



# Burnout 2022

Encuesta

Octubre 2022



# Índice

- + Los argentinos son los más "quemados" de la región: el 86% dice experimentar el burnout
- + Durante el último año, ¿experimentaron o están experimentando el síndrome de burnout?
- + ¿Sienten que están más o menos "quemados/as" que el año pasado?
- + ¿Qué es lo que estas personas trabajadoras "quemadas" sienten?
- + ¿Qué tipo de experiencias negativas atravesaron a nivel laboral en el último año?
- + ¿Están trabajando más horas de lo que dura su jornada laboral?
- + ¿Cuántas horas por semana trabajan los argentinos?
- + Las causas: ¿qué es lo que les genera esta sensación?
- + Trabajo y vida personal: el 50% logró un equilibrio entre ambos
- + El 50% que no logró organizarse: los motivos
- + Las tareas del hogar y las personas a cargo
- + ¿Qué hacen para sentirse mejor?
- + ¿Piensan hacer algo para sentirse mejor?

## Los argentinos son los más “quemados” de la región: el 86% dice experimentar el burnout

Según la encuesta *Burnout 2022* del portal de empleos Bumeran, los argentinos son las personas trabajadoras más “quemadas” de la región: el 86% de los encuestados dice experimentar el Síndrome de Burnout. Gran parte de estos trabajadores afirman que sienten o sintieron sensaciones asociadas al síndrome como una falta de energía o cansancio extremo y negativismo o cinismo en relación a su empleo.

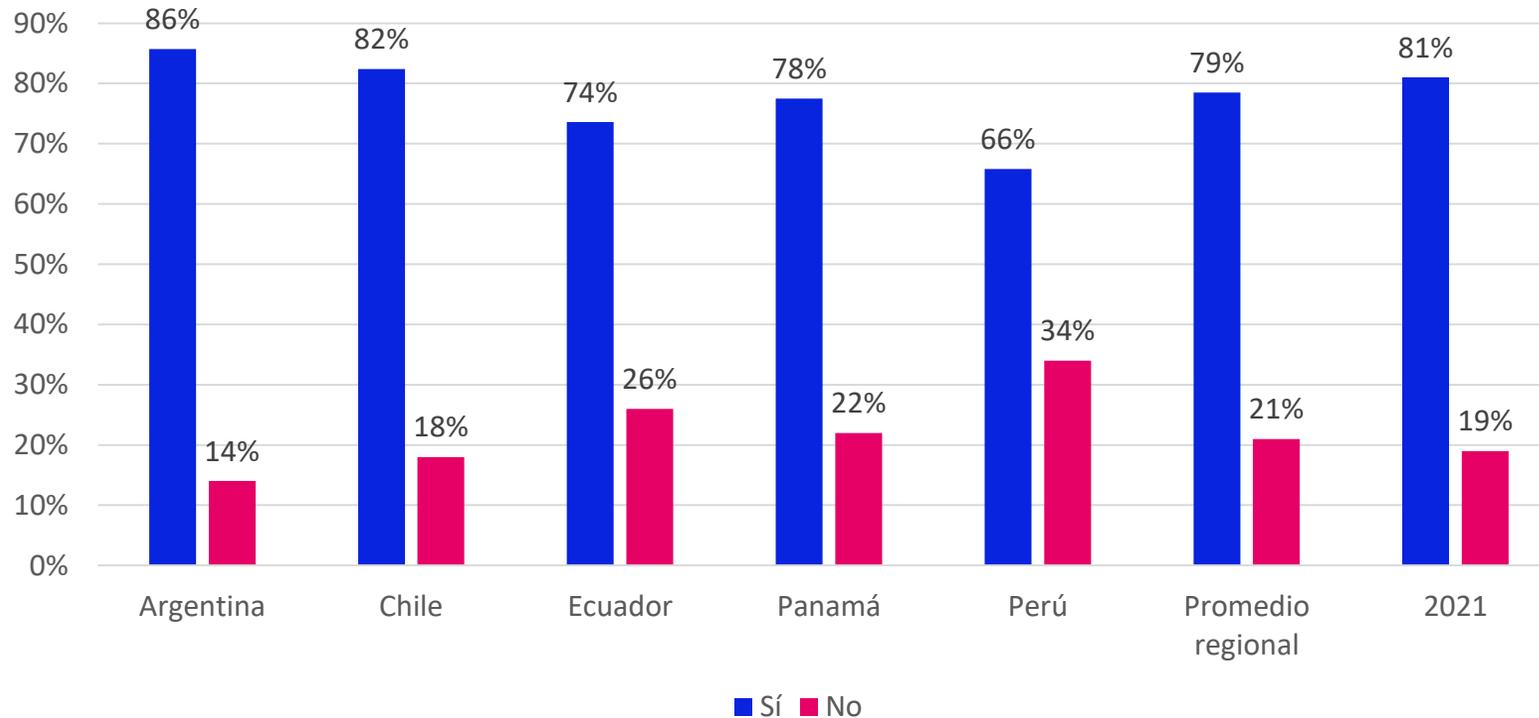
*Burnout 2022* es un estudio regional en el que participaron 4820 personas: 1258 de Argentina, 610 de Chile, 1069 de Ecuador, 1502 de Panamá, y 381 de Perú. La encuesta se realizó a los usuarios de Bumeran, Laborum, Multitrabajos y Konzerta del 5 al 26 de septiembre.

