

El síndrome de desgaste ocupacional en caficultores una mirada desde el análisis documental¹

Occupational Burnout Syndrome among Coffee Growers: Insights from a Documentary Analysis

Cristian Camilo Osorio Ordoñez *

<https://orcid.org/0000-0003-3812-0713>, Corporación Universitaria Asturias - Colombia

Resumen

El síndrome de desgaste ocupacional o *burnout* constituye un riesgo psicosocial con importantes repercusiones sobre la salud, el bienestar y el desempeño laboral; sin embargo, su estudio en poblaciones rurales, particularmente en los caficultores, continúa siendo limitado pese a las condiciones de vulnerabilidad asociadas a esta actividad productiva. El objetivo de este estudio fue analizar los factores relacionados con el *burnout* en el sector cafetero e identificar estrategias preventivas orientadas al fortalecimiento de la calidad de vida laboral. Se desarrolló una investigación de enfoque cualitativo basada en una revisión documental de literatura científica y técnica publicada en bases de datos internacionales y regionales, mediante un análisis temático de la evidencia disponible sobre riesgos psicosociales y salud mental en contextos agrícolas. Los resultados evidenciaron que la sobrecarga laboral, la estacionalidad de la producción, la incertidumbre económica y la limitada cobertura de programas de seguridad y salud en el trabajo constituyen los principales factores asociados al desarrollo del *burnout*. Asimismo, se identificaron factores protectores, como el sentido de pertenencia al territorio, la identidad cultural cafetera y las redes de apoyo comunitario, que favorecen el afrontamiento del estrés ocupacional. Se concluye que la prevención del *burnout* en caficultores requiere intervenciones contextualizadas que integren el acompañamiento psicosocial, el fortalecimiento del autocuidado y políticas públicas adaptadas a las particularidades del trabajo agrícola.

Palabras clave: Agotamiento profesional, salud laboral, agricultores, trabajo, revisión sistemática.

Recepción: 16.12.2025 | Evaluación: 30.01.2026 | Aceptación: 09.05.2026

Cite este artículo como: Osorio Ordoñez, C. C. (2026). El síndrome de desgaste ocupacional en caficultores: Una mirada desde el análisis documental. *Revista Gestión de la Seguridad y la Salud en el Trabajo*, 8(2), 78 - 89.

Abstract

Occupational burnout syndrome is a psychosocial risk with significant implications for workers' health, well-being, and job performance. However, its study in rural populations, particularly among coffee farmers, remains limited despite the vulnerability associated with this productive activity. The objective of this study was to analyze the factors associated with burnout in the coffee sector and to identify preventive strategies aimed at improving quality of working life. A qualitative study was conducted based on a documentary review of scientific and technical literature published in international and regional databases, using a thematic analysis of the available evidence on psychosocial risks and mental health in agricultural settings. The findings revealed that excessive workload, seasonal production demands, economic uncertainty, and the limited availability of occupational safety and health programs are the main factors associated with the development of burnout. In addition, protective factors were identified, including a strong sense of belonging to the local community, coffee-growing cultural identity, and community support networks, all of which contribute to coping with occupational stress. The study concludes that preventing burnout among coffee farmers

¹ Resultado proyecto de investigación: “El síndrome de desgaste ocupacional en caficultores una mirada desde el análisis documental”; Semillero de Investigación Seguridad y Salud en el Trabajo, Sinergia Digit@l; Corporación Universitaria Asturias.

* Autor de correspondencia: cristian.osorio@asturias.edu.co; dirección Av. Carrera 19 # 104-37 Bogotá – Colombia.

requires context-specific interventions that integrate psychosocial support, the promotion of self-care, and public policies tailored to the particular characteristics of agricultural work.

Keywords: Burnout, professional, occupational health, farmers, work, systematic review.

Introducción

El síndrome de *burnout*, también conocido como síndrome de desgaste profesional, es una condición que afecta a individuos sometidos a altos niveles de estrés laboral, caracterizándose por agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal (Muñoz Muñoz & Correa Otálvaro, 2012). En este sentido, el estrés se entiende como la presencia de exigencias externas y/o internas que superan la capacidad de respuesta del individuo; por ello, no constituye una enfermedad en sí misma, aunque puede convertirse en un factor que favorezca la aparición de problemas de salud (Lazarus y Folkman, 1984; Thomaé et al., 2006). Desde esta perspectiva, el estrés puede entenderse como una condición presente en la vida cotidiana, en la medida en que los cambios y las exigencias que las personas enfrentan generan, inevitablemente, algún nivel de tensión. Diversos estudios han señalado que determinadas condiciones laborales, como la ambigüedad en los roles, las jornadas prolongadas, la variabilidad de los turnos, la escasa autonomía en las tareas y unas condiciones de trabajo poco favorables, sumadas a estilos de liderazgo con bajo apoyo, terminan afectando de manera significativa la calidad de vida de los trabajadores y aumentar los niveles de estrés (Lemos et al., 2019).

Una de las principales consecuencias del estrés sostenido en el tiempo es el desarrollo del síndrome de *burnout*, el cual ha sido reconocido en Colombia como una enfermedad de origen laboral, de acuerdo con lo dispuesto en el Decreto 1477 de 2014 y la Tabla de Enfermedades Laborales (Matajudios Carmona & Muñoz Muñoz, 2021; Ministerio del Trabajo, 2014). Este síndrome se manifiesta a través de un profundo agotamiento físico y emocional, producto de la acumulación constante de demandas y esfuerzos laborales, que genera en el trabajador una sensación de desgaste o “quemadura” profesional; como resultado, suelen presentarse la pérdida de interés por las actividades laborales, actitudes negativas frente a compañeros y usuarios, así como un deterioro progresivo de la autoestima (Muñoz & Piernagorda Guti, 2011; Rodríguez Ramírez et al., 2017). En los últimos años, este fenómeno ha adquirido una mayor visibilidad en distintos sectores productivos, incluido el ámbito agrícola, donde los caficultores constituyen una población especialmente vulnerable debido a las exigencias físicas, emocionales y económicas propias de su labor (Asociación Colombiana de Universidades, 2024).

