



Dimensiones de Burnout académico en estudiantes universitarios de noveno semestre de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello

Yuliana Carolina Giraldo Quiceno

Valentina Vélez Moncada

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

noviembre de 2023

Dimensiones de Burnout académico en estudiantes universitarios de noveno semestre de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello

Yuliana Carolina Giraldo Quiceno

Valentina Vélez Moncada

Trabajo de Grado presentado como requisito para optar al título de Psicólogo

Asesor(a)

Juan Esteban Gómez Moreno

Docente programa de psicología

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

noviembre de 2023

Agradecimientos

Primero que todo agradecer a Dios por guiarnos con su sabiduría y entendimiento para culminar este proyecto de grado con éxito, de la misma manera a nuestros familiares que con su apoyo económico y emocional, sus oraciones, palabras de aliento durante todo este proceso fueron un apoyo muy importante para nosotros, también queremos agradecerles a todos aquellos que de gran manera hicieron parte de este proceso y en especial aquellos que nos abrieron las puertas y compartieron su conocimiento con nosotras.

Agradecemos a nosotras mismas como equipo de trabajo para la elaboración de este proyecto, por el afecto, el cariño y entrega de cada una para la gestión del mismo, que ha requerido de esfuerzo y dedicación de nuestra parte, esto no hubiese sido posible sin la cooperación brindada por cada de una de nosotras.

A la universidad UNIMINUTO y sus docentes por hacer parte de este proceso de formación integral y como resultado de esto, presentamos nuestro trabajo de grado, que quedara dentro de los conocimientos y desarrollo de las nuevas generaciones que están por llegar a esta fase final de su carrera universitaria.

Tabla de contenido

1. Resumen	7
2. Abstract.....	8
3. Introducción.....	9
4. CAPÍTULO I.....	11
1. Planteamiento del problema.....	11
2. Pregunta de investigación	13
3. Justificación	13
5. CAPÍTULO II.....	15
1. Estado del arte.....	15
2. Estado del arte nacional	15
1.1.1 Estado del arte internacional	17
6. CAPÍTULO III	20
1.2 Marco teórico.....	20
1.2.1 Teoría Clínica Cognitivo Conductual	20
1.2.2 Teoría Transaccional de Lazarus y Folkman	24
1.3 Marco conceptual.....	27
1.3.1 Definición de estrés.....	27
1.3.2 Diferencia entre Burnout y Estrés	28
1.3.3 Definición de Burnout.....	29
1.3.4 Explicativo del origen del término burnout.....	32
1.3.5 Fases del Síndrome de Burnout.....	34
1.3.6 Algunas variables que aumentan el riesgo de padecer Burnout.....	35
1.3.7 Burnout académico	36
1.4 Marco legal	38
1.4.1 Ley 1090 del 2006.....	38
1.4.2 Código Deontológico y Bioético para el desarrollo profesional de la psicología Titulo 7 Ley 1090 del 2006	40
1.4.3 Resolución 8430 de 1993	42
2 CAPÍTULO IV	44
2.1 Objetivos.....	44

2.1.1	Objetivo General	44
2.2	Objetivos específicos	44
2.2.1	Objetivo específico 1	44
2.2.2	Objetivo específico 2.....	44
2.3	Metodología	45
2.3.1	Diseño de Investigación	45
2.3.2	Hipótesis.....	45
2.3.3	Participantes	46
2.3.4	Instrumento.....	46
2.3.5	Procedimiento.....	47
2.3.6	Plan de análisis	47
2.3.7	Consideraciones éticas	48
7.	Resultados.....	49
8.	Discusión	60
9.	Referencias	62

Índice tablas

Tabla 1 <i>Datos Normativos de calificación Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS)</i>	47
.....	
Tabla 2 <i>Características Sociodemográficas</i>	49
Tabla 3 <i>Resultados Prueba Maslach Burnout Inventory Student Survey</i>	50
Tabla 4 <i>Prevalencia del Burnout Académico en nivel muy bajo por género.</i>	51
Tabla 5 <i>Prevalencia nivel bajo de burnout académico por género</i>	52
Tabla 6 <i>Prevalencia nivel medio-bajo de burnout académico por género</i>	52
Tabla 7 <i>Prevalencia nivel medio alto burnout académico por género.</i>	53
Tabla 8 <i>Prevalencia nivel alto burnout académico por género.</i>	53
Tabla 9 <i>Prevalencia nivel muy alto de burnout académico por género.</i>	54
Tabla 10 <i>Comparativa de la prevalencia del Agotamiento por edades</i>	55
Tabla 11 <i>Comparativa de la prevalencia del Cinismo por Edades</i>	56
Tabla 12 <i>Comparativa por edades Eficacia académica</i>	57
Tabla 13 <i>Comparativa estrato socioeconómico niveles de Burnout en subescala agotamiento</i> ...	58
Tabla 14 <i>Comparativa estrato socioeconómico niveles de Burnout en subescala cinismo</i>	59
Tabla 15 <i>Comparativa estrato socioeconómico niveles de Burnout en subescala Eficacia</i>	59

1. Resumen

El presente trabajo abarca el concepto del Burnout académico, ya que este es una patología clínica de gran significancia que afecta las esferas biopsicosociales del sujeto que lo padece se caracteriza por tres elementos fundamentales agotamiento emocional, cinismo y finalmente eficacia académica lo cual no solo es una afectación a nivel individual, sino que se ha convertido en una problemática de carácter social. Esta investigación tiene como objetivo principal identificar las dimensiones del burnout académico y la prevalencia que se experimenta en 30 estudiantes universitarios de noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello en el semestre 2023-2; con una metodología de Estudio cuantitativo descriptivo transversal, muestra probabilística de $n=30$ estudiantes de psicología de noveno semestre de una universidad privada de Medellín en el periodo semestral 2023-2 donde el 80% correspondió a mujeres. Se aplicó la escala Maslach burnout Inventory Student Survey (MBIS-S) validado en Colombia con un alfa Cronbach de 0.832 para agotamiento emocional, 0.809 cinismo junto 0.747 eficacia académica; como resultados no se encontraron altos niveles de burnout en la población estudiada sin embargo existen algunos índices que son necesarios estudiarlos a fondo en aras de prevenir el síndrome de desgaste ocupacional; finalmente en la discusión se determinó que existían altos porcentajes de población ubicadas en los niveles alto hasta muy alto de agotamiento emocional, además, un porcentaje alto en cinismo, pero niveles porcentuales también elevados de eficacia, lo cual determina elevados niveles de burnout.

Palabras clave: Síndrome de Burnout, Síndrome de Burnout Académico, Agotamiento Emocional, Cinismo, Eficacia, Síndrome del Quemado, Dimensiones del Burnout

2. Abstract

The present work covers the concept of academic Burnout, since this is a clinical pathology of great significance that affects the biopsychosocial spheres of the subject who suffers from it. It is characterized by three fundamental elements emotional exhaustion, cynicism and finally academic effectiveness, which is not only a affectation at an individual level, but has become a social problem. The main objective of this research is to identify the dimensions of academic burnout and the prevalence experienced in 30 university students in the ninth semester of the psychology program of the Minuto De Dios University Corporation at the Bello campus in the 2023-2 semester; With a cross-sectional quantitative descriptive study methodology, a probabilistic sample of n=30 ninth semester psychology students from a private university in Medellín in the 2023-2 semester period, where 80% were women. The Maslach burnout Inventory Student Survey (MBIS-S) scale validated in Colombia was applied with a Cronbach alpha of 0.832 for emotional exhaustion, 0.809 cynicism along with 0.747 academic efficacy; As a result, high levels of burnout were not found in the population studied; however, there are some indices that need to be studied in depth in order to prevent occupational burnout syndrome; Finally, in the discussion, it was determined that there were high percentages of the population located in high to very high levels of emotional exhaustion, in addition, a high percentage in cynicism, but also high percentage levels of efficacy, which determines high levels of burnout.

Keywords: Burnout Syndrome, Academic Burnout Syndrome, Emotional Exhaustion, Cynicism, Efficacy, Burnout Syndrome, Dimensions of Burnout

3. Introducción

El burnout académico es una patología significativa dentro del ámbito académico, debido a la cronicidad en sus síntomas así como su gran incidencia, caracterizado por tres síntomas fundamentales: agotamiento emocional determinado como una pérdida significativa de la capacidad de expresar y manejar adecuadamente la conducta emocional del sujeto, cinismo es cual se entiende como un tipo de respuesta conductual, la cual genera negativismo, insensibilidad, apatía, con respecto a los compromisos e individuos inmersos en el área académica, junto con déficits en eficacia académica entendida como las cogniciones que genera el sujeto en relación con pensamientos de falta de competencia personal, sentimientos de ineficacia en relación con las tareas propias del estudio. Para los estudiantes universitarios las afectaciones se dan a nivel biológico, psicológico y social lo cual desarrolla: bajo rendimiento académico, patologías clínicas severas, problemáticas a nivel de pensamientos y conductas, así como déficits en torno al desarrollo en las diferentes áreas personales.

Estos elementos presentan un reto para los estudiantes, quienes se ven en la tarea de generar estrategias de afrontamiento adecuadas, sin embargo, en reiteradas ocasiones no son efectivas, originando para estos significativos déficits, no solo en el aspecto individual, sino también en su desempeño social. En contexto con esto, lo anterior también se presenta como un reto para instituciones universitarias las cuales se ven en la obligación de crear estrategias a nivel directivo y de planta docente para disminuir significativamente dicha afectación; sin embargo, esta se ha convertido en una dificultosa tarea que ha genera para estas grandes demandas a nivel: físico, intelectual, social y económico. Elementos que en reiteradas ocasiones han excedido las capacidades de estas, ocasionando problemáticas para realizar efectivamente estrategias de disminución y prevención de burnout académico. Este estudio se propone debido a la necesidad

de caracterizar la incidencia en torno a las grandes afectaciones que deriva el síndrome para los estudiantes universitarios, así como servir como pieza clave en torno a la instauración de planes de prevención de esta patología. Finalmente, estos elementos descritos anteriormente evidencian la necesidad del mismo debido al aumento de este síndrome, derivado de problemáticas tanto individuales como sociales. Para esto se planteó como objetivo determinar las dimensiones del burnout académico que se experimenta en 30 estudiantes universitarios de noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello en el semestre 2023-2, a través de una metodología de tipo cuantitativa con una muestra no probabilística, se aplicó el instrumento Maslach Burnout Inventory Student Survey, como resultado se determinó que cerca del 80% de la población se encontraba en los niveles alto y medio alto de agotamiento emocional, para cinismo se determinó una población del 60% en los niveles altos y finalmente en eficacia un poco mas del 66% se ubicaron entre los niveles altos y muy altos, elementos que demuestran la presencia del síndrome de burnout en la población. Los anteriores resultados se relacionaron con investigaciones como las de Estrada Araoz et al., 2021, Loaiza Castro et al., 2016 o Rodríguez Villalobos et al., 2019.

4. CAPÍTULO I

1. Planteamiento del problema

Graham Greene en su texto “A Burnout Case” relató la historia de un arquitecto con una saturada carga y reproducción constante e igualitaria de su trabajo la cual le ocasiona una fuerte afectación en salud. Con el objetivo de solucionar dicha problemática el profesional toma la decisión de abandonar su labor en aras de huir hacia “la paz” (Quiceno & Alpi, 2007). En relación a Quiceno & Alpi (2007) la Organización Mundial de la salud (OMS) define al Burnout; también conocido como síndrome del quemado; como una entidad con síntomas biopsicosociales, enmarcado en afectaciones: biológicas, psicológicas y sociales para el sujeto las cuales no le permiten desarrollarse efectivamente en sociedad, así como cumplir con las demandas intrínsecas a la facultad de ciudadano y persona.

Las afectaciones a nivel biológico son: cefalea, tensión excesiva, problemáticas de carácter estomacal, así como implicaciones al período menstrual junto con dolor crónico en la zona lumbar o en el área cervical (Gómez-Magallanes et al., 2023; Lovo, 2020; OMS, 2019; Woo et al., 2020; Maslach, 1982; Freudenberger, 1974). En el carácter psicológico se sitúan en: despersonalización, agotamiento emocional, sabotaje propio, déficits en creatividad junto con desorientación cognitiva lo cual posibilita la aparición de trastornos de carácter psicopatológico como: la ansiedad, la depresión o la paranoia (Avecillas Cazho et al., 2021; Lovo, 2020; Orozco Orozco et al., 2021; Torres Romero & Alcaraz Romero, 2020). Estos síntomas debido a su integralidad afectan significativamente el desempeño social del sujeto debido a la aparición de: consumo de sustancias psicoactivas, conductas adictivas al trabajo, aislamiento, distanciamiento afectivo o conflictos interpersonales (Abubakar et al., 2022; Aydin Guclu et al., 2022; Posada Quintero et al., 2018; Rodríguez Ramírez & Reátegui-Vargas, 2020).