“

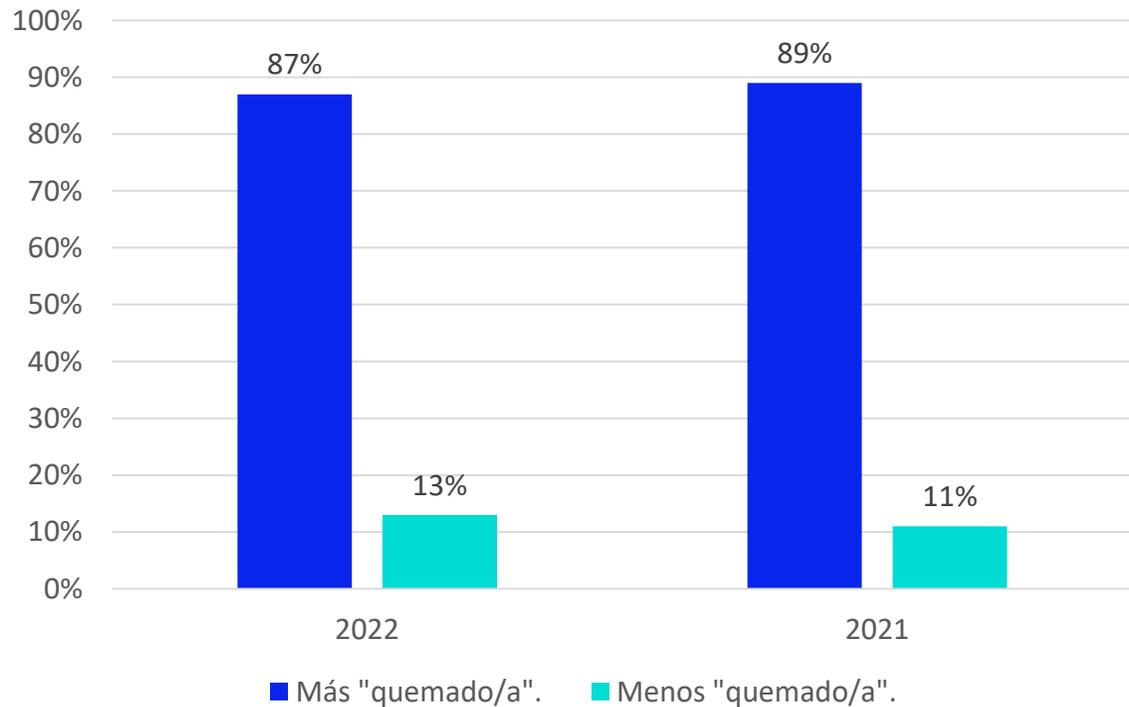
**Las personas trabajadoras argentinas son las que más declaran sentirse “quemadas”. El 86% de los argentinos lo hace frente al 82% de los chilenos, el 74% de los ecuatorianos, el 78% de los panameños y el 66% de los peruanos.**

”

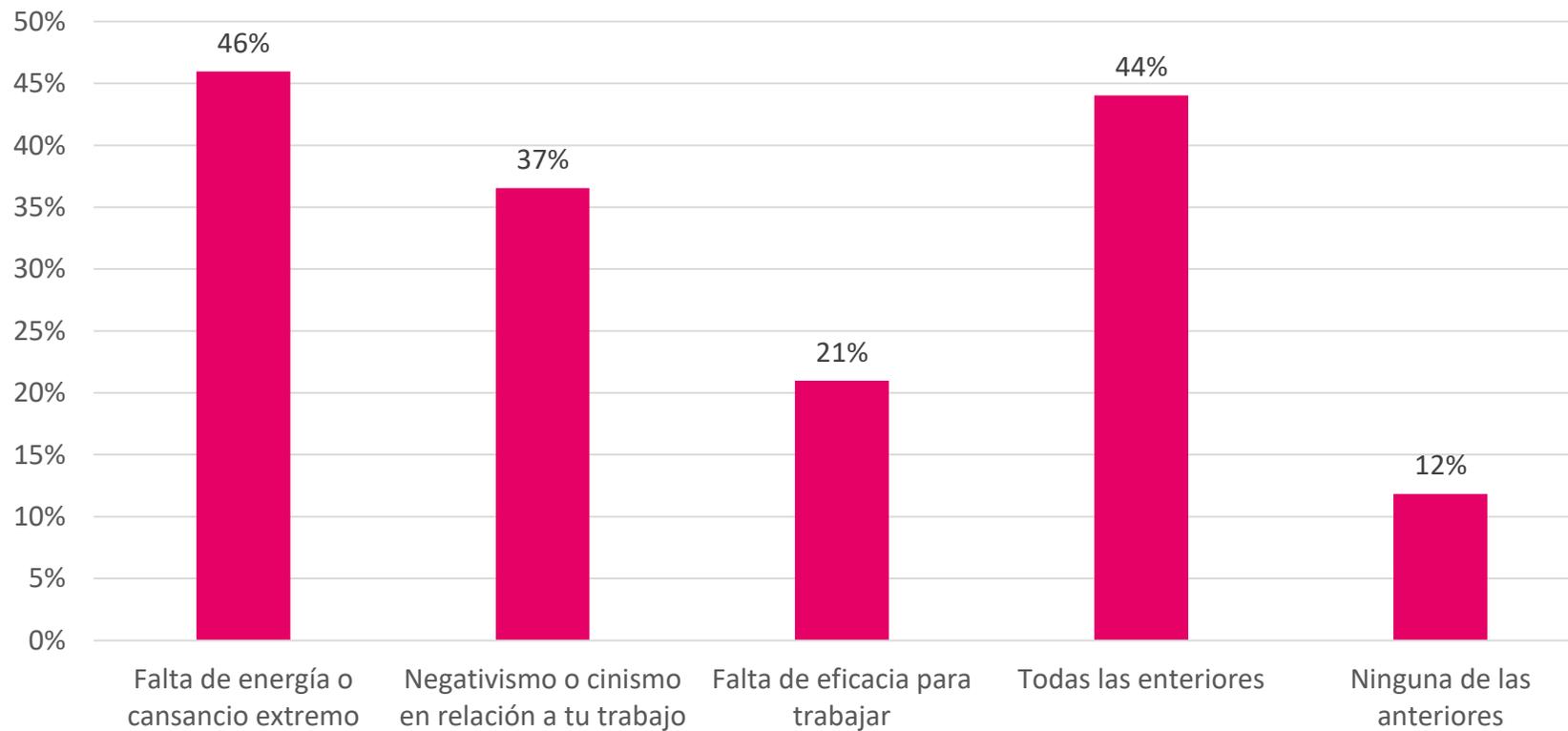
# Durante el último año, ¿experimentaron o están experimentando el síndrome de burnout?



