos debidamente validados en el Perú, lo cual ayuda a la comprensión de los

- ítems.
- Otra de las ventajas, es que se contó con el permiso de la Compañía de Los Olivos y Puente Piedra para la aplicación de los instrumentos a nuestro público objetivo.
- Asimismo, la investigación presenta un bajo costo por ser de corte transversal.

Limitaciones:

- La presente investigación al ser de tipo correlacional, por ello, no se hallará relación de causa-efecto.
- Otra de las limitaciones es la elección de las variables sociodemográficas a criterio de las autoras.
- Además, el corte transversal no permite hacer un seguimiento a la muestra, ya que, solo sirve para conocer su estado actual en un momento único.

De igual modo, la presente investigación es válida ya que permitió conocer la situación actual de la población bomberil y abrir puertas a futuras investigaciones.

3.7. Aspectos éticos

Para la realización de la presente investigación fue necesario contar con la autorización de parte del comité de ética de la Universidad católica Sedes Sapientiae, para lo cual era necesario que se cumplan los siguientes criterios éticos:

Respeto de la confidencialidad y política de protección de datos:

La aplicación y administración de la prueba se realizó respetando por completo los datos personales de los encuestados, brindando así la seguridad de que los resultados no serán publicados ni divulgados. Solo tendrán acceso a la información personas limitadas y seleccionadas por las responsables del estudio.

Respeto de la privacidad

El evaluado tiene total autonomía para decidir qué informaciones personales brindar y cuáles prefiere reservarse.

No discriminación y libre participación

Los únicos modos de excluir a algunas personas serán por los criterios de exclusión e inclusión. No estará permitido ningún tipo de discriminación, ya sea por sexo, religión, raza, etc.

Consentimiento informado a la participación de la investigación

Todas las personas tuvieron total conocimiento del objetivo de la presente investigación, para ello se le entregará un consentimiento informado (**ver Anexo 11**) donde se explica a mayor detalle todo sobre el estudio.

Respeto por la calidad de la investigación, autoría y el uso de los resultados

Con el proyecto de investigación se busca promocionar el valor científico a través de la relevancia social y teórica del estudio, y la validez científica a través del marco teórico científico y actual. También se contó con una muestra apropiada para la obtención de óptimos resultados. Las autoras tienen el derecho de autoría respecto al resultado que arrojará la investigación, por ello no se permitirá su divulgación o comercialización.

CAPÍTULO IV. RESULTADOS

De los 125 efectivos se encontró en mayor porcentaje al sexo femenino (69.6%), respecto a la edad la mayoría se encuentra en el rango de 25 a 35 años (40,8%), en cuanto al estado civil el mayor porcentaje son solteros (63.2%). Por otro lado, se encontró en cuanto a los estilos de afrontamiento al estrés siendo el más utilizado el enfocado al problema (50.99 ± 9.61) y respecto al Síndrome de burnout se obtuvo un (60.8%) en la dimensión realización personal en la categoría bajo, un (95.2%) en el agotamiento emocional en la categoría bajo y finalmente un (49.6%) en la dimensión despersonalización en la categoría alto. Concluyendo así que ningún efectivo presenta burnout.

Tabla 1.

Descripción de la muestra

Variable	n	%	Categoría o grado	
Sexo			Plana menor	81 64.8
Masculino	38	30.4	Oficial	41 32.8
Femenino	87	69.6	Oficial Superior	3 2.4
Edad			Oficial General	0 0
18 a 24 años	43	34.4	Tiempo dedicado a la labor	
25 a 35 años	51	40.8	Por las mañanas	66 52.8
36 a 44 años	25	20	Por las tardes	7 5.6
45 a más	6	4.8	Por las noches	8 6.4
Estado civil			Horario rotativo	18 14.4
Soltero	79	63.2	Todo el día	26 20.8
Casado	22	17.6	Total de horas (Media ± DE)	27.78 ± 22.85
Conviviente	19	15.2	Tiempo libre	
Separado	5	4	Realiza algún deporte	49 39.2
Lugar de nacimiento			Realiza algún tipo de taller	10 8
Lima	99	79.2	Solo está en casa	33 26.4
Provincia	26	20.8	Sale de paseo	33 26.4
Lugar de residencia			Trabaja en otro lugar	
Los Olivos	33	26.4	No	106 84.8
Puente Piedra	37	29.6	Si	19 15.2
San Martín de Porres	32	25.6	Número de hijos	
Independencia	9	7.2	Sin hijos	72 57.6
Otros	14	11.2	Con 1 hijo	29 23.2
Nivel educativo			Con 2 hijos	15 12
Secundaria	13	10.4	Con 3 o más hijos	9 7.2
Técnico	74	59.2	Rol en la familia	
Pregrado	24	19.2	Padre	20 16
Postgrado	14	11.2	Madre	16 12.8
Con quién vive			Esposo	16 12.8
Solo	31	24.8	Hijo	58 46.4
Pareja	38	30.4	Hermano	12 9.6
Algún familiar	56	44.8	Otro	3 2.4
Experiencia en la compañía			Religión	
0 a 3 años	63	50.4	Católico	81 64.8
4 a 14 años	56	44.8	Evangélico	21 16.8
15 años a 23 años	6	4.8	Otra religión	23 18.4
24 a más	0	0		

Nota. m: Media, DE: Desviación Estándar

Tabla 1.
Continúa

Variable	n	%
Estilos de afrontamiento		
Estilo enfocado al problema (Media \pm DE)	50.99 \pm 9.61	
Estilo enfocado a la emoción (Media \pm DE)	49.58 \pm 8.84	
Estilo evitativo (Media \pm DE)	24.61 \pm 5.65	
Síndrome de burnout		
Presenta	0	0
No presenta	125	100
Dimensiones del Síndrome de burnout		
Realización personal		
Bajo	76	60.8
Medio	19	15.2
Alto	30	24
Agotamiento emocional		
Bajo	119	95.2
Medio	6	4.8
Despersonalización		
Bajo	60	48
Medio	3	2.4
Alto	62	49.6

Nota. m: Media, DE: Desviación Estándar

En la tabla 2, se puede apreciar la relación significativa entre el estilo de afrontamiento enfocado al problema y las 3 dimensiones del burnout, realización personal ($p=0.00$), agotamiento emocional ($p=0.01$) y despersonalización ($p=0.00$). También hay relación significativa entre el estilo de afrontamiento evitativo con la dimensión realización personal de burnout ($p=0.00$) y la dimensión despersonalización ($p=0.00$)

Tabla 2

Asociación entre las variables estilos de afrontamiento al estrés y dimensiones del síndrome de burnout

Estilos de afrontamiento	Dimensiones del síndrome de burnout																			
	Realización personal							Agotamiento emocional						Despersonalización						
	Bajo		Medio		Alto			Bajo		Medio		P		Bajo		Medio		Alto		P
	Media	DE	Media	DE	Media	DE	P	Media	DE	Media	DE	P	Media	DE	Media	DE	Media	DE	P	
Estilo enfocado al problema	48.03	8.28	56.63	10.45	54.93	9.45	0.00	51.45	9.5	41.83	7.11	0.01	54.18	9.99	53.33	5.5	47.79	8.31	0.00	
Estilo enfocado a la emoción	48.18	8.04	50.84	7.96	52.33	10.67	0.07	49.87	8.84	43.83	7.31	0.10	50.42	9.58	52.33	9.45	48.65	8.09	0.47	
Estilo evitativo	25.84	5.49	23.52	5.93	22.16	5.09	0.00	24.43	5.69	28.17	3.54	0.11	22.77	5.06	29.33	7.09	26.16	5.62	0.00	

En la tabla 3, se encontró relación significativa entre las variables sociodemográficas estado civil ($p=0.033$), con quién vive ($p=0.003$), experiencia ($p=0.04$), tiempo libre ($p=0.05$), número de hijos ($p=0.05$) y rol en la familia ($p=0.01$) con el estilo evitativo; así mismo, se pudo hallar la relación entre la variable religión y los estilos enfocados al problema ($p=0.02$) y a la emoción ($p=0.01$) siendo más predominante el enfocado al problema (Ver tabla 2)

Tabla 3.

Asociación entre las variables sociodemográficas y estilos de afrontamiento al estrés.