La caficultura, más allá de su importancia económica, tiene un profundo arraigo cultural en muchas regiones del mundo, especialmente en países productores como Colombia, Brasil, Etiopía y Costa Rica (Chaves, 2014; Ramírez Bacca, 2015; Sacco dos Anjos et al., 2011). Los caficultores, que están en la base de la cadena de producción del café, enfrentan numerosos desafíos que trascienden el ámbito laboral, impactando directamente su bienestar integral. Entre estos desafíos se encuentran las fluctuaciones en los precios internacionales del café, los efectos del cambio climático sobre los cultivos y la dependencia de una demanda global que puede ser volátil (Viloria De La Hoz et al., 2024). Estos factores estructurales se combinan con condiciones específicas del trabajo agrícola, como las largas jornadas al aire libre, los cambios climáticos y la incertidumbre sobre los rendimientos de las cosechas. Adicionalmente, el aislamiento geográfico que caracteriza a muchas comunidades caficultoras restringe el acceso a servicios básicos como la salud, la educación y las tecnologías de la información. Esta condición no solo intensifica las dificultades propias de la vida cotidiana, sino que también limita las posibilidades de recibir acompañamiento psicológico o procesos formativos orientados al manejo del estrés laboral. En este escenario, el *burnout* se configura como una respuesta a la acumulación de presiones sociales, económicas y laborales, con efectos

que trascienden el ámbito productivo e impactan de manera directa la calidad de vida de los caficultores y de sus núcleos familiares.

A nivel global, los estudios sobre salud ocupacional en el sector agrícola han puesto de manifiesto que el síndrome de *burnout* en trabajadores del campo es una problemática subestimada (Asociación Colombiana de Universidades, 2024). Mientras que en entornos urbanos y en sectores industriales existe una mayor sensibilización sobre los riesgos psicosociales, en la caficultura y otras actividades rurales, estas problemáticas tienden a quedar relegadas. Esto se debe, en parte, a la invisibilidad de las comunidades rurales en las agendas públicas y a la percepción errónea de que el trabajo agrícola, por desarrollarse en entornos naturales, está libre de factores estresantes (Bondy y Cole, 2020). El afrontamiento del estrés hace referencia a la manera en que las personas encaran las dificultades que se les presentan y buscan resolverlas. En este sentido, las habilidades de afrontamiento pueden entenderse como los recursos y estrategias que el individuo utiliza para actuar frente a distintas situaciones. Contar con un repertorio adecuado de estas habilidades fortalece la sensación de control personal y la capacidad de autorregulación. No obstante, cuando los niveles de vulnerabilidad son elevados, pueden aparecer respuestas poco adaptativas, incluso ante situaciones de estrés de baja intensidad. Por el contrario, a medida que se incrementan los recursos de afrontamiento, disminuye la probabilidad de que la persona quede expuesta o atrapada en escenarios de mayor vulnerabilidad (Lazarus y Folkman, 1984).

Frente a este panorama, se hace necesario profundizar en el análisis de los efectos del *burnout* en los caficultores, reconociendo que se trata de una problemática que no solo afecta la salud y el bienestar de quienes trabajan en el sector, sino que compromete la sostenibilidad de la producción cafetera, la cual constituye un pilar económico para numerosos países. En este sentido, el presente artículo aporta a dicha comprensión, a través de una revisión documental orientada a identificar los principales factores de riesgo, las consecuencias asociadas y las estrategias que pueden implementarse para hacer frente a esta situación.

Método

Se desarrolló una investigación cualitativa de tipo revisión documental, bajo un enfoque de estado del arte con protocolo sistemático de búsqueda y análisis temático, orientado a identificar, organizar y sintetizar la evidencia disponible sobre el síndrome de *burnout* en contextos rurales y caficultores. Este tipo de revisión no se concibe como una revisión sistemática con metaanálisis, sino como una revisión documental estructurada, que permite integrar estudios de diversa naturaleza metodológica (cuantitativos, cualitativos y mixtos), ampliamente utilizada en ciencias sociales y de la salud para analizar fenómenos complejos en contextos poco investigados. Para analizar el síndrome de *burnout* en caficultores y los factores asociados a su aparición, se adoptó un enfoque cualitativo de investigación documental. Este método se fundamenta en la recolección, organización y análisis sistemático de fuentes escritas, con el objetivo de construir un marco conceptual que respalde la comprensión del fenómeno estudiado. El análisis de los documentos permitió estructurar una perspectiva crítica sobre las causas, consecuencias y posibles estrategias de mitigación relacionadas con el *burnout* en el sector caficultor (Grisales Bermúdez et al., 2025).

El propósito central de la revisión bibliográfica fue identificar si las investigaciones y teorías previas ofrecen respuestas, totales o parciales, a las preguntas planteadas en este trabajo, así como evaluar si proporcionan orientaciones para futuras líneas de investigación. Este enfoque posibilita evaluar el estado actual del conocimiento, identificando tanto los avances como los vacíos en el estudio del *burnout* en comunidades agrícolas, específicamente entre caficultores (Hernández-Sampieri et al., 2014; Grisales Bermúdez et al., 2025). Desde la perspectiva metodológica, el análisis documental se presenta como una herramienta clave para examinar escritos relacionados con un tema específico, con el fin de identificar variables que puedan estar directa o indirectamente relacionadas con el problema de investigación. Este



enfoque facilita la generación de argumentos bien fundamentados y contextualizados sobre el *burnout* en caficultores (Gibbs, 2013; Núñez Mera y Villamil Melo, 2017).