# ¿Sienten que están más o menos "quemados/as" que el año pasado?



# ¿Qué es lo que estas personas trabajadoras “quemadas” sienten?

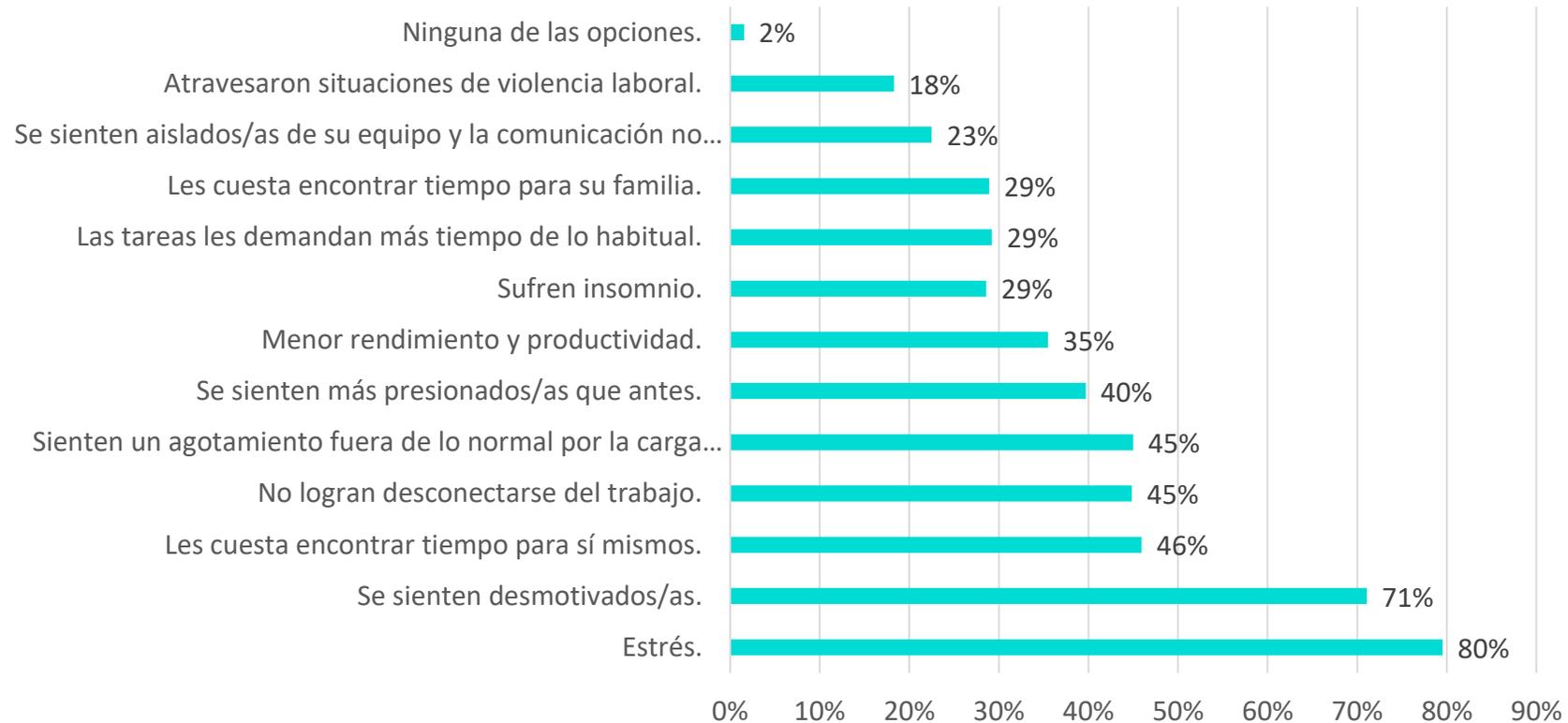




**El 80% siente estrés, el 71% está desmotivado o desmotivada, al 46% le cuesta lograr encontrar tiempo para sí mismo, el 45% no logra desconectarse del trabajo y otro 45% experimenta un agotamiento fuera de lo normal por la carga excesiva de trabajo.**



# ¿Qué tipo de experiencias negativas atravesaron a nivel laboral en el último año?



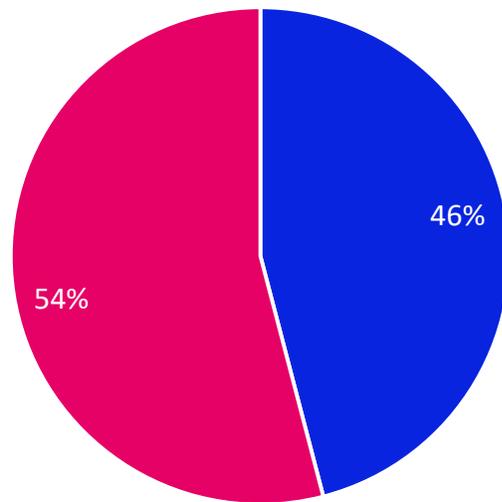
A large, stylized red opening quotation mark with a white outline, positioned on the left side of the text.

**El 54% de los argentinos no trabaja fuera de su horario laboral y un 46% sí.**

A large, stylized red closing quotation mark with a white outline, positioned on the right side of the text.