Variables sociodemográficas	Estilo enfocado en el problema			Enfocado en la emoción			Estilo evitativo			
	Media	DE	P	Media	DE	P	Media	DE	P	
Sexo	Masculino	49.82	7.9	0.37	50.76	9.42	0.33	25.48	5.52	0.27
	Femenino	51.51	10.26		49.07	8.59		24.24	5.69	
Edad	18 a 24 años	51.88	8.93	0.16	48.86	8.7	0.41	24.91	5.42	0.62**
	25 a 35 años	52.16	9.88		51.16	8.33		25.04	5.56	
	36 a 44 años	48.52	8.95		48.04	8.42		23.92	5.76	
	45 a más	45	12.76		47.83	15.01		21.67	7.84	
Estado civil	Soltero	51.36	10.08	0.89**	48.7	8.84	0.48	23.86	5.66	0.03
	Casado	50.86	7.35		50.73	7.21		27.72	4.43	
	Conviviente	50.26	10.82		51.95	10.68		23.84	5.47	
Lugar de nacimiento	Separado	48.4	7.33	0.97	49.6	8.26	0.59	25.6	7.73	0.35
	Lima	50.98	9.72		49.36	8.7		24.36	5.72	
	Provincia	51.04	9.35		50.42	9.53		25.54	5.38	
	Los olivos	51.06	5.51		49.72	8.7		24.6	5.97	
Lugar de residencia	Puente piedra	49.65	9.62	0.54	48.7	7.73	0.18**	23.89	4.83	0.11
	San Martín de Porres	50.66	8.14		47.62	8.46		25.13	5.98	
	Independencia	51.33	10.15		52.55	10.67		28.78	6.14	
	Otros	54.92	12.55		54.14	10.64		22.64	5.05	

Nota. **Se usó el p-value de la prueba Kruskal Wallis

Tabla 3.
Continúa

Variables sociodemográficas		Estilo enfocado en el problema			Enfocado en la emoción			Estilo evitativo		
		Media	DE	P	Media	DE	P-value	Media	DE	P-value
Nivel educativo	Secundaria	50.38	11.59	0.15	48.38	11.65	0.14	23.84	4.98	0.65
	Técnico	49.77	8.73		49.3	8.23		25.13	5.17	
	Pregrado	52.25	11.07		48.17	7.62		24.04	6.97	
	Postgrado	55.85	8.6		54.64	10.25		23.5	6.42	
Con quién vive	Solo	48.42	9.62	0.10	49.68	9.51	0.33	25.65	6.12	0.00
	Pareja	50.29	8.82		51.21	9.14		26.47	5.29	
	Algún familiar	52.89	9.87		48.43	8.23		22.77	5.12	
Experiencia en la compañía	0 a 3 años	52.62	10.11	0.15	49.39	9.19	0.36	23.37	4.86	0.04
	4 a 14 años	49.16	8.98		49.25	8.29		25.96	6.24	
	15 años a 23	51	8.02		54.67	10.29		25	5.51	
Categoría o grado	Plana menor	52.38	9.74	0.08	49.72	9.07	0.70	24.68	5.57	0.72
	Oficial	48.27	8.98		49.02	8.49		24.66	5.92	
	Oficial superior	50.67	9.29		53.33	9.5		22	5.29	
	Por las mañanas	51.17	8.92		49.74	8.5		24.77	5.1	
Tiempo dedicado a la labor	Por las tardes	46.86	8.11	0.84	50.14	7.6	0.75	27.57	2.57	0.07**
	Por las noches	51.75	8.96		49.88	9.1		27.25	7.42	
	Horario rotativo	50.94	12.79		47.06	10.61		22.61	7.53	
	Todo el día	51.46	9.79		50.69	8.98		23.96	5.18	
Horas dedicadas a la labor		Rho: -0.02		0.82	Rho: - 0.03		0.73	Rho: 0.05		0.55

Nota. **Se usó el p-value de la prueba Kruskal Wallis

Tabla 3.
Continúa

Variables sociodemográficas	Estilo enfocado en el problema			Enfocado en la emoción			Estilo evitativo			
	Media	DE	P	Media	DE	P	Media	DE	P	
Tiempo libre	Realiza algún deporte	50.75	10.2	0.52**	48.59	8.02	0.47	23.57	5.93	0.05
	Realiza algún tipo de taller	55	8.43		53.1	10.02		25.8	6.12	
	Solo está en casa	51.18	6.85		50.39	9.12		26.76	4.44	
Trabaja en otro lugar	Sale de paseo	49.93	11.32	0.36	49.18	9.44	0.54	23.63	5.74	0.30*
	No	50.66	9.57		49.79	8.89		24.75	5.79	
Número de hijos	Si	52.84	9.85	0.18	48.42	8.73	0.43**	23.84	4.88	0.05
	Sin hijos	52.53	9.73		49.8	8.28		23.64	5.37	
	Con 1 hijo	49.07	9.2		50.89	9.69		27.03	4.86	
	Con 2 hijos	47.67	10.52		47.13	9.97		24.67	7.08	
Rol en la familia	Con 3 o más hijos	50.44	6.6	0.86	47.66	8.93	0.67	24.44	6.21	0.00
	Padre	50.2	7.96		49.6	8.56		24.05	4.67	
	Madre	50.56	8.09		52.69	8.87		28.93	5.82	
	Esposo	49	10.01		50.5	8.81		26.31	5.22	
	Hijo	52.17	9.86		48.97	8.98		24.21	5.42	
	Hermano	49.67	13.51		47.33	9.33		20.58	5.38	
Religión	Otro	51.67	3.51	0.02	49	9	0.01	20	2.65	0.14**
	Católica	49.26	9.27		48.51	8.28		23.95	5.44	
	Evangélico	54	7.73		54.76	7.35		27.33	5.78	
	Otro	54.35	11.02		48.65	10.59		24.43	5.75	

Nota. **Se usó el p-value de la prueba Kruskal Wallis

Por otro lado, se halló relación significativa entre la dimensión Realización personal con la variable Lugar de residencia ($p=0.00$), también se halló relación entre la mencionada dimensión con el Nivel educativo ($p=0.02$), además con la variable Experiencia en la compañía ($p=0.00$), asimismo con la variable Grado ($p=0.04$), también con la variable Hijos ($p=0.00$) y finalmente con la variable Rol en la familia ($p=0.00$). Respecto a la dimensión Agotamiento emocional, se halló relación significativa con la variable Con quién vive ($p=0.00$), además con la variable Experiencia en la compañía ($p=0.05$) y por último con la variable Tiempo libre ($p=0.01$). Luego tenemos a la dimensión Despersonalización, aquí se halló relación significativa entre esta dimensión y la variable lugar de residencia ($p=0.00$), asimismo, con la variable Nivel educativo ($p=0.02$), también con la variable Con quién vive ($p=0.00$), además con la variable Experiencia en la compañía ($p=0.00$) y con la variable Grado ($p=0.04$), también con la variable Tiempo libre ($p=0.02$), finalmente con la variable Hijos ($p=0.00$) y Rol en la familia ($p=0.01$).

Tabla 4.

Asociación entre las variables sociodemográficas y las Dimensiones del burnout

Variables sociodemográficas		Realización personal			Agotamiento emocional			Despersonalización		
		Media	DE	P	Media	DE	P	Media	DE	P
Sexo	Femenino	29.66	9.41	0.97*	9.03	6.34	0.19*	26.66	9.41	0.89*
	Masculino	29.51	11.45		7.28	5.32		29.26	11.7	
Edad	18 a 24 años	29.42	10.08	0.12**	8.77	6.02	0.51	29.42	10.07	0.09**
	25 a 35 años	29.53	11.03		7.39	5.52		29.53	11.03	
	36 a 44 años	27.48	11.39		7.48	4.89		26.64	12.1	
	45 a más	39.33	8.85		5.83	7.9		39.33	8.85	
Estado civil	Soltero	30.69	10.47	0.11**	30.69	10.47	0.11**	30.69	10.47	0.06**
	Casado	24.72	9.68		24.72	9.68		24.72	9.68	
	Conviviente	30.15	11.44		30.15	11.44		30.15	11.44	
Lugar de nacimiento	Separado	30.4	16.25	0.79**	30.4	16.25	0.15**	30.4	16.25	0.73**
	Lima	29.43	10.99		7.44	5.75		29.22	11.21	
	Provincia	30	10.38		9.19	5.26		30	10.38	
Lugar de residencia	Los Olivos	30.76	10.98	0.00	7.75	6.08	0.05**	30.76	10.98	0.00
	Puente piedra	28.57	9.77		7.89	5.61		28.57	9.77	
	San Martín de Porres	28.63	10.78		8.62	5.82		27.97	11.44	
	Independencia	20.33	8.75		10.33	3.04		20.33	8.75	
	Otros	37.36	10.01		4.21	4.69		37.36	10.01	

Nota. *Se usó el p-value de la prueba U-Mann Whitney, **Se usó el p-value de la prueba Kruskal Wallis

Tabla 4.
Continúa

Variables sociodemográficas		Realización personal			Agotamiento emocional			Despersonalización		
		Media	DE	P	Media	DE	P	Media	DE	P
Nivel educativo	Secundaria	29.46	10.95	0.02**	7.76	5.15	0.60**	29.46	10.95	0.02
	Técnico	28.9	9.69		8.01	5.59		28.62	10.02	
	Pregrado	27.04	11.84		8.33	6.49		27.04	11.84	
	Postgrado	37.35	12.32		5.85	5.31		37.35	12.32	
Con quién vive	Solo	26.87	9.19	0.00**	10.41	5.25	0.00**	26.87	9.19	0.00**
	Pareja	26.39	10.89		8.15	5.69		25.84	11.33	
	Algún familiar	33.17	10.68		6.12	5.39		33.17	10.68	
Experiencia en la compañía	0 a 3 años	31.04	10.47	0.00**	6.98	5.56	0.04**	30.71	10.89	0.00**
	4 a 14 años	26.64	10.56		9	5.4		26.64	10.56	
	15 años a 23	41	6.35		5.33	7.99		41	6.35	
	24 a más	0	0		0	0		0	0	
Grado	Plana menor	29.47	10.25	0.04	7.9	5.76	0.13**	29.21	10.55	0.04
	Oficial	28.59	11.59		8.07	5.55		28.59	11.59	
	Oficial superior	45	2		1.66	1.52		45	2	
	Oficial general	0	0		0	0		0	0	
	Por las mañanas	51.17	8.92		7.43	5.86		29.89	11.52	
Tiempo dedicado a la labor	Por las tardes	46.86	8.11	0.24**	11.57	5.74	0.28**	26.57	10.76	0.21**
	Por las noches	51.75	8.96		9.87	5.59		20.87	9.53	
	Horario rotativo	50.94	12.79		7.77	5.13		29.44	11.87	
	Todo el día	51.46	9.79		7.11	5.47		31.42	8.75	
Horas dedicadas a la labor		Rho: 0.21		0.01	Rho: -0.05		0.54	Rho: 0.18		0.04

