

NARRATIVAS DE MUJERES AMAS DE CASA CON DOBLE ROL COMO
CONSECUENCIA DE LA PANDEMIA POR COVID-19 ACERCA DEL SÍNDROME DEL
BURNOUT



PAULA ALEJANDRA CABALLERO RODAS
JEIMY ALEJANDRA NARANJO PEÑA



UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
VILLAVICENCIO
2022

NARRATIVAS DE MUJERES AMAS DE CASA CON DOBLE ROL COMO
CONSECUENCIA DE LA PANDEMIA POR COVID-19 ACERCA DEL SÍNDROME DEL
BURNOUT

PAULA ALEJANDRA CABALLERO RODAS
JEIMY ALEJANDRA NARANJO PEÑA

Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de psicólogas

Directora
FANIA CATALINA SOSA CÓRDOBA

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
VILLAVICENCIO

2022

Autoridades Académicas

P. José Gabriel MESA ANGULO, O.P.

Rector General

P. FRAY Eduardo GONZÁLEZ GIL, O. P.

Vicerrector Académico General

P. José Antonio BALAGUERA CEPEDA, O.P.

Rector Sede Villavicencio

P. Rodrigo GARCÍA JARA, O.P.

Vicerrector Académico Sede Villavicencio

JULIETH ANDREA SIERRA TOBÓN

Secretaria de División Sede Villavicencio

MG. ANDREA CAROLINA CAÑÓN SÁNCHEZ

Decana Facultad de Psicología

Agradecimientos

Primero quiero agradecerle a Dios por permitirme culminar esta meta, a mi padre que ha sido mi guía y mi ejemplo a seguir, a mi hermana por siempre apoyarme, a mi madre que, aunque no este conmigo siempre la tengo presente. Le agradezco a mis amigas y amigos que me han apoyado y ayudado cuando lo necesite. Y, por último, un agradecimiento especial a la asesora

Fania Sosa quien apporto en este proceso académico, profesional y personal.

Paula Caballero

Le agradezco a Dios por darme la vida para vivir esta enriquecedora experiencia, a mi ángel le agradezco y le dedico este logro porque gracias a él fue posible cumplirlo, a mi mamá por su infinito amor, por su compañía, por sus consejos y por su apoyo en cada paso que doy. Gracias a mis amigas que estuvieron estos 5 años de los cuales compartimos los mejores momentos. A mi asesora Fania que apporto a mi proceso académico con gran paciencia. Infinitas gracias a cada una de las personas que estuvieron en este camino y me vieron crecer personal y profesionalmente.

Jeimy Naranjo

Tabla de contenido

Resumen.....	8
Abstract	9
Problematización.....	10
Planteamiento del problema	10
Justificación.....	12
Objetivos	15
Objetivo general	15
Objetivos específicos.....	15
Marco disciplinar	16
Amas de Casa	16
Burnout o síndrome del trabajador quemado	16
Pandemia	18
Marco Epistemológico	19
Marco Paradigmático	20
Marco Multidisciplinar, Interdisciplinar y/o Transdisciplinar.....	21
Amas de casa.....	21
<i>Seguridad en el trabajo</i>	21
<i>Derecho</i>	21
<i>Trabajo social</i>	21
Pandemia	22
<i>Antropología</i>	22
<i>Sociología</i>	22
Burnout.....	22
<i>Medicina</i>	22
<i>Seguridad en el trabajo</i>	23
<i>Derecho</i>	23
Marco normativo/legal.....	24
Antecedentes	26

Nacionales	26
Internacionales	28
Metodología	33
Método	33
Actores	33
<i>Criterios de inclusión</i>	34
<i>Criterios de exclusión</i>	34
Técnica	34
<i>Entrevista a profundidad</i>	35
Trayectoria	35
<i>Primera fase:</i>	36
<i>Segunda fase:</i>	36
<i>Tercera fase:</i>	36
<i>Cuarta fase:</i>	36
<i>Quinta fase:</i>	36
Consideraciones éticas	37
Resultados	38
Discusión.....	51
Aportaciones y Limitaciones	56
Aportes	56
Limitaciones	56
Referencias:.....	57

Listado de tablas

Tabla 1. Resultados de la participante luna	41
Tabla 2. <i>Resultados de la participante la docente</i>	44
Tabla 3. <i>Resultados de la practicante c1</i>	46
Tabla 4. <i>Resultados la participante j</i>	49
Tabla 5. <i>Tabla de subcategorias</i>	51

Resumen

La siguiente investigación, se realiza con el objetivo de analizar las narrativas de las mujeres amas de casa con doble rol como consecuencia de la pandemia acerca del síndrome de burnout en Villavicencio, Meta. Se implementó la postura epistemológica de la hermenéutica con el paradigma interpretativo, para llevar a cabo la investigación se utilizó una metodología cualitativa con la técnica de entrevista a profundidad y el análisis de narrativas a cuatro mujeres amas de casa con doble rol según los criterios de inclusión establecidos. Los resultados reflejan los significados de las narrativas y la interpretación que se dio acerca del síndrome de burnout y además los aspectos familiares y de adaptabilidad de la pandemia por el COVID-19.

Palabras clave: Narrativas, burnout, mujeres amas de casa, pandemia.

Abstract

The following research is conducted with the aim of analyzing the narratives of women housewives with double roles as a consequence of the pandemic about burnout syndrome in Villavicencio, Meta. The epistemological posture of hermeneutics was implemented with the interpretative paradigm, To carry out the research, a qualitative methodology was used with the technique of in-depth interview and narrative analysis of four women housewives with double roles according to the established inclusion criteria. The results reflect the meanings of the narratives and the interpretation that was given about burnout syndrome and also the familial and adaptability aspects of the pandemic by the COVID-19.

Keywords: Narratives, burnout, women housewives, pandemic.

Problematización

Planteamiento del problema

En América Latina, aún prevalece un extenso número de mujeres que organizan sus funciones exclusivamente dirigidas al hogar, según la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo del Instituto de Mujeres de México a partir del último mes del 2008 se podía afirmar que el 57.6% de la población femenina de 14 años en adelante se encontraba laborando algún tipo de actividad económica, pero por otra parte, un 42.4% era totalmente inactiva y relataba dirigir su tiempo en las labores del hogar o la formación alternativa, estas cifras latinoamericanas engloban alrededor de 31.7 millones de personas de las cuales se estima que 19 millones son mujeres que se encuentran actualmente dedicadas a las labores domésticas (INMUJERES, 2009).

Es entonces importante reconocer que, en la actualidad se ha aumentado la población y el crecimiento progresivo en América Latina, las cifras de mujeres amas de casa son aún más amplias, sin embargo, aunque esta demanda laboral y el suplemento de esta se encuentre en ascenso, esto no significa que las condiciones de la misma hayan mejorado.

Según el DANE (2020) se ha percibido síntomas como el desgaste, la fatiga, el agotamiento y otras manifestaciones asociadas al síndrome de burnout que aparecen y se agravan en mujeres, que además de realizar labores como ama de casa, cuentan con un trabajo remunerado, lo cual se puede convertir en doble jornada laboral, lo anterior al verse sumado al trabajo doméstico y cuidado familiar, termina repercutiendo de manera negativa en el desarrollo psicosocial de la mujer, a esto también se adhieren ideas y prejuicios sobre el rol de la mujer, que complican la situación, sumado a esto, tradicionalmente, los roles de la mujer, están dirigidos al cuidado de los hijos y son una responsabilidad otorgada principalmente a la mujer (Kushnir y Melamed, 2006)

Lo anterior se puede encontrar en datos reportados por el DANE de Colombia (2020) los cuales afirman que de la población total económicamente activa de Colombia durante el año 2019, el 42,9% fueron mujeres, por otra parte, el 59% de mujeres que no estaban generando ingresos oficiales por medio de trabajos remunerados se dedicaban específicamente a oficios del hogar como su actividad principal, e inclusive una vez que conseguían un trabajo diferente al de ama de casa, seguían desarrollando las labores domésticas como actividad secundaria.

A partir de lo mencionado anteriormente, es relevante mencionar que el burnout se caracteriza por ser una de las mayores causas de deterioro en el trabajo de las personas, conduciéndolos hacia la deserción laboral con frecuencia y además de esto siendo una causa significativa de ausentismo y accidentes laborales que ponen en riesgo no solo la situación laboral de la persona sino también su salud física, mental y calidad de vida. (Beltrán, Moreno y Pérez, 2004, p. 82)

Ahora bien, retomando el área del bienestar humano, Vargas y Palacio (2014) mencionan que, la salud es considerada como el estado armónico entre mente, cuerpo y lo social del ser humano, en relación a su ambiente, para una salud óptima es necesario generar hábitos saludables para mantener un buen funcionamiento y evitar un impacto negativo en el ámbito laboral, familiar, personal y social, a causa de enfermedades o accidentes.

Se ha evidenciado que el síndrome de burnout es un fenómeno psicológico, que en la mayoría de los ejercicios investigativos se ha desarrollado ampliamente en los profesionales, sin embargo se considera importante que falta profundizar y realizar investigaciones en la población de las mujeres amas de casa, debido a la escasez de investigaciones que involucren las narrativas de esta población para conocer sus experiencias, también que actualmente la pandemia ocasionada por el COVID-19 ha dejado secuelas y cambios a los cuales se han tenido que adaptar las mujeres que cumplen con responsabilidades laborales y responsabilidades del hogar, cabe resaltar que en esta población, de acuerdo con Campos (2015), las mujeres amas de casa se han convertido en una población vulnerada y sin reconocimiento teniendo en cuenta que, ejercen horas laborales extensas y un arduo trabajo doméstico sin remuneración, para mantener el bienestar del hogar y de las personas que lo conforman, estando así comprometida la salud mental a causa del trabajo (p.28).

De acuerdo a lo anterior se puede decir que, la situación actual sobre el distanciamiento social y el uso de nuevas tecnologías, como consecuencia de la pandemia a causa del COVID-19, pueden considerarse como factores que afectan y aumentan la carga laboral en la mujer ama de casa, lo cual implica unos cambios en el quehacer de las mujeres a los cuales deben adaptarse o desistir de su trabajo remunerado.

Por último, es necesario seguir aportando y estudiando este fenómeno por medio de la línea de investigación de la facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás sede Villavicencio “Abordajes psicosociales en el ámbito regional” para enmarcar una comprensión de

las historias de vida de las participantes desde sus narrativas y así, debido a esto surge la pregunta ¿Cuáles son las narrativas de las mujeres amas de casa con doble rol como consecuencia de la pandemia provocada por el COVID-19 acerca del síndrome de burnout?

Justificación

El presente trabajo de investigación emerge por el interés de conocer las narrativas que presentan las mujeres amas de casa acerca del síndrome de burnout, que, a su vez cuentan con un trabajo remunerado y lo realizan desde casa debido a la pandemia por covid-19. Este interés surge por la revisión de investigaciones en los diferentes recursos bibliográficos donde se evidencia el impacto que puede producir a nivel físico y psicológico el síndrome de burnout en las mujeres amas de casa, sumado a esto, la complicación de la adaptabilidad de las mujeres al enfrentarse a las nuevas tecnologías y los trabajos a distancia que supone la actual realidad, se considera importante conocer por medio de las narrativas de las mujeres si para todas es visto de la misma manera o por el contrario se evidencia narrativas diferentes.

Además de esto, en cifras mencionadas previamente en la problematización, se hace evidente de la existencia y el alto número de mujeres que en la actualidad deben enfrentarse a una ardua jornada laboral y además de esto cumplir con una multitud de labores domésticas que afectan su bienestar, esta situación no es apropiada para las mujeres, debido a que las labores domésticas no deben ser visualizadas como un sometimiento de la mujer a sus roles tradicionales de cuidadora, y es que esta idea vigente aún genera daños en la actualidad, por ende, nos resulta indispensable generar este tipo de investigaciones que busca priorizar y exaltar una población que en la actualidad carece de estudios de investigación y la cual, ante la situación actual y la consideración global de una parte importante de la población, llega al punto de posiblemente verse afectada su salud física y mental y de desarrollar un síndrome tan nocivo como lo es el burnout.

Tomando en cuenta lo anterior, es relevante mencionar que según la Organización Mundial de la Salud (2004), el estrés laboral crónico o burnout puede hacer que el individuo se sienta deprimido, intranquilo, cansado, angustiado, incapaz de concentrarse, tenga dificultades para tomar decisiones y presente problemas físicos con el aumento de la presión arterial y dolores de cabeza, causando así impactos negativos tanto físicos como psicológicos (p.8).

De esta manera, “las labores como ama de casa han ocasionado diferentes afectaciones en distintas áreas, tanto en salud física como salud mental, presentando irritabilidad, frustración, depresión, agotamiento, problemas de autoestima, ansiedad, estrés y falta de realización personal” (Barillas, 2018, pp.7-8).