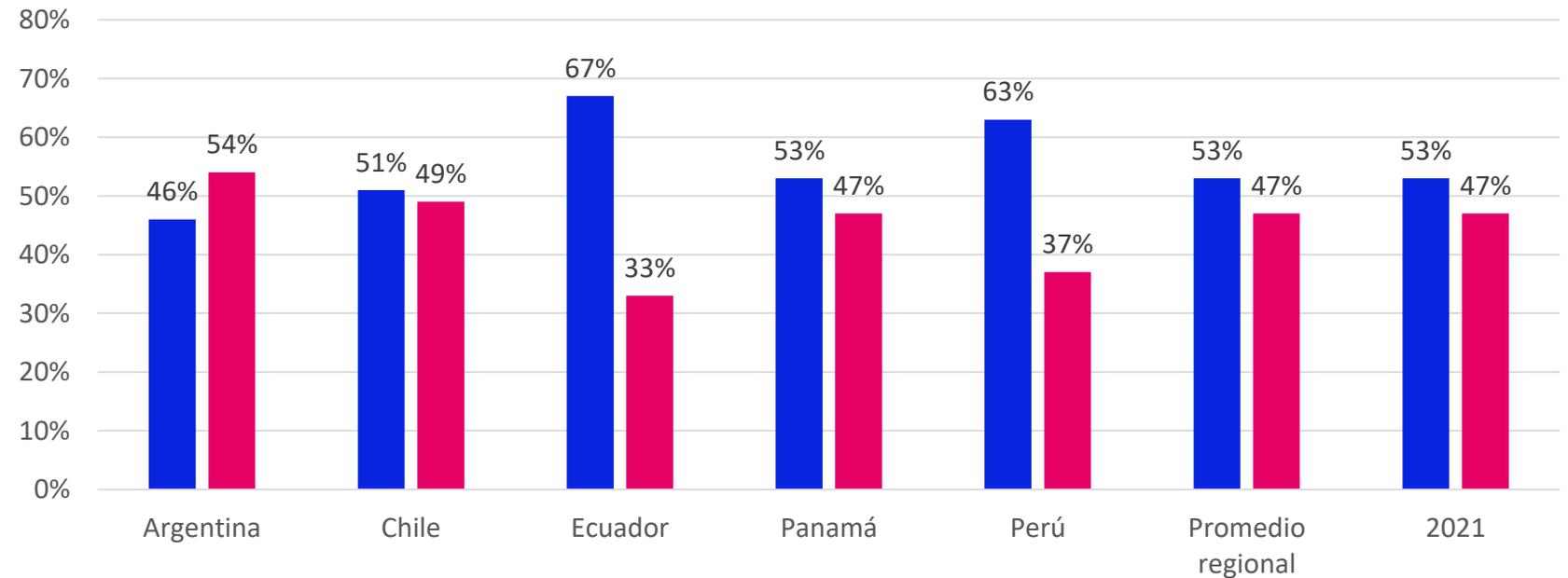
# ¿Están trabajando más horas de lo que dura su jornada laboral?

En Argentina



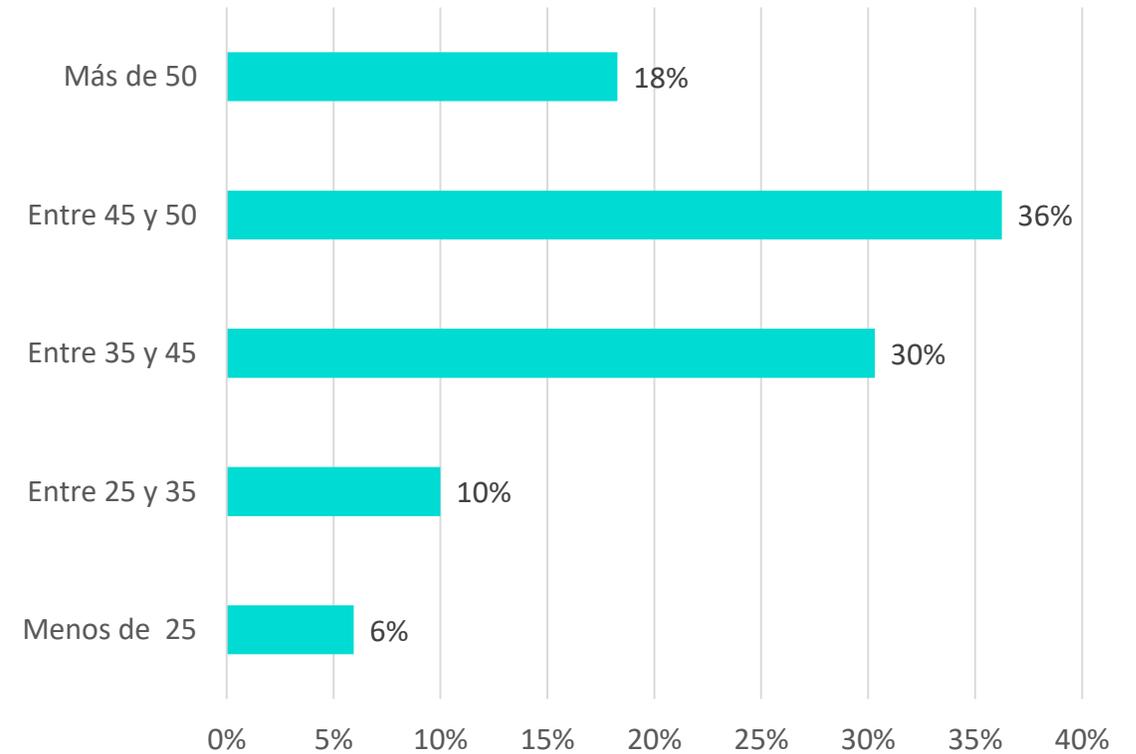
■ Sí ■ No

Comparación con la región y 2021



■ Sí ■ No

# ¿Cuántas horas por semana trabajan los argentinos?



“

**En relación a las posibles causas, la mayoría de los argentinos encuestados, el 21%, señala la falta de claridad con respecto a lo que su rol implica y otro 21% la sobrecarga de trabajo.**

”

# Las causas: ¿qué es lo que les genera esta sensación?



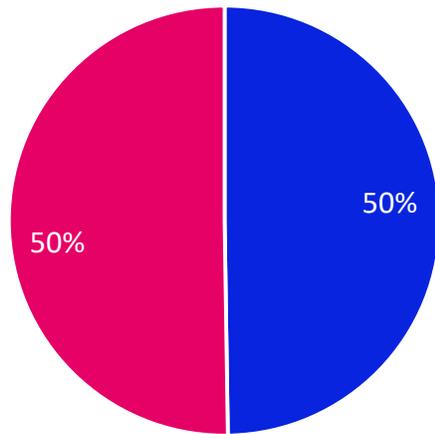
A large, stylized red opening quotation mark with a white outline, positioned on the left side of the text.