Para el desarrollo de esta investigación, se realizaron búsquedas exhaustivas en diversas bases de datos académicas y motores de búsqueda especializados; la búsqueda de información se realizó entre los meses de enero y junio de 2025 en las siguientes bases de datos académicas y motores de búsqueda especializados: Scopus, ScienceDirect, Academic Search Complete (EBSCO), Google Scholar, Dialnet Plus, y, se utilizaron combinaciones de palabras clave en español e inglés, tales como: *burnout*, *occupational stress*, *rural workers*, *farmers*, *coffee growers*, *agricultural workers*, *mental health*, salud mental rural, caficultura, estrés laboral. En el periodo de búsqueda se incluyeron publicaciones realizadas entre 2009 y 2024, con el fin de cubrir tanto la evidencia reciente como los estudios de referencia sobre salud mental y trabajo rural.

Criterios de inclusión

Se incluyeron documentos que cumplieran con los siguientes criterios:

- ✓ Estudios empíricos o revisiones publicados en revistas científicas, libros académicos o informes técnicos.
- ✓ Investigaciones que abordaran el síndrome de *burnout*, el estrés laboral o la salud mental en poblaciones rurales, agrícolas o caficultoras.
- ✓ Documentos disponibles en español o inglés.
- ✓ Estudios con población adulta vinculada al trabajo agrícola o rural.

Criterios de exclusión

Se excluyeron:

- ✓ Documentos sin revisión académica (blogs, notas periodísticas sin sustento científico).
- ✓ Estudios centrados exclusivamente en poblaciones urbanas no vinculadas al sector rural.
- ✓ Publicaciones duplicadas.
- ✓ Artículos sin acceso a texto completo.

Los documentos seleccionados fueron evaluados según su relevancia y capacidad para abordar aspectos relacionados con el estrés laboral, las condiciones de trabajo agrícola, las implicaciones en la salud mental y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los caficultores. En total, se revisaron 50 documentos académicos para la construcción de este escrito, los cuales proporcionaron una base sólida para el análisis del síndrome de *burnout* en el sector caficultor. Este enfoque permitió construir una perspectiva integral sobre cómo las condiciones laborales adversas, las demandas emocionales y físicas, y las limitaciones estructurales en el ámbito rural contribuyen a la aparición del *burnout*. Asimismo, se identificaron elementos clave para la implementación de estrategias que promuevan la resiliencia y el bienestar entre los caficultores. En el manuscrito se revisó un total de 50 documentos académicos que sustentan el marco teórico, la contextualización y los resultados. No obstante, solo 34 estudios cumplieron criterios estrictos de inclusión metodológica y temática para ser sistematizados en la matriz de resultados, de acuerdo con el protocolo PRISMA adaptado.

La Figura 1 presenta el diagrama de flujo del proceso de identificación, selección y análisis de los documentos incluidos en esta revisión documental, siguiendo los lineamientos del modelo PRISMA adaptado. En una primera fase, se identificaron un total de 465 registros a través de búsquedas en bases de datos científicas internacionales y regionales. Tras la eliminación de documentos duplicados y la revisión de títulos y resúmenes, se excluyeron aquellos que no cumplían con los criterios temáticos o poblacionales definidos. Posteriormente, 80 documentos fueron evaluados en texto completo, de los cuales se descartaron aquellos que no abordaban de manera directa la salud mental, el estrés laboral o el síndrome de *burnout* en contextos rurales o agrícolas, o que no contaban con acceso al texto completo. Finalmente, 34 estudios cumplieron plenamente los criterios de inclusión y fueron incorporados en el análisis cualitativo y en la matriz de extracción de datos (véase Tabla 1). Este proceso garantizó la trazabilidad metodológica,

la coherencia temática y la pertinencia de la evidencia analizada, fortaleciendo la validez del análisis documental realizado.

Figura 1.

Diagrama de flujo del proceso de selección de estudios



Resultados

Hallazgos principales

Prevalencia del burnout en caficultores

Los estudios revisados destacan una alta prevalencia de *burnout* en caficultores, especialmente en regiones donde las condiciones socioeconómicas son desfavorables. Factores como la inseguridad financiera y la ausencia de apoyo institucional agravan el problema (Fennell et al., 2016; Asociación Colombiana de Universidades, 2024). Además, los caficultores que dependen exclusivamente de la caficultura para su sustento económico tienden a experimentar mayores niveles de agotamiento debido a la inestabilidad en los ingresos y a la presión constante por cumplir con las demandas del mercado.

Hallazgos en caficultores

Los estudios realizados en contextos cafetaleros coinciden en que la caficultura se desarrolla en un entorno de alta vulnerabilidad estructural, caracterizado por la inestabilidad de los precios internacionales, el impacto del cambio climático y la dependencia de mercados globales, condiciones que generan una presión psicológica sostenida sobre los productores, manifestada en estrés crónico, ansiedad y síntomas de agotamiento emocional (Bacon et al., 2017; Eakin et al., 2014; Zuluaga et al., 2015). En particular, la variabilidad climática y la presencia de fenómenos extremos, como sequías o lluvias intensas, afectan directamente el rendimiento de los cultivos, lo que incrementa la incertidumbre económica y el desgaste emocional de los caficultores. Aunque pocos estudios utilizan escalas clínicas de *burnout*, la evidencia converge en la presencia de componentes centrales del síndrome, como agotamiento, desmotivación y percepción de falta de control sobre el trabajo.