Por otro lado, actualmente debido a la contingencia por covid-19, las mujeres que ejercen su rol como amas de casa, han asumido desde su hogar tanto las labores domésticas como las obligaciones laborales que venían desarrollando desde lugar de trabajo, duplicando la carga de responsabilidades, lo cual repercute en el estrés y en los síntomas que se pueden generar asociados el burnout, es por esto que se considera esta situación notoria en la actualidad, y por ende se decide realizar la investigación con esta población.

Es pertinente conocer las narrativas que tienen las mujeres amas de casa acerca del síndrome de burnout, esto permitirá analizar y profundizar la visión que tienen las participantes respecto a su vida, sus responsabilidades laborales y la repercusión de las mismas por medio de las experiencias que están viviendo actualmente con el doble rol asumido como consecuencia de la pandemia que se vive a nivel mundial.

Retomando los temas de actualidad por distanciamiento social y el efecto que este ha tenido en las labores realizadas desde las oficinas o centro de trabajo, Barba (2001, como se citó en Acosta, 2018) plantea el teletrabajo como una modalidad que se ha venido desarrollando a lo largo de los últimos años, lo cual facilita la interacción laboral a distancia del lugar convencional mediante la utilización de medios electrónicos como lo son los dispositivos celulares, computadores entre otros, los cuales, ayudan con la atención al cliente. Debido a esto, muchos teletrabajadores manifiestan que el hecho de trabajar desde sus casas es un punto a favor ya que se les facilita atender diversas actividades que se presentan en el hogar o incluso actividades académicas que pueden ser atendidas de manera inmediata y continuar con su horario de trabajo, así también otras personas han manifestado que no es satisfactorio trabajar bajo la modalidad del teletrabajo.

Esta investigación busca comprender a las mujeres amas de casa por medio de las narrativas de la situación de las mismas para así generar una interpretación desde sus significados sobre la carga laboral excesiva que pueden padecer y la importancia respecto a la división de tareas en el hogar la cual evita el malestar por exceso de trabajo.

Por otro lado, se busca aportar una iniciativa regional debido a que no se cuenta con registros o estudios en el departamento del Meta que se interese por la relación actual de las mujeres amas de casa con el síndrome de burnout, pese a que la investigación se realizará desde lo local, se propone que pueda extender desde otras investigaciones y en otros territorios. .

Respecto al ámbito de la psicología, la comprensión e interpretación de las narrativas por una población específica, en este caso, las mujeres amas de casa, brindara aporte sobre el síndrome de burnout en trabajo no remunerado y la importancia de dar atención a la salud mental de esta población de mujeres, esto con el fin de comprender, desde una perspectiva psicológica un fenómeno que actualmente arremete con una población que se ha caracterizado por cumplir duplicación de rol, es la población de mujeres que se encarga de la educación y crianza de los hijos, labores domésticas, atención al esposo y sumado a esto la responsabilidad de cumplir con un trabajo remunerado, también es importante para la psicología debido a que por medio de las narrativas de las mujeres se puede llegar a conocer información acerca de la salud mental y la estabilidad emocional que presentan las mujeres que cumplen con teletrabajo a partir de la pandemia por covid-19 y a su vez, son mujeres que se encargan de las obligaciones que se presentan en el hogar y también se dedican a la crianza de los hijos. En este sentido, la investigación y la psicología convergen para propiciar un desarrollo investigativo innovador que postula fines que aporten conocimiento científico en la psicología y contribuyan a su crecimiento social.

Por ende, esta investigación busca analizar y comprender las narrativas de mujeres que en este momento por sus condiciones de trabajo y labores domésticas tengan experiencias relacionadas con síntomas asociados al síndrome de burnout.

Objetivos

Objetivo general

Analizar las narrativas de las mujeres amas de casa que cuentan con teletrabajo como consecuencia de la pandemia por Covid-19 acerca del síndrome de burnout en Villavicencio/Colombia.

Objetivos específicos

- Identificar el significado que tienen las mujeres amas de casa acerca del síndrome de burnout.
- Reconocer el significado del trabajo que tienen las mujeres desde el rol de ama de casa.
- Identificar las estrategias de adaptabilidad que tienen las mujeres amas de casa para apropiarse de la nueva realidad laboral.

Marco disciplinar

En el marco disciplinar se relacionan las categorías que se trabajarán en esta investigación las cuales son: Amas de casa, Burnout o síndrome del trabajador quemado, Pandemia, desde un punto de vista psicológico desde el enfoque sistémico.

Amas de Casa

Se conoce a las mujeres como amas de casa, a quienes desempeñan varios tipos de roles tanto en su ámbito familiar como en el laboral. Así, Vega (2007), refiere que ser ama de casa es inherente entonces al ser madre y esposa, la mujer ama de casa se caracteriza por realizar y resolver las tareas domésticas como cocinar, planchar, lavar, entre otras, y al mismo tiempo sus labores están destinadas a los otros, a cuidarlos, a proveerles de satisfactores físicos y materiales y también de satisfactores emocionales y afectivos, por otro lado, también debe atender y responder por el cargo laboral que se le asigna en su lugar de trabajo (p.179).

Por otro lado, es importante mencionar que, la mujer ama de casa ha sido socialmente construido como su responsabilidad personal, y su identidad pasa por las formas específicas del trabajo doméstico que realice, trabajo que se caracteriza por, la no remuneración, la jornada interminable, la multiplicidad de actividades y la invisibilidad (Vega, 2007, p. 181).

Por otro lado, las mujeres amas de casa son aquellas que se destacan por seguir atendiendo a las responsabilidades que genera el hogar, aunque tengan un rol laboral fuera de casa. Esto genera una gran frustración y preocupación debido a que no es reconocido como un trabajo, aunque en realidad sí lo es (Escalera y Herranz, 2000, p.201)

Burnout o síndrome del trabajador quemado

Para hablar concretamente de Burnout, primero es importante conocer que este proviene de un estrés laboral, este es reconocido a partir de la interacción frecuente con ambientes laborales en los que se pueda constantemente generar situaciones que produzcan altos niveles de estrés y que sean difíciles de afrontar por parte del individuo, lo cual suele producir un desequilibrio en el empleado a la hora de confrontar las demandas del contexto con sus capacidades personales,

entrando en estados de frustración que amplifican el estrés e interfieren con múltiples áreas de su vida, cuando este proceso es paulatino en el tiempo, es denominado estrés laboral crónico al ser el resultado de un proceso continuo de exposición a situaciones desagradables u estresantes (Quiceno y Vinaccia, 2007, p.118).

Una vez comprendido el estrés laboral crónico, se debe entender que este es una fuente principal de riesgo psicosocial para el desarrollo del síndrome agravante o amplificado de Burnout o también conocido como Síndrome de quemarse en el trabajo (Gil-Monte, 2006, como se citó en Quiceno y Vinaccia, 2007).

La psicóloga experta en Burnout laboral, Maslach (1993, como se citó en Maslach, 2009) lo define como un síndrome psicológico a través de una respuesta o exposición prolongada a elementos que son considerados por el sujeto como estresores y cuya relación con el individuo es crónica dentro del contexto del trabajo, a partir de este síndrome se identifican principalmente respuestas de agotamiento, desapego por el trabajo, ausentismo, sensación de ineficiencia, bajo planteamiento de metas y cumplimiento de logros, extenuación y otros síntomas asociados a la pérdida de energía y motivación.

Los principales estudios realizados sobre burnout han generado una dicotomía entre dos líneas fundamentales de investigación de la psicología, la primera se encuentra dirigida hacia la psicología clínica, la cual visualiza el burnout como un estado, consecuente del estrés laboral, con múltiples síntomas y conductas por los cuales se puede diagnosticar e intervenir a una persona, y la segunda perspectiva es la que focaliza la psicología social, la cual ve al burnout como un proceso surgente a partir de las características personales de cada sujeto y la relación del mismo con su entorno laboral.

Una de las consecuencias claras evidenciadas por psicólogos de burnout es la sintomatología psicosomática, los hábitos desadaptativos como el consumo de alcohol y otras conductas de riesgo, la baja autoestima, la despersonalización de los sujetos, un bajo índice de tolerancia a la frustración, irritabilidad y reacciones de ira que pueden producirse en contextos más allá del laboral, ansiedad e incluso depresión (Campos, 2015, p.98-99).

Respecto a lo mencionado anteriormente se puede concluir clarificando que el síndrome de burnout constituye un claro problema cada vez mayor y de gran relevancia desde la perspectiva psicológica, con repercusiones contemporáneas que en la actualidad siguen viéndose vigentes y de no ser intervenidas de manera adecuadas, con consecuencias evolutivas graves e influyentes en las

capacidades de las personas, reduciéndolas a puntos críticos y afectando su calidad de vida manera significativa, denegando su bienestar en múltiples áreas y propiciando un malestar constante en la existencia y convivencia del ser humano con los demás.

Pandemia

Según la organización mundial de la salud (2010) La pandemia consiste en la propagación mundial de una nueva enfermedad. A lo largo de los tiempos, se ha visto que la pandemia surge a partir de un nuevo virus de gripe que infecta a los animales. Por otro lado, se puede ver un alto nivel de contagio que cada día evoluciona y los individuos contraen este nuevo virus sin tener acceso a recursos que puedan evitar el contagio del virus, por tal motivo, es que se ve un alto nivel de mortalidad en personas de mayor edad, niños y personas que se contagian y al mismo tiempo presentan otra patología.

Según La OMS (1999, citado en Henao, 2009) afirma que el término pandemia viene del griego, lo cual es traducido como enfermedad del pueblo entero. Pandemia hace referencia a una elevada infección humana con un nuevo virus el cual cada vez más se propaga de un país a otro, generando un alto nivel de morbilidad y mortalidad. Además de esto, la Organización Mundial de la salud, creó 6 fases para sobrellevar una pandemia.

La fase 0 se caracteriza por iniciar el periodo Inter pandémico, en esta fase se lleva a cabo una preparación debido a que aún no hay bastante información de este nuevo virus, solo se tiene en cuenta cuantos casos hay de contagios y en qué lugares se encuentran las personas infectadas. La fase número 1 se anuncia el inicio de una nueva pandemia y también se determina el virus, en qué consiste, causas y síntomas principales. En la fase número dos se conoce como la propagación de la epidemia en algunas regiones de dos o más países y su propagación por el resto del mundo. La fase 3 anuncia el fin de la primera onda de la pandemia y los brotes disminuyen, hasta en un nuevo momento en donde regresan los brotes y son más fuertes. La fase 4 inicia la nueva onda de los brotes secundarios y tiempo después se evidencia en varios países. Por último, se encuentra la fase número 5 donde se anuncia el fin del periodo pandémico (p. 56).

Marco Epistemológico

Para el desarrollo del marco epistemológico de esta investigación se tomará en cuenta la hermenéutica debido a que como lo menciona Sandoval (2002), la hermenéutica es la propuesta metodológica la cual se hace cargo de la comprensión de la realidad social bajo la metáfora de un texto, por medio de técnicas para poder ir incrementando así el entendimiento de culturas, grupos, individuos y estilos de vida (p. 67). Así brinda este principio epistemológico la posibilidad de dar interpretaciones a textos adquiridos por las narraciones de los estilos de vida de los individuos.

Por tanto, este principio epistemológico permite darle una comprensión a un texto a partir del argumento, como lo menciona Arráez y Moreno de Tovar (2006), se puede entender la hermenéutica como una actividad de reflexión, es decir una actividad interpretativa que permite la captación plena del sentido de los textos, por medio de la hermenéutica se puede generar un conocimiento acerca de las mujeres amas de casa con doble rol en tiempos de pandemia (p. 174).

De este modo, la investigación presente busca comprender las narrativas de las mujeres amas de casa mediante el análisis de estas, por medio de la postura hermenéutica la cual permite la interpretación de los textos recolectados mediante la entrevista a profundidad que es la técnica adecuada para obtener la mayor recopilación de información para de esta manera poder lograr los objetivos y la finalidad de la investigación.

Marco Paradigmático

En el presente estudio de investigación se tiene como objetivo comprender las narrativas de las mujeres que son amas de casa y a la vez se destacan por tener un trabajo remunerado. Para lograr desarrollar la investigación de manera correcta y teniendo en cuenta los diferentes paradigmas, se considera apropiado el enfoque del paradigma fenomenológico- interpretativo debido a que se relaciona para dar la solución de la problemática que se planteó anteriormente.

Según Duque y Aristizábal (2019), el paradigma fenomenológico- interpretativo se centra en aquellas experiencias que tiene el individuo con un fenómeno en específico.

De acuerdo con lo anterior, por medio de diversas herramientas como entrevistas, identificar los significados o creencias que tiene el individuo acerca del fenómeno a tratar, para así, después de recolectar esta información, darle una interpretación a los constructos que cada persona tiene acerca del tema abordado.

Para Serrano (1994) citado en Ricoy (2006) afirma que el paradigma interpretativo comprende la realidad de situaciones o eventos externos que son observables, por otro lado, se tiene en cuenta los significados, creencias y constructos que realiza el mismo individuo acerca de un fenómeno en específico. Además, se realiza una descripción de las creencias que presentan las personas acerca del fenómeno. En el paradigma interpretativo se utiliza la metodología etnográfica, lo cual, consiste en la investigación con grupos sociales teniendo en cuenta la cultura e interacción (p.12).