**¿Pudieron organizar su carga  
laboral y su vida personal? El  
50% sí y el 50% no.**

A large, stylized red closing quotation mark with a white outline, positioned on the right side of the text.

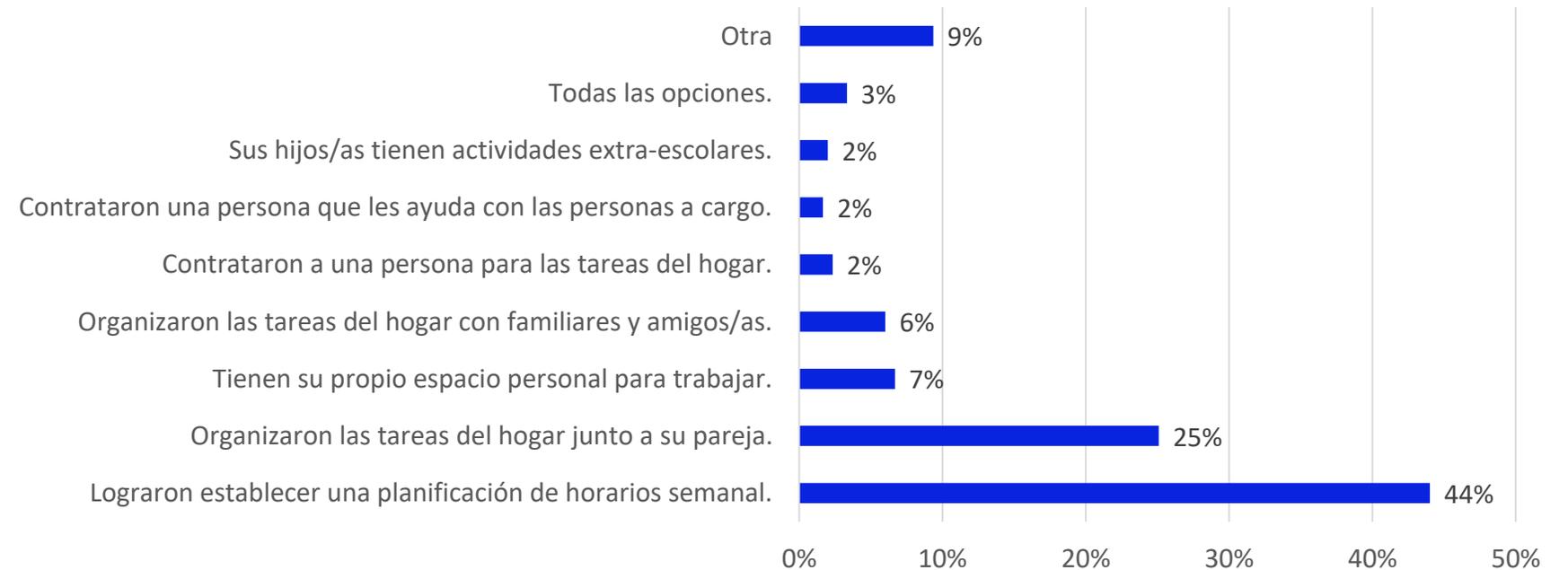
# Trabajo y vida personal: el 50% logró un equilibrio entre ambos

¿Lograron un equilibrio entre el trabajo y la vida personal ?