Hallazgos en población agrícola y rural general

La literatura internacional sobre agricultores y trabajadores rurales muestra una alta prevalencia de problemas de salud mental, incluyendo estrés, depresión, ansiedad y síntomas de *burnout* (Berman et al., 2021; Hagen et al., 2019; Jones-Bitton et al., 2020). Estos estudios permiten identificar patrones estructurales comunes al trabajo agrícola: largas jornadas, trabajo físico exigente, aislamiento geográfico, presión financiera y escaso acceso a servicios de salud mental. Si bien estos estudios no siempre se centran en caficultores, sus hallazgos son altamente relevantes para este grupo, ya que la caficultura comparte las mismas condiciones de precariedad laboral, vulnerabilidad ambiental y dependencia económica.

Factores de riesgo

Entre los principales factores que contribuyen al desarrollo del *burnout* se encuentran el estrés financiero, la incertidumbre climática (Viloria De La Hoz et al., 2024), las largas jornadas laborales y la falta de reconocimiento. El cambio climático ha sido particularmente identificado como un catalizador de estrés, ya que las alteraciones en los patrones climáticos afectan directamente los rendimientos de los cultivos y generan incertidumbre sobre el futuro de la producción; a su vez la sequía ha sido vinculada con diversos efectos negativos sobre la salud, entre los que se destacan el incremento en las tasas de mortalidad (Berman et al., 2017; Lynch et al., 2020; Salvador et al., 2019). Asimismo, distintos estudios han señalado que estos eventos se asocian con un deterioro de la calidad del aire, reflejado en mayores concentraciones de carbono y de partículas finas, como consecuencia de la intensificación de contaminantes secundarios (Demetillo et al., 2019; Wang et al., 2017). No obstante, dentro de los efectos sanitarios de la sequía, los más ampliamente documentados corresponden a su relación con el deterioro de la salud mental y el aumento de la angustia psicológica en las poblaciones expuestas (Berman et al., 2021).

La percepción de cambios en el clima por productores permite entender mejor el proceso de adaptación que está en marcha y sus debilidades; sin embargo, existe poca información sobre cómo los productores están percibiendo y experimentando el cambio climático (Zuluaga et al., 2015). Otros estudios trabajan con múltiples factores de estrés, entre los que se incluyen la crisis del café, acceso a servicios básicos y el clima, entre otros (Bacon et al., 2017; Eakin et al., 2011, Eakin et al., 2014; Frank et al., 2011; Schroth et al., 2009; Viguera et al., 2019). A nivel global, la literatura sobre la toma de decisiones de adaptación de pequeños productores aborda las percepciones en relación a eventos hidrometeorológicos extremos, variabilidad climática, tendencias del clima o varios de estos factores (Burnham y Ma, 2016). A esta situación se suma el limitado acceso a tecnologías que faciliten la modernización de los procesos agrícolas y contribuyan a disminuir la carga física del trabajo, lo que favorece la aparición de agotamiento emocional y una menor sensación de realización personal.

Impacto en la salud

Más allá del desgaste emocional, el *burnout* en caficultores se relaciona con diversas afectaciones a la salud física, entre ellas trastornos musculoesqueléticos y enfermedades cardiovasculares. De igual manera, se evidencian elevados niveles de ansiedad y depresión que, en muchos casos, no reciben atención oportuna debido a la escasa disponibilidad de servicios de salud especializados en las zonas rurales. Los caficultores también enfrentan un deterioro en sus relaciones familiares y sociales, exacerbando su sensación de aislamiento y desamparo. A partir del reconocimiento de la agricultura como una actividad estresante y de riesgo la salud mental de los hombres en el ámbito rural se ha tornado un tema de interés reciente (Hagen et al., 2019, Hagen et al., 2022; Nye et al., 2023; Roy et al., 2014; Weingarten, 2017). Diversos estudios muestran que la agricultura ha tenido cambios importantes relacionados con aspectos económicos y cómo estos afectan las formas de trabajo de quienes laboran en el campo, por ejemplo, el incremento del uso de tecnologías ha dado lugar a transformaciones sociales y, específicamente, ha impactado la interacción, lo que explica la presencia de estrés, aislamiento (Nye et al., 2023; Riethmuller et al., 2023), depresión (Jones-Bitton et al., 2020; Sato et al., 2020) ansiedad y muertes por suicidio (Bokinala, 2022; Bryant y Garnham, 2015; Chaparro-Narváez et al., 2019) entre los hombres campesinos agricultores.

De hecho, las tasas de muerte por suicidio en hombres agricultores son más altas comparadas con otros grupos de hombres (Barry et al., 2020; Bryant y Garnham, 2015) y este hecho, sumado a alta prevalencia de sintomatología y trastornos mentales en esta población (Bjornestad et al., 2019; Hagen et al., 2019; Jones-Bitton et al., 2020), ha sido el fundamento para que la atención a la salud mental sea considerada una de las estrategias orientadas a prevenir y reducir las muertes por suicidio (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2014).

Estrategias de afrontamiento

Aunque el apoyo comunitario y la resiliencia cultural han sido identificados como factores protectores, su alcance es limitado sin intervenciones estructurales que aborden las causas subyacentes del *burnout*. Algunos caficultores recurren a redes de apoyo informales, como familiares y vecinos, mientras que otros participan en cooperativas que ofrecen capacitación y asistencia técnica (Asociación Colombiana de Universidades, 2024; Muñoz y Piernagorda Guti, 2011; Villas et al., 2018); el afrontamiento activo que posibilita superar las dificultades y lograr los objetivos propuestos (Bahamon et al., 2022; Maciuba et al., 2013). Sin embargo, estas estrategias no son suficientes para mitigar completamente los efectos del *burnout*. Con el fin de sistematizar los hallazgos de la revisión documental, en la tabla 1 se presentan los estudios incluidos en el análisis, organizados según autor y año, tipo de población rural, variable asociada al *burnout*, principales hallazgos. Esta síntesis permite identificar patrones comunes relacionados con la prevalencia del *burnout*, los factores de riesgo, el impacto en la salud y las estrategias de afrontamiento en caficultores y poblaciones agrícolas (mencionados en las categorías anteriores).