El paradigma interpretativo mediante la investigación busca comprender, conocer y actuar frente a eventos que generen algún tipo de inquietud o interés, mediante estrategias o diseños metodológicos que recolectan de manera global y abierta información que facilite el proceso de dicho estudio, y así, plantear posibles soluciones si se requiere. (Ricoy,2005, como se citó en Ricoy,2006)

Teniendo en cuenta lo anterior, se eligió el paradigma interpretativo, debido a que, por medio de las narrativas se quiere conocer las experiencias que han tenido las mujeres amas de casa con síndrome del burnout. Para así, conocer cuál es el significado que tienen acerca de este síndrome de burnout.

Marco Multidisciplinar, Interdisciplinar y/o Transdisciplinar

Este apartado está dividido en las tres principales categorías psicológicas de esta investigación, las cuales serán abordadas desde las diferentes disciplinas, donde en primer lugar Amas de casa, asumidas desde la seguridad en el trabajo, Derecho, Trabajo social y en segundo lugar la Pandemia estudiada desde la Antropología y Sociología, un tercer lugar Burnout abordada desde la Medicina, Seguridad en el trabajo, Derecho.

Amas de casa

Seguridad en el trabajo

En cuanto a esta disciplina, Carrillo, Yepes y Santander (2020), definen esta población de mujeres amas de casa como, las personas dedicadas a realizar las labores domésticas sin considerar esto como un trabajo sino como una obligación, dentro de sus funciones está la crianza, las tareas domésticas y la atención de todos los integrantes del núcleo familiar (p.8).

Derecho

Desde la disciplina del derecho, Rojas y Urbano (2015), refieren que el trabajo en el hogar es designado generalmente a la persona de género femenino, por lo cual ama de casa lo definen como el conjunto de labores exclusivamente domésticas que se realizan en su propia casa con el fin de satisfacer las necesidades de las personas del núcleo familiar como lo son los hijos y la relación de pareja adicional a esto también satisfacer sus propias necesidades (p.8).

Trabajo social

Para el trabajo social, el ama de casa está ligado por naturaleza al género femenino y es el que históricamente ha realizado la mujer por décadas. Definen esto como un trabajo doméstico que se basa en la maternidad y la conyugalidad con el fin de satisfacer las necesidades en cuanto a cuidados, satisfacciones físicas, materiales, afectivas y emocionales a los miembros de la unidad

familiar, así mismo es visto como un trabajo que se asigna de manera obligatoria y sin remuneración a las mujeres (Vega, 2007, p. 179).

Pandemia

Antropología

En cuanto a Mastrangelo (2020), refiere que la pandemia es un hecho de impacto social, en el que se visualizan cambios y posibles rupturas en la vida social del individuo que pueden llegar a afectar su estabilidad. Esto, puede generar cambios y afectaciones en diversas áreas en las que el individuo se relaciona, un claro ejemplo, puede ser el área social y el área económico que se ve afectado debido a las respectivas normas o medidas que se toman para evitar la propagación del virus.

Sociología

Como lo refiere Fernandez (2020), el término pandemia como una afectación social debido a la morbilidad, mortalidad que se puede llegar a presentar, Además de esto, también se evidencia una gran afectación a nivel económico, influye en las políticas públicas y asuntos colectivos y sociales.

Burnout

Medicina

Desde la disciplina de la medicina, Carrillo, Gomez y Espinoza de los Monteros (2012), definen el síndrome de burnout como “un proceso secundario a una respuesta negativa al estrés laboral crónico, que aparece cuando fallan las estrategias funcionales de afrontamiento que el sujeto suele emplear” (p.580).

De este modo es importante resaltar el modelo que, Rodriguez y Rivas (2011), mencionan, el modelo cibernético del estrés laboral de Edwards, donde se expone que el estrés

organizacional está relacionado con eventos personales y ambientales. De esta manera, el estrés se entiende como niveles de discrepancia entre el estado actual en el que se encuentra el individuo y el estado en el que desea estar. Se vuelve importante estos niveles de discrepancia cuando el individuo de una u otra manera se ve afectado en sus metas personales, valores y objetivos (p.75).

Seguridad en el trabajo

El modelo de Gil (2005, citado en Cardozo y Mendivelso,2019) refiere que el individuo se ve afectado por el estrés crónico debido al mal uso o la deficiencia de las estrategias de afrontamiento ante un evento en el cual se ve perjudicado. El estrés crónico conlleva una serie de síntomas fisiológicos y cognitivos, lo cuales son, agotamiento emocional, actitudes negativas, taquicardia y desmotivación laboral (p. 36)

Derecho

De este modo, Franco y Llorens (2008), hacen referencia al síndrome de burnout como un accidente laboral que sucede debido a que no se realiza ningún tipo de estrategias psicosociales para prevenirlo, se da inadecuado procedimiento y respuesta legal, y por último, necesidad de jurisprudencia. (p.25)

Marco normativo/legal

El presente trabajo está sustentado por la ley 1090 de 2006 y por el código deontológico y bioético del ejercicio de la psicología en Colombia del Colegio Colombiano de Psicólogos amparado en el capítulo VII de los artículos 55 el cual menciona que “los profesionales que adelantan investigaciones de carácter científico deberán abstenerse de aceptar presiones o condiciones que limiten la objetividad de su criterio u obedezcan a intereses que ocasionen distorsiones o que pretendan darle uso indebido a los hallazgos” (p.14). Así mismo el artículo 56 los cuales expresan que:

Todo profesional de la Psicología tiene derecho a la propiedad intelectual sobre los trabajos que elabore en forma individual o colectiva, de acuerdo con los derechos de autor establecidos en Colombia. Estos trabajos podrán ser divulgados o publicados con la debida autorización del autor (Ley N.º 1090, 2006, p. 14)

Debido a lo anterior, es importante mantener el respeto por las opiniones y las ideas de otros autores que han realizado investigaciones ya publicadas en la comunidad educativa. El presente trabajo busca cumplir en el manejo de la información y propiedad intelectual con lo sustentado en el código deontológico y bioético del Colegio Colombiano de Psicólogos, en el capítulo VII el cual plantea en el Artículo 49:

Los profesionales de la psicología dedicados a la investigación son responsables de los temas de estudio, la metodología usada en la investigación y los materiales empleados en la misma, del análisis de sus conclusiones y resultados, así como de su divulgación y pautas para su correcta utilización (Ley N.º 1090, 2006, p.13).

En relación con lo anterior, el Artículo 50 de la Ley 1090 del 2006, expresa que “los profesionales de la psicología al planear o llevar a cabo investigaciones científicas, deberán basarse en principios éticos de respeto y dignidad, lo mismo que salvaguardar el bienestar y los derechos de los participantes” (p.13).

Con respecto a la ley que protege los derechos de los trabajadores en casa, el Ministerio de Trabajo (2021), anunció que el Senado de la República aprobó en último debate por unanimidad, el proyecto de ley que regula el trabajo en casa. El proyecto de Ley 352 de 2020 en Senado y 429 de 2020 en Cámara, por el cual se regula el trabajo en casa y se dictan otras disposiciones, busca dar normas claras a las personas que hacen uso de esta figura.

De este modo, el Congreso de Colombia decreta la ley 352 de 2020, en la cual en el artículo 6 de la jornada de trabajo expone que:

Durante el tiempo que dure el trabajo en casa se mantendrán vigentes las normas previstas en el Código Sustantivo del Trabajo y en los reglamentos aplicables a los servidores públicos, relativos al horario y la jornada laboral. Están excluidos del cumplimiento de estas disposiciones y de la remuneración del trabajo suplementario los trabajadores de dirección, de confianza o de manejo, así como los niveles de directivo y asesor, en el sector público (p.3).

Además, el artículo 10 sobre los derechos salariales y prestacionales sostiene que “durante el tiempo que el servidor público o trabajador del sector privado preste sus servicios o desarrolle sus actividades bajo la modalidad de trabajo en casa, tendrá derecho a percibir los salarios y prestaciones sociales derivadas de su relación laboral” (Ley N.º 352, 2020, p. 4).

Finalmente, en el artículo 11 sobre las garantías laborales, sindicales y de seguridad en la que mencionan que:

Durante el tiempo que se preste el servicio o actividad bajo la modalidad de trabajo en casa, el servidor público o trabajador del sector privado continuará disfrutando de los mismos derechos y garantías que rigen su relación laboral, entre otras, las que regulan la jornada laboral, horas extras, trabajo nocturno, dominicales y festivos. descansos dentro de la jornada laboral, derechos de asociación y negociación sindical y en general todos los beneficios a que tenga derecho en el marco de la respectiva relación laboral (Ley N.º 352, 2020, p. 4-5).

Por último, la ley 1616 de 2013, en la cual se expide la ley de la salud mental y se dictan otras disposiciones, con el objetivo de garantizar el ejercicio pleno del Derecho a la Salud Mental a la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas y adolescentes, mediante la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental.

De acuerdo a esto, el Congreso de Colombia decreta en el artículo 3 de salud mental que:

La salud mental se define como un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad (Ley N.º 1616, 2013, p. 1)

Antecedentes

Nacionales

En cuanto a los antecedentes nacionales se menciona a Ruiz (2019), quien realizó una investigación titulada, relación entre empatía y burnout en profesionales de la salud de Córdoba-Colombia. La cual analizó la relación entre el nivel de Burnout y Empatía en profesionales de la salud, para realizar esta investigación de enfoque cuantitativo utilizó instrumentos como Test *de empatía cognitiva y afectiva (TECA)*, *Maslach Burnout Inventory* y una encuesta *sociodemográfica* en una muestra de 301 médicos generales, encontró resultados que evidenciaron un alto nivel de burnout y agotamiento emocional.

Del mismo modo Gutierrez, Loba y Torres (2017), realizaron una investigación la cual titularon, prevalencia del síndrome de burnout en profesionales de enfermería de la Orinoquia colombiana. Tiene como objetivo determinar la prevalencia del síndrome de Burnout en los profesionales de enfermería utilizando el instrumento de *Maslach Burnout Inventory*, para lo cual la población a estudiar fue en una muestra de 100 enfermeros, en la investigación se encuentra como resultado que las mujeres presentan mayores proporciones en cansancio emocional, despersonalización emocional y falta de realización personal debido a la sobrecarga de trabajo en cuidado de paciente, generando esto una población con burnout.

Por otro lado autores como Tapiero, Rendon, Rodriguez y Martinez (2020), en su investigación titulada *síndrome de burnout en médicos- docentes e implicaciones en el quehacer pedagógico en un Hospital oncológico de Bogotá*, tiene como objetivo determinar las posibles implicaciones de este síndrome en el quehacer pedagógico de una muestra de médicos-docentes, para poder llevar a cabo esta investigación utilizaron instrumentos como el cuestionario de *Maslach Burnout Inventory* y la entrevista semiestructurada para lograr recolectar la mayor información posible, para el análisis de estos resultados lo realizaron de corte cualitativo

Aguas (2017), presenta una investigación en la que realiza una caracterización de los riesgos psicosociales y los niveles de estrés y burnout en los cuidadores de la Asociación Nuevo Futuro, tomando una población de 25 cuidadores, aplicando instrumentos como *Maslach Burnout Inventory*, *cuestionario para el estrés*, *cuestionario de factores de riesgo psicosocial*, no se

evidencia una presencia del síndrome de Burnout, pero en los participantes que puntuaron alto pueden llegar a presentarlo.

Gavidia (2017), presentó una investigación acerca del estrés laboral en mujeres amas de casa que deben cumplir con un cargo laboral. El objetivo de este estudio era examinar la forma en que el estrés estaba afectando la salud de la mujer ama de casa que cumple con diversas funciones en su hogar como dedicarle tiempo a su familia y también cumplir con una jornada laboral. El enfoque fue cualitativo y mediante el método hermenéutico, se realizaron entrevistas para obtener información acerca de las diferentes experiencias de cada una de las participantes. En los resultados se logra evidenciar que las mujeres del estudio lograban percibir un alto nivel de estrés y al mismo tiempo presentaban una serie de síntomas tanto fisiológicos y emocionales que afectan con el desempeño tanto en el rol familiar como laboral.

Barreto y Salazar (2020), realizaron una investigación que se desarrolló en la ciudad de Bucaramanga. Este estudio estaba dirigido a estudiantes universitarios con presencia de agotamiento emocional. Como objetivo se planteó describir el AE en estudiantes universitarios que pertenecieran al área de la salud. El enfoque fue cualitativo descriptivo -interpretativo, en donde se realizaron 175 entrevistas con preguntas abiertas y de manera voluntaria. Por último, en los resultados se logró encontrar el desgaste emocional, consecuencias en la salud física y mental, se encontró un alto nivel de afectaciones en su área familiar y social.

