



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley N.º 4263
Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución N.º 10/2010

NIVELES DE BURNOUT EN FUNCIONARIOS DE UNA COOPERATIVA EN SAN LORENZO EN EL PRIMER SEMESTRE DEL 2025

Arce, Alexis Daniel
Facultad de Ciencias Humanas y Sociales. Universidad del Sol. Asunción. Paraguay
takamemooo@gmail.com

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo general, analizar los niveles de síndrome de burnout en los funcionarios de una cooperativa de la ciudad de San Lorenzo durante el primer semestre del 2025. Se adoptó un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo y transversal, utilizando el Inventario de Burnout de Maslach (MBI) como instrumento de medición. La muestra estuvo conformada por 20 funcionarios, quienes fueron evaluados en las tres dimensiones del burnout: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. Los resultados indican que la mayoría de los participantes presentaron niveles bajos en estas dimensiones, lo que sugiere una baja prevalencia del síndrome en la población estudiada. No obstante, se identificaron factores laborales como la carga de trabajo, el apoyo social y la percepción de estabilidad laboral, que pueden influir en el desarrollo del burnout. Este estudio resalta la importancia de implementar estrategias preventivas en el ámbito organizacional para mejorar el bienestar de los trabajadores y reducir el riesgo de agotamiento profesional.

Palabras clave: Agotamiento emocional. Burnout. Estrés laboral



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley N.º 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución N.º 10/2010

ABSTRACT

This study analyzes the levels of burnout syndrome among employees of a cooperative in the city of San Lorenzo during the first semester of 2025. A quantitative approach was adopted, with a descriptive and cross-sectional design, using the Maslach Burnout Inventory (MBI) as a measurement instrument. The sample consisted of 20 employees who assessed the three dimensions of burnout: emotional exhaustion, depersonalization, and reduced personal accomplishment. The results indicate that most participants exhibit low levels in these dimensions, suggesting a low prevalence of the syndrome in the studied population. However, work-related factors such as workload, social support, and job stability perception were identified as potential influences on burnout development. This study highlights the importance of implementing preventive strategies within organizations to enhance workers' well-being and reduce the risk of professional exhaustion.

Keywords: Emotional exhaustion. Burnout. Work-related stress.



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley N.º 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución N.º 10/2010

1. INTRODUCCIÓN

El síndrome de burnout es un problema de salud ocupacional que afecta a trabajadores de diversas áreas, generando consecuencias negativas tanto a nivel individual como organizacional. Se caracteriza por el agotamiento emocional, la despersonalización y la baja realización personal, afectando la salud mental y el desempeño laboral de quienes lo padecen (Maslach & Jackson, 1981). En el ámbito cooperativo, los funcionarios enfrentan demandas laborales constantes, alta carga de trabajo y presión por el cumplimiento de objetivos, lo que puede propiciar la aparición del burnout.

Estudios previos han evidenciado que el burnout impacta en la productividad, aumentando el ausentismo y la rotación laboral, además de estar relacionado con trastornos psicológicos como ansiedad y depresión (Leiter & Maslach, 2004). A pesar de la relevancia del tema, en Paraguay existen pocas investigaciones sobre el burnout en cooperativas, particularmente en el área de asesoramiento financiero, donde el contacto constante con clientes y la toma de decisiones críticas pueden elevar los niveles de estrés laboral.

Este estudio tiene como objetivo determinar los niveles de burnout en los funcionarios de una cooperativa de la ciudad de San Lorenzo durante el primer semestre del 2025, analizando sus dimensiones principales y los factores laborales que pueden incidir en su desarrollo. La investigación permite comprender mejor la prevalencia del burnout en este contexto y generar información útil para la implementación de estrategias de prevención y manejo del estrés laboral en el sector cooperativo.

La investigación sobre los niveles de burnout en funcionarios de una cooperativa en San Lorenzo en el primer semestre del 2025 es de gran relevancia, ya que permite identificar



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley N.º 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución N.º 10/2010

Estado de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal en un

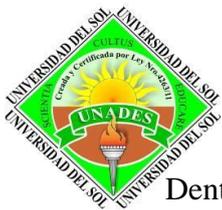
entorno laboral clave para el desarrollo económico y social de la comunidad. Comprender el estado de salud mental de los trabajadores en cooperativas contribuye a mejorar el clima organizacional, aumentar la productividad y prevenir consecuencias negativas como el ausentismo, la rotación de personal y la disminución del compromiso laboral. Además, brinda insumos concretos para el diseño de estrategias de intervención enfocadas en la promoción del bienestar y la gestión saludable del estrés ocupacional.