Nota. **Se usó el p-value de la prueba Kruskal Wallis

Tabla 4.
Continúa

Variables sociodemográficas		Realización personal			Agotamiento emocional			Despersonalización		
		Media	DE	p-value	Media	DE	p-value	Media	DE	p-value
	Realiza algún deporte	31.18	11.24		6.42	5.53		31.18	11.24	
Tiempo libre	Realiza algún tipo de taller	34.6	8.77	0.02	6.5	6.09	0.01**	34.6	8.77	0.02
	Solo está en casa	24.82	9.03		10.24	4.63		24.82	9.03	
	Sale de paseo	30.33	11.22		7.81	6.14		29.7	11.93	
Trabaja	No	29.11	10.97	0.24*	7.93	5.7	0.55*	28.92	11.18	0.23*
	Si	32	9.93		7.11	5.7		32	9.93	
	Sin hijos	31.36	10.15		7.25	5.51		31.36	10.15	
Hijos	Con 1 hijo	24.65	10.62	0.00**	8.17	6.1	0.47**	24.65	10.62	0.01**
	Con 2 hijos	25.86	11.43		9.46	5.43		25.86	11.43	
	Con 3 o más hijos	37	8.63		8.11	6.31		34.66	13.06	
	Padre	31.05	12.48		8.15	6.14		30	13.59	
	Madre	23.56	8.97		9.18	5.84		23.56	8.97	
Rol en la familia	Esposo	24.31	8.34	0.01	6.68	5.86	0.50**	24.31	8.34	0.01
	Hijo	30.36	10.69		7.75	5.69		30.36	10.69	
	Hermano	36.42	8.37		5.33	4.79		36.42	8.37	
	Otro	36.33	11.01		4.33	1.52		36.33	11.02	
	Católico	29.96	10.24		8.02	5.9		29.7	10.55	
Religión	Evangélico	27.67	12.82	0.68	7.42	4.9	0.90**	27.67	12.82	0.74
	Otra religión	29.82	11.24		7.39	5.72		29.83	11.24	

Nota. *Se usó el p-value de la prueba U-Mann Whitney, **Se usó el p-value de la prueba Kruskal Wallis

CAPÍTULO V. DISCUSIÓN

5.1. Discusión

Se encontró una relación estadísticamente significativa entre los estilos de afrontamiento al estrés y las dimensiones del síndrome de burnout. En este sentido, se observó una asociación entre el estilo enfocado en el problema y las dimensiones de realización personal, agotamiento emocional y despersonalización del síndrome de burnout. Del mismo modo, se encontró relación entre el estilo evitativo con las dimensiones de realización personal y despersonalización del síndrome de burnout. Además, se identificó una relación entre las variables principales y las variables sociodemográficas. De esta manera, se estableció una relación significativa entre el estilo evitativo de afrontamiento al estrés y las variables experiencia en la compañía de bomberos y actividad en el tiempo libre. Asimismo, la dimensión de despersonalización del síndrome de burnout se asoció con las horas de trabajo, el número de hijos y la persona con la que vive el individuo. Esta última variable, además, mostró una relación con las tres dimensiones del burnout. Por otro lado, predominaron los estilos de afrontamiento enfocados en el problema y en la emoción. Se observó un puntaje bajo en la dimensión de realización personal, mientras que el agotamiento emocional fue en su mayoría bajo. En cuanto a la despersonalización, se evidenció que casi la mitad de los participantes presentó un nivel elevado en esta dimensión. Además, el mayor porcentaje de la muestra corresponde al sexo femenino, siendo la mayoría solteros y con educación superior (técnicos, pregrado y postgrado).

Se halló una relación estadísticamente significativa entre los estilos de afrontamiento al estrés y las dimensiones del síndrome de burnout. Estos resultados coinciden con los de Haro (2018), quien reportó una asociación inversa entre los estilos de afrontamiento y las dimensiones del síndrome de burnout, Esto se debe a que la aplicación de estrategias efectivas para gestionar el estrés disminuye el riesgo de desarrollar dicho síndrome. Según Lazarus y Folkman (1986), los estilos de afrontamiento hacen referencia a los esfuerzos mentales y conductuales que una persona realiza para manejar las tensiones internas y externas que originan estrés. Este fenómeno no es ajeno a nuestra población, que vive bajo constante presión y riesgo debido a su labor de atención de emergencias. Su capacidad de respuesta rápida es crucial, y la falta de estilos adecuados de afrontamiento podría aumentar el riesgo de sufrir burnout. En nuestro estudio, la muestra evidencia tener tendencia a este síndrome.

Al examinar los resultados, se observó una relación entre el estilo de afrontamiento enfocado al problema y las dimensiones de realización personal, agotamiento emocional y despersonalización del síndrome de burnout. Estos hallazgos guardan una clara coincidencia con los obtenidos por Pita y Quiroz (2019), quienes llevaron a cabo un estudio para explorar la conexión entre las dimensiones del síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento aplicadas por el personal de enfermería en los centros de salud de nivel 1-IV en Cajamarca. En su investigación, encontraron una relación positiva entre el estilo de afrontamiento enfocado en el problema y el agotamiento emocional, así como con la despersonalización. Además, destacaron una asociación negativa entre las estrategias de afrontamiento enfocado al problema y la dimensión de realización personal. Esta asociación, según autores, se debe a que el afrontamiento se ejerce como una reacción frente a situaciones percibidas como amenazantes (Carver & Connor Smith 2010). En el caso de los bomberos se puede dar comúnmente, por la sobrecarga laboral y la poca estimulación que reciben, ya que, su labor no siempre es remunerada (Golembiewski, Munzenrider & Carter citado en Ojeda 2016). En el contexto de nuestra muestra, consideramos que las condiciones en las que se desempeñan los bomberos, como la falta de remuneración por su labor y la ausencia de beneficios como atención médica

inmediata y privada, además de tener que subvencionar en muchos casos sus propios gastos en la compañía, incluyendo uniformes y herramientas de trabajo, pueden influir negativamente en su capacidad para conectarse con las personas, disminuyendo su empatía y afectando tanto su capacidad de respuesta como su bienestar emocional. Asimismo, estos factores contribuyen a un aumento en la irritabilidad, lo que refleja la sobrecarga emocional a la que están expuestos, generando conflictos tanto en el ambiente laboral como familiar.

Asimismo, el estilo evitativo se relacionó con las dimensiones de realización personal y despersonalización del síndrome de burnout. Según Gil-Monte y Peiró (1997, 1999, citado en Blanch, Aluja y Biscarri, 2002), la baja realización personal ocurre en situaciones donde las estrategias de afrontamiento no se ajustan de manera adecuada a las exigencias de la situación. Las estrategias evitativas, como la negación, la distracción y las conductas inapropiadas (Lazarus & Folkman, 1986), impiden alcanzar un nivel satisfactorio de realización personal. Estos resultados coinciden con los hallazgos de la investigación de Haro (2018), que muestra que muchas enfermeras utilizan estrategias inadecuadas, como conductas de evitación, las cuales pertenecen al estilo evitativo de afrontamiento. Esto sugiere que el uso de estrategias inapropiadas contribuye tanto a la baja realización personal como a la despersonalización, afectando negativamente el bienestar de los profesionales. En nuestra población, la baja realización personal se manifiesta en que algunos bomberos no logran sus objetivos profesionales o no cumplen con los requisitos necesarios para ascender de grado, lo que puede generar desmotivación al no progresar en su carrera. Como resultado, pueden experimentar la sensación de que, a pesar de sus esfuerzos, no obtienen los resultados esperados y sentir que su trabajo carece de valor o propósito, lo que se traduce en una ausencia de motivación para abordar las tareas cotidianas. La acumulación de experiencias estresantes y la falta de retroalimentación positiva también puede llevarlos a dudar de su competencia profesional, afectando su autoconfianza y su disposición para asumir responsabilidades adicionales o roles de liderazgo.