Así, Vega Y Sanchez (2017) Realizaron un estudio con el objetivo de establecer la incidencia del síndrome de burnout en docentes universitarios de la facultad de psicología de la corporación Universitaria Minuto de Dios en la ciudad de Villavicencio-Meta. Para esto, se realizó por medio del enfoque cualitativo en el cual se aplicó la encuesta sociodemográfica y el cuestionario de Maslach Inventory que está compuesto por 22 ítems. En el presente trabajo se obtuvo por la participación de 15 docentes en los cuales, se evidenció que eran muy pocos los docentes que presentaban relación con el síndrome de burnout, por otro lado, se encontró que los participantes restantes no presentaban relación con el síndrome de burnout, debido a los resultados de las pruebas que se les aplicó

. Olarte Y Vargas (2019) El presente trabajo se realizó con el fin de identificar la prevalencia del síndrome de burnout en mujeres amas de casa y madres de estudiantes de transición del colegio Jorge Eliecer Gaitán de la ciudad de Villavicencio-Meta. Se obtuvo la participación de 30 mujeres a las cuales se les aplicó el cuestionario de burnout para amas de casa (CUBAT). De

acuerdo con los resultados, se pudo evidenciar que un porcentaje de 37% de las participantes padecen de este síndrome de burnout, mientras que el 88% sufren las consecuencias del burnout. Se debe tener en cuenta que en un 80% de las mujeres que participaron conviven con su pareja, por lo que se puede concluir que esto eleva el porcentaje de prevalencia.

García, De Alba Y López (2016) Realizaron el presente estudio con el fin de identificar la presencia del síndrome de burnout en el personal civil administrativo de la séptima brigada del ejército nacional de Colombia. Participaron 30 mujeres quienes fueron seleccionadas por un muestreo no probabilístico y se utilizó la Escala de desgaste ocupacional en lo cual arrojó que el 15% tuvo un nivel bajo de burnout, el 67% obtuvo un nivel medio y el 18% arrojó nivel alto del síndrome de burnout. De acuerdo a lo anterior, se pudo concluir que la mayoría de las participantes eran mujeres casadas y con hijos en cambio, las demás no tenían un escaso soporte familiar.

Por último, Robles Y Téllez (2020) Realizaron un estudio con enfoque cuantitativo, para determinar si existe relación significativa entre el síndrome del burnout y la resiliencia en los docentes de colegios públicos de Villavicencio y Acacias. Los participantes fueron 119 docentes de las instituciones educativas Liceo general Serviez de Villavicencio, Colegio 20 de Julio y Luis Carlos Galán Sarmiento de Acacias. De acuerdo con los resultados no se encontró relación estadísticamente entre la puntuación global burnout y resiliencia.

Internacionales

Para los aportes internacionales, Rodríguez y Carlotto (2017), desarrollaron el estudio Predictors of Burnout Syndrome in psychologists, en el cual investigan las variables individuales y variables asociadas con características del trabajo que predecir el síndrome de burnout en psicólogos, presentando una muestra de 518 psicólogos, hacen uso de instrumentos como *Maslach Burnout Inventory*, *Inventario COPE*, *Escala de trabajo emocional*, se encontraron riesgos de desarrollar Burnout debido a lo personal y el exceso de trabajo.

De forma similar Ripp, Bellini, Fallar, Bazari, Kats y Korenstein (2015), realizan una investigación en la cual exponen el impacto de las restricciones de las horas de trabajo en el agotamiento del trabajo en los residentes de medicina interna, en una muestra de residentes de medicina interna, se aplicaron instrumentos como Encuestas sociodemográficas, *Maslach Burnout Inventory*, *Escala de Somnolencia de Epworth (ESS)*, para lo cual se evidenció que los residentes

desarrollaron agotamiento y somnolencia debido a la carga de investigación adicional a los casos médicos, de igual forma .

Cortejo y Vans (2019), llevaron a cabo su tesis titulada síndrome de burnout en el personal de enfermería del Policlínico Ernesto Hodgson, en la cual su investigación fue de enfoque cualitativo que tenía como objetivo analizar los factores de riesgo en el desarrollo del síndrome de burnout en el personal de enfermería, para esto tomaron una muestra de 16 profesionales de enfermería aplicándoles entrevista a profundidad y el cuestionario de Maslach Burnout Inventory, en los resultados se pudo evidenciar que la mayoría del personal de enfermería desconoce el concepto de síndrome de burnout pero si manifiestan sintomatología, así se evidencio que 14 de los participantes de los cuales 6 son varones y 8 mujeres presentaron un nivel medio y 2 participantes mujeres un nivel extremo del síndrome de burnout, también se identificó factores de riesgo como largas horas laborales, falta de tiempo para actividades personales, sociales y familiares, para esto se considera importante fortalecer los mecanismos de afrontamiento de cada persona.

Una investigación realizada por Arias, Cahuana, Ceballos y Caycho (2019), en la cual indagaron la prevalencia del síndrome de burnout en cuidadores de pacientes con discapacidad infantil, en la que participaron 45 cuidadores de pacientes con discapacidad, aplicando el inventario *Maslach Burnout Inventory*, encontrando resultados donde estas presentaron altos niveles de agotamiento emocional y baja realización personal

Por otro lado, Reyes y Gonzales (2016), deciden realizan una investigación donde evalúan los efectos de una intervención cognitivo-conductual dirigida a cuidadores formales de ancianos, el diseño fue pretest-postest y dos seguimientos, participaron 15 cuidadores, utilizando instrumentos como *ficha de datos sociodemográficos*, *cuestionario para evaluar el síndrome de quemarse por el trabajo*, *Cuestionario WHOQOL-BRE*, se muestran unos resultados positivos que indican la disminución del síndrome de burnout y el incremento de la calidad de vida en los participantes.

Campos (2015), realizó un estudio con mujeres amas de casa que desempeñan las labores del hogar y al mismo tiempo son encargadas de llevar el cuidado de un familiar con Alzheimer. El objetivo de esta investigación es determinar la prevalencia del síndrome y las diferentes enfermedades y síntomas que puede desatar el tipo de carga que llevan. Para el estudio se necesitaron 193 mujeres que se dividieron en 2 grupos: el primero ser ama de casa y amas de casa

que al mismo tiempo están al cuidado de un familiar con Alzheimer. El enfoque que se utilizó fue cuantitativo con estudio transversal mediante encuesta, se utilizaron los siguientes instrumentos; cuestionarios de datos sociodemográficos y laborales, *inventario de burnout de Maslach*. Dentro de los resultados que se obtuvieron no se evidencia el síndrome de burnout en las participantes, pero las que puntuaron con un porcentaje alto pueden llegar a presentar este síndrome de burnout.

Álvarez y Barrios (2020), realizaron un estudio acerca de los efectos del burnout en madres solteras mexicanas durante la pandemia del COVID-19. Fueron 203 mujeres quienes participaron en la investigación y quienes recurrieron a realizar las actividades del hogar, ya que, muchas de ellas por el tema de confinamiento del covid-19 se quedaron sin trabajo. El enfoque fue cualitativo mediante el análisis fenomenológico interpretativo, se recolectó la información por medio de entrevistas semi estructuradas. Se logró percibir la presencia de síntomas del síndrome del burnout, debido a la presencia de los siguientes síntomas como cansancio mental, apatía e irritabilidad. Las mujeres afirmaron que en el ámbito laboral se sienten desmotivadas y frustradas, pero por el área familiar sentían que fue de gran ayuda para mejorar la relación con sus hijos.

Ferreira y Oliveira (2019), en su investigación *Burnout among teachers in private institutions of higher education*, se encargan de evaluar el síndrome de Burnout en profesores universitarios, los participantes fueron 173 maestros, utilizaron instrumentos *The Burnout Characterization Scale*, Cuestionario sociodemográfico, *The Scale of Perceived Social Support for Work*, en los resultados de esta investigación se evidencian síntomas de burnout en los docentes debido a sobrecarga de trabajo.

Rodríguez, Guevara y Viramontes (2017), realizaron una investigación que se llevó a cabo con docentes de secundaria en México teniendo en cuenta el objetivo de detectar las manifestaciones de la sintomatología de burnout en los docentes, para esta investigación se tuvieron en cuenta 4 categorías: estrés laboral, el docente, el docente el alumno y el contexto educativo. El enfoque fue cualitativo mediante el paradigma fenomenológico en el cual el método fue de caso único. Las técnicas que se utilizaron fueron entrevista, historia de vida y como instrumentos se usó el cuestionario y diario de campo. Teniendo en cuenta los factores, se encontró que el docente tenía manifestaciones del síndrome, ya que, su rendimiento no era el mismo, se sentía desmotivado, se sentía irritado la mayor parte del día y su relación con sus compañeros y alumnos era distante.

Espinoza, Moran y Granados (2021), La investigación que realizaron tenía como principal objetivo mejorar el rendimiento del docente por medio de una estrategia que le facilitará el proceso de enseñanza. En la metodología se utilizó el enfoque cualitativo- descriptivo, basado en el criterio de expertos, por medio de entrevistas y cuestionarios como el MBI se logró recolectar toda la información. En el análisis de los resultados se logró encontrar sintomatología de burnout en docentes por el constante encuentro y relación con estudiantes que genera un alto nivel de desgaste emocional, despersonalización, irritabilidad y mala relación con algunos de ellos.

Bracco, Valdez, Wakeham y Velásquez (2018), el siguiente estudio fue desarrollado con trabajadores penitenciarios. Se realizó una investigación con enfoque cualitativo, ya que, por medio de entrevistas y grupos focales se logró obtener la información que permitió culminar de manera positiva el estudio. El objetivo de dicha investigación era evidenciar las afectaciones del síndrome en las distintas áreas funcionales del individuo. De acuerdo, con los resultados se logró encontrar afectación en sus relaciones interpersonales debido al rol que desempeña en su entorno laboral. Los participantes también afirman tener estrés constante, debido al entorno conflictivo que se maneja.

Baroja y Guedea (2019), realizó una investigación acerca del síndrome del burnout en trabajadores sociales. Con el fin de conocer la situación emocional por la cual están pasando las participantes y corroborar si la ecología emocional era de gran utilidad para prevenir estrés laboral o también llamado síndrome de burnout. El enfoque fue cualitativo y por medio de entrevista semiestructurada se logró recolectar la información. En los resultados se realizó una comparación entre los participantes y así se logró concluir que no existía la presencia del síndrome, pero sí una alta intensidad de estrés que puede llegar a desatar en algún momento el síndrome.

Por otro lado, Moral, González, Landero (2011), en su investigación titulada, estrés percibido, ira y burnout en amas de casa mexicanas que tiene como objetivo establecer la relación entre estrés percibido, expresión de la ira y síndrome de burnout en amas de casa y para realizarla contaron con una población de 266 mujeres mexicanas y utilizaron instrumentos como, Escala PSS14, STAXI-2-AX/EX y CUBAC-21. En los resultados de la investigación encontraron una relación y una muestra de amas de casa que tiene sintomatología del síndrome de burnout.

Por último, Villavicencio, Gallardo Y Villegas (2021) Realizaron un estudio acerca de los factores sociodemográficos que contribuyen al burnout en madres trabajadoras en comparación con hombres. Para esto, participaron 1447 hombres y mujeres, quienes por medio de la Escala de

desgaste ocupacional fueron evaluados, para así medir las interacciones de las variables como tener hijos y pareja, además, por medio de la escala de Annova unidireccional en la cual medir los efectos de la interacción entre tener hijos y el burnout. Para finalizar, en el presente estudio se encontró que las mujeres tienen un promedio más alto en burnout que los hombres. Por otro lado, madres solteras con hijos presentaban menos características relacionadas con el síndrome de burnout, en cambio, las madres con pareja presentaban un efecto negativo relacionado con el burnout.

Metodología

Método

Con respecto a la metodología de la presente investigación, está planteada desde el principio epistemológico de la hermenéutica la cual permite “la comprensión de la realidad social se asume bajo la metáfora de un texto, el cual es susceptible de ser interpretado mediante el empleo de caminos metodológicos con particularidades muy propias que la hacen distinta a otras alternativas de investigación” (Sandoval, 2002, p. 67) así mismo, utilizar “la hermenéutica servirá para comprender los textos a partir del ejercicio interpretativo intencional y contextual” (Cárcamo, 2005, p. 207). Por esto es la idónea para lograr la comprensión e interpretación de las narrativas de las mujeres amas de casa mediante la transcripción de la información otorgada, además planteada desde el paradigma interpretativo que permite darles una interpretación y comprensión a los significados de las narrativas.

De acuerdo con esto la investigación es de tipo cualitativa, ya que es con este tipo de investigación se puede realizar “la recolección y análisis de los datos para así poder afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 7).

Esta metodología desde los postulados epistemológicos y paradigmáticos con el tipo de investigación permite cumplir con el objetivo de la investigación de analizar las narrativas de las mujeres amas de casa con doble rol y comprender el significado de esta población acerca del síndrome de burnout.