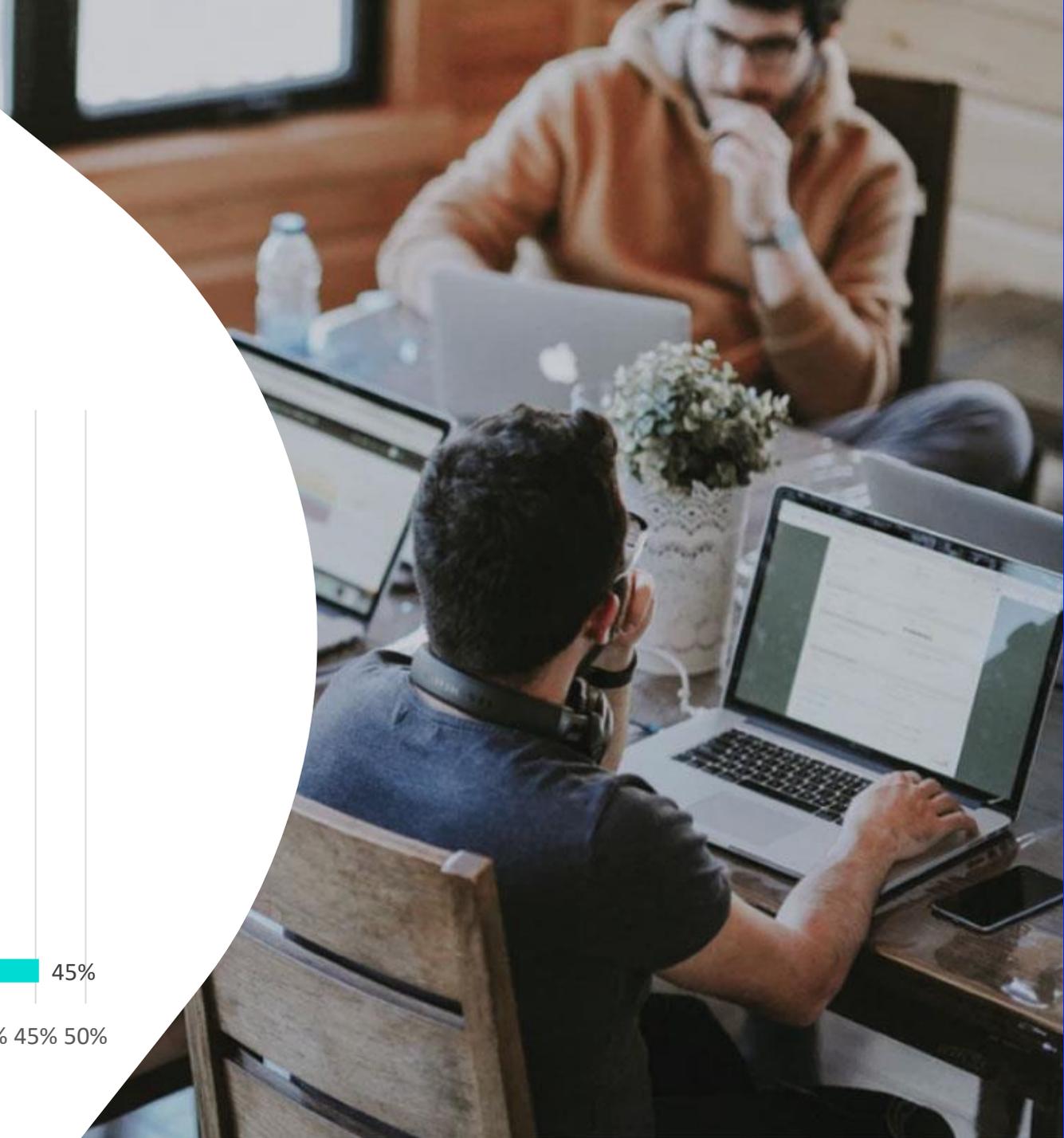
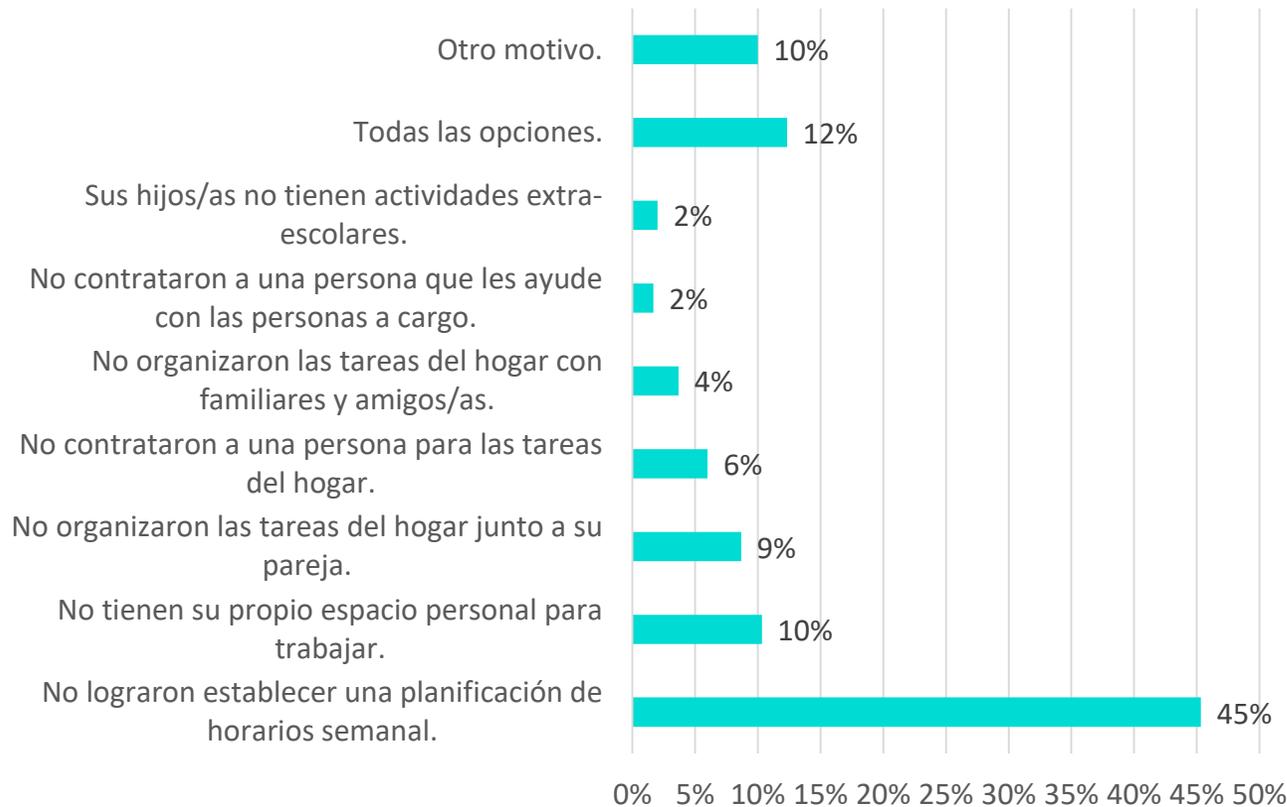
■ Sí. ■ No.

¿De qué manera se organizaron?



