

Trabajo nº 1

El estrés se ha convertido en una patología que acompaña a gran parte de la población trabajadora. El síndrome de Burnout, también llamado síndrome de "estar quemado" o de desgaste profesional, se considera como la fase avanzada del estrés laboral, como consecuencia del estrés laboral crónico. El Burnout, se produce especialmente en organizaciones de servicios y afecta a profesionales con trato con clientes o usuarios.

En este síndrome tiene un papel muy importante la presión del trabajo y el ambiente físico que envuelve al profesional. De hecho, se puede definir como un estrés laboral prolongado. Esta perspectiva de prolongación en el tiempo implica el término de quemarse.

Los profesionales de la sanidad y la enseñanza son las personas más afectadas por el síndrome del desgaste profesional. Se trata de profesiones que exigen entrega, compromiso, idealismo y servicio a los demás y se asienta sobre una personalidad perfeccionista con un alto grado de autoexigencia, con una gran tendencia a implicarse en el trabajo.

Los rasgos definitorios del síndrome de Burnout consideran tres componentes esenciales:

1. El Cansancio Emocional (BOCE) : constituye el elemento central del síndrome y se caracteriza por una sensación creciente de agotamiento en el trabajo, "de no poder dar más de sí", desde el punto de vista profesional
2. La Despersonalización (BODP) : se refiere a una serie de actitudes de aislamiento de cariz pesimista y negativo, que va adoptando el sujeto y que surgen para protegerse de agotamiento.
3. La Falta de Realización Personal (BORP): el sujeto puede sentir que las demandas laborales exceden su capacidad, se encuentra insatisfecho con sus logros profesionales (sentimientos de inadecuación profesional) si bien puede surgir el efecto contrario , una sensación paradójica de impotencia que le hacen redoblar sus esfuerzos, capacidades, intereses, aumentando su dedicación al trabajo y a los demás de forma inagotable.

Para evaluar estas tres componentes esenciales se le plantean al sujeto una serie de enunciados sobre los sentimientos y pensamientos con relación a su interacción con el trabajo. El cuestionario consta de 22 ítems que el sujeto valora, mediante un rango de 6 adjetivos que van de "nunca" a "diariamente", con qué frecuencia experimenta cada una de las situaciones descritas en los ítems.

La subescala de Cansancio Emocional (BOCE) está formada por 8 ítems que refieren la disminución o pérdida de recursos emocionales o describen sentimientos de estar saturado y cansado emocionalmente por el trabajo; la subescala de Despersonalización (BODP) está formada por 5 ítems que describen una respuesta fría e impersonal y falta de sentimientos e insensibilidad hacia los sujetos objeto de atención; y la subescala de Falta de Realización Personal en el trabajo (BORP) está compuesta por 9 ítems que describen sentimientos de competencia y eficacia en el trabajo.

Mientras que en las subescalas de Cansancio Emocional y Despersonalización puntuaciones altas corresponden a altos sentimientos de estar quemado, en la subescala de Falta de Realización Personal en el trabajo bajas puntuaciones corresponden a altos sentimientos de quemarse.

En el archivo **burnout.xls** encontrará los datos de las mediciones de las variables BOCE, BODP y BORP correspondientes a 117 docentes de diferentes escuelas como así también el sexo y antigüedad en la docencia. Suponga que tiene que realizar un primer análisis de estos datos.

1- Importe los datos al R. Recuerde exportar desde el excel al formato csv.

2- Halle y describa las principales características que presentan los datos para las variables BOCE, BODP y BORP. (Medidas de posición, dispersión, histogramas, diagramas tallo-hoja y boxplots).

3- Describa el comportamiento de los datos para las variables BOCE, BODP y BORP de acuerdo a la variable categórica Sexo y compare.

4- Describa el comportamiento de los datos para la variable BOCE de acuerdo a la antigüedad (en años) en la docencia, tomando 3 categorías:

CATE 1: a lo sumo 10 años de antigüedad

CATE 2: entre 11 y 24 años de antigüedad

CATE 3: 25 o más años de antigüedad

5- Incluya cualquier otra descripción de los datos que considere adecuada o las preguntas que le haría a la investigadora que le entrega estos datos para analizar.