Actores

Los actores de este proyecto de investigación son cuatro mujeres amas de casa con doble entre las edades de 25 a 40 años, por cuestiones éticas a los actores de la investigación se le asignaron seudónimos que ellas mismas eligieron. La participante 1 Luna, la participante 2 La docente, la participante 3 C1 y la participante 4 J. Estas participantes se eligieron de acuerdo con características que permitieran poder recolectar la información necesaria para cumplir con los objetivos y así mismo que las participantes tengan la intención de cooperar con los investigadores

Por otro lado, para la elección de las participantes de la investigación no se hizo exclusión a mujeres con familia tipo extensa, monoparental o nuclear.

Se considera importante mencionar que la investigación está centrada en recoger información en mujeres amas de casa con doble rol, debido a que culturalmente es la persona a la que se le asignan estas tareas, por lo cual no es oportuno en el momento dar profundidad a los hombres amos de casa, puesto que podría quitarle relevancia al centro de investigación que en esta ocasión sería las mujeres amas de casa.

Criterios de inclusión

De acuerdo con los criterios de inclusión del proyecto de investigación se dio por conveniencia ya que, se realizó la elección de las mujeres amas de casa que quisieran participar de manera voluntaria en el proyecto y que contará con los siguientes criterios: Que sea mujer ama de casa, que sean de la ciudad de Villavicencio, que se encuentren dentro de los 25 a 40 años, que actualmente se encuentren con un trabajo remunerado desde casa es decir, teletrabajo y por último que tengan hijos en etapa de infancia.

Criterios de exclusión

Como criterios de exclusión para la participación del proyecto aquellas mujeres que no se encuentren en la ciudad de Villavicencio y que no esté entre las edades que se establece, así mismo mujeres que no cuenten con un trabajo remunerado desde casa y que no tengan hijos en etapa de infancia.

Técnica

Las técnicas que se utilizaron para llevar a cabo el desarrollo del proyecto de investigación es la entrevista a profundidad.

Entrevista a profundidad

Esta técnica permite recoger información relevante acerca de creencias, aprendizajes, acontecimientos o eventos con respecto a las experiencias o vivencias de un individuo. Se conoce que esta técnica es flexible e interactiva para así no tener limitaciones y permitir abarcar a profundidad para recolectar la información pertinente (Tylor y Bogdan, 2009, p. 194).

Según Robles (2011), la entrevista a profundidad se basa en el seguimiento de un guión de entrevista, en el cual se plasman todos los temas e información que se desean abordar a lo largo de los encuentros, por eso para realizar entrevista a profundidad se recomienda que con previo a la sesión se prepararon los temas que se discutirán, con el fin de controlar los tiempos, distinguir los temas por importancia y evitar extravíos y dispersiones por parte del entrevistado (p. 41).

Por otro lado, es pertinente mencionar que, para la recolección de información por medio de esta técnica, se realizará de manera presencial a quienes cuenten con la vacuna del COVID-19 y de manera virtual con las participantes que no tengan la vacuna contra el COVID-19, las entrevistas serán grabadas para así facilitar la comprensión de las narrativas de la población, esto se realizará con el debido proceso de autorización por medio del consentimiento informado

Finalmente, el proyecto de investigación presente, por medio de la técnica de entrevista a profundidad, busca recolectar la mayor información posible de las participantes para de acuerdo a esta información poder realizar un análisis de las narrativas, así como lo menciona Blanco (2011), el análisis de narrativas busca centrarse en el contenido del relato haciendo énfasis en la complejidad de los significados que presenta el individuo acerca de las vivencias, ya sea, a nivel social, cultural o personal. Además, conlleva un proceso en el que se deben transcribir los acontecimientos, permitiendo comprender los hechos.

Trayectoria

En este apartado se presenta el paso a paso detallado de las acciones llevadas a cabo para el desarrollo del proyecto investigativo

Primera fase

Inicialmente se hizo la revisión documental en las distintas bases de datos para generar un planteamiento de problema, seguido a la pregunta orientadora de la investigación con los respectivos objetivos y marcos teóricos

Segunda fase

Se realiza la búsqueda de las participantes que cumplan con los criterios de inclusión establecidos en el proyecto de investigación y se realiza una prueba piloto con una participante para evaluar las preguntas y analizar la información recolectada.

Tercera fase

Socialización y presentación del proyecto de investigación a las participantes con el respectivo consentimiento informado y se realiza la entrevista a profundidad para la recolección de información.

Cuarta fase

Transcripción de las narrativas de las participantes por medio de las grabaciones que ya contaban con autorización previa.

Quinta fase

Sistematización y codificación para el análisis de las narrativas de las mujeres amas de casa con doble rol, seguido a esto y contar con la información completa, de manera presencial se hizo la entrega y la socialización de resultados con las participantes.

Consideraciones éticas

Para llevar a cabo la investigación es importante mencionar una serie de consideraciones éticas que se deben tener en cuenta para realizar el proceso de investigación, de acuerdo a esto, la ley 1090 del año 2006, la cual se encuentra en el Código Deontológico, en el cual se establece en el Art. 25 del Cap. 1 del Título VII, respetar la integridad, la participación y dignidad del sujeto. Además, se establece que el sujeto participa de manera voluntaria, en el cual el investigador queda responsable del uso correcto de los datos y la información. Se debe tener en cuenta, el uso del consentimiento informado que garantiza la privacidad acerca de la información que brinda el sujeto para llevar a cabo el proceso de la investigación y esta no puede ser divulgada sin su consentimiento. De acuerdo con lo anterior, el consentimiento se debe aplicar antes de las respectivas técnicas o herramientas que hacen parte de la metodología.

e acuerdo con el ministerio de salud (1993) en la resolución 8430 se estipula en el Art. 4 que la investigación para la salud conlleva una serie de procedimientos para llegar a conocer los procesos biológicos y psicológicos en los seres humanos. Y también, el conocimiento de los vínculos entre las causas de enfermedad, la práctica médica y la estructura social.

Resultados

De acuerdo con lo encontrado en cada entrevista realizada, se presenta una interpretación de las narrativas de las participantes La Docente, Luna, C1 y J.

Se realizó una investigación con enfoque cualitativo, teniendo en cuenta la epistemología hermenéutica y un paradigma interpretativo, en narrativas de mujeres amas de casa con doble rol, que tuvieran hijos en etapa de la infancia, contarán con un trabajo remunerado y que a su vez realizarán labores propias del hogar.

Por medio de la entrevista a profundidad, se recolectó la información pertinente que permitió el desarrollo de la investigación, allí se pudo evidenciar que las mujeres amas de casa, aunque no tenían un concepto claro sobre el síndrome de burnout, cada una de las características o síntomas que mencionaban en el transcurso de la entrevista hacía referencia a su definición, expresiones como cansancio, agotamiento y estrés fueron el común en cada una de las narrativas, así como lo menciona la participante La docente donde ... *“al ver eso como que “ash” ya uno como que quiere es tirar la toalla”...* manifestando que, en algún momento, o inclusive casi que a diario sus sentimientos y emociones se encontraban ligadas al síndrome en cuestión.

Sin lugar a dudas la experiencia de una pandemia, nunca antes vista, hizo que estas mujeres amas de casa tuvieran diferentes cambios en todas las áreas de su vida, su día a día fue cambiando de manera drástica, las actividades que realizaban en su cotidianidad fueron modificadas como lo refiere la participante Luna y por supuesto debieron adaptarse al cambio que trajo consigo esta pandemia, una situación que puso a prueba todas sus capacidades, aptitudes y actitudes ya que no estaban preparadas para afrontar algo que cambiaría radicalmente su estilo de vida; hasta hoy, más de un año después del inicio de esta pandemia los cambios continúan establecidos al interior de muchos hogares, situación que no fue ajena a las mujeres amas de casa entrevistadas, mujeres acostumbradas a desempeñarse de manera profesional, debieron reinventarse y transformar su pensamiento para salir adelante ante esta situación compleja.

En el proceso de las entrevistas, se evidenció como en la participante La docente las ventajas que considera le trajo la pandemia, La docente (2021) *“ya que la virtualidad me da las ventajas de que estoy pendiente de la niña, de que puedo ayudar aquí, pues en la medida que me da el tiempo”*, se analiza que con la pandemia se logró mayor cercanía a sus esposos, hijos y demás familiares; situación que permitió fortalecer los lazos y el vínculo afectivo entre ellos,

desarrollar habilidades como el trabajo en equipo, comprensión y apoyo en momentos de dificultad, descubrir nuevos talentos y habilidades en beneficio común, entre otras, de igual forma, las mujeres amas de casa crearon estrategias de organización y planificación de su cotidianidad con el fin de lograr proactividad en sus deberes y obligaciones, como se evidencio en la participante Luna *“nos ha hecho cambiar las estrategias o cambiar la manera de realizar nuestras labores”*... y en la participante La docente, que menciona que *...“Entonces el día que tenía la clase, pues me preparaba un poco más, madrugaba un poco más y dejaba más organizado”*... a su vez la vivencia de esta pandemia de manera indirecta afecto y modificó por completo sus estilos de vida y la manera en la cual estaban repartidas las responsabilidades, expusieron situaciones de problemas económicos y de dificultad en la convivencia ya que el tiempo juntos se hizo mucho más extenso de lo que era normalmente.

La pandemia una vez más confronta a la mujer frente a la sociedad, haciéndola el eje principal de las familias, por lo que en la narrativa manifestaron que pese a la transformación de la mentalidad en la humanidad, sigue cayendo bajo su responsabilidad la totalidad de los deberes y labores domésticas; teniendo que atender no solo sus propias necesidades como mujer, sino también las de su hogar. Por otro lado como lo menciona la participante J (2021) *“porque yo misma tengo ese pensamiento, de que por ejemplo los hombres, no están hechos para lavar, para cocinar, para planchar y siento que es un problema mío, porque eso no es así, hoy en día uno ve hombres que son chefs, hombres que se desempeñan en un hogar incluso mejor que una mujer”* donde se refleja que los pensamientos que algunas mujeres tienen sobre sus responsabilidades como mujer recaen en la educación que tuvieron en sus hogares.

Sobre llevar el cuidado de los niños, que adicionalmente con la modalidad de clases de manera virtual, acrecienta la carga en las mujeres amas de casa, generó un mayor nivel de estrés ya que se volvió una tarea conjunta el poner atención al docente del otro lado de la pantalla, las tareas o trabajos en “clase” que debían entregarse en un lapso de tiempo determinado y que podía obstaculizar la continuidad de las labores domésticas, el desarrollo de talleres o guías interminables por que se asumía que se tenía más tiempo para su elaboración, adicionalmente realizar la presentación de las mismas mediante plataformas o nubes creadas para este fin, obligando a las amas de casa a tener que involucrarse con el uso de sistemas tecnológicos del que tal vez no tenían gran control o dominio.

Ejercer la función de ama de casa y sumarle el desempeño profesional, conocido como teletrabajo, se convirtió en una situación que trajo cambios físicos y cambios emocionales como lo menciona la participante La docente, *“un poquito más de irritabilidad”* y la participante J, *“físicamente a ver hablando, siento que últimamente he tenido mucha pérdida de cabello, no sé, si eso cuente como físicamente, siento que mi textura ha cambiado, o sea me siento más gordita”*.

También cabe resaltar que el tiempo jugaba un papel importante en la vida de las mujeres amas de casa, para lograr tener las labores domésticas en orden para poder cumplir con las metas o proyecciones propuestas por las empresas, esto era el diario vivir de estas mujeres que se vieron obligadas a cumplir con un doble rol. Si bien el trabajo a veces se convierte en una carga que absorbe la cantidad de tiempo en familia, llevarlo a casa lo fue aún más; en las entrevistas se pudo analizar cómo este doble rol ocasionó diferentes problemas no solo en el área familiar si no también profesional, ya que según lo mencionaban las amas de casa aumentó el estrés y las jornadas que normalmente eran de 8 horas diarias, se volvieron 24/7, transportar documentos y atender llamadas mientras se ejercen oficios del hogar fue su diario vivir.

Las amas de casa reflejaron una situación actual que las llevó al punto máximo de estrés y cansancio no solo físico, sino también mental; aprendieron a desarrollar estrategias que potencializan sus habilidades dentro y fuera del hogar.