Lo resaltado en el párrafo anterior toma mayor relevancia cuando se tiene en cuenta la alta incidencia de la patología. En mediciones hechas en la costa caribe colombiana se reportan datos estadísticos de prevalencia porcentual con resultados en agotamiento inferiores al 4% y cercanos al 40% (Marengo et al., 2017). Junto con esto se reportan en resultados de cinismo que van desde 4.9% a un poco menos del 30%, finalmente eficacia que inicia en porcentajes de 4.9% a cerca de 49% (Marengo et al., 2017). En una medición del síndrome de desgaste ocupacional realizada en la ciudad de Cartagena Colombia determinaron en su población baja prevalencia en estudiantes de medicina en comparación con otros trabajos investigativos, así como resultados enmarcados en que cerca del 37% presentaba agotamiento emocional, 37.2% cinismo finalmente 25.6% déficits en eficiencia académica (Gonzales et al., 2023). Finalmente, en una investigación realizada por Jiménez y Caballero (2021) en 2890 estudiantes universitarios de la ciudad de santa marta determinaron en su investigación que cerca al 28% tiene malestar general entorno a salud mental, 27% dificultades de agotamiento elevado, 35% presenta alto cinismo y 20% finalmente alta ineficacia.

Como síntesis de los párrafos anteriores, este síndrome es alarmante para los estudiantes universitarios, debido a que sus características de agotamiento emocional, cinismo y déficits en eficacia no les permiten desarrollar adecuadamente sus actividades académicas, en especial para algunos estudiantes de últimos semestres, los cuales se ven enfrentados a la tarea de realizar sus prácticas junto con monografías de grado; otros por su parte sumado a esto tienen una dispendiosa tarea de cumplir con responsabilidades familiares extenuantes como el arreglo del hogar o estar al pendiente de los roles determinados dentro de este ámbito, finalmente en el aspecto laboral dificultades en: cumplir con las tareas, problemáticas en el aspecto relacional o exacerbados horarios laborales, Rodríguez Villalobos et al., (2019).

2. Pregunta de investigación

¿Cuáles son las dimensiones del burnout académico en los estudiantes universitarios de noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello en el semestre 2023-2?

3. Justificación

La problemática del Burnout académico es actualmente una de las patologías más significativas a nivel social debido a sus síntomas y constantes afectaciones a la vida del sujeto que la padece (Colegio Médico Colombiano, 2019; OMS, 2019). Lo anterior es de cuidado debido a que existe gran evidencia en torno a una falta de datos de carácter estadístico actualizado gracias a que las investigaciones difieren con respecto al instrumento utilizado, la población, así como caracteres personales o situaciones académicas; Elementos los cuales imposibilitan cuantificación estadísticamente significativa de la población que padece la patología junto con déficits de trabajos investigativos en esta temática (Ávila Toscano et al., 2010).

Debido a esto, esta investigación permitirá caracterizar a estudiantes universitarios acerca de las diferentes afectaciones e implicaciones del burnout para quien lo padece; en relación con la psicología y la salud en general podrá servir de guía para la generación de propuestas investigativas similares, las cuales pretendan hacer uso de un marcos metodológicos y teóricos adecuadamente establecido. En contexto, esta permitirá el apropiamiento de más literatura científica, la cual facilite la contextualización del burnout en diferentes poblaciones de estudio. Finalmente, a nivel práctico facilitará la instauración de las bases para planteamientos, técnicas y programas futuros que estén en aras de reducir el síndrome de desgaste ocupacional en instituciones universitarias. En contexto a nivel gubernamental permitirá servir de herramienta a

la hora de planteamientos, programas y legislativas en términos de salud, así como laboral determinados por los entes gubernamentales, relacionado con lo anterior permitirá a estudiantes de psicología contrastar con sus conocimientos teóricos prácticos en aras de mejorar sus metodologías y procedimientos en pro de mejores dinámicas de salud ocupacional.

5. CAPÍTULO II

1. Estado del arte

El burnout ha sido una de las patologías clínicas que más se ha estudiado en los últimos años debido a su incidencia y crónicos síntomas; es por esto que es necesario el establecimiento de un marco que establezca un punto de vista metodológico que oriente esta investigación delimitándola en relación con otros estudios que finalmente permita indagaciones y posibles conclusiones entorno a este síndrome de desgaste ocupacional en estudiantes universitarios.

2. Estado del arte nacional

Estrada et al (2017) a través de una metodología de carácter cuantitativo no experimental se aplicó la escala unidimensional de burnout estudiantil (EUBE) a 452 estudiantes de pregrado de una universidad de barranquilla de características variadas en torno a: edad, sexo, jornada académica, estrato socioeconómico o rol universitario. Esta escala fue utilizada para resolver el objetivo de investigación enfocado en analizar la relación tripartita entre características sociodemográficas, burnout y bienestar psicológico. Como resultado Estrada et al (2017) determinó más altas probabilidades en hombres universitarios para desarrollar burnout, en contraposición a esto la investigación determinó que las mujeres tenían índices más altos de bienestar psicológico junto satisfacción, sin embargo, no se denotaron grandes problemáticas en torno a salud mental en ambas poblaciones, finalmente se determinaron correlaciones positivas entre mayor nivel semestral y más altos índices de burnout.

En contexto con Estrada et al., (2017) los autores Ferrel et al., (2017) en su artículo titulado “variables académicas y sociodemográficas relacionadas con el síndrome de burnout en estudiantes de ingeniería y ciencias de la salud en una universidad estatal de Colombia”, estos se propusieron como objetivo comparar dimensiones del síndrome de burnout en estudiantes de las

carreras de ingeniería y ciencias de la salud en contexto con variables del ámbito académico en relación con promedio, variables sociodemográficas, grupo etario, género de participantes. Lo anterior por medio del enfoque de Bandura a través de una investigación empírica analítica transversal con una población poco superior a los 1000 estudiantes que finalmente arrojó muestra de 280 de ambas facultades a los cuales se les aplicó el inventario de burnout académico (MBI-SS). Los autores Ferrel et al., (2017) como resultado obtuvieron niveles bajos y medios de agotamiento emocional y cinismo; sin embargo, determinaron nivel alto de autoeficacia junto con diferencias significativas en este último aspecto relacionado con el semestre junto con promedio académico. Finalmente determinaron diferencias significativas también en agotamiento con relación al semestre y pregrado presentando mayor agotamiento las carreras de medicina, odontología, ingeniería ambiental y sistemas.

En el artículo “prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes de medicina de una institución universitaria de Cartagena Colombia” los autores González et al (2023) se propusieron como objetivo la identificación de la prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes de medicina en una universidad de Cartagena con una metodología cuantitativa de carácter descriptiva, con 383 encuestas del Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBIS-S), como resultado se obtuvo que un poco más del 30% presenta síndrome de burnout. En relación con esto Figueroa et al., (2019) realizaron una investigación cuantitativa exploratoria que tenía como objetivo validar el instrumento Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBIS-S) con una muestra de 233 estudiantes admitidos determinaron como resultados una adecuada confiabilidad del instrumento, consistencia interna, explicación de varianza junto análisis factorial confirmatorio, notable interacción entre las escalas junto consistencia interna de adecuado nivel en el texto “validación de instrumentos para la medición de resiliencia y

síndrome de burnout en estudiantes del programa de ingeniería industrial de la universidad de córdoba Colombia”.

En contexto con los anteriores textos, el texto “Burnout académico y síntomas relacionados con problemas de salud mental en universitarios colombianos” de Marengo et al (2017) como objetivo se propuso la identificación en relación con las dimensiones del síndrome de burnout académico en las diferentes problemáticas en un grupo de jóvenes estudiantes de universidad del caribe colombiano por medio de un estudio cuantitativo explicativo con el Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBIS-S) junto con el inventario de síntomas 90-R en una muestra de 204 estudiantes, como resultados los autores determinaron que entorno a las variables del burnout en altos índices se incrementan las problemáticas en relación con la salud mental demostrando que el agotamiento presenta gran relevancia para la aparición sintomatología generando del burnout un síndrome de importancia debido a su crónica sintomatología.

1.1.1 Estado del arte internacional

La problemática del burnout se evidencia a nivel mundial, investigaciones en todo el mundo han indagado acerca de este proceso en estudiantes universitarios.

El artículo titulado “síndrome de burnout en estudiantes universitarios: tendencias actuales” elaborado por Loayza et al., (2016) tuvo como objetivo realizar una caracterización en aras de actualizar la información en relación al síndrome de burnout en estudiantes universitarios donde utilizaron como metodología la revisión sistemática de literatura científica; para determinar los resultados adecuadamente elaboraron criterios de inclusión en los cuales estaban el poseer una titulación enmarcada en palabras claves de la investigación, que el trabajo investigativo se desarrollará en universitarios con una fecha de publicación no inferior a 2010;

gracias a esta metodología los autores Loayza et al., (2016) obtuvieron como resultado que de los 34 artículos revisados tan solo 12 cumplieron con criterios de inclusión, en estos artículos determinaron que la prevalencia del síndrome de desgaste ocupacional se presenta en un marco porcentual entre el 8% y un poco más del 55% de la población estudiada. Debido a estos resultados los investigadores Loayza et al., (2016) determinaron necesidad de más trabajos investigativos en línea con el burnout debido a significancias en torno a la prevalencia del burnout en sus diferentes dominios en la población estudiada.

A través de una metodología cuantitativa con diseño descriptivo con el instrumento Maslach Burnout Inventory Student Survey los autores Rodríguez et al., (2019) se propusieron como objetivo comparar los perfiles de burnout en mujeres y hombres universitarios en una universidad de México, donde contaron con poco más de 1100 participantes donde 598 correspondieron a mujeres con una media etaria de 20.5 años y hombres 20.84, como resultados a través del análisis de sus escalas estipularon como resultado que las mujeres reportan mayor nivel de burnout en la totalidad de las dimensiones, donde se determina la necesidad de la variable de género a la hora de implementar programas en relación con la reducción del burnout elementos explícitos en su texto “Burnout académico percibido en universitarios ; comparaciones por género”.

Por su parte García et al., (2018) en el trabajo investigativo desarrollado bajo el título “factores asociados al burnout académico en estudiantes de internado profesional de fonoaudiología” tuvo como finalidad determinar existencia del burnout académico junto con la asociación de variables sociodemográficas en estudiantes de fonoaudiología, como metodología aplicaron un cuestionario de caracterización entorno antecedentes académicos, sociales y personales por medio del instrumento Maslach Burnout Inventory Student Survey; estos autores

demonstraron la inexistencia del síndrome en la población evaluada sin embargo cansancio emocional fue el elemento del burnout que obtuvo puntajes más altos así como diferencias nulas entre personas que realizan prácticas académicas en áreas de salud y educativas, en contexto se determinaron que las variables que relacionaban mayormente con el cansancio emocional se enmarcan en sexo masculino, pertenencia a sector urbano junto con consumo de tabaco.

En contexto, como resultado Pere et al., (2019) determinó como conclusión tras el análisis del instrumento que existe en su población puntajes elevados de burnout académico en sus dimensiones, con porcentajes superiores al 10% de individuos con mayor gravedad, donde determinaron necesidad de programas de prevención y promoción en las facultades académicas, esta conclusión la realizó Pere et al., (2019) gracias a un estudio transversal de 118 estudiantes con un poco más del 70% perteneciente a segundo semestre de medicina por medio de una escala de estrés percibido, el Maslach Burnout Inventory Student Survey y cuestionario de 90 síntomas.

Finalmente en el artículo “ síndrome de burnout en estudiantes de enfermería” de los autores Jiménez et al., (2021) tuvieron como objetivo la determinación del burnout en estudiantes del pregrado de enfermería, esto por medio de un estudio transversal no experimental por medio de un muestreo no probabilístico utilizaron como población a alumnos de quinto semestre de enfermería de una universidad privada de México, donde demostraron como resultado por niveles de burnout lo siguiente: 12% en nivel severo, 70% moderado, 18% nulo burnout; donde las puntuaciones más significativas se establecieron en agotamiento y despersonalización. Lo cual elaboró como conclusión, que los estresores concurrentes y excesivos generan daños significativos en estudiantes al igual que en trabajadores determinando necesidad de estrategias de prevención referente al síndrome.

6. CAPÍTULO III

1.2 Marco teórico

1.2.1 Teoría Clínica Cognitivo Conductual

La teoría clínica desde la corriente cognitivo-conductual plantea al ser humano como un sujeto racional el cual posee pensamientos, emociones y conductas que permiten el desarrollo óptimo de este en su contexto (Barbosa Ardila et al., 2020; Bonilla, 2019; Garay Ordoñez & Carhuancho Mendoza, 2019; Leiva- Peña et al., 2021). Esta teoría abarca la influencia de conductas y pensamientos en relación con las emociones como causa principal de trastornos emocionales, así como físicos. La misma sostiene que el sujeto no sufre debido a los contextos que suceden, sino que su padecer se da debido a las contextualizaciones y atribuciones que este da entorno a los eventos (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009).