Asimismo, se encontró una asociación entre las variables principales y las variables sociodemográficas. De esta manera, se estableció una asociación significativa entre el estilo evitativo del afrontamiento al estrés y las variables relacionadas con la experiencia en la compañía de bomberos. Estos resultados coinciden con los encontrados por Poquioma (2019), quien también determinó una asociación significativa entre el estilo evitativo y la experiencia en el voluntariado, concluyendo que los bomberos con mayor experiencia tienden a no utilizar estrategias de afrontamiento apropiadas. Esto coincide con la afirmación de Peñacoba et al. (2000) de que las personas con menos experiencia, especialmente entre 1 y 5 años en la Compañía tienden a desarrollar estas estrategias como un mecanismo de defensa ante situaciones estresantes. Diversas investigaciones han señalado que algunas características de la personalidad, junto con la experiencia, pueden atenuar el efecto del estrés y están relacionadas con la elección de las estrategias de afrontamiento. Por otro lado, Schuler (citado en Peñacoba et al., 2000) sugiere que la evitación es una forma de alejarse de la zona de confort y buscar entornos que proporcionen estabilidad. En nuestra muestra, donde la mayoría de los bomberos tiene menos de 35 años y escasa experiencia en la Compañía, se observa que los individuos más jóvenes tienden a emplear más a menudo el estilo de afrontamiento evitativo. Debido a esto, en situaciones de emergencia, se evita asignar a personal joven, ya que son más susceptibles a experimentar dificultades emocionales como ansiedad, depresión, agotamiento emocional y estrés crónico. Esto se debe a que la corteza prefrontal, que es clave para funciones como la organización, la toma de decisiones y la asignación de prioridades, no alcanza su desarrollo completo hasta los 25-30 años. Por lo tanto, los bomberos de mayor edad suelen mostrar una mayor capacidad para manejar

situaciones estresantes debido a un desarrollo más avanzado de esta área del cerebro.

Se encontró una asociación entre el estilo evitativo del afrontamiento al estrés y la variable actividad en el tiempo libre. Estos resultados coinciden con los hallazgos de Poquioma (2019), que en su estudio de tres Compañías de bomberos en Lima descubrió que los voluntarios del escuadrón de emergencias tienden a emplear principalmente estrategias de reevaluación positiva y evitación. La evitación, que forma parte del estilo evitativo (Lazarus & Folkman, 1986), se manifiesta cuando los individuos eligen tomarse un tiempo para sí mismos. Sereno (2019) señala que este estilo evitativo se refleja en la necesidad de distanciarse de los problemas, optando por actividades placenteras como el deporte. Asimismo, Sandin y Chorot (citado en Poquioma, 2019) destacan que la estrategia de evitación implica escapar de los problemas mediante actividades que proporcionen satisfacción. En nuestra población, esto se evidencia en que un alto porcentaje de bomberos participa en actividades como deportes, talleres y paseos, lo que resulta beneficioso para gestionar el estrés y la presión laboral.

De igual forma, se relacionó la dimensión despersonalización del síndrome de burnout con la variable horas de trabajo. Este hallazgo es consistente con el estudio de Anchalí (2018), que reportó que los trabajadores que trabajan más de 40 horas presentan niveles de burnout de moderados a graves. La conexión se debe a que los bomberos enfrentan una acumulación de responsabilidades, trabajan bajo presión constante y carecen de reconocimiento por su labor, lo que contribuye a la despersonalización. Según Rojas y Herrera (2008), esta despersonalización se manifiesta en comportamientos como la falta de empatía y el trato indiferente hacia los demás, incluyendo a las personas a su alrededor. En nuestra población, los bomberos a menudo enfrentan largas jornadas laborales debido a la necesidad de cubrir a colegas que no se presentan a la compañía cuando deberían, así como a la escasez de personal durante los turnos de tarde y noche. Esto resulta en un aumento significativo en el número de emergencias que deben atender.

Adicionalmente, se encontró una asociación entre la dimensión de despersonalización del síndrome de burnout y la variable hijos. De manera similar, Anchalí (2018) encontró que la mayoría de los encuestados con hijos presentó niveles moderados a graves de despersonalización. Anchalí sugiere que esta relación podría explicarse por una distribución inadecuada del tiempo dedicado al cuidado y la crianza de los hijos. El papel del padre es sumamente demandante y el vínculo afectivo establecido entre el niño y su cuidador principal durante los primeros años tiene un impacto crucial en el desarrollo emocional y social del niño a lo largo de su vida (Bowlby, 1969). En nuestra muestra, cerca de la mitad de los bomberos tienen hijos, lo cual puede afectar su disponibilidad para cubrir turnos prolongados o atender emergencias imprevistas, especialmente cuando surgen necesidades urgentes en el hogar. Además, las largas horas de trabajo y los turnos nocturnos limitan el tiempo que los bomberos pueden pasar con sus familias, lo que puede deteriorar la calidad de sus relaciones familiares y generar conflictos.

Se encontraron datos significativos en relación con las dimensiones despersonalización, agotamiento emocional y realización personal del síndrome de burnout y la variable persona con la que vive. Datos semejantes fueron presentados por Valencia, Correa y Pazmiño (2021) quienes mencionan que los participantes que viven con su familia presentan una mayor afectación por indicios del síndrome. En particular, se observa una alta tasa de despersonalización, un nivel elevado de agotamiento, y una baja realización personal. Estos porcentajes indican una significativa predisposición al síndrome entre los individuos que cohabitan con su familia. La alta incidencia de despersonalización sugiere que estos individuos podrían

estar experimentando una desconexión emocional y una pérdida de identidad en su entorno familiar. Según Pico (2015, como se citó en Cevallos et al., 2020) Actualmente, nuestras vidas se dividen entre el tiempo dedicado a la familia, intereses personales, actividades recreativas y, en gran medida, a la vida profesional. Esta última juega un papel crucial en nuestro desarrollo emocional y profesional, así como en la aparición del estrés laboral, presente en todos los sectores y tipos de organizaciones. En resumen, el síndrome de burnout impacta a diversos trabajadores, desde directivos, trabajadores sociales, amas de casa y voluntarios en organizaciones del tercer sector. Conforme a los resultados obtenidos se podría estimar que lo mismo sucede con nuestra población por la falta de apoyo y motivación en su entorno laboral y familiar por eso evidencia un elevado nivel de despersonalización.

En relación con los estilos de afrontamiento, se observó que el estilo enfocado en el problema es el más predominante. Este resultado coincide con el estudio de More (2021), que señaló que la mayor parte de los participantes mostraron un nivel moderado en este estilo. Según Sandín y Chorot (2003), este tipo de afrontamiento se enfoca en identificar de manera activa una solución al problema, en lugar de intentar evitarlo. Para ello, se prioriza resolver el problema, desarrollando un plan de acción que guíe hacia una posible solución, involucrando a los individuos en el proceso para lograr un resultado efectivo. A partir de estos resultados, se concluye que los bomberos, en cualquier emergencia, buscan la solución más óptima para resolverla de manera inmediata, actuando con rapidez.

Algo similar sucede con el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción, que también presenta un porcentaje elevado. Este resultado coincide con la tesis de Barrios, Camila, y Vera, Angélica (2023), quienes hallaron que el personal de salud suele recurrir a estilos de afrontamiento enfocados a la emoción. De acuerdo con Lazarus y Folkman (1986) este concepto está vinculado al manejo emocional, cuyo objetivo es prevenir situaciones que puedan desencadenar estrés. Para ello, es necesario implementar estrategias que permitan gestionar y controlar eficazmente las emociones negativas. Considerando los hallazgos, se puede estimar que, los bomberos enfrentan situaciones de alta presión y riesgo constante, por lo que el control emocional y la capacidad para gestionar adecuadamente el estrés son fundamentales para mantener su rendimiento y bienestar psicológico.

Respecto a las dimensiones del síndrome de burnout, se encontró un puntaje bajo en la categoría de realización personal, mientras que se observó un predominio de bajo agotamiento emocional. En relación con la despersonalización, se constató que cerca de la mitad de los participantes mostró un nivel elevado en esta área. En consecuencia, los 125 efectivos encuestados no presentan el síndrome de burnout, lo que concuerda con los hallazgos de Valero (2019) en su investigación sobre la relación entre la calidad de vida laboral y el síndrome de burnout en bomberos de la IV Comandancia Departamental Lima-Centro, donde tampoco se encontró una presencia significativa de este síndrome en los bomberos. Esto se debe a que, según Vásquez et al. (2014), el burnout se define cuando se presentan baja realización personal, alto agotamiento emocional y alta despersonalización. Si bien nuestra muestra no cumple con todos estos criterios, sí muestra dos de estas características, lo que sugiere que está en riesgo de desarrollar burnout.

En nuestra investigación, se halló que la mayoría de la muestra está compuesta por el sexo femenino, lo cual coincide con los resultados de la tesis de Valero (2019). Además, la mayoría de los participantes son solteros, lo que refuerza lo señalado por Abanto (2023), quien también halló que su población estaba compuesta principalmente por personas solteras. Un dato relevante respecto al nivel educativo de los bomberos revela que más de la mitad cuentan con educación superior (técnica, pregrado o posgrado). Este resultado es similar al estudio de Telenchana (2020),

donde casi toda la población tenía estudios superiores. Estos hallazgos sugieren que los bomberos valoran su desarrollo profesional y buscan adquirir formación que les permita avanzar en su carrera dentro de la institución.

5.2. Conclusiones

Se encontró una asociación entre los estilos de afrontamiento al estrés: enfocados en el problema y el evitativo, y las dimensiones del síndrome de burnout tales como: realización personal, agotamiento emocional y despersonalización. Los estilos de afrontamiento inadecuados, como el evitativo, afectan negativamente la realización personal y favorecen el aumento de la despersonalización

Las variables sociodemográficas, como la experiencia en la compañía de bomberos, las horas de trabajo, el número de hijos y la persona con la que vive el bombero, influyen tanto la despersonalización como los niveles de agotamiento emocional. Los bomberos con mayor carga laboral y responsabilidades familiares mostraron una mayor predisposición a la despersonalización.