Tabla 1. Resultados de la participante luna

CATEGORÍA	NOMBRE	FRASE	INTERPRETACIÓN
Burnout	Luna	<p>...“poco tenso por la misma carga laboral”...</p> <p>...“pudo haber afectado un poco porque el tema de la virtualidad”...</p> <p>... “no lográbamos como ese engranaje las labores y eso hacía que tuviéramos algunas diferencias”...</p> <p>“porque la labor o el compromiso que se tiene y no da mucho tiempo”</p> <p>...“fue un poco complicado, fue estresante porque había que reorganizar y acomodarse”...</p> <p>... “el estrés de de tener que responder en este momento por el trabajo y a la vez tener que estar por lo menos haciendo el almuerzo”...</p> <p>...“el estrés del trabajo, el estrés de los niños”...</p> <p>...“era bastante estresante”...</p>	<p>En cuanto a la participante Luna en la categoría de burnout se evidenció por sus narrativas una interpretación de cansancio, agotamiento y estrés por llevar a cabo el doble rol en tiempos de pandemia.</p> <p>Durante la entrevista se encontraron significados que la participante Luna le da al agotamiento físico y psicológico que con ella cumplir con las tareas del hogar y los deberes del trabajo en esta.</p>

Tabla 1. Continuación

Pandemia	Luna	<p>... “pandemia lo vimos encerrados como todos en familia”...</p> <p>... “pues fue una experiencia un poco complicada y aprender a manejar todos esos temas, aprender a manejar las aplicaciones”...</p> <p>... “nos ha hecho cambiar las estrategias o cambiar la manera de realizar nuestras labores”...</p> <p>...“complicado después de que pasó la pandemia”...</p> <p>“cansancio, mucho agotamiento mental y físico por”</p>	<p>En cuanto a la categoría de pandemia, la interpretación dada a sus narrativas es la difícil adaptabilidad que tuvo la participante Luna a los cambios y la falta de estrategias útiles que le permitieran llevar un adecuado manejo de las adversidades que se presentaron durante la llegada de la pandemia. Sin embargo, se refleja de acuerdo a sus narrativas aún la carga que siente después de la pandemia cumplir con su doble rol.</p>
Ama de casa	Luna	<p>...“la casa y hacer terminar de organizar las cosas, las maletas y todo para el día siguiente”...</p> <p>...“Luego atender a la otra niña para que se vaya para el colegio, organizar el desayuno también hacer el almuerzo y el desayuno de mi esposo”...</p> <p>“La que se hace cargo de las labores soy yo”</p>	<p>La interpretación dada para la categoría de ama de casa, de acuerdo a sus narraciones es la manera en la que actualmente las labores domésticas y la responsabilidad de los hijos son realizadas solo por la mujer del hogar y las consecuencias que esto puede producir en la salud física y mental de las mujeres</p>

Tabla 1. Continuación

Doble rol	Luna	<p>“era organizar a la niña mayor para que fuera al colegio a hacer el desayuno y ayudarla a subir a la ruta. Luego organizarme para ir a trabajar”</p> <p>...“la pandemia fue un poco complejo porque pues había que atender a la familia y también hay que atender el tema laboral”...</p> <p>... “si desempeñó un doble rol tengo que cumplir y atender responsabilidades laborales y tengo que atender también la responsabilidad de la casa”...</p> <p>... “porque está uno atendiendo dos o tres o cuatro cosas a la vez y no sé la ropa de la lavadora, el almuerzo o la tarea de la niña y la otra bebé”...</p>	<p>Para la categoría de doble rol, según las narraciones de la participante, se interpretó que después de la pandemia y llevar a cabo su trabajo laboral desde la virtualidad en casa, no fue un cambio que se llevara con facilidad, por el contrario, el hecho de estar en casa le causó carga, cansancio, estrés y agotamiento por cumplir labores de ama de casa, como los hijos y la familia sumado a los deberes y responsabilidades laborales</p>
-----------	------	---	--

Tabla 2. Resultados de la participante la docente

CATEGORÍA	NOMBRE	FRASE	INTERPRETACIÓN
Burnout	La docente	<p>... “había trabajo bajo presión, mucha discriminación”...</p> <p>... “entonces estoy cansada, no hay el tiempo, no veo como el espacio”...</p> <p>... “hay veces que me da como pereza y me siento cansada y entonces como que no”...</p> <p>... “un poquito más de irritabilidad, un poquito irritable”...</p> <p>... “si, entonces por ese lado si considero que como que hay un desgaste un poquito emocional”...</p> <p>... “al ver eso como que “ash” ya uno como que quiere es tirar la toalla”...</p>	<p>La participante “La docente”, por medio de la interpretación realizada a sus narrativas, se observa el cansancio y agotamiento físico y mental que ha sido llevar el doble rol después de la pandemia.</p> <p>Por otro lado, durante la entrevista se encontraron significados que se interpretaron como agotamiento físico.</p>
Pandemia	La docente	<p>... “Algo difícil, yo creo que compartir más como en pareja”...</p> <p>... “el de, el de salir más, el de hacer ejercicio, eh, qué otras actividades, más que todo de salir de estar uno como en otros contextos”...</p> <p>... “salía un poquito mas ahorita en estos momentos no, entonces si de pronto ir a un centro comercial de pronto de ir de paseo”...</p>	<p>Para la interpretación a la categoría de Pandemia, se encontró los cambios como consecuencia de esto, las actividades interrumpidas y las estrategias utilizadas por las mujeres amas de casa después de la pandemia.</p>

Tabla 2. Continuación

Ama de casa	La docente	<p>... “mucha atención, eh... el hacer el desayuno el almuerzo”...</p> <p>... “el espacio como para poder hacer el oficio”...</p> <p>...“de pronto cuando era presencial, en la virtualidad pues obviamente que es un poquito más difícil porque acarrea más oficio tiene uno más trabajo”....</p> <p>...“Así mismo en ese espacio pues ponerme a organizar el tema de la casa, y con la niña pues dejándole también el desayuno”...</p> <p>...“entonces eh.. levantarme un poquito más temprano”...</p> <p>...“y en oficio si me encargo yo”...</p>	<p>En cuanto a la categoría de ama de casa, de acuerdo a la interpretación de sus narrativas se analizó, de qué manera llevan las tareas domésticas y como se sienten realizándolas, donde se observó que la participante utilizo estrategias que le permitieron llevar una manera no tan agotadora las labores domésticas.</p>
Doble rol	La docente	<p>...“tengo como mi espacio para poder hacer mi trabajo”...</p> <p>...“porque vive uno es en función de hacer su trabajo de cumplir como con ese rol de mamá”...</p> <p>...“una ventaja, ha sido una ayuda porque, estoy en la casa y estoy al pendiente de lo que pasa aquí a mi alrededor”...</p>	<p>Para la interpretación de doble rol, se observó que, por el contrario, a otras participantes, La docente encontró una satisfacción en parte por poder realizar su trabajo desde casa con las labores domésticas, así mismo que encuentra una ventaja en esto para poder estar al</p>

Tabla 2. Continuación

Doble rol	La docente	...“ya que la virtualidad me da las ventajas de que estoy pendiente de la niña, de que puedo ayudar aquí, pues en la medida que me da el tiempo”...	pendiente de sus hijos
-----------	------------	---	------------------------

Tabla 3. Resultados de la practicante c1

CATEGORÍA	NOMBRE	FRASE	INTERPRETACIÓN
Burnout	C1	<p>... “nos teníamos que aguantar”...</p> <p>... “Es agotador. Es eh, O sea, uno se siente intranquilo”</p> <p>...“como que no poder salir es como un poco frustrante”...</p> <p>... “tratando de cumplir con todo”...</p> <p>... “se hizo el esfuerzo ya que nos teníamos que aguantar”...</p> <p>... “Pues regular, ya que eh, es como una carga”...</p> <p>.. “que uno se cansa haciendo una cosa”</p> <p>... “Eh Es muy agotador física y emocionalmente”...</p>	<p>La interpretación dada a la participante C1 acerca de sus narrativas en la categoría de burnout es como hace referencia a el agotamiento, cansancio y estrés al cumplir con las labores domésticas y las responsabilidades de su trabajo.</p>

Tabla 3. Continuación

Pandemia	C1	<p>...“la pandemia para todos no fue fácil”...</p> <p>... “No estábamos acostumbrados pues a vivir, si, todo el 24 horas al día todos en la casa”...</p> <p>...“no poder concentrarse porque estaban todos en la casa”...</p> <p>... “cambiar de la rutina a estar todo el día en la casa”...</p> <p>... “pero no, eh uno gasta más en la casa y no tener o no teniendo que ir hasta la oficina”...</p> <p>... “en la pandemia pues como le decía uno, no estaba preparado para esas cosas. Y tener como un cambio brusco”...</p> <p>... “Pues en tiempos de pandemia sí se afectó”...</p>	<p>En la categoría de pandemia las narraciones reflejaron que no contaba con estrategias de afrontamiento para los cambios que trajo la pandemia, involucrando así lo difícil que fue llevar la economía en el hogar debido al traslado del trabajo a su casa.</p>
Ama de casa	C1	<p>... “los quehaceres de la casa a cosas del niño, ayudar a las tareas, a estar pendiente de su baño, de los del aseo, de la casa”...</p> <p>... “cumplir con los quehaceres de la casa, que el aseo que el almuerzo”...</p>	<p>En cuanto amas de casa, se identifica que sigue siendo la mujer a la que se le otorga la totalidad de los deberes domésticos y las responsabilidades de los hijos sin ayuda de los demás familiares causando en esto una doble carga para la mujer ama de casa que cumple con deberes laborales.</p>

Tabla 3. Continuación

Doble	C1	<p>... “Pues salía desde muy temprano a estudiar, luego a laborar”...</p> <p>... “Luego nuevamente nos sentamos a a seguir trabajando, después el almuerzo, el aseo de la casa”...</p> <p>... “no complementamos ni las tareas del hogar, ni las tareas del trabajo”...</p> <p>... “Pues estar pendiente de de cosas como la profesora exigiéndole cosas al niño, mientras que uno está como muy ocupado”...</p> <p>... “Entonces uno tratando de mantener el trabajo y también estando pendiente de la casa”</p> <p>...“Con las cosas de la casa, con las cosas de la casa ha sido lo más difícil”...</p> <p>...“Estar pendiente del bebé, pues de lo que tenga del niño, si tiene tarea del niño”...</p>	<p>En doble rol, la participante expone que el cambio de llevar su trabajo en casa no fue una ventaja, trajo aún más cansancio el estar en la casa con su trabajo y con las labores del hogar.</p>
-------	----	--	--

Tabla 4. Resultados la participante j

CATEGORÍA	NOMBRE	FRASE	INTERPRETACIÓN
Burnout	J	<p>...“más estrés, mas estrés, porque hay menos espacio para uno concentrarse”...</p> <p>...“de pronto por el mismo nivel de estrés y el estado de ánimo mío, los niños deciden colaborar”...</p> <p>...“la verdad tengo que hacer mucho trabajo mental y emocional”...</p> <p>...“yo siento que es una carga, un trabajo duro, no es que nadie en el mundo estaba preparado para eso”...</p>	De acuerdo con el análisis a las narrativas de la participante, se logra evidenciar el agotamiento por los cambios que trajo la pandemia, el estrés de tener que llevar su trabajo a casa y poder cumplir con el doble rol.
Pandemia	J	<p>...“el caos, o sea tener que hacer todo al tiempo y ya no estoy sola, mi esposo no va al trabajo, mis hijos no van al colegio sino hacer todo al tiempo y llena de gente en la casa”...</p> <p>...“antes no se les escuchaba, eh sentir que de pronto dependen un poco más de mí, aunque se sienta como una carga en el fondo pues de alguna manera es placentero, saber que me necesitan”...</p> <p>...“se me dificulta encontrar ese espacio, es más a veces siento que me he habituado demasiado a estar en casa”...</p>	Con respecto a la pandemia, trajo consigo una serie de cambios que han producido en la participante el estrés de tener a todos en la casa cuando no estaba acostumbrada a esto, sumado a la falta de tiempo para ella misma, el poder salir y compartir con su círculo social y como esto repercute en que dado el momento que se le presenta para salir ya no lo aprovecha o simplemente prefiere quedarse en casa por el temor de la pandemia, sin embargo manifiesta que estar todos en casa genero cambios en las relaciones familiares.

Tabla 4. Continuación

Ama de casa	J	<p>...“esta siempre el esposo requiriendo algo, esta al tiempo el vecino que paso a saludar, esta al tiempo que la estufa esta prendida que la lavadora se apagó etc”...</p> <p>...“para lavar, para cocinar, para planchar, todo soy yo”...</p>	<p>Con respecto a las narrativas, se evidencio que, las labores de amas de casa recaen 100% en la participante, culturalmente considera que las mujeres son las que ejercen estas labores y por esto mismo no le gusta pedir ayuda de otros miembros de la familia, sin embargo, a raíz de la sobre carga de la pandemia a generado cambios en los pensamientos para poder recibir ayuda de los demás.</p>
Doble rol	J	<p>...“empezando que ya no se siente como un ambiente laboral 100%, se siente que uno hizo un espacio laboral dentro de su casa”...</p> <p>...“yo no puedo trabajar digamos 3, 4 horas seguidas sin interrupción porque hay factores externos que no lo permiten”...</p> <p>...“tocaba hacer muchas cosas en casa y cumplir con el trabajo sin poder separarlas”...</p>	<p>Para el doble rol se comprende por medio de las narrativas que, se encontró una dificultad en tener que llevar el trabajo a casa, donde manifiesta que tiene muchas interrupciones y no trabaja de la misma manera en la que la hacía antes de pandemia.</p>

Tabla 5. Tabla de subcategorías

CATEGORÍAS	SUBCATEGORÍAS
Burnout	Agotamiento emocional
Doble rol	Autoestima
Pandemia	Teletrabajo Familia

Categorías

Burnout

Según Saborío e Hidalgo (2015) El Síndrome de burnout conlleva una serie de síntomas como agotamiento, fatiga, baja autoestima, frustración y dolores de cabeza. Este síndrome llega a afectar la calidad de vida del individuo dando un alto nivel de riesgo de suicidio en algunos casos graves. Aunque ni el DSM-V y el CIE-10 no reconozcan este síndrome, sin lugar a duda, este conlleva una serie de tratamientos y estrategias preventivas para así obtener resultados que le permitan al individuo continuar su estilo de vida.