Las atribuciones anteriormente mencionadas son procesadas por el sujeto a través de esquemas definidos como patrones de carácter cognitivo que constituyen el conocimiento que fundamenta las bases para la interpretación de la realidad; estos presentan diferentes tipos: esquemas cognitivos son los que se encargan del recuerdo, la interpretación y la abstracción; afectivos que tienen la tarea de generalizar los sentimientos; motivacionales que van entorno a deseos, los esquemas instrumentales que preparan para la acción y finalmente los esquemas de control que se encargan de la inhibición accionar (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009).

Estos esquemas se dividen en dos: esquema nuclear; el cual es el lugar más básico donde se reúne la información del sujeto que favorece a la aparición de la tríada cognitiva: la visión de sí mismo, los otros y el mundo (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009).

Así como esquemas intermedios compuestos por: supuestos, creencias condicionales que responden normalmente de manera estándar en línea con el esquema nuclear ante determinados acontecimientos; reglas que son criterios rígidamente estructurados que no se pueden vulnerar los cuales condicionan los pensamientos y conductas del sujeto y finalmente las actitudes las cuales se establecen como las opiniones, pensamientos y conductas que el individuo tiene entorno a determinada situación (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009). Cuando los elementos anteriormente acotados son inadecuadamente manejados llevan a problemáticas sociales como: relacionamiento del sujeto, elaboración efectiva de su trabajo, desempeño óptimo en todas las áreas sociales y personales o finalmente trastornos como el burnout (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009).

Cuando estos esquemas se ven afectados ocurre para el sujeto problemáticas de carácter biopsicosocial lo cual lleva en sus casos más severos a trastornos; estas afectaciones se dan debido a la aparición de errores en el procesamiento de la información o distorsiones cognitivas de carácter irracional; entre las más comunes se encuentran: Lectura de mente, donde el sujeto cree que es capaz de leer los pensamientos de los demás antes de que estos lo hagan evidentes. En la adivinación del futuro, el individuo cree saber lo que va a pasar en su futuro normalmente asociándolo a emociones y/o acontecimientos adversos (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009). Dentro de estas, también se encuentra la catastrofización la cual sucede cuando el sujeto considera que su futuro va a ser muy negativo y perjudicial para éste, seres cercanos, lugares o la misma humanidad; junto con este aparece; la maximización/minimización, donde el individuo evalúa a sí mismo, a los otros o eventos en extremos de calificación que se estipulan en altamente superior o muy inferior, en suma con lo anterior aparece el catalogar

donde el paciente otorga categorías globales normalmente negativas a sí mismo, personas o a cosas (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009).

En contexto con las líneas anteriores se encuentra también dentro de las distorsiones cognitivas: la descalificación; esta como su nombre lo indica, genera el pensamiento irracional de que las características y fortalezas del sujeto son insuficientes o que los retos cumplidos o tareas no valen nada o son muy sencillas de hacer por cualquier persona, seguidamente la abstracción selectiva se presenta cuando el sujeto ante una situación o contexto determinado de toda la información posible toma como referencia algunos aspectos que pudiesen ser considerados como negativos por este (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009). Por su parte la sobre generalización negativa se desarrolla cuando el individuo toma un foco entorno a los detalles negativos de una persona o evento sin tomar en cuenta el resto de los aspectos presentes en el evento o características de la persona (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009).

En vista de lo anterior, se encuentra la distorsión del pensamiento dicotómico la cual se establece cuando el sujeto establece para un evento solamente dos categorías entorno a una totalidad o nulidad de características y emociones de parte del evento o los otros (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009); a propósito de esto se presenta además la distorsión de deberías la cual se determina cuando el sujeto considera sus acciones en relación a un deber por el simple hecho de cumplir con características propias del mismo sin tener una base racional (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009). Dentro de lo anterior se relaciona la distorsión de personalización dada en dos visiones: una de estas establecida cuando el sujeto considera que los eventos considerados por este como negativos o catastróficos son dados debido a su culpa, así como una segunda caracterizada cuando el sujeto considera que los

eventos o conductas que considera “negativas” se dan únicamente para molestarlo (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009). Dentro de este marco, se conjuga el echar la culpa; distorsión donde el sujeto otorga responsabilidades a los otros de sus “fracasos” considerándolos a estos como impulsores de dichas situaciones, así como de su negatividad y nulo cambio (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009).

Así las cosas, dentro de este grupo de distorsiones se encuentra la comparación falsa la cual se determina cuando el sujeto se compara con sujetos que considera “superiores” en cualquier área para sentirse inferior logrando de esta manera incrementar su esquema nuclear; finalmente, se puede encontrar el razonamiento emocional; donde el sujeto analiza los eventos en contexto con lo que siente por estos en diferencia con la realidad evidente del evento (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009). Estas distorsiones causan grandes afectaciones en el sujeto; más aún; cuando se unen con heurísticos o atajos mentales que reducen complejidades de la información que otorga el contexto logrando con esto inferencias que ayudan a confirmar lo que piensa el sujeto; estos heurísticos se dividen en: disponibilidad, consiste en inferir e interpretar el acontecimiento en base a la primera información que tenemos disponible en nuestro esquema, el de representatividad, es aquel en el cual un individuo da inferencias de un evento debido a su similitud con otro ya experimentado y anclaje donde el sujeto toma de un suceso algún elemento común o ya conocido según el sujeto como punto de referencia para llevar a cabo la interpretación (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009).

1.2.2 Teoría Transaccional de Lazarus y Folkman

Lazarus y Folkman basaron su teoría transaccional en lo referenciado anteriormente acotando relación entre errores en la interpretación de la realidad a través de los esquemas del sujeto y estrategias de afrontamiento inadecuadas con el padecimiento del burnout (Ángeles Ruiz et al., 2012; A. Beck et al., 1992; J. Beck, 2009). Estos proponen la correlación entre la manera como las personas utilizan estrategias para afrontar las problemáticas de su diario, así como el contenido emocional que experimenta el sujeto tras la evaluación de un evento como estresante (Folkman, 2013; Lazarus & Folkman, 1987). En relación con esto, se tiene en cuenta que el estrés hace aparición en la relación sujeto y contexto cuando se presentan: amenazas al individuo, valoraciones personales acerca de imposibilidad de recursos para hacerle frente a los retos del suceso, así como finalmente la consideración de parte del sujeto de dicho evento como amenazante en relación con el bienestar propio (Folkman, 2013; Lazarus & Folkman, 1987). Esto, finalmente ocasiona respuestas de carácter fisiológico como: elevación de la frecuencia cardíaca, tensión muscular, incremento en la actividad electrodérmica, así como aumentos en la temperatura periférica las cuales pretenden proteger al organismo de daños (González Cabanach et al., 2018; Ramírez González et al., 2021; Ruvalcaba Palacios, 2021). Elemento que lleva al sujeto a la tarea de la elaboración de estrategias de afrontamiento que elaboren metodologías en aras de solucionar las problemáticas y emociones que se dan durante un suceso estresante (Folkman, 2013; Lazarus & Folkman, 1987).

En línea con lo anterior, es necesario resaltar que el afrontamiento puede ser definido como cada uno de los actos que elabora el sujeto en aras de manejar las adversidades del entorno que le permitan la disminución sistemática de la perturbación en los niveles físico y psicológico

(Folkman, 2013; Lazarus & Folkman, 1987). Esto finalmente contextualiza lo que se conoce como estilos de afrontamiento que se definen como la energía proporcionada de parte del sujeto en relación a su desarrollo cognitivo y de su conducta en búsqueda de darle un manejo a los eventos internos y externos que son determinadas por este como una situación que excede sus herramientas de acción en el caso del estrés (Lazarus & Folkman, 1987).

En sintonía con lo anterior, se establecen dentro de la teoría dos formatos de afrontamiento: uno orientado al problema y otro orientado a la emoción; el primero de estos pretende por medio de la actuación de la persona en sintonía con el contexto eliminar la problemática (Lazarus & Folkman, 1987), este tipo de afrontamiento a su vez se entiende en dos aristas: la primera de estas elaborada por medio de un afrontamiento activo: el cual se establece cuando el sujeto toma la decisión de activarse por medio de diferentes pasos o metodologías en búsqueda de cambiar o eliminar las situaciones que le causan malestar (Lazarus & Folkman, 1987); en relación a este; se delimita un afrontamiento demorado el cual se caracteriza por el análisis no prematuro que busca actuar de manera adecuada con el fin de eliminar la situación conflictiva del individuo (Lazarus & Folkman, 1987).

En contexto con lo parametrizado en el párrafo anterior es necesario aclarar que el enfrentamiento centrado en la emoción; pretende eliminar la problemática estresante a través del manejo y/o regulación emocional del sujeto sin intervenir en el contexto (Lazarus & Folkman, 1987), este enfrentamiento tiene diversas categorías como: el apoyo social emocional el cual puede entenderse como la búsqueda activa del sujeto de su entorno social como elemento que refuerza conductas por medio de la simpatía y la comprensión de estos que le permiten finalmente llevar a cabo las tareas así como hacerle frente a las adversidades de su entorno (Lazarus & Folkman, 1987). Junto con este se encuentra una segunda categoría definida como

búsqueda de la religión la cual permite al individuo por medio de la religión, ritos y creencias hacer frente a sus problemáticas (Lazarus & Folkman, 1987).

Continuando con lo anterior dentro de esta misma teoría se establece que una estrategia también se elabora cuando el individuo pretende reinterpretar el estresor en aras de que este no se categorice como un elemento problemático teniendo en cuenta que el sujeto no busca eliminar la problemática de raíz (Lazarus & Folkman, 1987), en contexto aparece la concentración y el desahogo como herramienta de afrontamiento que pretende exteriorizar las emociones junto con las preocupaciones del individuo, este pudiese ser problemático si ocasiona obstáculos en el uso de estrategias de este tipo por parte del sujeto debido al estancamiento en la queja (Lazarus & Folkman, 1987). Junto con esta, aparecen estrategias como la liberación cognitiva-conductual que pretende el establecimiento de metodologías que permitan la distracción, así como la evitación cognitiva del estresor (Lazarus & Folkman, 1987). Conforme a esto se presenta la negación como aquella que pretende ignorar el estrés en búsqueda de que este se “elimine” ((Lazarus & Folkman, 1987), finalmente el consumo de sustancias psicoactivas como herramienta para eliminar el estresor (Lazarus & Folkman, 1987).

En aras de contextualizar mejor lo anterior se hace necesario comprender el concepto de estrés, el cual se da a través de tres ejes claves: la aparición de estímulos, las respuestas dadas a dichos estímulos, así como finalmente los mediadores. En el caso de la aparición de estímulos, se refiere a dicha etapa en la que se produce el acercamiento e interpretación de los estímulos, los cuales se presentan a nivel físico, psicológico o social (Lazarus & Folkman, 1987); al sujeto tener contacto con dichos estímulos le da una interpretación a estos otorgándole seguidamente respuesta por medio de su subjetividad en reacciones a nivel de su conducta y cognición, mismas que pueden ser adecuadas o no para dar respuesta a las problemáticas que propone su contexto

(Lazarus & Folkman, 1987); en línea con esto, los mediadores son los que determinan el nivel de amenaza; así como garantizan si las herramientas de afrontamiento que tiene el individuo ante este son suficientes (Lazarus & Folkman, 1987), finalmente los moduladores se refieren a los diferentes elementos que pudiesen aumentar o disminuir las probabilidades de la aparición del estrés (Lazarus & Folkman, 1987) .

1.3 Marco conceptual

1.3.1 Definición de estrés

La conceptualización del estrés se ha dado desde diferentes aristas; autores conceptualizan a este como una herramienta preparatoria fisiológica entorno al accionar de conductas por parte del sujeto (Fierro Santillán et al., 2019; Gallego Zuluaga et al., 2018; National Institute of Mental Health, 2023; Tobar Soto, 2022), en contexto se teoriza como una respuesta inespecífica del organismo ante demandas con características de exceso de parte del contexto donde interactúa el sujeto (Burgos Angulo et al., 2020; National Institute of Mental Health, 2023). Este se caracteriza por reacciones de carácter físico y emocional que experimenta el individuo tras la aparición de un contexto con características demandantes que se relaciona entorno a una dinámica elaborada por el estrés por medio de la relación entre el esfuerzo que se emplea para una tarea y el resultado que se obtiene (National Institute of Mental Health, 2023).

En relación con esto, encontramos teóricamente el reconocimiento de dos tipos de estrés: el eustrés es la respuesta objetiva que tiene el sujeto ante factores estresores lo cual permite la adecuación de las herramientas afrontativas del sujeto dando con esto paso a la movilización y resolución efectiva de sus problemáticas (National Institute of Mental Health, 2023). En antítesis el distrés es aquel que no permite una respuesta objetiva ante los factores estresores del medio lo cual ocasiona dificultades en la adquisición de herramientas de afrontación que lleva al

establecimiento de sintomatología perjudicial en los diferentes ámbitos de la vida del sujeto (National Institute of Mental Health, 2023); mismo elemento que tras su cronificación e ineficaz manejo puede llevar al padecimiento del síndrome de desgaste ocupacional (National Institute of Mental Health, 2023). Esta categoría en el contexto académico ha sido delimitada como un riesgo en emergencia que afecta la productividad ocasionando la aparición de niveles altos de ausentismo académico en estudiantes universitarios (Bouza et al., 2020; Burgos Angulo et al., 2020; López-Trejo et al., 2018).