Las condiciones laborales desfavorables, como la falta de remuneración, beneficios médicos y equipamiento adecuado, agravan los niveles de estrés y despersonalización, afectando la capacidad de los bomberos para conectar emocionalmente con las personas y gestionar sus responsabilidades.

Los bomberos tienden a utilizar estilos de afrontamiento enfocados en el problema y en la emoción. Los cuales se consideran más efectivos para enfrentar situaciones de emergencia, aunque persisten algunos problemas relacionados al agotamiento emocional y la despersonalización.

La mayoría de bomberos son mujeres, solteros y con estudios superiores, lo cual coincide con estudios previos. Esto sugiere que la formación académica y el desarrollo profesional son importantes para estos profesionales, aunque enfrentan desafíos significativos en su entorno laboral.

5.3. Recomendaciones

Se recomienda que se realicen mayores estudios del comportamiento de estas variables en otras Compañías de bomberos. Incluyendo además el estudio de otras variables que, según el contexto a evaluar, pueden servir para recabar más y mejor información.

Asimismo, es fundamental contar con la participación de más profesionales de la salud mental, como psicólogos, a través de la Oficina de Psicología de Emergencias y Desastres. En este espacio, se podrían ofrecer servicios de consejería tanto individual como grupal, con el objetivo de apoyar a los bomberos en la gestión del estrés y las emociones, además de prevenir el burnout.

Dado que los estilos de afrontamiento adecuados, como el enfocado en el problema, contribuyen a mitigar los efectos del burnout, se deben implementar talleres o entrenamientos sobre técnicas de afrontamiento del estrés, resolución de problemas y manejo de emociones. Esto permitirá que los bomberos desarrollen estrategias más efectivas para enfrentar el estrés laboral.

Por último, se recomienda la investigación de corte longitudinal para ver la evolución de la muestra en el tiempo, y así enriquecer de mayor conocimiento acerca de esta población.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abanto, F., & Rios, M. (2023). *Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en bomberos voluntarios de las unidades de Lima Centro* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Sedes Sapientiae]. https://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14095/2512/Tesis_Abanto%20Oncebay%20y%20Rios%20Mendizabal_FCS.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Albitres, S. (2016). *Desgaste ocupacional en bomberos voluntarios de una compañía de la ciudad de Trujillo* [Estudio de caso, Universidad César Vallejo]. <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/JANG/article/view/876>
- Alva, J., Bueno, J., & Huillcas, S. (2021). *Síndrome de burnout durante tiempos de COVID-19, en bomberos de la X comandancia Departamental Junín Centro – 2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Emilio Valdizán]. <https://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/7296/TPS00336A47.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- 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* [Tesis de Licenciatura, Universidad Central del Ecuador]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/16421>
- Barrios Aldazábal, C. V., & Vera Cornejo, A. L. (2023). *Estrategias de afrontamiento y resiliencia en personal de salud frente al COVID-19 de Arequipa* [Tesis de Licenciatura, Universidad Central del Ecuador]. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/7581d9aa-9723-4749-84db-968e25d680d2/content>
- Bautista, S., García, N., & Hernández, Y. (2021). *Riesgo existente de padecimiento del síndrome de burnout en personal asistencial en instituciones de salud de Bucaramanga* [Tesis de Licenciatura, Universidad Cooperativa de Colombia]. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/e9b317dc-1988-4c68-b160-51104467c226/content>
- Blanch, A., Aluja, A., & Biscarri, J. (2002). Síndrome de quemarse en el trabajo (burnout) y estrategias de afrontamiento: Un modelo de relaciones estructurales. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*. <https://www.redalyc.org/pdf/2313/231317661003.pdf>
- Bocanegra, K. (2019). *Nivel de riesgo psicosocial en la Compañía de Bomberos Voluntarios "Internacional 14" Breña – Lima, periodo 2019* [Tesis de Licenciatura, Universidad Inca Garcilazo de la Vega]. http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/5017/TRSUFICIE_NCIA_Bocanegra%20Farias.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Boy, M. (2014). *Nivel de estrés laboral en los bomberos voluntarios de la XI compañía de Retalhuleu* [Tesis de Licenciatura, Universidad Inca Garcilazo de la Vega]. <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/43/Boy-Maria.pdf>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss. Vol. 1. Basic Books. (1999). Una base segura, Aplicaciones clínicas de una teoría del apego. Vol.1, Ed. Paidós. (2009).*

- Camargo, B. (2004). Estrés, síndrome general de adaptación o reacción general de alarma. *Revista Médico Científica*, 17(2), 78-86. <https://www.revistamedicocientifica.org/index.php/rmc/article/view/103>
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. K. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology*, 61(1), 679-704. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100412>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Casuso, L. (1996). *Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima* [Tesis no publicada, Pontificia Universidad Católica del Perú].
- Cevallos Galarza, R. D., Placencia Michelena, D. A., Cerón Bedoya, R. P., & Lascano Martínez, E. G. (2024). Influencia del síndrome de burnout en el comportamiento profesional y laboral de los bomberos. *Revista Ecuatoriana de Derecho y Administración*, 1(1), 22–38. <https://doi.org/10.69583/reda.v1n1.2024.124>
- Cotrina, A., & Monteza, J. (2016). *Estrategias de afrontamiento y su relación con el estrés académico en estudiantes de una universidad de Lima* [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/3942>
- Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú. (s.f). *Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú*. Recuperado 5 mayo 2018 de http://www.bomberosperu.gob.pe/portal/net_normas_reglamento_escalafon.aspx
- Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú. (s.f.). *Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú*. Recuperado 02 enero 2024 de http://www.bomberosperu.gob.pe/portal/net_estadistica.aspx
- El Peruano. (2023). *Estado de alerta: 15 mil bomberos están de guardia permanente para atender cualquier emergencia*. <https://www.elperuano.pe/noticia/209544-estado-de-alerta-15-mil-bomberos-estan-de-guardia-permanente-para-atender-cualquier-emergencia>
- Escalante, E. (2022). *Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería intensivista del Hospital Alberto Sabogal Lima-Callao* [Tesis de Maestría en Gerencia en Salud]. Universidad Nacional del Callao. Repositorio institucional UNAC. <https://repositorio.unac.edu.pe/handle/20.500.12952/8122>
- Falcón, M. (2017). *Relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y rasgos de personalidad en padres de niños con trastorno del Espectro Autista* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. <http://repositorio.upch.edu.pe/handle/upch/1437>
- Ferreira, E., & Calderón, C. (2022). *Evaluación de adultos: CRI-A. Evaluación del afrontamiento del estrés* [Documento docente]. Facultad de Psicología,

Universidad de Barcelona.
<https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/182806/1/CRI-A%20Evaluacion%20del%20afrentamiento%20del%20estres.pdf>

Gaspar, P. (2014). *Estudio del síndrome de burnout en los bomberos voluntarios portugueses* [Tesis Doctoral, Universidad de León].
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=45740>

Gestión. (2017). *Conozca diez tipos de trabajos más estresantes*.
<https://archivo.gestion.pe/tendencias/conozca-diez-tipos-trabajos-mas-estresantes-2017-2197661>

Gil-Monte, P. R., & Peiró, J. M. (1997). Relación entre el estrés laboral y la salud en el trabajo. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 13(2), 113-122. [https://doi.org/10.1016/S1577-3558\(97\)00014-0](https://doi.org/10.1016/S1577-3558(97)00014-0)

Gil-Monte, P. R., Peiró, J. M., & Valcárcel, P. (1998). Efectos del estrés laboral en la salud: Un análisis empírico en la administración pública. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 14(1), 45-60.
[https://doi.org/10.1016/S1577-3558\(98\)00006-4](https://doi.org/10.1016/S1577-3558(98)00006-4)

Gobierno del Perú. (2021). *Decreto Legislativo N° 1260 que fortalece el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú como parte del Sistema Nacional de Seguridad Ciudadana y regula la Intendencia Nacional de Bomberos del Perú*.
<https://www.bomberosperu.gob.pe/resoluciones/rr/68441.pdf>

González, A., & Peña, R. (2015). *Percepción de estilos de crianza y estilos de afrontamiento en pacientes mujeres con diagnóstico de personalidad límite en un hospital de Salud Mental de Lima Este* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión]. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/457>

Guzmán, M. (2022). *Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento al estrés en enfermeros de la unidad de cuidados intensivos del Hospital de Lima* [Tesis de Licenciatura, Universidad Norbert Wiener].
<https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/8971>

Haro, S. (2018). *Afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en enfermeras del Hospital Regional Docente Clínico Quirúrgico Daniel Alcides Carrión 2017* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Los Andes].
<http://repositorio.upla.edu.pe/handle/UPLA/766>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6a ed.). McGraw-Hill.