Doble Rol

Según Tereso Y Cota (2017) Doble rol o también denominado doble presencia de la mujer consiste en la incorporación de actividades del hogar y también si ella cuenta con un trabajo remunerado. Esto se ha enmarcado debido a las posturas sociales y culturales que se han tenido durante décadas. La mujer con doble rol, es quien está encargada del cuidado de los integrantes de la familia y a la vez, cuenta y responde por su trabajo remunerado. (p.1)

Pandemia

Según Henao (2009) Pandemia se denomina como una enfermedad del pueblo entero debido a que es la propagación de un virus o una enfermedad que puede llegar a afectar a la población a nivel mundial sin acceder a los recursos necesarios para evitar o eliminar el nuevo virus. (p.57)

Familia

Según el ICBF (2013) Se entiende como familia el primer espacio básico de la sociedad donde se desarrollan los valores, objetivos de la vida y la formación de la identidad personal. También se le denomina unidad ecosistémica debido a los lazos y vínculos con las demás esferas del individuo como en lo político, cultural, económico y social. En esta unidad surgen ciclos

evolutivos en el individuo debido a los constantes cambios que se generan, ciclos de incertidumbre en donde el sujeto se adapta y se llega a formar de manera independiente. (p. 5)

Teletrabajo

Durante la pandemia por el COVID -19 el mundo se vio obligado a laboral desde casa. Según Organización Internacional del Trabajo (2020) esto ha sido denominado como teletrabajo y se define como el uso de elementos electrónicos que se utilizan para trabajar fuera de las instalaciones del trabajo. Además, contiene una serie de acuerdos entre el trabajador y el empleador como las horas o el calendario respectivo, elemento de comunicación que se utilizará, las tareas que se deberán realizar etc. (p. 1)

Agotamiento emocional

Según Abreu (2011) El agotamiento emocional se denomina como una serie de síntomas y signos físicos, emocionales y conductuales. Se suele presentar en profesionales de la salud, los cuales se ven involucrados con un alto nivel de estrés y un alto nivel de carga laboral. Se destaca como una de las enfermedades más padecidas en el área laboral (p. 371).

Autoestima

Pérez (2019) Autoestima hace referencia a los pensamientos, percepciones y sentimientos negativos o positivos que un individuo tiene de sí mismo. Es el saber sentirse apto para enfrentar los desafíos y cambios que se generan a lo largo de la vida y así para satisfacer necesidades propias. Se debe tener en cuenta dos aspectos que complementa el concepto de autoestima, el sentido de eficacia personal que se relaciona con la confianza en el funcionamiento cognitivo y comprender los hechos de la realidad. Por otro lado, el sentido de mérito personal que es en relación con las seguridades personales. (p. 23)

Discusión

Con respecto al siguiente apartado, se busca realizar una discusión frente a los referentes teóricos, desde el enfoque sistémico, debido a que como lo menciona Espinal, Gimeno y Gonzales (2006), es un enfoque que considera a la familia un sistema en la cual “los miembros permanecen en contacto entre sí a partir de una serie continua de intercambios que suponen una mutua influencia y no una mera causalidad lineal, sino bidireccional o circular, que tiende a mantenerse estable” (p. 5).

Es importante y de gran aporte direccionar la investigación desde este enfoque ya que al momento de realizar las entrevistas a las mujeres amas de casa, uno de los criterios de inclusión era el contar con niños en etapa de infancia y la tipología familiar podía ser de familia extensa, familia nuclear o familia reconstruida debido a que era de gran relevancia analizar el contacto de la familia y si los lazos familiares llegaron a verse afectados como consecuencia de la pandemia. Así mismo, realizar las entrevistas a las mujeres amas de casa permitió comprender por medio de sus narrativas como se modificó ese sistema familiar y que estrategias utilizaron para mejorar los lazos, en las participantes se evidenció que, aunque estuvieran presentes en sus hogares trabajando y desempeñando las labores domésticas, no le brindaban el tiempo necesario a su familia.

Por otro lado, realizar la investigación desde la epistemología hermenéutica permitió realizar un análisis y una comprensión de las narrativas de las mujeres amas de casa desde la lectura de las entrevistas realizadas, ya que “la hermenéutica permite descubrir los significados de las cosas, interpretar las palabras, los escritos, los textos y los gestos, conservando la singularidad en el contexto del que forma parte” (Martínez, citado por De Canto, 2012, p. 195), así, se analizó los significados que las mujeres amas de casa con doble rol le daban al agotamiento que estaban presentando con cumplir con ambas labores desde casa como lo refiere la participante la docente “*ganas de tirar la toalla*”.

Desde las distintas investigaciones presentadas en los antecedentes de la investigación se observó la mayoría de investigaciones que se realizan acerca del síndrome de burnout en el personal de la salud y en docentes, en los cuales debido a la carga laboral que ejercen los profesionales los índices de presentar el síndrome de burnout son altos, sin embargo pocos estudios se encontraron en la base con respecto a las cuidadoras, mujeres amas de casa con doble o mujeres amas de casa sin remuneración, teniendo en cuenta que las labores domésticas son también de

carga para la salud de la persona y se puede llegar a presentar algún tipo de síntoma relacionado al síndrome de burnout. Ahora, se encontró investigadores como Gavidia, 2017 que realizaron su investigación con el objetivo de examinar el estrés en mujeres que realizaban sus labores domésticas y sus responsabilidades laborales en la cual sus resultados evidenciaron que se percibía alto nivel de estrés y cambios tanto a nivel fisiológico como emocionales, del mismo modo la presente investigación por medio de las entrevistas, del análisis de sus narrativas y posterior de la interpretación, percibió en las participantes significados a nivel emocional de cansancio, agotamiento y estrés, síntomas que están relacionados con el síndrome de burnout, así mismo las estrategias que tuvieron que emplear para llevar a cabo el doble rol y las relaciones familiares.

Como conclusión se da respuesta a la pregunta problema de la investigación ¿Cuáles son las narrativas de las mujeres amas de casa con doble rol, acerca del síndrome de burnout que cuentan con teletrabajo a causa de la pandemia provocada por COVID-19 (SARS-CoV-2)?, debido a que por medio del ejercicio práctico se logra conocer interpretar, analizar y comprender las narrativas de las mujeres amas de casa con doble rol, ver la realidad desde el punto de vista de ellas, desde sus experiencias y conocer a fondo qué implicaciones tiene a nivel emocional, psicológico y físico cumplir con este doble rol, lograr hacer un reconocimiento a esas mujeres que son las responsables de día a día ejercer la labor de madre y esposa y así entender la realidad en la que están inmersa actualmente con los cambios que trajo el vivir una pandemia que ninguna se esperaba y la recibió con dificultad pero utilizando de algún modo estrategias o métodos que les permitieran sobrellevar esto. Así mismo por medio de estas narrativas se evidencio que culturalmente en la actualidad se sigue destinando todas las labores domésticas a las mujeres.

Conclusiones

En cada una de las narrativas realizadas se logró evidenciar que las amas de casa, aunque no conocían sobre el síndrome de burnout, dieron un concepto muy cercano a su definición técnica. Cada una desde su perspectiva y de acuerdo con la entrevista pudo asociar y relacionar lo que posiblemente sería este síndrome, siendo sus respuestas acertadas. Una vez finalizó la entrevista cada ama de casa pudo obtener un concepto claro sobre el síndrome de burnout y todo lo que conlleva.

Se pudo observar como la labor de una ama de casa ha sido poco reconocida desde la antigüedad, aún en la época actual se continúan viendo casos en los que el trabajo que desempeña una mujer desde su hogar no tiene gran valor y reconocimiento; pese a la transformación de la mentalidad humana, donde la mujer ocupa un papel importante en la sociedad, siendo empoderada para lograr sobresalir desde cualquier área, el desempeño que pueda tener al interior de su familia sigue teniendo un valor irrelevante. En cada narrativa se pudo constatar que cada ama de casa, su labor juega quizá el papel más importante dentro de la sociedad, ya que desde allí se construyen y edifican las familias, siendo estas el pilar de nuestra humanidad.

Cada ama de casa entrevistada utilizó diferentes técnicas para poder cumplir con el doble rol, creando estrategias como el manejo del tiempo, organización en sus labores de manera nocturna, asignación de tareas y responsabilidades a los demás integrantes de la familia, entre otras; allí se pudo observar la facilidad de adaptación en algunas mujeres al cambio de la situación en su hogar y en el trabajo.

Aportaciones y Limitaciones

Aportes

La presente investigación se desarrolló con respecto a las narrativas de las mujeres amas de casa con doble rol acerca del síndrome de burnout, siendo un tema de gran importancia y que busca a nivel regional, el reconocimiento y la visibilidad del papel que tienen las mujeres amas de casa que cuentan con teletrabajos y además hijos en etapa de infancia, ya que son las encargadas de brindar bienestar físico y emocional a los miembros de la familia. Por otro lado, este tema cuenta con poco reconocimiento a nivel social y cultural debido a los estigmas y prejuicios que se tienen en la sociedad con relación al rol que tienen las mujeres amas de casa. Poder realizar esta investigación permitió brindar un espacio a las mujeres amas de casa en el cual se podían expresar libremente y sin juzgarlas. En cuanto al aporte a la psicología, es un tema poco estudiado, en el cual, se permitió un escenario reflexivo para dialogar acerca de las experiencias emocionales que han sido significativas y difíciles de expresar de acuerdo con la situación que presenta cada una de ellas.

Limitaciones

Una de las limitaciones fue el tiempo con el que contaba cada una de ellas para poder realizar la entrevista, dado que, eran a altas horas de la noche y mientras se realizaba la entrevista realizaban algunos quehaceres.

También poder contar un espacio adecuado para realizar las entrevistas, ya que se presentaron varias interrupciones debido a los menores de la casa o por llamadas telefónicas. Por otro lado, se evidenciaba el nivel de cansancio físico con el que realizaban la entrevista después de su jornada.

Otra limitación fue la grabación de la voz de algunas participantes, porque en algunas ocasiones la entrevista se realizaba con la presencia de los hijos, los cuales dificultaban el diálogo.

Referencias:

- Abreu-Dávila, F., J. (2011). Síndrome de agotamiento emocional en profesionales de la unidad de cuidados intensivos. *Multiciencias*. Vol.(11), núm. 4. Pp. 370-377. [Universidad del Zulia] <https://www.redalyc.org/pdf/904/90421972006.pdf>
- Acosta -Marín, A. (2018). *Teletrabajo y percepción de la productividad: Un análisis de la productividad laboral desde el punto de vista de los diversos actores del teletrabajo en una entidad del sector público en Antioquia-Colombia* [Tesis de pregrado- Universidad Antioquia] [Teletrabajo y Percepción de la productividad \(udea.edu.co\)](https://www.udea.edu.co/tesis/teletrabajo-y-percepcion-de-la-productividad) .
- Aguas Cárdenas, L. (2017). *Riesgos psicosociales, estrés y síndrome de burnout en los cuidadores de los hogares de restablecimiento de derechos de la asociación nuevo futuro Colombia*. [Tesis de pregrado- Universidad Santo Tomás, Colombia.] <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/3130/Aguaslorena2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y> .
- Álvarez- Rebolledo, A., M. Y Barrios-González, E., E. (2020). Efectos del Burnout en madres solteras mexicanas durante la contingencia del COVID-19. *Psicologías*, 4, 28-50 https://www.researchgate.net/profile/Alondra-Alvarez-Rebolledo/publication/346613387_Efectos_del_burnout_en_madres_solteras_mexicanas_durante_la_contingencia_del_COVID-19/links/5fc98f41a6fdcc697bdb7fa9/Efectos-del-burnout-en-madres-solteras-mexicanas-durante-la-contingencia-del-COVID-19.pdf.
- Arias, W., Cahuana, M., Ceballos, K., & Caycho, T. (2019). Síndrome de Burnout en Cuidadores de Pacientes con Discapacidad Infantil. *Interacciones*, 5(1), 7-16. _ [560558987001.pdf \(redalyc.org\)](https://www.redalyc.org/pdf/560558987001.pdf)
- Arráez, M., Calles., J., Y Moreno de Tovar., L. (2006). La Hermenéutica: una actividad interpretativa. *Revista Universitaria de Investigación*, Vol. (7), núm. 2, pp. 171-18. [Universidad pedagógica Experimental Libertador] <https://www.redalyc.org/pdf/410/41070212.pdf>.
- Barillas- Milian, F., P. (2018). *Presencia de Síndrome de Burnout en mujeres amas de casa, que asisten a la Escuela Gian Carlos Noris, San Pedro Yepocapa Chimaltenango durante 2018* [Doctoral dissertation,-Universidad de San Carlos de Guatemala] [13 T \(3259\).pdf \(usac.edu.gt\)](https://www.usac.edu.gt/tesis/13_T_(3259).pdf) .