1.3.2 Diferencia entre Burnout y Estrés

Entender al Burnout y el estrés como iguales pudiese causar problemáticas a la hora de tratar el síndrome dando cabida a la aparición de dificultades en torno al proceso de aprendizaje o universitario. En contexto, el estrés puede ser definido como una sensación que lleva a la movilización, este elemento presenta problemáticas cuando no permite realizar adecuadamente las actividades del diario vivir del individuo debido a la aparición fisiológica de tensiones y agotamiento; instaurado en el sujeto en diferentes momentos del día o en determinados días a la semana (Navinés et al., 2021; Seijas-Solano, 2019; Vidotti et al., 2019). En relación con esto, el burnout es una patología que se da en el sujeto de manera gradual resultado del exacerbado estrés de su día a día con una duración estimada de meses e incluso años; originada gracias a diferentes intensidades académicas determinadas como: leves, moderadas, graves y extremas (Navinés et al., 2021; Seijas-Solano, 2019; Vidotti et al., 2019). Dicha patología presenta no sólo afectaciones físicas sino también psicológicas y sociales lo que lleva al sujeto al accionar de conductas adversas como: consumo de sustancias psicoactivas, alcohol o ausentismo académico incrementando el riesgo de violencia de parte de este o intentos suicidas (Navinés et al., 2021; Seijas-Solano, 2019; Vidotti et al., 2019).

1.3.3 Definición de Burnout

El Burnout o síndrome de desgaste ocupacional (OMS, 2023) es una patología específica del contexto laboral y académica originada como último estadio del estrés crónico que se ha manejado insatisfactoriamente para su eliminación (OMS, 2023). Este es caracterizado por tres esferas fundamentales: la primera de estas falta de energía junto con un déficit alto de energía para el sujeto que la padece, en contexto esta patología presenta para este una segunda esfera caracterizada por conductas de distanciamiento junto con dificultades a nivel emocional y atencional entorno al desarrollo de las responsabilidades académicas por parte del sujeto lo que lleva al incumplimiento o la inadecuada finalización de las tareas en el contexto académico lo cual logra negativismo ante este (OMS, 2023). Lo anterior se desarrolla finalmente a pensamientos de falta de eficacia para realizar sus tareas o falta de capacidad de autorrealizarse en su contexto universitario de parte de quien tiene el síndrome (OMS, 2023).

Otros autores en línea con lo parametrizado en el párrafo anterior han definido a esta misma patología como aquella que se caracteriza por una visión propia del individuo como fracasado junto con sentimientos de desgaste existencial originados por la extenuante carga de trabajo originado por materias u obligaciones universitarias que traen consigo un sobre esfuerzo en las áreas personales del sujeto, lo cual elabora finalmente sobrecargas que generan la sensación de “quemado” para el estudiante (Freudenberger, 1974). En relación con esto, dentro de la literatura científica se evidencia también la definición hacia esta patología como aquella en la cual aparece una sobrecarga de trabajo lo cual suprime: características, fortalezas energéticas, y habilidades personales afectando significativamente el sentido espiritual/religioso de la persona originando inadecuado desarrollo de sus tareas y/o labores (Maslach, 1982).

En contexto con esto, este se conceptualiza como resultado de la incapacidad de afrontamiento ante las problemáticas y circunstancias de carácter académico y personal (Spaniol & Caputo, 1979). Que lleva al sujeto a una experiencia general de agotamiento de manera tridimensional en las que se encuentra el concepto de las emociones, a nivel físico y finalmente constantes afectaciones a nivel actitudinal (Kafry & Pines, 1978). Junto con déficits en el progreso en torno a ideales del sujeto, su energía y su fuerza actitudinal de su diario vivir debido a la dificultad entorno a las condiciones propias de la dinámica académica (Edelwich & Brodsky, 1980) o finalmente una falta de funcionamiento entorno a las estrategias de afrontamiento que permite el descenso excesivo de los recursos personales y con esto el aumento significativo del síndrome (Reed, 1981).

La anterior patología destaca importantes afectaciones a nivel biológico como: cefalea, tensión excesiva, problemáticas de carácter estomacal, así como implicaciones al período menstrual junto con dolor crónico en la zona lumbar o en el área cervical (Gómez-Magallanes et al., 2023; Lovo, 2020; OMS, 2019; Woo et al., 2020). A nivel social afecta al sujeto gracias a la aparición de: consumo de sustancias psicoactivas, conductas adictivas al trabajo, aislamiento, distanciamiento afectivo o conflictos interpersonales (Abubakar et al., 2022; Aydin Guclu et al., 2022; Posada Quintero et al., 2018; Rodríguez Ramírez & Reátegui-Vargas, 2020).

Centrando lo anterior en el carácter psicológico, se puede establecer que su sintomatología aparece la despersonalización caracterizada debido a la sensación propia del sujeto que considera tener sentimientos, sensaciones y procesos que según él no son propios (Salcedo Guerrero et al., 2020) junto con la anterior el sujeto padece desorientación cognitiva, la cual se describe como la pérdida de la orientación en tiempo, espacio o persona (Fierro Urresta, 2001; Lovo, 2020; Matar-Khalil, 2022) acompañada de agotamiento emocional que deriva de

cansancio físico, con una falta de motivación para la realización de las responsabilidades de la cotidianidad (Lozano-Vargas, 2021; Menghi et al., 2019; Rosales et al., 2020), lo cual ocasiona circunstancias como sabotaje propio determinada como la tendencia de realizar acciones individuales que producen un propio malestar así como la no realización de las tareas del sujeto (Menghi et al., 2019; Rendón Montoya et al., 2020); junto con déficits en la creatividad lo cual lleva a la dificultad para generar ideas debido a las fuertes afectaciones a las funciones cognitivas así como finalmente déficits en la consecución de tareas y caracteres fisiológicos (Fernández Sánchez et al., 2018; Mijakoski et al., 2022; Torres Hernández, 2020); elementos que posibilitan la aparición de trastornos de carácter psicopatológico como: la ansiedad, la depresión o la paranoia (Avecillas Cazho et al., 2021; Lovo, 2020; Orozco Orozco et al., 2021; Torres Romero & Alcaraz Romero, 2020).

En contexto, es necesario acotar que el burnout teóricamente se ha sistematizado en relación con diferentes clases o tipos en línea con características y síntomas, entre estos encontramos al Burnout pasivo, donde quien lo padece posee síntomas como indiferencia junto con una emocionalidad reducida que lleva al aislamiento de parte de la persona que lo padece. Su mayor problema recae en que la persona muchas veces se ensimisma y no es capaz de expresar lo que siente asertivamente lo que causa conflictos para este a nivel social, académico, laboral, o familiar (Freudenberger, 1974). En relación a este encontramos un segundo tipo de Burnout definido como activo; en este a diferencia del anterior el estudiante tiene la capacidad de expresar de una manera más asertiva lo que siente lo cual permite a este y a su red de apoyo cercana brindarle oportunamente sistemas de tratamiento para poder fortalecer las competencias de dicho individuo, así como crear estrategias en aras de eliminar la sintomatología de este cuadro clínico (Freudenberger, 1974).

En delimitación de lo anterior autores han definido además unos niveles de burnout entre estos encontramos un nivel leve; en el cual el sujeto que lo padece presenta cansancio, quejas y finalmente dificultad para ponerse de pie en el horario de la mañana para disponer su actividad personal y académica (Arias Gallegos & Jiménez Barrios, 2013; Ochoa et al., 2022). En relación a esto en el nivel moderado comienza para el sujeto la aparición más crónica de estos mismos síntomas descritos en el primer nivel que lleva a aislarse de su contexto junto con sentimiento de negativismo y suspicacia (Aguirre Mas et al., 2018; Dávila & Nevado, 2016; Roseno et al., 2020); Este con un inadecuado manejo traduce en un nivel grave donde el sujeto afectado comienza a notar ralentizaciones en su actividad motora así como el establecimiento de sobre medicación y consumo de sustancias psicoactivas, en contexto el último nivel se enmarca en extremo el cual es aquel donde el sujeto presenta un fuerte aislamiento que lleva a colapso en las funciones psíquicas y con esto al padecimiento de trastornos mentales que aumentan la posibilidad de suicidio (Falcão et al., 2019; Quijada-Martínez et al., 2021; Roig-Grau et al., 2022).

1.3.4 Explicativo del origen del término burnout

La noción de la patología clínica que conocemos hoy en día como burnout, tuvo un importante origen en el año 1961 donde en el texto “a burnout case” el autor Graham Green esquematizó dicho síndrome en la historia de un arquitecto el cual extenuado por su trabajo de gran significancia en relación con la afectación a su salud toma la decisión de abandonar dicha realidad en búsqueda de su paz (Anzules Guerra et al., 2019; Baldeón Dávila et al., 2023; Fontes, 2020; Stabile & Fernández, 2020). Posterior a este trabajo el autor Freuderber en el año 1974 retoma lo elaborado por Green contextualizándolo para el área asistencial clínica allí tras estudios este determinó al burnout como un síndrome a causa de un elevado estrés crónico

inmanejable del sujeto que causa dificultades en múltiples áreas de este llevándolo a la percepción de este sujeto como “quemado” (Arboleda Medina et al., 2020; Millán-Gómez et al., 2020; Pacovilca-Alejo et al., 2022; Saavedra et al., 2022; Suárez Martel & Martín Santana, 2019). En línea con estos Farber en la década comprendida entre 1970 y 1980 establece tras investigaciones que uno de los factores de riesgo entorno a la propensión de presentar el sujeto sintomatología propia del burnout enmarca en diferentes circunstancias como: trabajos donde se hiciera contacto personal directo con personas con problemáticas y/o necesidades, así como trabajos en donde las metas fueras demasiado altas (Anzules Guerra et al., 2019; Baldeón Dávila et al., 2023; Fontes, 2020; Stabile & Fernández, 2020).

En contexto con estos autores, el científico Maslach en la época de 1982 tras años de investigación determinó que este síndrome era caracterizado por un fuerte agotamiento en la emocionalidad del sujeto, que traía consigo despersonalización acompañado de déficit en la realización personal de este resultado de un estrés prolongado que no se manejó correctamente (Anzules Guerra et al., 2019; Baldeón Dávila et al., 2023; Fontes, 2020; Stabile & Fernández, 2020). Esta teoría de Maslach ha sido una de las más fuertes dentro del desarrollo teórico del burnout llegando incluso a una escala que hasta nuestros días se utiliza denominada Maslach Burnout Inventory (MBI) encargada de medir las afectaciones del trabajador o las propensiones de este a padecer el síndrome de desgaste profesional relacionado entorno al campo académico se posee en la actualidad la escala Maslach Burnout Inventory – Student Survey (Anzules Guerra et al., 2019; Baldeón Dávila et al., 2023; Fontes, 2020; Stabile & Fernández, 2020)

En relación a las líneas anteriores los autores Pines y Aronson para el año 1988 establecieron que la aparición del burnout no se daba simplemente en personas que desempeñarán un oficio en el cual existiera contacto con otras personas, sino que este síndrome

también pudiese evidenciarse en cualquiera de las carreras, estudios u ocupaciones (Anzules Guerra et al., 2019; Baldeón Dávila et al., 2023; Fontes, 2020; Stabile & Fernández, 2020). A finales de los años 90's Gil Monte y Peiró estipularon que el origen del burnout se daba como resultado de una cronificación del estrés de carácter académico que afectaba tanto a nivel interno de la persona como en sus relaciones personales y académicas (Baldeón Dávila et al., 2023; Fontes, 2020; Stabile & Fernández, 2020). Inicialmente la Organización Mundial de la Salud en su manual CIE 10 no considero al Burnout como una patología clínica pero tras investigaciones para el año 2019 esta misma entidad debido a las marcadas afectaciones así como los síntomas clínicos notorios denominó a través de una mirada biopsicosocial el diagnóstico de síndrome de burnout o síndrome de desgaste ocupacional (QD85) en su manual CIE 11 (OMS, 2019, 2023); lo que estableció el origen diagnóstico a causa del exceso de estrés determinándolo como el potenciador de múltiples afectaciones entre las que se resaltan patologías de carácter psicológico como la ansiedad o depresión (OMS, 2019, 2023).