Tabla 1.

Matriz de estudios incluidos en la revisión

Autor (a) /Año	Tipo de población	Variable asociada a burnout	Principales hallazgos
<i>Fennell et al. (2016)</i>	Agricultores	Estrés laboral/malestar psicológico	La sequía genera estrés financiero, incertidumbre y desgaste emocional sostenido.
<i>Asociación Colombiana de Universidades (2024)</i>	Trabajadores del campo	Burnout	Alta prevalencia de agotamiento asociada a inestabilidad laboral y económica.
<i>Viloria De La Hoz et al. (2024)</i>	Caficultores	Estrés climático	Incertidumbre climática como factor de riesgo psicosocial.
<i>Berman et al. (2017)</i>	Población rural	Salud y mortalidad	La sequía se asocia con mayor mortalidad y efectos adversos en salud.
<i>Salvador et al. (2019)</i>	Población rural	Mortalidad / estrés ambiental	Aumento de mortalidad durante periodos de sequía.
<i>Lynch et al. (2020)</i>	Población rural	Mortalidad	Asociación entre severidad de sequía y mortalidad general.
<i>Wang et al. (2017)</i>	Población rural	Calidad del aire	La sequía deteriora la calidad del aire y aumenta contaminantes.
<i>Demetillo et al. (2019)</i>	Población rural	Estrés ambiental	Sequía exacerba contaminantes atmosféricos con impacto indirecto en salud.
<i>Berman et al. (2021))</i>	Agricultores	Estrés psicosocial	Condiciones de sequía se asocian con mayor estrés ocupacional.
<i>Zuluaga et al. (2015)</i>	Caficultores	Percepción climática	Escasa información sobre cómo los productores perciben el cambio climático.
<i>Schroth et al. (2009)</i>	Caficultores	Estrés múltiple	Crisis del café, clima y acceso a servicios como estresores.
<i>Eakin et al. (2011)</i>	Caficultores	Vulnerabilidad psicosocial	Capacidad adaptativa limitada frente a estresores climáticos.
<i>Frank et al. (2011)</i>	Caficultores	Estrés por riesgo climático	Identidad social y percepción que influyen en la adaptación.
<i>Eakin et al. (2014)</i>	Caficultores	Estrés y adaptación	Entornos multiestrés que aumentan desgaste emocional.
<i>Bacon et al. (2017)</i>	Caficultores	Estrés acumulado	Crisis productivas y alimentarias que afectan el bienestar.
<i>Viguera et al. (2019)</i>	Agricultores	Estrés climático	Percepciones climáticas que influyen en respuestas adaptativas.
<i>Burnham y Ma (2016)</i>	Pequeños productores	Estrés por adaptación	Decisiones adaptativas condicionadas por percepción climática.
<i>Hagen et al. (2019)</i>	Agricultores	Salud mental	Alta prevalencia de síntomas psicológicos en agricultores.
<i>Hagen et al. (2022)</i>	Agricultores	Salud mental	Barreras culturales para búsqueda de ayuda.

Continuación tabla 1.

<i>Nye et al. (2023)</i>	Agricultores	Aislamiento social	Cambios tecnológicos incrementan aislamiento y estrés.
<i>Roy et al. (2014)</i>	Agricultores	Salud mental	Masculinidades influyen en búsqueda de ayuda.
<i>Weingarten (2017)</i>	Agricultores	Estrés / suicidio	Crisis económica y presión laboral que afectan la salud mental.
<i>Riethmuller et al. (2023)</i>	Agricultores	Salud mental	Cambios sociales afectan conexión y bienestar.
<i>Jones-Bitton et al. (2020)</i>	Agricultores	Depresión	Alta prevalencia de ansiedad y depresión.
<i>Sato et al. (2020)</i>	Agricultores	Depresión	Estrés laboral asociado a síntomas depresivos.
<i>Bokinla (2022)</i>	Agricultores	Suicidio	Factores económicos vinculados a suicidio agrícola.
<i>Bryant y Garnham (2015)</i>	Agricultores	Suicidio	Tasas más altas en hombres agricultores.
<i>Chaparro-Narváez et al. (2019)</i>	Población rural	Suicidio	Mayor mortalidad por suicidio en zonas rurales.
<i>Barry et al. (2020)</i>	Población rural	Suicidio	Mayor riesgo en zonas rurales comparado con urbanas.
<i>Bjørnstad et al. (2019)</i>	Agricultores	Depresión	Relación entre apoyo social y síntomas depresivos.
<i>Villas et al. (2018)</i>	Población general	Afrontamiento	Estrategias de afrontamiento como factor protector.
<i>Maciuba et al. (2013)</i>	Agricultores mayores	Afrontamiento	Afrontamiento activo reduce impacto del estrés.
<i>Bahamon et al. (2022)</i>	Población campesina	Afrontamiento / suicidio	Estrategias de afrontamiento asociadas a menor riesgo suicida.
<i>Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2014)</i>	General	Salud mental	Atención en salud mental como estrategia preventiva del suicidio.