Huamán, X. (2016). *Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento que aplican las enfermeras(os) de la UCI en el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas – 2015* [Tesis de Especialidad, Universidad Nacional Mayor de San Marcos].
http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/5300/Huaman_rx.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2021). *Atención de incendios, emergencias médicas y exposición a desastres*.
https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1_855/cap09.pdf

- Lauracio, C., & Lauracio, T. (2020). Síndrome de burnout y desempeño laboral en el personal de salud. *Revista Innova Educación*, 2(4), 1-15. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2020.04.003>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.
- León, J., Medina, S., Barriga, S., Ballesteros, A., & Herrera, I. (2006). *Psicología de la salud y de la calidad de vida*. UOC. http://openaccess.uoc.edu/webapps/o2/bitstream/10609/78524/4/Psicolog%C3%A0Da%20de%20la%20salud%20y%20calidad%20de%20vida_Portada.pdf
- Llaja, V., Sarria, C., & García, P. (2007). *MBI Inventario "Burnout" de Maslach & Jackson - Muestra peruana*. Centro Interdisciplinario de Neuropsicología.
- Llinás, D. (1999). *La preparación psicológica del bombero y otros miembros de grupos de rescate: Su aceptación al estrés y los primeros auxilios psicológicos a las víctimas*. Fundación Mapfre. <https://documentacion.fundacionmapfre.org/documentacion/publico/es/bib/52397.do>
- Management & Empleo. (2019, junio 24). *Cansado y sin ganas de ir al trabajo, posiblemente padeces del síndrome de burnout*. Gestión. <https://gestion.pe/economia/management-empleo/afrontar-cansancio-estres-sindrome-burnout-organizacion-empresas-nnda-nnlt-270535-noticia/?ref=gesr>
- Martínez, A. (2010). El síndrome de burnout: Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*, (112), 42-80. Universidad Complutense de Madrid. <https://www.redalyc.org/pdf/5257/525752962004.pdf>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1986). *Maslach burnout inventory manual* (2nd ed.). Consulting Psychologists Press.
- Mendoza, H. (2017). *Síndrome de burnout y clima laboral en efectivos del Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú - Lima Norte* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/3331>
- Morán, C., Landero, R., & González, M.T. (2010). COPE-28: Un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9(2), 543-552. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672009000200020
- More, M. (2021). *Estilos de afrontamiento al estrés en los integrantes del cuerpo general de bomberos de la provincia del Santa* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/77412>
- Muñoz, G. (2017). *Estrategias de afrontamiento y burnout en bomberos mendocinos* [Tesis de Licenciatura, Universidad del Aconcagua]. <http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/744>
- Ojeda, G. (2016). *Modelo causal social cognitivo de burnout en profesionales de la salud de Lima Metropolitana* [Tesis Doctoral, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/4930?mode=full>

- Olivares Faúndez, V. (2017). Laudatio: Dra. Christina Maslach, comprendiendo el burnout. *Ciencia & Trabajo*, 19(58), 59-63. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-24492017000100059
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Clasificación internacional de enfermedades (CIE-11)*. <https://www.who.int/classifications/icd/en/>
- Paz, O. (2018). La compra que pudo matar bomberos. *El Comercio*. <https://elcomercio.pe/lima/sucesos/compra-pudo-matar-bomberos-informe-noticia-ecpm-590560>
- Peñacoba, C., Díaz, L., Goiri, E., & Vega, R. (2000). Estrategias de afrontamiento ante situaciones de estrés: Un análisis comparativo entre bomberos con y sin experiencia. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 16(3), 341-356. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=231317662006>
- Peña Palacios, E. F. (2017). *Estrés laboral y estilos de afrontamiento en trabajadores administrativos de la Municipalidad de Lima Metropolitana* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/3347/Pe%C3%B1a_PEF.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Pérez Martínez, J. (2017). *Trata el estrés con PNL* (1st ed.). Editorial Universitaria Ramón Areces.
- Pita, C., & Quiroz, R. (2019). *Relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y las estrategias utilizadas por el personal de enfermería de los Centros de Salud de nivel 1-IV de Cajamarca* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Cajamarca]. <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/914>
- Poquioma, A. (2019). *Estrategias de afrontamiento al estrés en tres compañías del cuerpo general de bomberos voluntarios del Perú según variables sociodemográficas en Lima-2019* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/36721>
- Quinceno, A., Romero, P., & Arango, M. (2007). La relación entre el estrés laboral y la satisfacción laboral en trabajadores de la salud. *Revista de Salud Pública*, 9(1), 119-130. <https://www.redalyc.org/pdf/798/79810212.pdf>
- Ramírez, R. (2016). *Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento al estrés en enfermeros de la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital Nacional Dos de Mayo* [Tesis de Especialidad, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/5762?show=full>
- Rodríguez, R., & Saldaña, L. (2012). *Síndrome de burnout y clima organizacional en bomberos voluntarios Trujillo-2011* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Trujillo]. <http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/5804>
- Rojas, N., & Herrera, M. (2018). *Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento al estrés en enfermeros de la unidad de cuidados intensivos del Hospital Arzobispo Loayza - Lima Metropolitana - 2018* [Tesis de Especialidad,

- Rosas, D. (2014). *Sistema de bomberos voluntarios de la provincia de Córdoba: Un abordaje a su organización y al nivel de estrés de sus bomberos*.
<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-871365>
- Salas Ramos, R. A., & Silva Andia, R. S. (2021). *Fortalecimiento de capacidades para la continuidad de servicio de las compañías de bomberos de Lima Sur ante la ocurrencia de un sismo de gran magnitud seguido de tsunami* [Trabajo de investigación, Universidad Continental].
https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/10564/2/IV_PG_MGRD_TI_Salas_Silva_2022.pdf
- Sereno, J. (2019). *Modos de afrontamiento del estrés en el Cuerpo de Bomberos Voluntarios-Chimbote* [Tesis de Licenciatura, Universidad San Pedro].
<http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/11967>
- Taya, K. (2021). *Estrés laboral y resiliencia en bomberos del Cono Norte de Lima, 2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/111759/Taya_BK_E-SD.pdf?sequence=8
- Telenchana, L. (2020). *Estrategias de afrontamiento y síndrome de burnout en bomberos, Guaranda* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Chimborazo]. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/7605>
- Valencia González, E. G., Correa Sinche, A., & Pazmiño Cruz, V. K. (2023). *Síndrome de burnout en personal de salud que brinda atención a pacientes con COVID-19*. Universidad Tecnológica Indoamérica.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9587503>
- Valero, M. (2019). *Relación entre calidad de vida laboral y síndrome de burnout en bomberos de la IV comandancia departamental Lima-Centro* [Tesis de Licenciatura, Escuela de Enfermería Padre Luis Tezza afiliada a la Universidad Ricardo Palma].
https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/2276/T030_70505568_T%20Valero%20Palomino%2c%20Milagros%20Leonor.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Valero, S. (2001). *Manual para el cuidado de la salud mental en los equipos de primera respuesta*. Recuperado de www.disaster-info.net/lideres/spanish/costarica/assets/EuQUIPOS36.1.doc
- Vásquez, J., Maruy-Saito, A., & Verne-Martin, M. (2014). Frecuencia del síndrome de burnout y niveles de sus dimensiones en el personal de salud del servicio de emergencia de pediatría de Hospital Nacional Cayetano Heredia en el año 2014. *Revista Neuropsiquiátrica*, 77(3), 170.
<https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RNP/article/view/2031/2028>
- Vilela, A. (2019). *Falta de conductas de autocuidado para el manejo del estrés laboral crónico en el personal asistencial de emergencias de la Compañía de Bomberos Magdalena 36-Pueblo Libre* [Tesis de Licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio institucional USIL. www.disaster-info.net/lideres/spanish/costarica/assets/EuQUIPOS36.1.doc

ANEXOS

ANEXO 1: Ficha sociodemográfica

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

A continuación, encontrará una serie de preguntas. Especifique su respuesta marcando un aspa (X) la respuesta que corresponda a su situación actual; en las respuestas abiertas, conteste en los espacios destinado para ello.

Las respuestas son anónimas y serán usadas para el estudio en el que Ud. está participando.

Sexo: F () M ()

Edad:

- 18 a 24 años
- 25 a 35 años
- 36 a 44 años
- 45 a más años

Estado Civil:

- Soltero ()
- Casado ()
- Conviviente ()
- Separado ()
- Viudo ()

Lugar de Nacimiento

- Lima
- Provincia
- Extranjero

Lugar de residencia:

- Los Olivos
- Puente piedra
- San Martín de Porres
- Independencia
- Otros: _____

Nivel Educativo

- Primario
- Secundario
- Técnico o Tecnológico
- Pregrado
- Posgrado
- _____

Con quién vive:

- Solo
- Con pareja
- Con algún familiar

Número de hijos

- Sin hijos
- Con 1 hijo
- Con 2 hijos
- Con 3 o más hijos

Experiencia en la compañía

- 0 a 3 años
- 4 a 14 años
- 15 23 años

- 24 años a más

Categoría o Grado

- Plana menor
- Oficial
- Oficial Superior
- Oficial General

Tiempo dedicado a la labor

- Por las mañanas
- Por las tardes
- Por las noches
- Horario rotativo
- Todo el día

Total de horas a la semana: _____

Tiempo Libre:

- Realiza algún deporte
- Realiza algún tipo de taller (relajación)
- Solo está en casa
- Sale de paseo

¿Actualmente trabaja en otro lugar?