1.3.5 Fases del Síndrome de Burnout

Este síndrome posee además unas fases fundamentales las cuales se van determinando secuencialmente para la persona que lo padece; dentro de estas fases encontramos la fase inicial en la que el sujeto entra al contexto académico con altas expectativas hacia este desarrollando un fuerte arraigo hacia al cargo junto con una predisposición para el logro de metas óptimo (Ministerio del Trabajo & Pontificia Universidad Javeriana, 2016); luego de esta fase aparece el estancamiento donde el sujeto considera que no avanza en sus propósitos académicos, sus expectativas son incumplidas, no ve recompensado su esfuerzo trayendo finalmente la aparición de estrés (Ministerio del Trabajo & Pontificia Universidad Javeriana, 2016).

En consecuencia, de lo anterior aparece un tercer punto donde el sujeto se siente frustrado ante su labor lo que lleva a la sumatoria de síntomas psicológicos como: ansiedad, altos niveles de estrés o sentimientos de desilusión que llevan a padecimientos fisiológicos como tensión excesiva en músculos, fatiga y un severo sentimiento de déficit energético (Ministerio del Trabajo & Pontificia Universidad Javeriana, 2016). Lo anterior lleva a la apatía donde el sujeto se siente con indiferencia hacia los demás, así como una constante falta de expresión emocional que desenlaza en la etapa del quemado donde los sistemas biopsicosociales del sujeto colapsan en su totalidad disminuyendo sus estrategias de afrontamiento, así como una afectación profunda a sus habilidades (Ministerio del Trabajo & Pontificia Universidad Javeriana, 2016).

1.3.6 Algunas variables que aumentan el riesgo de padecer Burnout

Existen una serie de variables personales que aumentan el riesgo de que un estudiante padezca el síndrome de desgaste ocupacional; según investigaciones los hombres tienden a ser menos propensos a padecer el trastorno que las mujeres, esto debido según investigaciones a la constante discriminación dada hacia este sexo, los roles que cumplen dentro del carácter familiar así como índices de bajos ingresos económicos en estas a comparación de los hombres (Ministerio del Trabajo & Pontificia Universidad Javeriana, 2016), en contexto con esto, se ha determinado que personalidades de características sumamente relajadas (Tipo B) o excesivamente competitivos (Tipo A) son los más susceptibles a desarrollar la patología (Ministerio del Trabajo & Pontificia Universidad Javeriana, 2016).

Para ampliar lo anterior, es necesario aclarar además la relación que se ha demostrado entre el estado civil y el riesgo de padecer el trastorno; en este caso se ha demostrado que las personas solteras tienen un mayor riesgo de padecerlo en relación a las personas que se encuentran en una relación sentimental explicado debido a que la pareja funciona como elemento

fundamental para el manejo y desahogo emocional, de hecho se estima que las personas con hijos desarrollan fortalezas así como un piso de realidad más óptimo que les permite mejorar en sus estrategias de afrontamiento que conducen a una eliminación más eficaz del estrés (Ministerio del Trabajo & Pontificia Universidad Javeriana, 2016). Aparte se ha delimitado mayor riesgo de desgaste ocupacional para estudiantes universitarios que apenas están iniciando el estudio de su pregrado, posgrado o labor debido a que esquematizan su preocupación por hacer las cosas adecuadamente tanto en el estudio como en el sector laboral ocasionando sobrecarga en las diversas áreas de su vida las cuales conducen finalmente al síndrome (Ministerio del Trabajo & Pontificia Universidad Javeriana, 2016).

En suma, se ha evidenciado relación entre burnout y poca claridad de parte del sujeto con respecto al rol que debe desempeñar tanto en su jornada académica como para el aspecto laboral, lo que se suma con la aparición en ocasiones de déficits en competencias para desarrollar adecuadamente cualquiera de estos dos contextos; lo anterior ocasiona la aparición de una preocupación constante en el sujeto relacionada con las problemáticas del área educativa y laboral (Ministerio del Trabajo & Pontificia Universidad Javeriana, 2016). Lo cual se cronifica con: la necesidad de tiempos extremos para desarrollar adecuadamente la tarea de ambos escenarios, trabas en uno u otro lugar para responder adecuadamente con las obligaciones de ambos, baja remuneración, convivencia con población difícil en los contextos, ruidos altos o déficits institucionales y estatales (Ministerio del Trabajo & Pontificia Universidad Javeriana, 2016).

1.3.7 Burnout académico

En contexto con las líneas anteriores, en la actualidad el burnout ha evolucionado a diferentes contextos del desarrollo del sujeto que no se acoge únicamente a la dinámica laboral,

uno de los que al día de hoy ha mostrado gran significancia se determina como el burnout académico; el cual se teoriza como un estado de agotamiento emocional, físico y mental causado por un estrés excesivo y prolongado asociado a las dinámicas académicas, mismo que no solo afecta a estudiantes sino también a profesores e investigadores así como finalmente a los caracteres propios del contexto educativo, Rivera Guerrero et al., (2019).

Esta patología se caracteriza por sus grandes afectaciones en diversas áreas del sujeto, causando gran deterioro en el sujeto en elemento de carácter cognitivo; como, por ejemplo; procesos psicológicos básicos y complejos o demás funciones cognoscitivas. En el aspecto social en cuestión de su relacionamiento en especial con compañeros y tutores, adaptación y comportamiento prosocial. A nivel físico se evidencian afectaciones como cefalea, tensión muscular, problemáticas cardíacas, finalmente afectaciones en el rendimiento académico elevan problemáticas de carácter psicossomático, Supervía et al (2020).

Este síndrome se caracteriza por sentimientos de agotamiento emocional, cinismo y sensación de ineficacia; el agotamiento emocional es una característica central y definitoria del síndrome de burnout. A menudo se considera el componente central y desempeña un papel crucial en su desarrollo. El agotamiento emocional se refiere a un estado de agotamiento, generalmente como resultado de estrés crónico, demandas académicas y laborales abrumadoras u otros factores, puede tener efectos negativos importantes en la salud física y mental de un individuo, así como en su calidad de vida en general, Rodríguez Villalobos et al., (2019) y Ardiles Irrarázabal et al., (2020), el cinismo se caracteriza por actitudes negativas y distantes hacia las actividades académicas, compañeros y profesores. Quienes experimentan cinismo pueden desarrollar una sensación de desapego, indiferencia o incluso resentimiento hacia sus estudios y compañeros. Pueden desarrollar una actitud cínica como mecanismo de defensa contra

el estrés y el agotamiento emocional que experimentan, Rodríguez Villalobos et al., (2019); en cuanto a sentimientos de ineficacia, implica una menor sensación de logro y eficacia personal. Las personas pueden sentir que sus esfuerzos son en vano, que no están logrando un impacto significativo o que no pueden cumplir con sus propias expectativas o las de los demás. Esto puede provocar una pérdida de motivación y autoestima, Rodríguez Villalobos et al., (2019)

1.4 Marco legal

1.4.1 Ley 1090 del 2006

Esta ley establece que la psicología es una ciencia que estudia los procesos cognitivos, las emociones y los factores sociales que permean al ser humano en aras de potencializar a este al desarrollo de sus habilidades, así como de sus competencias en los diferentes contextos socioculturales donde este se desempeña ya sea en el plano educativo, de salud, laboral, jurídico, ambiental o cuidado del medio ambiente, así como finalmente la mejora en la calidad de vida del sujeto (Ley 1090 Del 2006, 2006). Lo hace a través de una mirada biopsicosocial el psicólogo es perteneciente al campo de profesiones de salud (Ley 1090 Del 2006, 2006).

La aplicación de esta ciencia se da en contexto a unos principios claves, donde se encuentra la Responsabilidad; allí el psicólogo se compromete a cumplir con los criterios teóricos y metodológicos de esta ciencia así como se hace responsable de sus actuaciones y conductas en aras de ofrecer servicios con altos niveles de calidad; en línea con esto aparece la competencia en este caso el profesional se compromete a la atención de pacientes si y solo si cumplen con las habilidades, formaciones o destrezas para llevar a cabo un tratamiento efectivo a través del compromiso de este de establecer técnicas relacionadas con avances investigativos y científicos (Ley 1090 Del 2006, 2006).

En contexto el profesional debe cumplir con estándares en el carácter de lo moral y lo legal allí éste debe ceñirse a conductas de su contexto social; puede diferir de estas en caso de que afecten u omitan situaciones fundamentales para el ejercicio profesional; así como llevar a cabo cada una de las pautas que la ley propone para elaborar adecuadas investigaciones con instrumentos estandarizados así como resultados de evaluación acordes que permitan la retroalimentación para los usuarios; en contexto con esto al realizar investigaciones con humanos en aras de fortalecer la ciencia; el profesional realizará intervenciones protegiendo la dignidad así como el bienestar general de sus participantes a través de las normas y parámetros establecidos para investigaciones de este tipo; en el caso animal se debe considerar la importancia del trabajo investigativo así como la protección multiestructural del animal (Ley 1090 Del 2006, 2006).

Como lo anterior es necesario aclarar que los psicólogos podrán presentar y promover sus servicios por las herramientas que estos consideren con mayor pertinencia allí estos tendrán la obligación de destacar sus habilidades y fortalezas, así como no podrán delimitar característica o competencia con las que no cuenten, cuando presten el servicio los profesionales tienen la obligación de cumplir con cierto carácter de confidencialidad con cada uno de los actores presentes en sus campos ocupacionales esta información confidencial puede ser expuesta en unos casos especiales como que no hacerlo lleve a daños para el sujeto u otros, una petición del propio paciente o representante legal de este lo pida o limitaciones legales (Ley 1090 Del 2006, 2006). Lo anterior también determinado por la búsqueda del bienestar del usuario allí se buscará la protección integral de quien asiste donde el profesional, así como participantes de investigaciones y lugares de actuación de este; para favorecer esto los psicólogos actuarán en pro

de ayudar a sus colegas, así como establecerán respeto hacia los señalamientos y prerrogativas de profesionales o centros (Ley 1090 Del 2006, 2006).

En relación con las líneas anteriores es obligación del psicólogo la reserva de los procesos que interviene a nivel institucional o personal, así como contar con secreto profesional ante la información que obtenga al realizar sus tareas; esto puede variar en casos explícitos en disposiciones de carácter legal aún estas estén en manos de auxiliares (Ley 1090 Del 2006, 2006). El profesional debe contar con un registro actualizado, preciso y oportuno de las historias clínicas de sus atenciones, así como documentos propios de la intervención psicológica bajo reserva y custodia, así como cumplir con un registro escrito el cual explicita la naturaleza y forma de sus intervenciones; finalmente debe cumplir con cada uno de los requisitos, así como normativas vigentes de cada uno de los campos de aplicación de esta ciencia con una acápite claro en el respeto por el otro y los derechos humanos (Ley 1090 Del 2006, 2006). Finalmente se prohíbe para este profesional de la salud: el anuncio de falsedades entorno a: éxitos terapéuticos, datos estadísticos o la promoción de curaciones, la revelación de datos de consultantes o centros violando el secreto profesional, acción u omisión en aras de entorpecer actividades profesionales, solicitud o aceptación de elementos indebidos por la realización de su labor; como último realizar cualquier actividad que no promulgue el adecuado uso de la ética psicológica (Ley 1090 Del 2006, 2006).

1.4.2 Código Deontológico y Bioético para el desarrollo profesional de la psicología Titulo 7

Ley 1090 del 2006

El Código Deontológico y Bioético es un marco de conducta el cual establece las bases para la correcta acción disciplinar del profesional en psicología a través de principios claves determinados por dicho código como “la beneficencia y no maleficencia, la autonomía justicia,

veracidad, solidaridad, lealtad y fidelidad, además de las contempladas en la presente ley” (Ley 1090 del 2006, Artículo 13) Donde el psicólogo debe estar en línea con los diferentes artículos y párrafos compuestos en esta ley allí se establece que es obligación del psicólogo exponer a los organismos competentes casos de vulneración de derechos humanos así como tratos inhumanos que se presenten en el desarrollo de su actividad profesional, sumado a esto respetara creencias religiosas y de moral de sus intervenidos siempre y cuando esto no entorpezca el proceso así como este no elaborara discriminación de ningún tipo en sesión ni en sus respectivos informes, los usuarios tendrán además el derecho de realizar peticiones de valoraciones y evaluaciones psicológicas las cuales son solamente informadas al sujeto o en caso de que este lo permita a terceras personas a través del consentimiento de este (Ley 1090 Del 2006, 2006).

Entorno a lo anterior el profesional no manipulara en aras de monopolizar su ejercicio o de realizar intervenciones con un sesgo poblacional; así como no prestara su nombre para validar tratamientos o intervenciones realizadas por personas sin la capacidad, formación y titulación en el área de psicología (Ley 1090 Del 2006, 2006). Es de aclarar que el profesional no utilizará su título como herramienta de actividad irregular o no acorde a los criterios éticos y científicos junto con la primicia de que sus actuaciones deben estar encaminadas a la imparcialidad sosteniendo cabalmente su secreto profesional, así como este tiene la posibilidad de rechazar alguna intervención cuando determine que este ejercicio puede ser utilizado de manera errónea o para la elaboración de intereses personales por lo que no podrá ser restringido de abandonar su ejercicio teniendo en cuenta la tarea de parte de este de informar al cliente o contratante de porque la salida del servicio (Ley 1090 Del 2006, 2006).