El aporte científico de esta investigación radica en generar evidencia empírica actualizada sobre la prevalencia y características del síndrome de burnout en un sector específico como el cooperativismo, poco explorado en el contexto paraguayo. Al utilizar instrumentos validados y un enfoque metodológico riguroso, el estudio contribuye a la literatura académica en el área de la salud ocupacional y la psicología organizacional. Asimismo, ofrece una base sólida para futuras investigaciones comparativas o longitudinales, y puede orientar políticas institucionales basadas en datos para la promoción de ambientes laborales más saludables y sostenibles.

2.MATERIALES Y MÉTODOS

El presente estudio adoptó un enfoque cuantitativo. el enfoque cuantitativo se caracteriza por la recolección y análisis de datos numéricos, el uso de instrumentos estandarizados y la aplicación de procedimientos estadísticos para examinar relaciones entre variables o probar hipótesis. Este enfoque parte de un paradigma positivista o postpositivista, y busca explicar fenómenos a partir de mediciones objetivas y replicables. (1)

Con un diseño no experimental, descriptivo y transversal. el diseño no experimental se caracteriza porque el investigador no manipula deliberadamente las variables independientes, sino que observa los fenómenos tal como ocurren en su contexto natural, para después analizarlos. En este tipo de diseño, las variables se estudian sin intervenir ni controlar su desarrollo. (2)



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley N.º 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución N.º 10/2010

Dentro de los diseños no experimentales, el diseño descriptivo tiene como finalidad

especificar las propiedades, características y perfiles importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis. Su objetivo es proporcionar una imagen precisa del fenómeno estudiado. (2)

Por otro lado, el diseño transversal (también llamado transeccional) se utiliza para recopilar datos en un solo momento en el tiempo, con el fin de describir variables y analizar su incidencia y relaciones en un momento determinado. Este diseño es útil para diagnósticos y estudios exploratorios de corto plazo. (2)

La investigación se realizó en una cooperativa de la ciudad de San Lorenzo durante el primer semestre del 2025. La población estuvo conformada por 150 funcionarios, y la muestra seleccionada fue de 20 trabajadores elegidos mediante un muestreo no probabilístico intencional. Se incluyeron en el estudio aquellos funcionarios con al menos seis meses de antigüedad en la institución y que aceptaron participar voluntariamente, excluyéndose aquellos en período de prueba o que no firmaron el consentimiento informado.

Para la recolección de datos se utilizó el Inventario de Burnout de Maslach (MBI), un instrumento ampliamente validado para medir el síndrome de burnout en trabajadores. Este cuestionario evalúa tres dimensiones principales: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. Las respuestas se registraron en una escala Likert de cinco puntos, que va desde "nunca" (0) hasta "siempre" (4).

Se solicitó la autorización de la cooperativa para la aplicación del cuestionario y se garantizó el anonimato y la confidencialidad de los datos mediante la firma de un consentimiento informado por parte de los participantes. Posteriormente, el cuestionario se aplicó en un entorno adecuado dentro del horario laboral. Los datos obtenidos fueron procesados con el software SPSS, mediante estadísticos descriptivos como frecuencias, medias



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley N.º 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución N.º 10/2010

Las variaciones estándar para cada dimensión del burnout. Se establecieron niveles de burnout

de acuerdo con los puntos de corte recomendados en la literatura científica, además de explorarse diferencias según variables sociodemográficas como género y edad.

Este estudio se realizó conforme a los principios éticos de la Declaración de Helsinki 2013 y las normativas internacionales sobre investigación con seres humanos, asegurando la voluntariedad de la participación, la confidencialidad de la información y el derecho de los participantes a retirarse en cualquier momento sin consecuencias.

3.RESULTADOS

En Cuanto al primer objetivo específico, Analizar de los datos obtenidos a través del Inventario de Burnout de Maslach (MBI) permitió evaluar los niveles de burnout en los funcionarios de una cooperativa de la ciudad de San Lorenzo durante el primer semestre del 2025. Los resultados indicaron que la mayoría de los participantes presentan niveles bajos en las tres dimensiones evaluadas: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Sin embargo, se identificaron diferencias significativas entre los trabajadores en función de su antigüedad en la institución, su carga laboral percibida y su acceso a redes de apoyo dentro del entorno de trabajo.