Si ()

No ()

¿Cuál es su rol en su familia?

- Padre
- Madre
- Esposo (a)
- Hijo (a)
- Hermano (a)
- Otro: _____

Religión

- Católico
- Evangélico
- Otra religión: _____

ANEXO 2: Cuestionario COPE

**CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS
FORMA DISPOSICIONAL**

Instrucciones:

Nuestro interés es conocer cómo las personas responden cuando se enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con dicho propósito en el presente cuestionario se pide indicar qué cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentra en tal situación. Seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense en aquellos QUE MÁS USA. No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

CASI NUNCA	A VECES	USUALMENTE	CON MUCHA
FRECUENCIA			
HAGO ESTO (1)	HAGO ESTO (2)	HAGO ESTO (3)	HAGO ESTO (4)

N°	ÍTEMS	1	2	3	4
1	Ejecuto acciones evitativas para deshacerme del problema				
2	Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema				
3	Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema				
4	Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema				
5	Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron				
6	Hablo con alguien sobre mis sentimientos				
7	Busco algo bueno de lo que está pasando				
8	Aprendo a vivir con el problema				
9	Busco la ayuda de Dios				
10	Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones				
11	Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido				
12	Dejo de lado mis metas				
13	Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente				

14	Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema				
15	Elaboro un plan de acción				
16	Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades				
17	Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita				
18	Trato de obtener el consejo de otros para saber qué hacer con el problema				
19	Busco el apoyo emocional de amigos o familiares				
20	Trato de ver el problema en forma positiva				
21	Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado				
22	Deposito mi confianza en Dios				
23	Libero mis emociones				
24	Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente				
25	Dejo de perseguir mis metas				
26	Voy al cine o miro la TV, para pensar menos en el problema				
27	Hago paso a paso lo que tiene que hacerse				
28	Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema				
29	Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema				
30	Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto				
31	Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema				
32	Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo				

33	Aprendo algo de la experiencia				
34	Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido				
35	Trato de encontrar consuelo en mi religión				
36	Siento mucha perturbación emocional y expreso esos sentimientos a otros				
37	Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema				
38	Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado				
39	Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema				
40	Actúo directamente para controlar el problema				
41	Pienso en la mejor manera para controlar el problema				
42	Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema				
43	Me abstengo de hacer algo demasiado pronto				
44	Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema				
45	Busco la simpatía y la comprensión de alguien				
46	Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia				
47	Acepto que el problema ha sucedido				
48	Rezo más de lo usual				
49	Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema				
50	Me digo a mí mismo: "Esto no es real"				
51	Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema				
52	Duermo más de lo usual				

**ANEXO 3: Cuestionario de Síndrome de burnout
CUESTIONARIO DE MASLACH burnout INVENTORY**

Instrucciones:

Estimado Bombero, a continuación, encontrará una serie de enunciados, donde le pedimos su colaboración respondiendo a ellos con veracidad. No existen respuestas buenas o malas. Los resultados de este cuestionario son estrictamente confidenciales y en ningún caso accesible a otras personas. Su objetivo es contribuir al conocimiento de las condiciones de su trabajo y mejorarlas.

- (0) Nunca
- (1) Pocas veces al año o menos
- (2) Una vez al mes o menos
- (3) Pocas veces al mes
- (4) Una vez a la semana
- (5) Varias veces a la semana
- (6) Todos los días

Por favor señale con un aspa (x) el número que considere más adecuado

Nº	ÍTEMS	0	1	2	3	4	5	6
1	Me siento emocionalmente agotado(a) por mi labor							
2	Cuando termino mi jornada de trabajo me siento vacío(a)							
3	Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado(a)							
4	Siento que puedo entender fácilmente a las personas que ayudo							
5	Siento que estoy tratando a algunas de las personas que ayudo como si fueran objetos impersonales							
6	Siento que trabajar todo el día con la gente me cansa							
7	Siento que trato con mucha eficacia los problemas de las personas que ayudo							
8	Siento que mi trabajo me está desgastando							
9	Siento que mediante mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de otros							
10	Siento que me hecho más duro(a) con la gente							

11	Me preocupa que este trabajo me endurezca								
12	Me siento con mucha energía en mi trabajo								
13	Me siento frustrado(a) por mi trabajo								
14	Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo								
15	Siento que realmente no me importa lo que les ocurra a las personas que ayudo.								
16	Siento que trabajar en contacto directo con la gente me cansa								
17	Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con las personas que ayudo.								
18	Me siento estimulado(a) después de haber trabajado íntimamente con las personas que ayudo.								
19	Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo								
20	Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades								
21	Siento que en mi trabajo los problemas emocionales son tratados de forma adecuada								
22	Me parece que las personas que ayudo me culpan de algunos problemas								

ANEXO 4: Consentimiento informado. Consentimiento informado

AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y SÍNDROME DE BURNOUT EN BOMBEROS DE UNA COMPAÑÍA EN LIMA NORTE

Objetivo del estudio:

El estudio tiene como objetivo principal determinar si existe relación entre el Afrontamiento al estrés y el Síndrome de burnout en bomberos del Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima Norte. Así mismo, la dimensión que prevalece respecto a las dos variables principales.

Por esta razón se le hace la invitación a Usted a participar de esta investigación. Para esto deberá resolver dos cuestionarios (Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE) y el Inventario de burnout de Maslach) y llenar la ficha sociodemográfica. (Ver **anexo 1**) El tiempo que le tomará resolver los tests, será menor a los 30 minutos.

Riesgo del estudio:

El presente estudio no conlleva ningún riesgo para usted, ni para su familia.

Beneficio, finalidad y uso de los resultados del estudio:

La investigación servirá para la generación de estrategias de intervención en caso de ser hallado algún problema que afecte su rendimiento laboral. Los resultados que se obtendrán solo se realizan con fines de investigación, no se divulgará su información personal.

Procedimiento para la encuesta:

Se procederá a coordinar una fecha para realizar la recolección de datos, ese día se le entregará a los bomberos los dos cuestionarios y una ficha sociodemográfica. Para resolverlos tendrá un tiempo de 30 minutos aproximadamente, una vez que haya terminado de resolver los cuestionarios se procederá a revisar que no haya ningún error, y si este existiese se le solicitará la corrección. Finalizado todo se pasará a agradecer por su participación.

Confidencialidad, privacidad y protección de datos:

El proceso será totalmente confidencial, el colaborador al resolver los cuestionarios no proporciona ni sus nombres, DNI, número telefónico, dirección, etc. La publicación de los resultados será totalmente anónima y sólo tendrá acceso a la información obtenida las personas encargadas del estudio (*Serpa Sims Melissa y Chavez Bobadilla Flor Marleny*), la asesora y las personas que tengan autorización por parte de las personas a cargo de la investigación.

Costo:

La participación de usted no presenta ningún costo, ni un incentivo por su participación, pero si el agrado de colaborar a una investigación científica.

Requisitos para la participación:

No hay ningún requisito para la participación del bombero voluntario en esta investigación.

De antemano se agradece su participación, si está de acuerdo con lo anteriormente expuesto, firme este documento.

FIRMA DEL PARTICIPANTE

INVESTIGADORA: Melissa Eveli Serpa Sims

DNI: 44229770

INVESTIGADORA: Flor Marleny Chavez Bobadilla

DNI: 74644108

ANEXO 5
MATRIZ CONSISTENCIA

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Población y Muestra	Diseño	Instrumentos	Análisis Estadístico
<p>Problema general: ¿Cuál es la relación entre el afrontamiento del estrés y las dimensiones del síndrome de burnout en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima-Norte?</p> <p>Problemas específicos: -¿Cuáles son los estilos de afrontamiento al estrés en el Cuerpo General de bomberos Voluntarios de Lima-Norte? -¿Cuáles son las características del síndrome de burnout en el Cuerpo General de bomberos voluntarios de Lima-Norte? -¿Cuál es la relación entre el afrontamiento al estrés y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima- Norte?</p>	<p>Objetivos generales: Determinar la relación entre el afrontamiento al estrés y las dimensiones del síndrome de burnout en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima-Norte.</p> <p>Objetivos específicos: -Describir los estilos de afrontamiento al estrés en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima-Norte. -Describir las características del síndrome de burnout en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de</p>	<p>HI: Existe relación entre el afrontamiento al estrés y las dimensiones del síndrome de burnout en el Cuerpo General de bomberos voluntarios de Lima-Norte</p> <p>HO: No existe relación entre el afrontamiento al estrés y las dimensiones del síndrome de burnout en el Cuerpo General de bomberos voluntarios de Lima-Norte.</p> <p>Hipótesis específicas H1: Existe relación entre afrontamiento al estrés y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de bomberos</p>	<p>V1. Afrontamiento al estrés.</p> <p>V2. Síndrome de burnout</p>	<p>La población de estudio para la investigación la conforman 125 bomberos del Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima Norte de las Compañías de Puente Piedra y Los Olivos.</p> <p>Criterios de Inclusión: -Bomberos voluntarios mayores de 18 años. -Ambos sexos. -Todos aquellos que pertenezcan a la compañía de Puente Piedra y Los Olivos. -Bomberos</p>	<p>Estudio de enfoque cuantitativo de alcance correlacional y de corte transversal.</p>	<p>Afrontamiento del estrés. - Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (Adaptada por Casuso 1996)</p> <p>Síndrome de burnout - Cuestionario de Maslach burnout Inventory (Adaptada en el Perú por Llaja 2007)</p>	<p>Descriptivo Para el análisis descriptivo se usarán los porcentajes y las frecuencias las variables sociodemográficas</p> <p>- Inferencial Para el análisis estadístico inferencial se utilizará la prueba Chi-cuadrado.</p> <p>- Tipo de programa El programa será el STATA versión 14.</p> <p>- Nivel de significación estadística Los niveles de significancia serán 0.05 o 0.01.</p>