1.4.3 Resolución 8430 de 1993

Esta resolución tiene como objetivo estipular los marcos normativos para la realización de investigación en salud; en esta se establece que las instituciones interesadas en realizar investigación con individuos humanos deberán contar con comités de ética que se encargan de avalar dichos trabajos investigativos; estas investigaciones deben buscar contribuir a el conocimiento de los procesos propios del ser humano a nivel multifactorial, vínculos entre patologías, estructuras sociales y prácticas clínicas, prevención y manejo de temas de salud, producción de instrumentos para salud, mejoramiento de técnicas para implementar en salud, efectos del contexto ambiental a la salud (Resolución 8430 de 1993, 1993).

Precisamente para la investigación en seres humanos se deberá respetar su dignidad, derechos, así como todo lo inherente a su bienestar físico, emocional y/o mental a través del ajuste a los principios de ética y científicos, experimentación previa en laboratorio, cuando el conocimiento no se pueda reproducir por un medio alternativo a este, prevalecer la seguridad así como contar con mínimos riesgos, debe contar con un consentimiento donde se explicita las normativas así como los elementos propios del recorrido investigativo que se realice con el elemento aportado de parte del investigado, además debe ser realizada por personal idóneo; la investigación puede ser desarrollada sólo si cuenta con la totalidad de aval de parte del grupo de ética investigativo de la institución (Resolución 8430 de 1993, 1993).

Así como el investigador debe identificar los posibles riesgos para la población del estudio; allí el mismo debe clasificar su investigación como sin riesgo: esta investigación utiliza como mecanismo de recolección de datos la investigación documental así como no intervienen variables en los participantes del estudio, riesgo mínimo: en esta investigación los autores emplean un registro de datos a través de aplicación de instrumentos comunes que no presentan

mayor peligrosidad para el sujeto evaluado, finalmente con riesgo mayor que el mínimo en esta las probabilidades de afectar al sujeto son altas debido a instrumentos que pueden presentar probables daños a corto, mediano o largo plazo (Resolución 8430 de 1993, 1993).

Es responsabilidad del investigador suspender la investigación en caso de que la investigación presenta alteraciones físicas o emocionales a los integrantes, así como los participantes tendrán la posibilidad de abandonar la investigación cuando éstos deseen, así como la institución que avala el proyecto es la principal encargada de llevar a cabo la atención de las diferentes dificultades y circunstancias que pasen en el mismo (Resolución 8430 de 1993, 1993). Sumado a esto es de obligatoriedad el diligenciamiento de un consentimiento informado de parte del participante el cual demuestre el objetivo de la investigación, procedimientos, molestias, beneficios para el sujeto, alternativa en procedimientos ventajosos, aclaración de dudas antes, durante y después del procedimiento, libertad de retirarse del estudio, no identificación y exposición del sujeto (Resolución 8430 de 1993, 1993). El contenido actualizado de la información, tratamientos e indemnización en casos adversos de la investigación para el sujeto, así como finalmente el cubrimiento total de parte de quien ejecuta el proyecto de gastos adicionales (Resolución 8430 de 1993, 1993).

2 CAPÍTULO IV

2.1 Objetivos

2.1.1 *Objetivo General*

Determinar las dimensiones del burnout académico que se experimenta en 30 estudiantes universitarios de noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello en el semestre 2023-2.

2.2 Objetivos específicos

2.2.1 *Objetivo específico 1*

Identificar cuál de las tres dimensiones del burnout académico se presentan en los estudiantes universitarios de noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello.

2.2.2 *Objetivo específico 2*

Clasificar la prevalencia de las dimensiones del burnout académico por género en los estudiantes universitarios de noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello.

3.2.3 *Objetivo específico 3*

Relacionar la prevalencia de las dimensiones del burnout académico por edad en los estudiantes universitarios de noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello.

3.2.4 *Objetivo específico 4*

Sintetizar la prevalencia de las dimensiones del burnout académico por estrato socioeconómico en los estudiantes universitarios de noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello.

2.3 Metodología

2.3.1 *Diseño de Investigación*

Esta investigación cuenta con un diseño cuantitativo; el cual busca la comprobación de hipótesis por medio de una serie de pasos preestablecidos por medio de métodos de características estadísticas (Hernández Sampieri et al., 2014). Esta es transversal debido a que mide la representación e incidencia que tienen las variables en un único momento y descriptivo gracias a la definición de variables de características únicas o múltiples en una población dada por medio del uso de encuestas (Hernández Sampieri et al., 2014).

2.3.2 *Hipótesis*

2.3.2.1 Hipótesis I

Los estudiantes universitarios de noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello experimentan Burnout.

2.3.2.2 Hipótesis Nula I

Los estudiantes universitarios de noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello no experimentan Burnout.

2.3.2.3 Hipótesis II

Los estudiantes universitarios de noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello experimentan altos niveles de Burnout.

2.3.2.4 Hipótesis Nula II

Los estudiantes universitarios de noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello no experimentan altos niveles de Burnout.

2.3.3 Participantes

Participaron de la investigación 30 estudiantes universitarios de noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello seleccionados por medio de un muestreo no probabilístico por conveniencia (Otzen & Manterola, 2017). Esta muestra es representativa debido a que los participantes representan las generalidades de los estudiantes de noveno semestre de psicología, en relación a estratos socioeconómico, características socioculturales, grupo etario, así como diferencia de ideológicas. El criterio de inclusión es ser estudiante de noveno semestre del programa psicología de la universidad Minuto de Dios sede Bello, como criterio de exclusión esta la incapacidad del entendimiento de la prueba por motivos cognitivos o socioculturales, no pertenecer al noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universidad Minuto de Dios sede Bello.

2.3.4 Instrumento

El Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) cuenta con 15 ítems los cuales se agrupan en tres grupos , el primero de estos agotamiento el cual cuenta con cinco ítems donde se evalúa sensación de incapacidad de elaborar acción a nivel fisiológico como psicológico, en contexto con esto aparece el grupo de cinismo que evalúa actitud de distancia hacia estudios debido a la presentación de falta de valoración junto desinterés por desarrollar lo referente al aspecto universitario por medio de seis ítems; por último aparece la eficacia académica subescala que por medio de seis ítems describe la aparición de cuestionamientos entorno a las propias capacidades del sujeto para desarrollar a cabalidad las tareas académicas.

Para realizar su calificación es necesario fijarnos en la siguiente tabla la cual determina los datos normativos (ver tabla 1)

Tabla 1
Datos Normativos de calificación Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS)

Nivel	Puntuación	Agotamiento	Cinismo	Eficacia profesional
Muy bajo	> 5%	< 0.4	< 0.2	< 2.83
Bajo	5 - 25%	0.5 – 1.2	0.3 – 0.5	2.83 – 3.83
Medio Bajo	25 - 50%	1.3 – 2.0	0.6 – 1.24	3.84 – 4.5
Medio Alto	50 - 75%	2.1 – 2.8	1.25 – 2.25	4.51 – 5.16
Alto	75 - 95%	2.9 – 4.5	2.26-4	5.17 – 5.83
Muy Alto	> 95%	> 4.5	> 4.0	> 5.83
Media Aritmética		2.12	1.50	4.45
Desviación típica		1.23	1.30	0.90

Nota: Tomado de Ministerio de trabajo y asuntos sociales

En contexto con la Tabla 1 en el estudio Ferrel et al. (2017) fue validada en Colombia en una muestra de 254 estudiantes donde arrojó un alfa Cronbach de 0.832 para agotamiento emocional, junto puntajes de alfa Cronbach 0.809 junto 0.747 para las escalas de cinismo y eficacia académica datos relacionados con el trabajo de Hederich (2017) respectivamente además cuenta con validez en relación con el constructo gracias al análisis factorial realizado por Silva (2009).

2.3.5 Procedimiento

Se conto con el aval del comité de ética de la universidad privada luego de esto se aplicó el inventario Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS), acompañado del consentimiento informado en 30 estudiantes universitarios de noveno semestre del programa de psicología de la Corporación Universitaria Minuto De Dios sede Bello.

2.3.6 Plan de análisis

Para analizar a nivel estadístico las pruebas se realizaron tablas de frecuencia para cada ítem tanto para los datos cuantitativos como cualitativos lo cual permite contextualizar y resolver los objetivos de la investigación.

2.3.7 Consideraciones éticas

Esta investigación conto con el aval del comité de investigación de la universidad privada. Junto con esto a los participantes de la investigación se les sensibilizará de manera verbal, así como se les facilitará un consentimiento informado el cual establece lo que se va a realizar, el manejo confidencial de los datos que estos otorgarán, el objetivo de la investigación, así como establecer la importancia de la participación de estos otorgándoles la posibilidad como participantes de hacer o no parte de este cuando quisiesen. En contexto con la declaración de Helsinki esta investigación se encuentra en un nivel de riesgo mínimo y cuenta con los presupuestos éticos y normativos de la resolución 8430 de 1993 de la investigación en salud, así como la ley 1090 del 2006.

7. Resultados

En la aplicación del diseño de investigación por medio del instrumento Maslach Burnout Inventory Student Survey contó con una población de 30 estudiantes, la cual se compuso en un 20% sexo masculino y el restante sexo femenino. En relación con esto, por edad la distribución a nivel porcentual fue de: 13.33 con edad de 21 años, entre los 22 y 23 años se ubicaron respectivamente el 20 y 16.66, en contexto con esto los sujetos ubicados entre los 23 y 24 años correspondieron al 26.65% de la población del estudio, en contexto con esto los participantes entre los 25 a los 27 años determinaron el correspondiente a 19.98% (ver tabla 2).

en sintonía con lo anterior la población que se encuentra entre los 29 a 31 años estuvo en un 9.99%, en suma, con esto se encuentra que la población entre los 34 y 35 significo un porcentaje de 6.66% donde finalmente el 3.33% fue lo que correspondió a la población de 37 años (ver tabla 2). Finalmente, en la variable estrato socioeconómico un 6.67% pertenecían a estrato socioeconómico uno, para los estratos socioeconómicos dos y tres correspondieron porcentajes del 36.67 y 46.67 respectivamente; en relación con esto solamente 6.67% pertenecían al 4, finalmente en el estrato socioeconómico seis se contó con el 3.33% de la población (ver tabla 2).

Tabla 2 Características Sociodemográficas

Características Sociodemográficas	N=30	%
Sexo		
Femenino	24	80
Masculino	6	20
Características Sociodemográficas		
Edad		

21 – 24	18	60
25 - 28	6	20
29 - 32	3	10
33 - 36	2	6.67
37 - 40	1	3.33
Estrato Socioeconómico		
Uno	2	6.67
Dos	11	36.67
Tres	14	46.67
Cuatro	2	6.67
Cinco	0	0
Seis	1	3.33

Elaboración propia. Fuente: Encuestas Aplicadas.

En contexto al Maslach burnout Inventory Student Survey, los porcentajes referentes a la escala de agotamiento emocional se enmarcaron en 20% en niveles muy bajos y bajos; sin embargo, el 50% presento niveles altos y muy altos (ver Tabla 5). En contexto en la subescala cinismo el puntaje más alto fue 26.67 % en el nivel medio alto, así como puntajes del 30% muy bajo y 10% bajo, 33.33% de los estudiantes estuvieron en los niveles alto y muy alto (ver Tabla 5). Así como 66.66% se ubicó en los niveles medio alto, alto y muy alto de eficacia académica junto con el 33.33% que se ubicaron en los niveles muy bajo, bajo y medio bajo (ver Tabla 5).

Tabla 3
Resultados Prueba Maslach Burnout Inventory Student Survey

Subescala	Porcentaje personas en nivel Muy Bajo	Porcentaje personas en nivel Bajo	Porcentaje personas en nivel Medio	Porcentaje personas en nivel Medio Alto	Porcentaje personas en nivel Alto	Porcentaje personas en nivel Muy Alto
-----------	---------------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------	---	-----------------------------------	---------------------------------------

Agotamiento Emocional	16.67	3.33	3.33	26.67	30	20
Cinismo	30	10	0	26.67	13.33	20
Eficacia académica	6.67	3.33	23.33	30	33.33	3.33
Total	53.34	16.66	26.66	83.34	76.66	43.33

Elaboración propia. Fuente: Encuestas Aplicadas.

En línea, el nivel muy bajo de burnout académico por género esta: mujeres 29.99 y hombres el 9.99 (ver tabla 6).

Tabla 4
Prevalencia del Burnout Académico en nivel muy bajo por género.

Subescala	Porcentaje Hombres en nivel Muy Bajo	Porcentaje Mujeres en nivel Muy Bajo
Agotamiento Emocional	0	0
Cinismo	9.99	20
Eficacia Académica	0	9.99
Total	9.99	29.99

Elaboración propia. Fuente: Encuestas Aplicadas.