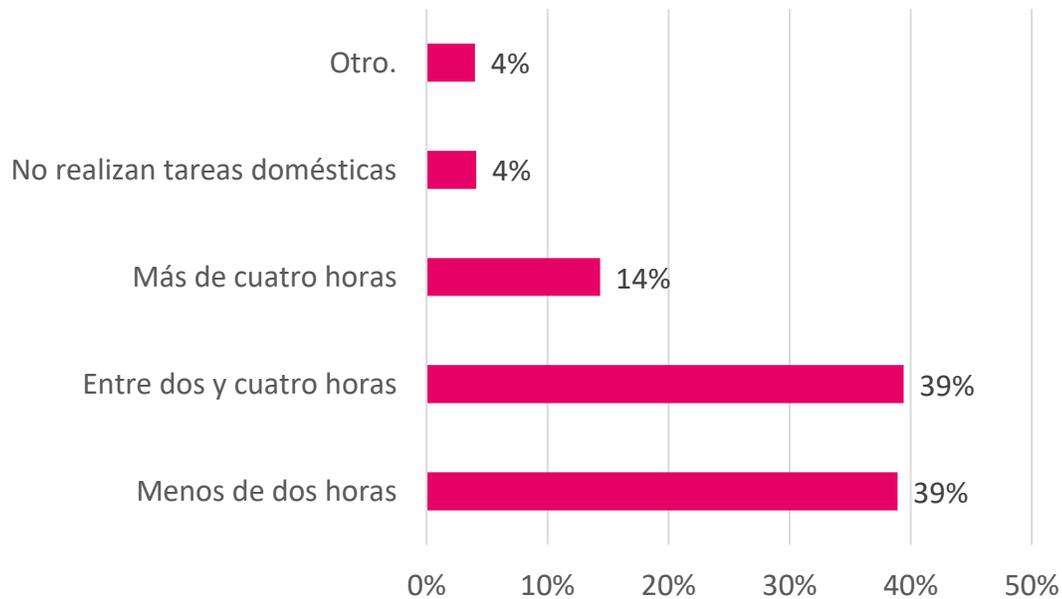
# El 50% que no logró organizarse: los motivos

¿Por qué no lograron organizarse?

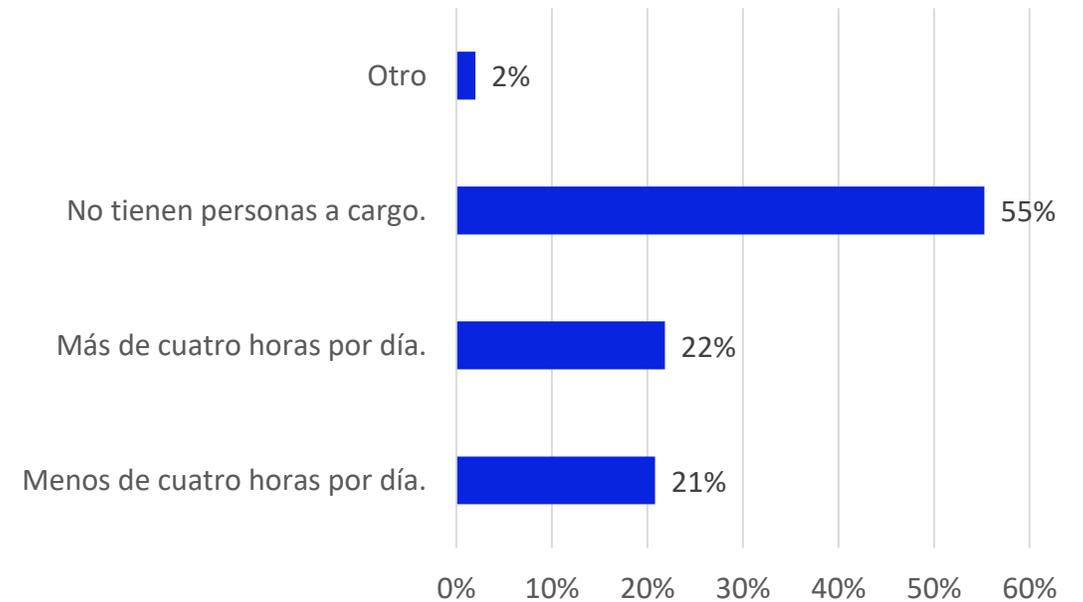


# Las tareas del hogar y las personas a cargo

¿Cuánto tiempo destinan a las tareas domésticas del hogar?



¿Cuánto tiempo destinan al cuidado de personas a cargo?