Discusión

El análisis documental del síndrome de *burnout* en caficultores pone en evidencia que este fenómeno no puede entenderse de forma aislada, sino como el resultado de condiciones estructurales desfavorables que caracterizan al sector agrícola. Los caficultores se enfrentan a múltiples tensiones, entre ellas el estrés financiero, la incertidumbre asociada al cambio climático y las limitaciones en el acceso a servicios de salud y a tecnologías que faciliten su labor. En conjunto, estos factores explican la elevada presencia del *burnout* en esta población, con efectos que trascienden el ámbito individual y comprometen tanto el bienestar físico y mental de los trabajadores como la sostenibilidad de la producción cafetera. Una de las principales conclusiones es que el *burnout* en caficultores no puede abordarse únicamente como un problema individual, sino como un fenómeno que refleja las desigualdades sistémicas en el ámbito rural. La falta de políticas públicas integrales, el escaso reconocimiento de los riesgos psicosociales en el sector agrícola y la ausencia de programas de intervención efectiva agravan esta problemática.

Para enfrentar este desafío, es necesario adoptar estrategias multidimensionales que incluyan intervenciones a nivel individual, comunitario e institucional. A nivel individual, es fundamental promover

la educación en salud mental y el acceso a servicios especializados. A nivel comunitario, fortalecer las redes de apoyo y las cooperativas puede ser una herramienta clave para fomentar la resiliencia y mejorar las condiciones laborales. Uno de los retos más importantes para el Estado, los profesionales en seguridad y salud en el trabajo y los psicólogos vinculados a la gestión del talento humano en el sector agropecuario consiste en diseñar e implementar estrategias que promuevan el cuidado de la salud mental, lo que implica no solo el desarrollo de campañas y actividades preventivas, sino de acciones orientadas a disminuir los niveles de estrés y a prevenir la aparición del síndrome de *burnout* en esta población.

En este sentido, la investigación sobre el *burnout* en caficultores debe continuar expandiéndose, incluyendo estudios empíricos que permitan profundizar en las dinámicas específicas de cada región y evaluar la efectividad de diferentes estrategias de intervención. Además, es crucial integrar la perspectiva de los caficultores en el diseño de estas iniciativas, garantizando que las soluciones propuestas respondan a sus necesidades y realidades. Los hallazgos de esta revisión documental confirman que el síndrome de *burnout* en caficultores y trabajadores rurales no es un fenómeno aislado, sino una manifestación de procesos estructurales de vulnerabilidad social, económica y ambiental. A diferencia de los contextos urbanos e industriales, donde el *burnout* suele asociarse a demandas organizacionales, en el ámbito rural este se articula con factores macroestructurales como el cambio climático, la volatilidad de los mercados agrícolas y la desigualdad en el acceso a servicios. Por ello, abordar el síndrome de *burnout* no solo es una responsabilidad ética, sino también una inversión estratégica para el futuro de esta actividad.

Referencias

- Asociación Colombiana de Universidades. (2024). *Investigación del Politécnico Grancolombiano analiza el estrés en los trabajadores del campo*. <https://ascun.org.co/noticias-ies/investigacion-del-politecnico-grancolombiano-analiza-el-estres-en-los-trabajadores-del-campo/>
- Bacon, C. M., Sundstrom, W. A., Stewart, I. T., & Beezer, D. (2017). Vulnerability to cumulative hazards: Coping with the coffee leaf rust outbreak, drought, and food insecurity in Nicaragua. *World Development*, 93, 136–152. <https://doi.org/10.1016/j.worlddev.2016.12.025>
- Bahamon, M. J., Quiceno, J. M., Gómez, A., Herrera, S. F., Vélez, A. M., & Vinaccia, S. (2022). Riesgo suicida y estrategias de afrontamiento al estrés en población campesina colombiana. *Psicogente*, 25(48), 1-19. <https://doi.org/10.17081/psico.25.48.5509>
- Barry, R., Rehm, J., de Oliveira, C., Gozdyra, P., & Kurdyak, P. (2020). Rurality and risk of suicide attempts and death by suicide among people living in four English-speaking high-income countries: A systematic review and meta-analysis. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 65(7), 441–447. <https://doi.org/10.1177/0706743720902655>
- Berman, J. D., Ebisu, K., Peng, R. D., Dominici, F., & Bell, M. L. (2017). Drought and the risk of hospital admissions and mortality in older adults in western USA from 2000 to 2013: A retrospective study. *The Lancet Planetary Health*, 1(1), e17–e25. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(17\)30002-5](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(17)30002-5)
- Berman, J. D., Ramirez, M. R., Bell, J. E., Bilotta, R., Gerr, F., & Fethke, N. B. (2021). The association between drought conditions and increased occupational psychosocial stress among US farmers: An occupational cohort study. *Science of the Total Environment*, 798, 149245. <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2021.149245>
- Bjornestad, A., Brown, L., & Weidauer, L. (2019). The relationship between social support and depressive symptoms in Midwestern farmers. *Journal of Rural Mental Health*, 43(4), 109–117. <https://doi.org/10.1037/rmh0000121>
- Bokinala, V. R. (2022). *Investigation into the causes and potential mitigation of the high incidence of farmers' suicide* [Tesis doctoral, University of Surrey]. Surrey Open Research. <https://doi.org/10.15126/thesis.900562>
- Bondy, M., & Cole, D. (2020). Striving for balance and resilience: Ontario farmers' perceptions of mental health. *Canadian Journal of Community Mental Health*, 39(1), 101–118. <https://doi.org/10.7870/cjcmh-2020-007>
- Bryant, L., & Garnham, B. (2015). The fallen hero: Masculinity, shame and farmer suicide in Australia. *Gender, Place & Culture*, 22(1), 67–82. <https://doi.org/10.1080/0966369X.2013.855628>
- Burnham, M., & Ma, Z. (2016). Linking smallholder farmer climate change adaptation decisions to development. *Climate and Development*, 8(4), 289–311. <https://doi.org/10.1080/17565529.2015.1067180>
- Chaparro-Narváez, P., Díaz-Jiménez, D., y Castañeda-Orjuela, C. (2019). Tendencia de la mortalidad por suicidio en las áreas urbanas y rurales de Colombia, 1979-2014. *Biomédica*, 39(2), 339–353. <https://doi.org/10.7705/biomedica.v39i3.4427>