En contexto la prevalencia del burnout académico en nivel bajo por genero se ubica en hombres porcentualmente en 9.99 y 19.99 en mujeres (ver tabla 7).

Tabla 5
Prevalencia nivel bajo de burnout académico por género

Subescala	Porcentaje Hombres en nivel Bajo	Porcentaje Mujeres en nivel Bajo
Agotamiento Emocional	3.33	13.33
Cinismo	3.33	13.33
Eficacia académica	6.66	3.33
Total	9.99	19.99

Elaboración propia. Fuente: Encuestas Aplicadas.

En línea con los párrafos anteriores en nivel medio bajo los resultados en hombres se enmarcaron en porcentajes cercanos al diez por ciento y mujeres un puntaje del 23.33 (ver tabla 8)

Tabla 6
Prevalencia nivel medio-bajo de burnout académico por género

Subescala	Porcentaje Hombres en nivel Medio Bajo	Porcentaje Mujeres en nivel Medio Bajo
Agotamiento Emocional	3.33	3.33
Cinismo	0	0
Eficacia académica	6.66	20
Total	9.99	23.33

Elaboración propia. Fuente: Encuestas Aplicadas.

En contexto, porcentualmente 20 de mujeres presentan nivel medio alto en agotamiento emocional mientras los hombres presentan solo un 6.66; en suma 59.99 de mujeres puntúan nivel medio alto en todas las esferas en contraste con los hombres que están en 13.32 (ver tabla 9).

Tabla 7
Prevalencia nivel medio alto burnout académico por género.

Subescala	Porcentaje Hombres en nivel Medio Alto	Porcentaje Mujeres en nivel Medio Alto
Agotamiento Emocional	6.66	20
Cinismo	3.33	23.33
Eficacia Académica	3.33	16.66
Total	13.32	59.99

Elaboración propia. Fuente: Encuestas Aplicadas.

En contexto con las tablas anteriores se evidencian según la encuesta realizada que en el nivel alto de burnout académico por género a nivel porcentual se encuentran en hombres puntajes en agotamiento emocional, cinismo y eficacia de 9.99, 3.33 y 6.66 respectivamente; en línea con esto, en el caso específico de las mujeres se presentan puntajes porcentuales de 20 en la categoría agotamiento, 9.99 categoría de cinismo y finalmente un 20 lo recoge la categoría de eficacia (ver tabla 10).

Tabla 8
Prevalencia nivel alto burnout académico por género.

Subescala	Porcentaje Hombres en nivel Alto	Porcentaje Mujeres en nivel Alto
-----------	---	---

Agotamiento Emocional	9.99	20
Cinismo	3.33	9.99
Eficacia académica	6.66	20
Total	19.98	49.99

Elaboración propia. Fuente: Encuestas Aplicadas.

Finalmente, en el nivel muy alto los resultados porcentuales se ubican en 46.66 de la población femenina a la cual se le aplicó el instrumento y 6.66 en hombres (ver tabla 11)

Tabla 9
Prevalencia nivel muy alto de burnout académico por género.

Subescala	Porcentaje Hombres en nivel Muy Alto	Porcentaje Mujeres en nivel Muy Alto
Agotamiento Emocional	0	20
Cinismo	0	20
Eficacia académica	6.66	6.66
Total	6.66	46.66

Elaboración propia. Fuente: Encuestas Aplicadas.

En dinámica con lo relatado en los párrafos anteriores, es necesario resaltar que, para los índices del agotamiento por edad, se determinó que ningún participante estuvo enmarcado en el nivel muy bajo en agotamiento, en línea con esto se determinó que personas con 21 años marcaron porcentajes de 9.99 y 3.33 respectivamente en los niveles alto y muy alto de agotamiento (ver tabla 12). En desarrollo con lo anterior, se explicita que en los porcentajes más

altos se determinaron niveles muy altos de agotamiento con porcentajes de 9.99 para personas ubicadas en los 23 años, junto con un nivel alto con este mismo puntaje en las edades comprendidas entre los 21 y 22 años (ver tabla 12). Como resultado de carácter Global se puede evidenciar que los resultados arrojan puntajes de 23.31, 29.97 y 23.31 en los niveles medio alto, alto y muy alto de agotamiento (ver tabla 12).

Tabla 10
Comparativa de la prevalencia del Agotamiento por edades

Edad	Porcentaje personas en nivel Muy Bajo agotamiento	Porcentaje personas en nivel Bajo agotamiento	Porcentaje personas en nivel Medio Bajo agotamiento	Porcentaje personas en nivel Medio Alto agotamiento	Porcentaje personas en nivel Alto agotamiento	Porcentaje personas en nivel Muy Alto agotamiento
21	0	0	0	0	9.99	3.33
22	0	6.66	0	3.33	9.99	0
23	0	3.33	0	3.33	0	9.99
24	0	3.33	3.33	0	0	3.33
25	0	3.33	0	6.66	0	0
26	0	0	0	0	0	3.33
27	0	0	0	3.33	3.33	0
29	0	0	0	3.33	3.33	0
31	0	0	0	3.33	0	0
34	0	3.33	0	0	0	0
35	0	0	0	0	3.33	0
37	0	0	0	0	0	3.33
Total	0	19.98	3.33	23.31	29.97	23.31

Elaboración propia. Fuente: Encuestas Aplicadas.

En contexto con los resultados evidenciados en las tablas anteriores, encontramos para la categoría de cinismo de la prueba Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS), se puede evidenciar que en todas las edades se experimentó algún grado de cinismo desde el nivel muy bajo hasta el nivel muy alto. Alineado a esto se puede evidenciar que el porcentaje más alto de personas se estipulo en nivel muy bajo de cinismo con un porcentaje cercano al 30, en relación con las edades el puntaje más alto en nivel muy alto de cinismo se estipulo en 6.66 para la población perteneciente a los 23 años, la segunda puntuación más alta en este aspecto se ubicó en 3.33 la cual compartieron los participantes en las edades de 21, 27, 29 y 37 (ver tabla 13).

Tabla 11
Comparativa de la prevalencia del Cinismo por Edades

Edad	Porcentaje personas en nivel Muy Bajo cinismo	Porcentaje personas en nivel Bajo cinismo	Porcentaje personas en nivel Medio Bajo cinismo	Porcentaje personas en nivel Medio Alto cinismo	Porcentaje personas en nivel Alto cinismo	Porcentaje personas en nivel Muy Alto cinismo
21	3.33	0	3.33	0	3.33	3.33
22	6.66	0	0	9.99	3.33	0
23	0	3.33	0	3.33	3.33	6.66
24	0	6.66	0	3.33	0	0
25	3.33	0	0	6.66	0	0
26	0	0	0	0	3.33	0
27	3.33	0	0	0	0	3.33
29	3.33	0	0	0	0	3.33
31	3.33	0	0	0	0	0
34	3.33	0	0	0	0	0
35	3.33	0	0	0	0	0
37	0	0	0	0	0	3.33

Total	29.97	9.99	3.33	23.31	13.32	19.98
-------	-------	------	------	-------	-------	-------

Elaboración propia. Fuente: Encuestas Aplicadas.

En relación con las tablas anteriores comparando los participantes en relación con la edad se encuentran porcentualmente que de 21 años 6.66 de los participantes de esta edad se ubicaron equitativamente entre los niveles muy bajo y medio bajo, así como medio alto y muy alto, en contexto de 22 años el 19.98 estuvo entre el nivel medio bajo y alto, en línea con esto de 23 años el 16.65 se comportó entre los niveles medio bajo y muy alto (ver tabla 14).

Tabla 12
Comparativa por edades Eficacia académica

Edad	Porcentaje personas en nivel Muy Bajo	Porcentaje personas en nivel Bajo	Porcentaje personas en nivel Medio Bajo	Porcentaje personas en nivel Medio Alto	Porcentaje personas en nivel Alto	Porcentaje personas en nivel Muy Alto
21	0	3.33	3.33	6.66	0	0
22	0	0	6.66	6.66	6.66	0
23	0	0	3.33	6.66	3.33	3.33
24	0	0	3.33	3.33	3.33	0
25	3.33	0	0	3.33	3.33	0
26	0	0	3.33	0	0	0
27	0	0	0	3.33	3.33	0
29	0	0	0	0	3.33	3.33
31	0	0	0	0	3.33	0
34	0	0	3.33	0	0	0
35	3.33	0	0	0	0	0
37	0	0	0	3.33	0	0
Total	6.66	3.33	23.31	33.3	26.64	6.66

Elaboración propia. Fuente: Encuestas Aplicadas.

Seguidamente en estrato socioeconómico se evidenciaron porcentajes de niveles alto y muy alto de 6.66 para estrato socioeconómico uno, en contexto para el estrato dos 33.32 se ubicaron en los niveles entre medio alto y muy alto, muy similar a este resultado se obtuvieron puntajes de 29.98 entre medio alto y muy alto en estrato tres (ver tabla 15).

Tabla 13
Comparativa estrato socioeconómico niveles de Burnout en subescala agotamiento

Estrato Socioeconómico	Porcentaje personas en nivel Muy Bajo	Porcentaje personas en nivel Bajo	Porcentaje personas en nivel Medio Bajo	Porcentaje personas en nivel Medio Alto	Porcentaje personas en nivel Alto	Porcentaje personas en nivel Muy Alto
1	0	0	0	0	3.33	3.33
2	0	3.33	0	13.33	13.33	6.66
3	0	13.33	3.33	9.99	13.33	6.66
4	0	3.33	0	0	3.33	0
6	0	0	0	0	3.33	0
Total	0	19.99	3.33	23.32	36.65	16.65

Elaboración propia. Fuente: Encuestas Aplicadas.

En concordancia con los cuadros anteriores en la categoría de cinismo en comparación en el estrato socioeconómico uno porcentualmente 6.66 se ubicaron en los niveles alto y muy alto, en contexto en el estrato socioeconómico dos 23.31 estuvieron entre los niveles medio alto y muy alto, en relación a esto cerca al 20 del estrato socioeconómico tres se ubicó en medio alto y muy alto, finalmente del estrato socioeconómico cuatro solo 6.66 se ubicó en medio alto y 3.33 del estrato socioeconómico seis estuvo en nivel alto (ver tabla 16).

Tabla 14***Comparativa estrato socioeconómico niveles de Burnout en subescala cinismo***

Estrato Socioeconómico	Porcentaje personas en nivel Muy Bajo	Porcentaje personas en nivel Bajo	Porcentaje personas en nivel Medio Bajo	Porcentaje personas en nivel Medio Alto	Porcentaje personas en nivel Alto	Porcentaje personas en nivel Muy Alto
1	0	0	0	0	3.33	3.33
2	13.33	0	0	9.99	6.66	6.66
3	16.66	9.99	0	9.99	3.33	6.66
4	0	0	0	6.66	0	0
6	0	0	0	0	3.33	0
Total	29.99	9.99	0	26.64	16.65	16.65

Elaboración propia. Fuente: Encuestas Aplicadas.

Finalmente, en el ítem de eficacia se pueden evidenciar en el estrato socioeconómico 1 6.66 personas en nivel medio bajo de eficacia, en el estrato socioeconómico 2 porcentualmente el 23.32 se ubicó entre los niveles medio alto y muy alto, similar al estrato 3 cuya población con un poco más del 30 se estipularon entre los niveles medio alto y muy alto, en contexto el estrato 4 solo 6.66 estuvieron entre los niveles medio alto y alto donde finalmente en el estrato socioeconómico 6 solo un poco más del 3 se determinó en el nivel medio alto (ver tabla 17).

Tabla 15***Comparativa estrato socioeconómico niveles de Burnout en subescala Eficacia***

Estrato Socioeconómico	Porcentaje personas en nivel Muy Bajo	Porcentaje personas en nivel Bajo	Porcentaje personas en nivel Medio Bajo	Porcentaje personas en nivel Medio Alto	Porcentaje personas en nivel Alto	Porcentaje personas en nivel Muy Alto
1	0	0	6.66	0	0	0
2	6.66	0	6.66	6.66	13.33	3.33

3	0	3.33	9.99	16.66	13.33	3.33
4	0	0	0	3.33	3.33	0
6	0	0	0	3.33	0	0
Total	6.66	3.33	23.31	29.98	29.99	6.66

Elaboración propia. Fuente: Encuestas Aplicadas.

8. Discusión

La población de esta investigación fue en su mayoría femenino como en los trabajos investigativos elaborados por Domínguez et.al (2021), Rodríguez et. al (2019), Morones et. al (2022). En contexto con esto, la misma tuvo como característica diferenciadora el contar con una

población conformada únicamente por estudiantes de psicología relacionado con investigaciones como las de Zumarraga et.al (2023), Rivera et al (2023), Domínguez (2021) que utilizaron esta misma característica poblacional.