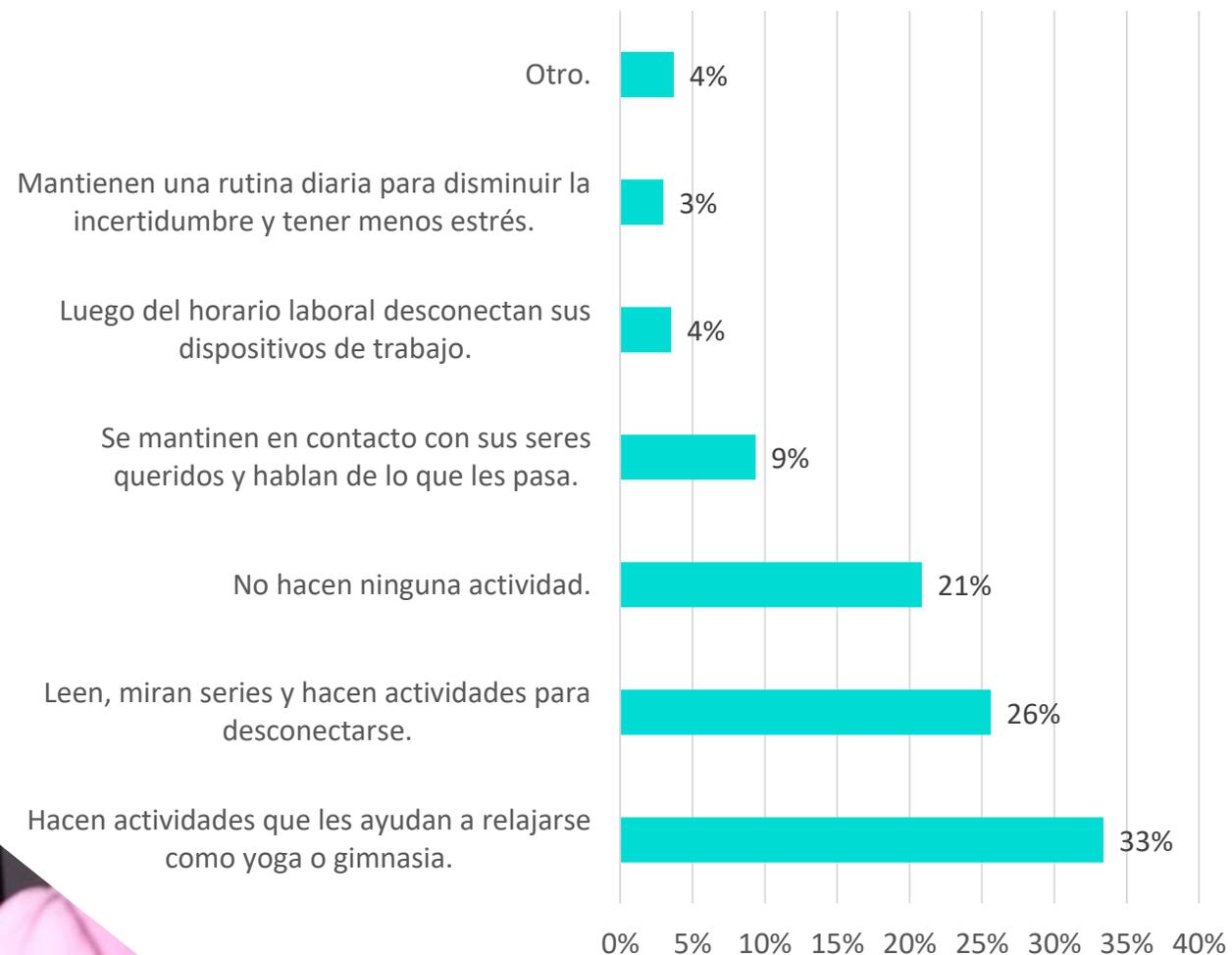


“

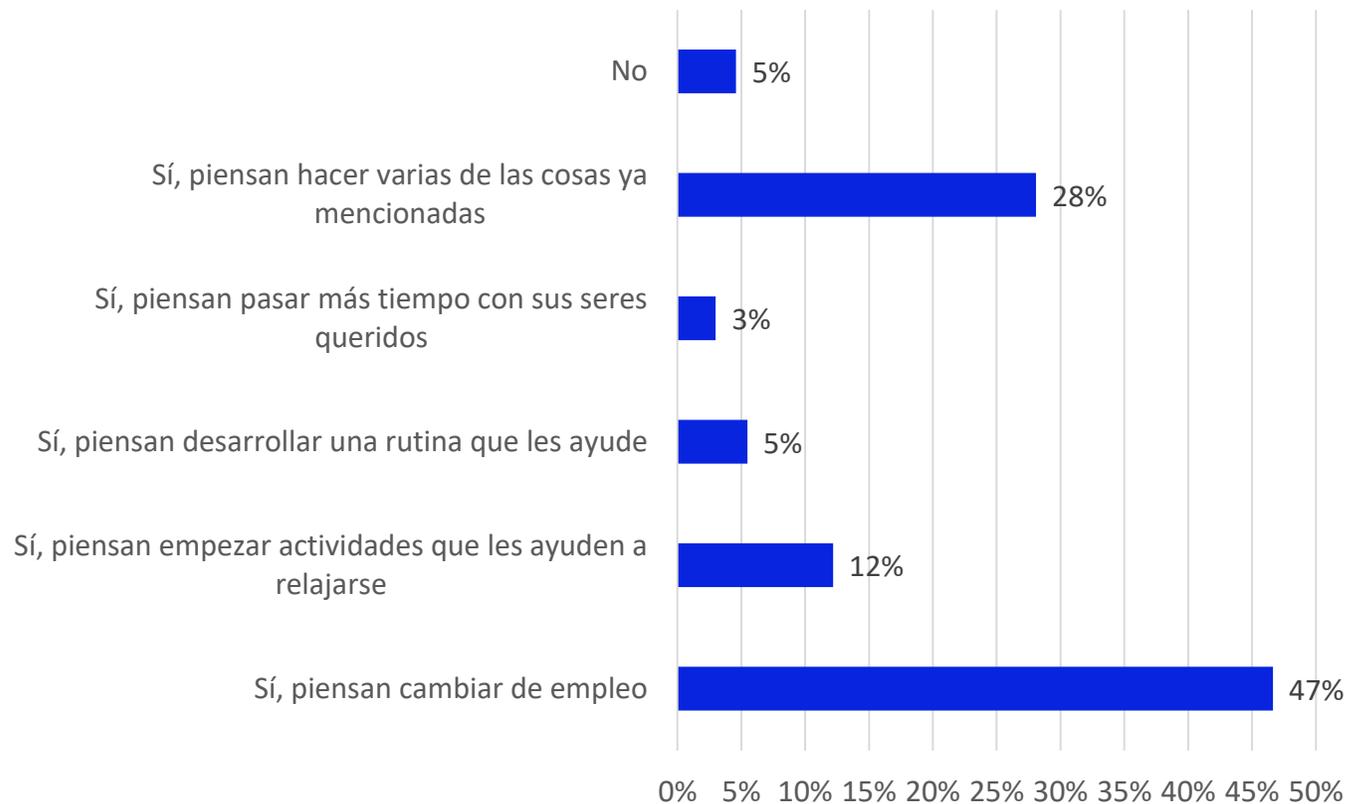
**El 21% no realiza ninguna actividad para sentirse mejor y el 5% no piensa hacer nada**

”

# ¿Qué hacen para sentirse mejor?



# ¿Piensan hacer algo para sentirse mejor?





**¡Gracias!**

Contacto de prensa:

Manuela Ántola - [mantola@jobint.com](mailto:mantola@jobint.com)