

10. ANEXOS

Anexo 1. Cuestionario *Maslach Burnout Inventory* (MBI)

Conteste a las frases indicando la frecuencia con que ha experimentado ese sentimiento:

0= Nunca

1= Pocas veces al año o menos

2= Una vez al mes o menos

3= Unas pocas veces al mes

4= Una vez a la semana

5= Pocas veces a la semana

6= Todos los días

1	Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo	
2	Me siento vacío al final de la jornada de trabajo	
3	Me siento fatigado cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo	
4	Siento que comprendo fácilmente cómo se sienten los ancianos	
5	Creo que trato a algunos ancianos como si fuese objetos impersonales	
6	Siento que trabajar todo el día con gente me cansa	
7	Trato muy eficazmente los problemas de los ancianos	
8	Siento que mi trabajo me está desgastando	
9	Creo que estoy influyendo positivamente con mi trabajo en la vida de otras personas	
10	Me he vuelto más insensible con la gente desde que ejerzo esta profesión	
11	Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente	
12	Me siento con mucha energía en mi trabajo	
13	Me siento frustrado en mi trabajo	
14	Creo que estoy trabajando demasiado	
15	Siento que realmente no me preocupa lo que les ocurra a algunos ancianos	
16	Trabajar directamente con personas me produce estrés	
17	Puedo crear fácilmente una atmósfera relajada con los ancianos	
18	Me siento estimulado después de trabajar en contacto con los ancianos	
19	He conseguido muchas cosas útiles en mi profesión	
20	Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades	
21	En mi trabajo, trato los problemas emocionales de forma adecuada	
22	Creo que los ancianos que trato me culpan de algunos de sus problemas	

Anexo 2. Cuestionario de variables personales y laborales

CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS				
Edad:				
Sexo:				
Estado Civil:	<input type="checkbox"/> soltero/a	<input type="checkbox"/> con pareja	<input type="checkbox"/> divorciado/a	<input type="checkbox"/> viudo/a
Nacionalidad:				
Nivel de estudios:	<input type="checkbox"/> sin estudios	<input type="checkbox"/> graduado escolar	<input type="checkbox"/> bachillerato	<input type="checkbox"/> FP I
	<input type="checkbox"/> FP II	<input type="checkbox"/> título universitario		

CARACTERÍSTICAS PROFESIONALES				
Puesto actual:	<input type="checkbox"/> auxiliar de geriatría		<input type="checkbox"/> otro (especificar)	
Antigüedad en el puesto (años):				
Reducción de jornada:	<input type="checkbox"/> sí	<input type="checkbox"/> no		
Tipo de contrato:	<input type="checkbox"/> indefinido	<input type="checkbox"/> temporal		

Anexo 3. Carta de presentación para los encuestados

Estimados trabajadores,

En el marco de una investigación académica de la Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo de la Universidad de Zaragoza, les pedimos su colaboración. El objeto de estudio de la citada investigación es evaluar el Síndrome de Quemarse por el Trabajo o “Burnout”, en cuidadores profesionales de personas dependientes. Este síndrome se trata de una respuesta al estrés laboral crónico.

Una parte importante de este Trabajo Fin de Grado es la recogida de datos que permitirá un posterior estudio y análisis de los resultados, así como la elaboración de conclusiones sobre los mismos. Es en esta parte donde necesitamos su tiempo y colaboración.

A continuación se presentan varias cuestiones breves relacionadas con su puesto de trabajo actual. La información que nos proporcione se utilizará únicamente con fines académicos.

Gracias por su colaboración,

Patricia Gil.

Universidad de Zaragoza