En relación al segundo objetivo específico, Identificar el nivel de cansancio emocional presente en los funcionarios de la cooperativa durante el primer semestre del 2025. Los resultados evidenciaron que una proporción considerable del personal presentó niveles moderados a altos de esta dimensión del síndrome de burnout. El análisis de los datos indicó que muchos funcionarios manifestaron síntomas como agotamiento físico, fatiga mental persistente, pérdida de energía y dificultad para afrontar la jornada laboral, especialmente aquellos con jornadas extendidas o alta carga de responsabilidades. Estas manifestaciones fueron más frecuentes en los sectores administrativos y de atención al cliente, donde la presión



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley N.º 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución N.º 10/2010

del cumplimiento de metas y la interacción constante con socios generaron mayor desgaste

emocional.

Además, se observó una correlación entre el cansancio emocional y factores como la antigüedad laboral, la falta de pausas activas y la escasa percepción de apoyo institucional. Los funcionarios que llevaban más de cinco años en la cooperativa sin cambios en sus funciones mostraron mayores niveles de agotamiento. Esta situación reflejó la necesidad de revisar las condiciones laborales y de implementar programas preventivos enfocados en el manejo del estrés, el autocuidado y el equilibrio entre vida personal y trabajo, a fin de mitigar los efectos negativos del cansancio emocional en el bienestar del personal.

En cuanto al tercer objetivo específico, Determinar la frecuencia de despersonalización y baja realización personal como dimensiones del síndrome de burnout en los funcionarios de la cooperativa de San Lorenzo durante el primer semestre del 2025. los resultados indicaron que una parte significativa del personal presentó niveles moderados de despersonalización. Se observó que varios funcionarios desarrollaron actitudes de distanciamiento emocional hacia sus tareas o hacia los socios, evidenciando comportamientos fríos, impersonales o mecánicos en su trato cotidiano. Esta respuesta fue especialmente común en áreas con alta demanda de atención al público, lo que reflejó un desgaste progresivo de la empatía y del compromiso profesional debido al estrés acumulado.

Respecto a la dimensión de baja realización personal, los resultados mostraron que una proporción importante de los encuestados manifestó sentimientos de insatisfacción laboral, percepción de ineficacia y falta de reconocimiento por sus logros. Funcionarios con mayor antigüedad o en cargos con funciones repetitivas fueron los que reportaron con mayor frecuencia esta percepción negativa de su desempeño. La ausencia de incentivos y de oportunidades de desarrollo profesional también se vinculó con estos niveles bajos de



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley N.º 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución N.º 10/2010

realización personal. Estos hallazgos pusieron en evidencia la necesidad de implementar estrategias institucionales que fortalezcan el reconocimiento, la motivación y el crecimiento del personal para prevenir el deterioro del bienestar psicológico y laboral.

Finalmente, con respecto al objetivo general, Analizar los niveles de síndrome de burnout en los funcionarios de una cooperativa de la ciudad de San Lorenzo durante el primer semestre del 2025. Los resultados del objetivo analizar los niveles de síndrome de burnout en los funcionarios de una cooperativa de la ciudad de San Lorenzo durante el primer semestre del 2025 mostraron que una proporción considerable del personal presentó niveles moderados a altos del síndrome en al menos una de sus dimensiones. El cansancio emocional fue la manifestación más frecuente, seguido por niveles moderados de despersonalización, particularmente en áreas con mayor presión laboral y contacto constante con el público. Asimismo, se identificó un descenso en la realización personal, especialmente entre los funcionarios con mayor antigüedad y escasas oportunidades de desarrollo profesional. Estos hallazgos evidenciaron que el síndrome de burnout afectó de forma significativa el bienestar emocional y el desempeño laboral, subrayando la necesidad de implementar estrategias preventivas y de apoyo institucional orientadas a la promoción de la salud mental en el entorno de trabajo.

4. CONCLUSIONES

En cuanto al primer objetivo específico, Analizar los datos obtenidos a través del Inventario de Burnout de Maslach (MBI) permite evaluar los niveles de burnout en los funcionarios de una cooperativa de la ciudad de San Lorenzo durante el primer semestre del 2025. Los resultados indican que la mayoría de los participantes presentan niveles bajos en las tres dimensiones evaluadas: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Sin embargo, se identifican diferencias significativas entre los trabajadores en



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley N.º 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución N.º 10/2010

función de su antigüedad en la institución, su carga laboral percibida y su acceso a redes de apoyo dentro del entorno de trabajo.