- Chaves, A. R. (2014). Costa Rica, historia de crisis con aroma y sabor a café. *Tiempo y Sociedad*, (14), 5-33. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4726172>
- Demetillo, M. A. G., Anderson, J. F., Geddes, J. A., Yang, X., Najacht, E. Y., Herrera, S. A., Kabasares, K. M., Kotsakis, A. E., Lerda, M. T. y Pusede, S. E. (2019). Observing severe drought influences on ozone air pollution in California. *Environmental Science & Technology*, 53(9), 4695–4706. <https://doi.org/10.1021/acs.est.8b04852>
- Eakin, H., Bojórquez-Tapia, L. A., Díaz, R. M., Castellanos, E., Haggard, J., Rodríguez, H., & Barrera, J. (2011). Adaptive capacity and social-environmental change: Theoretical and operational modeling of smallholder coffee systems response in Mesoamerican Pacific Rim. *Environmental Management*, 47(3), 352–367. <https://doi.org/10.1007/s00267-010-9603-2>
- Eakin, H., Tucker, C. M., Castellanos, E., Morales, R. E., & Barrera, J. F. (2014). Adaptation in a multi-stressor environment: Perceptions and responses to climatic and economic risks by coffee growers in Mesoamerica. *Environment, Development and Sustainability*, 16(1), 123–139. <https://doi.org/10.1007/s10668-013-9466-9>
- Fennell, K. M., Jarrett, C. E., Kettler, L. J., Dollman, J., & Turnbull, D. A. (2016). “Watching the bank balance build up then blow away and the rain clouds do the same”: A thematic analysis of South Australian farmers’ sources of stress during drought. *Journal of Rural Studies*, 46, 102–110. <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2016.05.002>
- Frank, E., Eakin, H., & López-Carr, D. (2011). Social identity, perception and motivation in adaptation to climate risk in the coffee sector of Chiapas, Mexico. *Global Environmental Change*, 21(1), 66–76. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2010.11.001>
- Gibbs, G. (2013). *El análisis de datos cualitativos en Investigación Cualitativa* (Vol. 6). Ediciones Morata.
- Grisales Bermúdez, C. A., González Gómez, M. A., Morant Ramírez, H. D., & Alvarez Gallego, M. M. (2025). Impacto del síndrome de burnout y la actividad física en el rol del docente universitario. Revisión documental. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 16(1). <https://doi.org/10.21501/22161201.4811>
- Hagen, B. N. M., Albright, A., Sargeant, J., Winder, C. B., Harper, S. L., O’Sullivan, T. L., & Jones-Bitton, A. (2019). Research trends in farmers’ mental health: A scoping review of mental health outcomes and interventions among farming populations worldwide. *PLOS ONE*, 14(12), Artículo e0225661. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0225661>
- Hagen, B. N. M., Sawatzky, A., Harper, S. L., O’Sullivan, T. L., & Jones-Bitton, A. (2022). “Farmers aren’t into the emotions and things, right?”: A qualitative exploration of motivations and barriers for mental health help-seeking among Canadian farmers. *Journal of Agromedicine*, 27(2), 113–123. <https://doi.org/10.1080/1059924X.2021.1893884>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., y Baptista-Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill / Interamericana Editores.
- Jones-Bitton, A., Best, C., MacTavish, J., Fleming, S., & Hoy, S. (2020). Stress, anxiety, depression, and resilience in Canadian farmers. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 55(2), 229–236. <https://doi.org/10.1007/s00127-019-01738-2>
- Lazarus, R. S., y Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Lemos, M., Calle-González, G., Roldán-Rojas, T., Valencia, M., Orejuela, J. J., & Roman-Calderon, J. P. (2019). Factores psicosociales asociados al estrés en profesores universitarios colombianos. *Diversitas*, 15(1), 59–70. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2019.0001.05>
- Lynch, K. M., Lyles, R. H., Waller, L. A., & Sarnat, J. A. (2020). Drought severity and all-cause mortality rates among adults in the United States: 1968–2014. *Environmental Health*, 19, Artículo 52. <https://doi.org/10.1186/s12940-020-00597-8>
- Maciuba, S. A., Westneat, S. C., & Reed, D. B. (2013). Active coping, personal satisfaction, and attachment to land in older African-American farmers. *Issues in Mental Health Nursing*, 34(5), 335–343. <https://doi.org/10.3109/01612840.2012.753560>
- Matajudíos Carmona, J. F., & Muñoz Muñoz, C. F. (2021). Diagnosis and intervention program for burnout syndrome in primary and secondary teachers at a school in Pereira. *Universal Journal of Public Health*, 9(2), 75–82. <https://doi.org/10.13189/ujph.2021.090206>
- Ministerio del Trabajo. (2014, 5 de agosto). *Decreto 1477 de 2014: Por el cual se expide la Tabla de Enfermedades Laborales*. Diario Oficial No. 49.234. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=58849>
- Muñoz Muñoz, C. F., & Correa Otálvaro, C. M. (2012). Burnout docente y estrategias de afrontamiento en docentes de primaria y secundaria. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 3(2), 226–242. <https://revistas.ucatolicaisamigo.edu.co/index.php/RCCS/article/view/887>
- Muñoz, C. F., & Piernagorda Gutiérrez, D. C. (2011). Relación entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de Burnout en docentes de básica primaria y secundaria pertenecientes a una institución educativa privada del municipio de Cartago (Colombia). *Psicogente*, 14(26). <https://www.redalyc.org/pdf/4975/497552359012.pdf>
- Nye, C., Winter, M., & Lobley, M. (2023). Farmers supporting farmers: Livestock auctions as spaces to reconstruct occupational community and counter mental health issues. *Journal of Agromedicine*, 28(3), 401–414. <https://doi.org/10.1080/1059924X.2023.2176959>
- Núñez Mera, W. J., y Villamil Melo, L. T. (2017). *Revisión documental: El estado actual de las investigaciones desarrolladas sobre empatía en niñas y niños en las edades comprendidas entre los 6 a 12 años de edad surgidas en países latinoamericanos de habla hispana, entre los años 2010 al primer trimestre del 2017* [Tesis de pregrado, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. Repositorio Institucional Uiminuto. <https://repositorio.uniminuto.edu/items/a1aeaf93-e34d-44fe-80fb-227446ef9acf>
- Organización Panamericana de la Salud. (2014). *Prevención del suicidio: Un imperativo global*. Organización Mundial de la Salud. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/54141>