- Carrillo, F., Fajardo, H. Y Casas, M. (2020). *Condiciones y efectos para la salud en el trabajo de ama de casa*. [Tesis de postgrado- Corporación Universitaria Minuto de Dios, Colombia] https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/11714/TE.RLA_ChonaFernando-FajardoHelena-CasasMaria_2020.pdf?sequence=5&isAllowed=y.
- Carrillo, R., Gómez, K., Y Espinoza de los Monteros., I. (2012). Síndrome de burnout en la práctica médica. *Med Int Mex*, 28 (6), 578-584. <https://www.medigraphic.com/pdfs/medintmex/mim-2012/mim126j.pdf>
- Congreso de la República de Colombia. (2006). Ley 1090 de septiembre de 2006 por la cual se reglamenta el ejercicio profesional psicológico, se dicta el código deontológico y bioético. Bogotá. D.C. Congreso de la República de Colombia. <https://www.funlam.edu.co/uploads/facultadpsicologia/604095.pdf>
- Congreso de la República de Colombia. (2013). Ley 1616 de enero de 2013 por medio de la cual se expide la ley de salud y se dictan otras disposiciones. Bogotá. D.C. Congreso de la República de Colombia. <https://www.asivamosensalud.org/politicas-publicas/normatividad-leyes/salud-publica/ley-1616-de-2013-salud-mental>
- Congreso de la República de Colombia. (2020). *Ley 352 de septiembre de 2020 por la cual se regula el trabajo en casa y se dictan otras disposiciones*. Bogotá. D.C. <http://leyes.senado.gov.co/proyectos/index.php/textos-radicados-senado/p-ley-2020-2021/2122-proyecto-de-ley-352-de-2020>
- Cornejo, J., Y Giorlinda., W. (2019) *Síndrome de Burnout en el personal de enfermería del Policlínico Ernesto Hodgson Wright*. [Tesis pregrado], Universidad de las Regiones Autónomas de la Costa Caribe Nicaragüense (URACCAN). <http://repositorio.uraccan.edu.ni/1057/>
- DANE. (2020) Participación de las mujeres colombianas en el Mercado Laboral. *Comisión Legal para la equidad de la mujer, abril 2020*. <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/genero/informes/Informe-participacion-mujer-mercado-laboral.pdf>
- De Canto, E. (2012). Investigación y métodos cualitativos: Un abordaje teórico desde un nuevo paradigma. *En Revista ciencias de la educación*. Segunda etapa, 22(40), pp. 181-199.
- De la Fuente., I. Y Sánchez., E. (2012). Trabajo social, síndrome de estar quemado por el trabajo y malestar psíquico: un estudio empírico en una muestra de trabajadores sociales de la

- Comunidad de Madrid. *Portularia*, 12, 121-130. Universidad de Huelva.
<https://www.redalyc.org/pdf/1610/161024437013.pdf>
- Duque, H., Y Díaz-Granados, E. (2019). Análisis fenomenológico interpretativo. *Pensando Psicología*, [Tesis de grado- Universidad Cooperativa de Colombia, Bogotá] 15(25), 1-24.
<https://revistas.ucc.edu.co/index.php/pe/article/download/2956/2771/> .
- Escalera-Izquierdo, M., E. Y Herranz, J. S. (2000). Trabajo y salud en la mujer: análisis comparativo de mujeres con trabajo remunerado y amas de casa. *Clínica y salud*, 11(2), 195-229 [Tesis de grado-Colegio Oficial de psicólogos de Madrid] [Redalyc. Trabajo y salud en la mujer: análisis comparativo de mujeres con trabajo remunerado y amas de casa.](https://www.redalyc.org/pdf/1610/161024437013.pdf)
- Espinosa, J., Morán, F. Y Granados, J. (2021). El Síndrome Burnout y su efecto en el desempeño docente en tiempo de pandemia. *Polo del Conocimiento*, 6(3), 670-679 [Dialnet-El Síndrome Burnout y su efecto en el desempeño docente en tiempo de pandemia \(2\).pdf](https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7926895).
- Fernández-Esquinas, M. (2020). Sociología y ciencias sociales en tiempos de crisis de pandemia. *Revista de sociología de la educación*. Vol.13 n. 2. [Universidade Federal de Uberlândia-Brasil] <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7384616.pdf>
- Ferreira-Silva, M., S. & Oliveira, F., A. (2019). Burnout among teachers in private institutions of higher education. *Psicología escolar e Educacional*, 23, 1-10.
http://www.scielo.br/pee/v23/en_2175-3539-pee-23-e187785.pdf
- Franco, J. y Llorens, S. (2008). *Síndrome de estar quemado por el trabajo: Derecho y Psicología*.
<https://core.ac.uk/download/pdf/61388722.pdf>
- Garay- López, J., C. (2005). *Niveles de depresión, autoestima y estrés en mujeres que tienen un trabajo remunerado y mujeres que tienen un trabajo no remunerado (amas de casa)*. [Tesis Doctoral, Universidad Iberoamericana] [Niveles de depresión, autoestima y estrés en mujeres que tienen un trabajo remunerado y mujeres que tienen un trabajo no remunerado \(amas de casa\). Tesis Completa \(uia.mx\)](https://www.uia.mx/tesis-completa)
- García, V., De Alva, K., Y Lopez, T. (2016) *Síndrome de Burnout en personal civil de la séptima brigada de Villavicencio*. [Trabajo de pregrado- Universidad Cooperativa de Colombia] https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/12292/1/2016_sindrome_burnout_personal.pdf

- Gavidia-pacheco., A., M. (2019). Estrés laboral o doble presencia en mujeres: abordaje desde la salud ocupacional. *Libros Universidad Nacional Abierta ya Distancia*, 261-286. <https://hemeroteca.unad.edu.co/index.php/book/article/view/3324/3313>
- Gil-Monte.,P., R. (2013) Burnout syndrome:¿síndrome de quemarse por el trabajo, desgaste profesional, estrés laboral o enfermedad de Tomás?. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones* (Vol 19) 181-197) <https://www.redalyc.org/pdf/2313/231318052004.pdf> .
- González, J. (2005) *Teoría narrativa de la psicología social en el modo de ser literario*. [Tesis doctoral] Universitat Autònoma de Barcelona. España. [Teoría narrativa de la psicología social en el modo de ser literario \(tdx.cat\)](http://www.tdx.cat/handle/10835/34441)
- Gutiérrez., O., Loba, N., & Torres, J. (2017). Prevalencia del síndrome de burnout en profesionales de enfermería de la Orinoquia colombiana, 2016. *Universidad y salud*. 20 (1):37-43 [0124-7107-reus-20-01-00037.pdf \(scielo.org.co\)](http://www.scielo.org.co/pdf/0124-7107-reus-20-01-00037.pdf)
- Henao, K. (2009). *El concepto de pandemia: debate e implicaciones a propósito de la pandemia de influenza 2009*. [Tesis Doctoral] Rev. Gerenc. Polit. Salud, Bogotá (Colombia), 9 (19): 53-68, <http://www.scielo.org.co/pdf/rgps/v9n19/v9n19a05.pdf>
- Hernández, R., Fernandez., C. Y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*, Interamericana Editores, S.A México DF, México:<http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf> .
- Instituto colombiano de bienestar familiar. (2013). La familia: el entorno protector de nuestros niños, niñas y adolescentes colombianos. <https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/publicacion-47-a.pdf>
- Instituto de las mujeres. (2009). Población económicamente inactiva según condición de actividad por grupos de edad y sexo 2004. Sistema Estatal de Indicadores de Género [SEIG]. Consultado el 21 de enero, 2009 en <http://estadistica.inmujeres.gob.mx/>.
- Kushnir, T. & Melamed, S. (2006). Domestic stress and well-being of employed women: Interplay between demands and decision control at home. *Sex Roles*, 54, 687-694 <https://link.springer.com/article/10.1007/s11199-006-9040-0>
- Maslach, C. (2009) Comprendiendo el Burnout. *Ciencia y Trabajo*. (Vol 32) 37-43. [c_t32-with-cover-page-v2.pdf \(dlwqtxts1xzle7.cloudfront.net\)](http://www.cyt.org.mx/cover-page-v2.pdf)

- Reyes, K., Y González., A. (2016). Efectos de una intervención cognitivo-conductual para disminuir el burnout en cuidadores de ancianos institucionalizados. *Escritos de Psicología*, 9, Vol (1), 15-23. [Universidad Nacional Autónoma de Mexico] <http://scielo.isciii.es/pdf/ep/v9n1/informe2.pdf>.
- Ripp, J., Bellini, L., Fallar, R., Bazari, H., Kats, J., & Korenstein, D. (2015). The Impact of Duty Hours Restrictions on Job Burnout in Internal Medicine Residents, *Academic Medicine*, 90 (4), 494-499. 10.1097/ACM.0000000000000641
- Robles, B.(2011). La entrevista a profundidad: Una técnica útil dentro el campo antropofísico. *Cuicuilco*.Vol(18). 38-39. [La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropofísico \(redalyc.org\)](http://redalyc.org/antropofisico)
- Robres.,F., Y Téllez., P.(2020). *Relación entre la resiliencia y el síndrome de burnout en docentes de primaria y secundaria de instituciones educativas públicas de Villavicencio y Acacias-Meta* [Tesis de pregrado-Universidad Santo Tomas] <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/28341/2020jennyrobles?sequence=1>
- Rocoy, C. (2006). Contribución sobre los paradigmas de investigación. *Revista do centro de educacao*. vol.31., pp. 11-22. [Universidad Federal de Santa Maria]. <https://www.redalyc.org/pdf/1171/117117257002.pdf>
- Rodriguez, S., & Carlotto, M. (2017). Predictors of Burnout Syndrome in psychologists. *Estudios de Psicología (Campinas)*, Vol, 5(1) ,141-150. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=395354221014>
- Rodríguez. y Rivas,S. (2011). Los procesos de estrés laboral y desgaste profesional (burnout): diferencia, actualización y líneas de intervención. *Medicina y Seguridad en el trabajo*. [Universidad Autónoma de Madrid, España] [https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v57s1/actualizacion4.pdf](http://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v57s1/actualizacion4.pdf)
- Rodríguez., A. Y Guevara., A Y Viramontes, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, Vol. 8(14), 45-67. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-85502017000100045
- Rojas, Y., Y Urbano., K. (2015). *El trabajo no remunerado en la familia*. [Tesis de postgrado]. Universidad la Gran Colombia, Colombia.

https://repository.ugc.edu.co/bitstream/handle/11396/4115/Trabajo_no_remunerado_familia.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Ruiz, E. (2019). Relación entre empatía y burnout en profesionales de la salud de Córdoba-Colombia. *XI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVI Jornadas de Investigación. XV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. I Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. I Encuentro de Musicoterapia*. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires
- Sandoval, C. (2002). *Investigación cualitativa*. ARFO. (23-127). [modulo4 \(inkuba.com\)](#)
- Saborio, L. Y Hidalgo, L. (2015). Síndrome de burnout. *Scielo*. Vol (30).
- Tapiero., M., Rendon., M., Rodríguez., J., Y Martínez., M. (2020). *Síndrome de Burnout en médicos-docentes e implicaciones en el quehacer pedagógico en un Hospital Oncológico en Bogotá*, 2020.[Tesis de posgrado] Universidad el Bosque.
- Taylor, S. J., & Bogdan, R. (2008). La entrevista en profundidad. *Métodos cuantitativos aplicados*, 2, 194-216. [LECTURA DE EVERTSON-with-cover-page-v2.pdf \(d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net\)](#)
- Tereso., L. Y Cota, B. (2017). La doble presencia de las mujeres: Conexiones entre trabajo no remunerado, construcción de afectos-cuidados y trabajo remunerado.
- Vargas, A., Palacios, P. (2014). *Educación para la salud*. México: grupo editorial patria. [Educación para la Salud - Armando Vargas Dominguez, Verónica Patricia Palacios Álvarez - Google Libros](#)
- Vega., A., Y Sanchez., E. (2017). *Síndrome de burnout y su incidencia en docentes del programa de psicología uniminuto sede los llanos*. [Trabajo de pregrado- Corporación universitaria uniminuto de Dios] https://repository.uniminuto.edu/jspui/bitstream/10656/7060/1/TP_VegaAnaMariela_2017.pdf

Vega-Montiel., A. (2007). Por la visibilidad de las amas de casa. Rompiendo la invisibilidad del trabajo doméstico. *Política y cultura*. Vol (28), 181-200. [Microsoft Word - 07 - Por la visibilidad de las amas de casa....doc \(scielo.org.mx\)](#)

Villavicencio., E., Gallardo., C., Y Villegas., J. (2021). Factores sociodemográficos que contribuyen al burnout en madres trabajadoras en comparación con hombres. *Biannual Publication, Journal of Basic and Applied Psychology Research*. [file:///C:/Users/marce/Downloads/6216-Manuscript-36227-1-10-20201216.pdf](#)