En relación con el segundo objetivo específico, Identificar el nivel de cansancio emocional presente en los funcionarios de la cooperativa durante el primer semestre del 2025, los resultados evidencian que una proporción considerable del personal presenta niveles moderados a altos en esta dimensión del síndrome de burnout. El análisis de los datos indica que muchos funcionarios manifiestan síntomas como agotamiento físico, fatiga mental persistente, pérdida de energía y dificultad para afrontar la jornada laboral, especialmente aquellos con jornadas extendidas o alta carga de responsabilidades. Estas manifestaciones son más frecuentes en los sectores administrativos y de atención al cliente, donde la presión por cumplir metas y la interacción constante con socios genera un mayor desgaste emocional.

Además, se observa una correlación entre el cansancio emocional y factores como la antigüedad laboral, la falta de pausas activas y la escasa percepción de apoyo institucional. Los funcionarios con más de cinco años en la cooperativa sin cambios en sus funciones muestran mayores niveles de agotamiento. Esta situación refleja la necesidad de revisar las condiciones laborales e implementar programas preventivos enfocados en el manejo del estrés, el autocuidado y el equilibrio entre la vida personal y el trabajo, con el fin de mitigar los efectos negativos del cansancio emocional en el bienestar del personal.

En cuanto al tercer objetivo específico, Determinar la frecuencia de despersonalización y baja realización personal como dimensiones del síndrome de burnout en los funcionarios de la cooperativa de San Lorenzo durante el primer semestre del 2025, los resultados indican que una parte significativa del personal presenta niveles moderados de despersonalización. Se observa que varios funcionarios desarrollan actitudes de distanciamiento emocional hacia sus tareas o hacia los socios, evidenciando comportamientos fríos, impersonales o mecánicos en



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley N.º 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución N.º 10/2010

su uso cotidiano. Esta respuesta es especialmente común en áreas con alta demanda de atención al público, lo que refleja un desgaste progresivo de la empatía y del compromiso profesional debido al estrés acumulado.

Respecto a la dimensión de baja realización personal, los resultados muestran que una proporción importante de los encuestados manifiestan sentimientos de insatisfacción laboral, percepción de ineficacia y falta de reconocimiento por sus logros. Funcionarios con mayor antigüedad o en cargos con funciones repetitivas reportan con mayor frecuencia esta percepción negativa de su desempeño. La ausencia de incentivos y oportunidades de desarrollo profesional también se vincula con estos niveles bajos de realización personal. Estos hallazgos ponen en evidencia la necesidad de implementar estrategias institucionales que fortalezcan el reconocimiento, la motivación y el crecimiento del personal para prevenir el deterioro del bienestar psicológico y laboral.

Finalmente, con respecto al objetivo general, Analizar los niveles de síndrome de burnout en los funcionarios de una cooperativa de la ciudad de San Lorenzo durante el primer semestre del 2025, los resultados muestran que una proporción considerable del personal presenta niveles moderados a altos del síndrome en al menos una de sus dimensiones. El cansancio emocional es la manifestación más frecuente, seguido por niveles moderados de despersonalización, particularmente en áreas con mayor presión laboral y contacto constante con el público. Asimismo, se identifica un descenso en la realización personal, especialmente entre los funcionarios con mayor antigüedad y escasas oportunidades de desarrollo profesional. Estos hallazgos evidencian que el síndrome de burnout afecta de forma significativa el bienestar emocional y el desempeño laboral, y subrayan la necesidad de implementar estrategias preventivas y de apoyo institucional orientadas a la promoción de la salud mental en el entorno de trabajo.



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley N.º 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución N.º 10/2010

5. BIBLIOGRAFIA

1. Creswell JW, Creswell JD. *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. 5th ed. Thousand Oaks: SAGE Publications; 2018.
2. Hernández Sampieri R, Fernández Collado C, Baptista Lucio MP. *Metodología de la investigación*. 6ª ed. México: McGraw-Hill; 2014.



UNIVERSIDAD DEL SOL

Creada por Ley N.º 4263

Aprobada por el Consejo de Universidades por Resolución N.º 10/2010