- Ramírez Bacca, R. (2015). Mujeres en la caficultura tradicional colombiana, 1910-1970. *Historia Y Memoria*, (10), 43–73. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2027-51372015000100003
- Riethmuller, M. L., Dzidic, P. L., McEvoy, P. M., & Newnham, E. A. (2023). Change, connection and community: A qualitative exploration of farmers' mental health. *Journal of Rural Studies*, 97, 591–600. <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2023.01.018>
- Rodríguez Ramírez, J., Guevara Araiza, A., y Viramontes Anaya, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 8(14), 45–67. https://doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v8i14.39
- Roy, P., Tremblay, G. y Robertson, S. (2014). Help-seeking among male farmers. *Sociologia Ruralis*, 54(4), 460-476. <https://doi.org/10.1111/soru.12045>
- Sacco dos Anjos, F., Belik, W., & Velleda Caldas, N. (2011). La caficultura en Brasil: Evolución, situación actual y nuevos retos cara al futuro. *Mundo Agrario*, 12(23). <https://www.mundoagrario.unlp.edu.ar/article/view/v12n23a05>
- Salvador, C., Nieto, R., Linares, C., Díaz, J., & Gimeno, L. (2019). Effects on daily mortality of droughts in Galicia (NW Spain) from 1983 to 2013. *Science of the Total Environment*, 662, 121–133. <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2019.01.217>
- Sato, M., Kato, H., Noguchi, M., Ono, H., & Kobayashi, K. (2020). Gender differences in depressive symptoms and work environment factors among dairy farmers in Japan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), Artículo 2569. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072569>
- Schroth, G., Läderach, P., Dempewolf, J., Philpott, S. M., Haggard, J. P., Eakin, H., Castillejos, T., Moreno, J., Pinto, L. S., Rodríguez, R., & Ramírez, O. (2009). Towards a climate change adaptation strategy for coffee communities and ecosystems in the Sierra Madre de Chiapas, Mexico. *Mitigation and Adaptation Strategies for Global Change*, 14(7), 605–625. <https://doi.org/10.1007/s11027-009-9186-5>
- Thomaé, M. N. V., Ayala, E. A., Sphan, M. S., & Stortti, M. A. (2006). Etiología y prevención del síndrome de burnout en los trabajadores de la salud. *Revista de Posgrado de la Vía Cátedra de Medicina*, (153), 18–21. http://med.unne.edu.ar:8080/revistas/revista153/5_153.pdf
- Viguera, B., Alpízar, F., Harvey, C. A., Martínez-Rodríguez, M. R., Saborío-Rodríguez, M., & Contreras, L. (2019). Climate change perceptions and adaptive responses of small-scale farmers in two Guatemalan landscapes. *Agronomía Mesoamericana*, 30(2), 313–331. <https://doi.org/10.15517/am.v30i2.33938>
- Viloria De La Hoz, J., Marquese, R. D. B., Bonet Moron, J. A., Gómez Parra, A., Rodríguez Echeverry, L., Samper Kutschbach, M., & Lemus Navarro, P. (2024). *Café Caribe: Historia y economía de la caficultura en la Gran Cuenca del Caribe, siglos XVIII-XXI*. Editorial Unimagdalena. <https://doi.org/10.21676/9789587467260.9789587467277>
- Villas, M., Cobreros, R., García, M., Salgado, J., y Linares, E. (2018, 1–28 de febrero). *Estrategias de afrontamiento y autoestima. Variables psicológicas implicadas en el riesgo suicida*. XIX Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría, Psiquiatría.com. <https://psiquiatria.com/congresos/pdf/1-1-2018-4-pon6%5b1%5d.pdf>
- Wang, Y., Xie, Y., Dong, W., Ming, Y., Wang, J., & Shen, L. (2017). Adverse effects of increasing drought on air quality via natural processes. *Atmospheric Chemistry and Physics*, 17(20), 12827–12843. <https://doi.org/10.5194/acp-17-12827-2017>
- Weingarten, D. (2017, 6 de diciembre). Why are America's farmers killing themselves in record numbers? *The Guardian*. <https://www.theguardian.com/us-news/2017/dec/06/why-are-americas-farmers-killing-themselves-in-record-numbers>
- Zuluaga, V., Labarta, R., & Läderach, P. (2015). *Climate change adaptation: The case of the coffee sector in Nicaragua* (Working Paper). AgEcon Search. <https://doi.org/10.22004/AG.ECON.205875>