<p>-¿Cuál es la relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de Bomberos Voluntarios de Lima- Norte?</p>	<p>Lima-Norte. -Determinar la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de bomberos voluntarios de Lima-Norte. -Determinar la relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de bomberos voluntarios de Lima-Norte.</p>	<p>voluntarios de Lima-Norte</p> <p>H0: No existe relación entre el afrontamiento al estrés y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de bomberos voluntarios de Lima-Norte</p> <p>H1: Existe relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de bomberos voluntarios de Lima-Norte</p> <p>H0: No existe relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y las variables sociodemográficas en el Cuerpo General de bomberos voluntarios de Lima-Norte</p>		<p>que pertenecen oficialmente al CGBVP.</p> <p>-Los que hayan firmado voluntariamente el consentimiento informado.</p> <p>Criterios de exclusión:</p> <p>-Personas que no hayan completado los cuestionarios.</p> <p>-Menores de 18 años.</p> <p>-Los bomberos alumnos (en formación).</p> <p>-Bomberos inactivos</p>			
---	---	---	--	---	--	--	--

ANEXO 6: Operacionalización del Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés.

Variable	Clasificación	Dimensiones	Indicadores
Afrontamiento del estrés	Cuantitativa discreta	Estilo de afrontamiento enfocado en el problema	El estilo que tenga mayor porcentaje, será el más usado por la población de estudio.
		Estilos de afrontamiento enfocados en la emoción	
		Escalas de afrontamiento evitativo propuestos por Carver	

ANEXO 7: Operacionalización del Inventario de burnout de Maslach

Variable	Clasificación	Dimensiones	Categorías	Indicadores	Ítems
-Síndrome de burnout	Cualitativa politómica ordinal.	Realización personal en el trabajo	Bajo Medio Alto	0-33 34-39 40-48	(1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 y 20)
		Agotamiento emocional	Bajo Medio Alto	0-18 19-26 27-54	(5, 10, 11, 15 y 22)
		Despersonalización	Bajo Medio Alto	0-5 6-9 10-30	(4, 7, 9, 12, 17, 18, 19 y 21)

ANEXO 8: Operacionalización de las variables sociodemográficas

Variables	Según su naturaleza	Subtipo	Categoría
Sexo	Cualitativa	Dicotómico nominal	-Masculino -Femenino
Edad	Cualitativa	Politómico ordinal	-18 a 24 años -25 a 35 años -36 a 44 años -45 años a más
Estado civil	Cualitativa	Politómica nominal	-Soltero -Casado -Conviviente -Separado -Viudo
Lugar de nacimiento	Cualitativa	Politómica nominal	-Lima -Provincia -Extranjero
Lugar de residencia	Cualitativa	Politómica Nominal	-Los Olivos -Puente piedra -San Martín de Porres -Independencia -Otro: _____
Nivel educativo	Cualitativa	Politómica ordinal	-Primario -Secundario -Técnico -Pregrado -Posgrado
Con quién vive	Cualitativa	Politómica Nominal	-Solo -Con pareja -Con algún familiar
Experiencia laboral	Cualitativa	Politómica ordinal	-0 a 3 años -4 a 14 años de experiencia -15 a 23 años -24 años a más
Tipo de cargo o categoría		Politómica	-Plana menor -Oficial

	Cualitativa	ordinal	-Oficial Superior -Oficial General
Tiempo dedicado a su labor como bombero	Cualitativa	Politémica nominal	-Por las mañanas -Por las tardes -Por las noches -Rotativo -Todo el día
Total de horas a la semana	Cuantitativa	Discreta	El participante escribirá el número de horas.
Tiempo libre	Cualitativa	Politémica nominal	-Realiza algún deporte -Realiza algún tipo de taller -Solo está en casa -Sale de paseo
Otro trabajo	Cualitativa	Dicotómica nominal	-Si -No
Número de hijos	Cualitativa	Politémica ordinal	-1 hijo -2 hijos -3 hijos a más
Rol en la familia	Cualitativa	Politémica Nominal	-Padre -Madre -Esposo (a) -Hijo (a) -Hermano (a) -Otro: _____
Religión	Cualitativa	Politémica Nominal	-Católico -Evangélico -Otra religión:

ANEXO 9: Registro del proyecto de investigación

UCSS



Nº Reg.: CE-455

Los Olivos, 04 de Septiembre de 2019

**CARTA DE APROBACIÓN DE PROTOCOLO DE TESIS POR EL COMITÉ DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN
DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

Señoritas:

Serpa Sims, Eveli Melissa
Bobadilla Chávez, Flor Marleny

Por medio de la presente me permito hacer de su conocimiento que se ha realizado la revisión de su protocolo de tesis.

"Afrontamiento al estrés y síndrome de Burnout en bomberos del Cuerpo General de Bomberos voluntarios de Lima Norte"

Cuyo asesor es la Prof. Carmen Padilla Romero .Se emite la presente CARTA DE APROBACIÓN, a fin de que prosiga con los trámites correspondientes en la elaboración de su tesis.

Sin otro particular me despido de usted.

Atentamente,

Dr. Luis Quiroz Avilés

Comité de Ética en Investigación

UNIVERSIDAD LICENCIADA · RES. Nº 117 - 2018 - SUNEDU / CD

Esq. Constelaciones y Sol de Oro s/n. Urb. Sol de Oro - Los Olivos ☎ 533 00 08 📞 963 345 415 🌐 www.ucss.edu.pe

ANEXO 10: Carta del comité de Ética

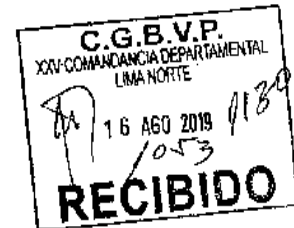
ANEXO 11. Solicitud de permiso para la realización de la investigación al jefe de la XXV Comandancia Departamental de Lima Norte.

"Año de la lucha contra la corrupción e impunidad"

SEÑOR: JOSÉ ALBUJAR ZÁRATE
BRIGADIER MAYOR CBP
JEFE DE LA XXV COMANDANCIA DEPARTAMENTAL DE LIMA NORTE

SOLICITO: Permiso para realizar Trabajo de Investigación .

Presente.-



Mediante la presente reciba un cordial saludo y expongo lo siguiente:

Somos estudiantes del último año de la carrera profesional de **PSICOLOGÍA** en la Universidad Católica Sedes Sapientiae, solicito a Ud. permiso para realizar trabajo de Investigación en la Compañía de Bomberos de los Olivos N° 161 y la Compañía de Bomberos de Puente Piedra N° 150, sobre "**AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y SÍNDROME DE BURNOUT EN BOMBEROS VOLUNTARIOS**" para optar el grado de Psicólogo.

POR LO EXPUESTO:

Ruego a usted acceder a mi solicitud.

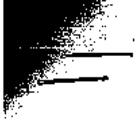
Lima, 16 de Agosto del 2019


EVELI MELESSA SERPA SIMS
DNI N° 44229170


FLOR CHAVEZ BOBADILLA
DNI N° 74644108

933550264

Anexo 12: Aprobación de permiso para la realización del trabajo de investigación.



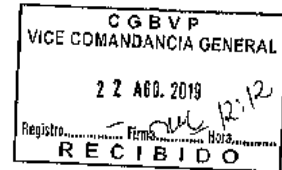
**Cuerpo General de Bomberos
Voluntarios del Perú**
XXV Comandancia Departamental
Lima Norte

CARGO

Los Olivos, 19 de agosto del 2019

OFICIO N° 234-2019 CGBVP-XXV CDLN

Brigadier General CBP.
LARRY LYNCH SOLIS
Vice Comandante General del CGBVP.
PRESENTE



ASUNTO: SOLICITA PERMISO PARA TRABAJO DE INVESTIGACIÓN
REF. : Carta S/N (Reg. 1053)

Tengo el agrado de dirigirme al despacho de su digno cargo, a fin de remitirle el documento de la referencia presentado por la Señoritas Evelyn Melissa Serpa Sims y Flor Chavez Bobadilla estudiante de la Universidad Católica Sedes Sapientes, mediante el cual eleva el Carta S/N Solicitando el Permiso para realizar un trabajo de investigación Sobre Afrontamiento Al Estrés y Síndrome de Burnout en bomberos Voluntarios, Para las Compañías de Bomberos de Puente Piedra y los Olivos.

Documento que se eleva para la autorización correspondiente.

Sin otro particular, quedo de usted.

A atentamente,



Albujar
Brigadier Mayor CBP.
JOSE C. ALBUJAR ZARATE
Comandante Departamental
XXV CD Lima Norte - CGBVP.

cc:Arch.cor.
JCAZ/jga