De acuerdo con los resultados se evidencian porcentajes de 76.67 en la población entre los niveles de medio alto hasta muy alto de agotamiento emocional resultado que se relaciona con lo identificado en investigaciones con poblaciones similares elaboradas por los autores Estrada Araoz et al., (2021), Puertas Neyra et al., (2020), Loayza Castro et al., (2016); en contexto con el cinismo en la población general se determinó un porcentaje alto del 60 para estos mismos niveles lo cual se relaciona con las investigaciones de Jiménez Sánchez et al., (2021), Loayza Castro et al., (2016), Rodríguez Villalobos et al., (2019), sin embargo, en eficacia se presentaron niveles de 66.66 entre los niveles medio alto y muy alto Jiménez Sánchez et al., (2021), Gonzales Arteta et al., (2023), Amor et al., (2020) lo que demostraría presencia de síndrome de burnout en los evaluados lo cual ha sido encontrado en trabajos como los de Estrada Araoz et al., (2021) Puertas Neyra et al., (2020) Loayza Castro et al., (2016).

En contexto mostraron mayor prevalencia las mujeres en niveles medio alto, alto y muy alto de burnout en comparación con los hombres lo cual muestra una marcada afectación para este sexo lo cual muestra relación con los hallazgos de los trabajos investigativos de Estrada Araoz et al., (2021), Rodríguez Villalobos et al., (2019), Paredes Pérez., (2020), en relación con esto se puede evidenciar menores niveles de agotamiento a mayor edad consecuente con las investigaciones de Estrada López et al., (2018), Gonzales Arteta et al., (2023), Estrada Araoz et al., (2021) así como correlaciones entre menor edad y presentación de mayores índices de cinismo contextualizado a lo parametrizado en las investigaciones de Gonzales Arteta et al., (2023) así como relacionado al hallazgo de Pinel et al., (2018), en contexto con lo anterior se

evidencia mayor eficacia académica a menos edad lo que se ha estipulado entendiendo a esta como herramienta preventiva de burnout en trabajos como el de Correa López et al., (2019), Estrada Araoz et al., (2021), Atencia et al., (2020).

En línea con los párrafos anteriores en las variables estrato socioeconómico se evidencia que entre mayores niveles de estrato menor índice de agotamiento emocional lo cual ha sido discutido por Estrada López et al., (2018), Martínez García et al., (2020) muy relacionado con la escala de agotamiento emocional en la escala de cinismo a menor nivel de estrato socioeconómico mayor índice de cinismo lo que ha sido determinado en reiteradas investigaciones como las de Estrada López et al., (2018), Martínez García et al., (2020). En contexto se evidencia que los estratos socioeconómicos más bajos mostraron mayor eficacia en comparación con los estratos socioeconómicos más altos como lo explicitado en los trabajos de Dueñas et al. (2019) y Suarez y Castro, (2022).

Las limitaciones de este estudio están relacionadas con su diseño transversal, el cual no permite medir elementos de causalidad alrededor del tiempo, sumado a esto su reducido tamaño muestral dificulta la generalización de hallazgos; en relación con lo anterior se pudieron haber omitido variables sociodemográficas que pudiesen servir como herramienta para dar una mejor contextualización a la investigación, así como, es necesario resaltar que algunas respuestas pudiesen haberse visto afectadas debido a la búsqueda de deseabilidad social por parte de los encuestados

9. Referencias

Abubakar, A. M., Rezapouraghdam, H., Behraves, E., y Megeirhi, H. A. (2022). Burnout or boreout: A meta-analytic review and synthesis of burnout and boreout literature in hospitality and tourism. *Journal of Hospitality Marketing & Management*, 31(4), 458–503.

<https://doi.org/10.1080/19368623.2022.1996304>

Aguirre Mas, C., Gallo, A., Ibarra, A., y Sánchez García, J. C. (2018). Relación entre estrés laboral y burnout en una muestra de controladores de tráfico aéreo en Chile. *Revista Ciencias Psicológicas*, 239-248. <https://doi.org/10.22235/cp.v12i2.1688>

Amor, E., Baños, J., y Sentí, M. (2020). Prevalencia del síndrome de burnout entre los estudiantes de medicina y su relación con variables demográficas, personales y académicas. *Revista de la Fundación Educación Médica*, 23(1), 25-33. <https://dx.doi.org/10.33588/fem.231.1036>

Ángeles Ruiz, M., Díaz, M. I., y Villalobos, A. (2012). *Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales* (Desclée de Brouwer (ed.); 1st ed.).

Anzules Guerra, J. B., Véliz Zevallos, I. J., Vínces Centeno, M. R., y Menéndez Pin, T. del R. (2019). Síndrome de burnout: Un riesgo psicosocial en la atención médica. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de La Salud. Salud y Vida*, 3(6), 839-859. <https://doi.org/10.35381/s.v.v3i6.393>

Arboleda Medina, A., Ramírez, B., Ariza Ariza, L. G., y Rodríguez Guerrero, N. I. (2020). Presencia y afectación del síndrome de burnout en instructores de TH-67 de la Escuela de Helicópteros para las Fuerzas Armadas de Colombia. *Revista Ciencia y Poder Aéreo*, 15(2), 6–17. <https://doi.org/10.18667/cienciaypoderaereo.679>

Ardiles Irarázabal, R. Alfaro Robless, P. Moya Cruz, M. Leyton Rojas, C. Rojas Callejas, P. y Videla García, J. (2020). La inteligencia emocional como factor amortiguador del burnout académico y potenciador del engagement académico. *Revista Reidu*, 2(1), 53-83.

<https://doi.org/10.54802/r.v2.n1.2020.1003>

Arias Gallegos, W. L., y Jiménez Barrios, N. A. (2013). Síndrome de burnout en docentes de Educación Básica Regular de Arequipa. *Revista Educación*, 22(42), 53–76.

<https://doi.org/10.18800/educacion.201301.003>

Atencia Oliva, D. Plaza Gómez, M. Y Hernández Riaño, H. (2020). Resiliencia, burnout y fracaso académico en estudiantes de Ingeniería de la Universidad de Córdoba, Colombia. *Revista Espacios*, 41(11), 23-37. <https://ww.revistaespacios.com/a20v41n11/a20v41n11p23.pdf>

Avecillas Cazho, J. A., Mejía Roddríguez, I., Contreras Briceño, J. I., y Quintero de Contreras, Á. M. (2021). Burnout académico. Factores influyentes en estudiantes de enfermería. *Revista Eugenio Espejo*, 15(2), 57–67. <https://doi.org/10.37135/ee.04.11.08>

Ávila Toscano, J. H., Gómez Hernández, L. T., y Montiel Salgado, M. M. (2010). Características demográficas y laborales asociadas al Síndrome de Burnout en profesionales de la salud. *Revista Pensamiento Psicológico*, 8(15), 39–52. <https://www.redalyc.org/pdf/801/80115648004.pdf>

Aydin Guclu, O., Karadag, M., Akkoyunlu, M. E., Acican, T., Sertogullarindan, B., Kirbas, G., Selimoglu Sen, H., Lakadamyali, H., Intepe, Y. S., Arslan, S., Firat Gursay, S., y Kaya, A. (2022). Association between burnout, anxiety and insomnia in healthcare workers: a cross-sectional study. *Review Psychology, Health & Medicine*, 27(5), 1117–1130. <https://doi.org/10.1080/13548506.2021.1874434>

Baldeón Dávila, M. R., Janampa López, L. R., Rivera Lucas, J. A., y Santivañez Meza, L. M. (2023). Síndrome de Burnout: una revisión sistemática en hispanoamérica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 1809–1831. <https://doi.org/https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.378>

Barbosa Ardila, S. D., Villegas Salazar, F., y Beltrán, J. (2020). El modelo médico como generador de discapacidad. *Revista Latinoamericana de Bioética*, 19(37–2), 111–122. <https://doi.org/10.18359/rlbi.4303>

Beck, A., Rush, J., Shaw, B., y Emery, G. (1992). *Terapia Cognitiva de la Depresión* (Desclée de

Brouwer (ed.); 20th ed.)

Beck, J. (2009). *Terapia Cognitiva: Conceptos Básicos y Profundización* (Gedisa (ed.); 1st ed.).

Bonilla, J. M. (2019). Los Paradigmas y modelos sobre la discapacidad: evolución histórica e implicaciones educativas. *Paradigma: Revista de Investigación Educativa*, 26(42), 75–89.
<https://doi.org/10.5377/paradigma.v26i42.9019>

Bouza, E., Gil, P. R., Palomo, E., Bouza, E., Cortell, M., Del Rosario, G., Gil, P. R., González, J., Gracia, D., Martínez, A., Melero, C., Molero, J. M., Montilla, P., Palomo, E., Peñacoba, E., Rodríguez, M., Rodríguez de la Pinta, M. L., Romero, S., Sartorius, N., y Soriano, J. B. (2020). Síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) en los médicos de España. *Revista Clínica Española*, 220(6), 359–363. <https://doi.org/10.1016/j.rce.2020.02.002>

Burgos Angulo, D. J., Rendón Lainez, V. M., Díaz Nivelá, C. de L., Aguirre Chiriguayo, J. T., Peralta Zuñiga, G. A., y Angulo de León, T. A. (2020). La relajación y estrés laboral en el personal docente: una revisión sistemática. *Revista Lecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 109–123.
<https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.1617>

Colegio Médico Colombiano. (2019). Síndrome de Burnout Vs adicción al trabajo “Workaholism.”

Correa López, L., Loayza Castro, J., Vargas, M., Huamán, M., Roldán Arbieta, L., y Pérez, M. (2019). Adaptación y validación de un cuestionario para medir burnout académico en estudiantes de medicina de la universidad Ricardo Palma. *Revista Facultad Medicina Humana*, 19(1), 64-73. DOI 10.25176/RFMH.v19.n1.1794

Edelwich, J., y Brodsky, A. (1980). *Burn-Out: Stages of Disillusionment in the Helping Professions*. By Jerry Edelwich and Archie Brodsky. New York: Human Sciences Press, 1980. Review Nueva York: Human Sciences Press, 65(445), 106.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1177/01926365810654452>

- Engel, G. L. (1997). From Biomedical to Biopsychosocial: Being Scientific in the Human Domain. *Review Psychosomatics*, 38(6), 521–528. [https://doi.org/10.1016/S0033-3182\(97\)71396-3](https://doi.org/10.1016/S0033-3182(97)71396-3)
- Estrada Aroz, E., Gallego Ramos, N., y Mamani Uchasara, H. (2021). Burnout académico en estudiantes universitarios peruanos. *Apuntes Universitarios*, 11(2), 48-62. <https://doi.org/10.17162/au.v11i2.631>
- Estrada López, H., De la Cruz Almanza, S., Bahamon, M., Pérez Maldonado, J., y Cáceres Martelo, A. (2018). Burnout académico y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista Espacios*, 39(15), 7-24. https://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/1980/Art_Burnout%20acad%c3%a9mico_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Falcão, N. M., Campos, E. de M., Simão, D. de A., Sena, N. S., y Ferreira, M. T. M. (2019). Síndrome de Burnout em médicos residentes. *Revista de Medicina Da UFC*, 59(3), 20–23. <https://doi.org/10.20513/2447-6595.2019v59n3p20-23>
- Fernández Sánchez, J., Pérez Mármol, J., Santos Ruiz, A., Pérez García, M., y Peralta Ramírez, M. (2018). Burnout y funciones ejecutivas en personal sanitario de Cuidados Paliativos: influencia del desgaste profesional sobre la toma de decisiones. *Revista Anales Del Sistema Sanitario de Navarra*, 41(2), 171–180. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.23938/assn.0308>
- Ferrel Ortega, F., Ferrel Ballestas, L., Cantillo Aguirre, A., Jaramillo Ocampo, J., y Jimenez Suarez, S. (2017). Variables académicas y sociodemográficas relacionadas con el Síndrome de Burnout, en estudiantes de Ingenierías y Ciencias de la Salud de una universidad estatal de Colombia. *Revista Psicogente*, 20(38), 336-352. <https://doi.org/10.17081/psico.20.38.2555>
- Fierro Santillán, C. R., Díaz Azuara, S. A., y Tobón, S. (2019). Estudio del Eustrés Académico desde el enfoque Socioformativo mediante la Cartografía Conceptual. *Revista Educación y Humanismo*, 21(37), 8–27. <https://doi.org/10.17081/eduhum.21.37.3123>

- Fierro, M. (2001). *Semiología del psiquismo* (Multiletras Editores (ed.) 1st ed).
- Figuerola Pastrana, A., Plaza Gómez, M., y Hernández Riaño, H. (2019). Validación de instrumentos para la medición de Resiliencia y Síndrome de Burnout en estudiantes del programa de Ingeniería Industrial de la Universidad de Córdoba (Colombia). *Revista Espacios*, 40(2), 30-40.
<https://www.revistaespacios.com/a19v40n02/a19v40n02p30.pdf>
- Folkman, S. (2013). *Stress: Appraisal and Coping*. *Review Encyclopedia of Behavioral Medicine* (pp. 1913–1915). Springer New York. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9_215
- Fontes, F. F. (2020). Herbert J. Freudenberger e a constituição do burnout como síndrome psicopatológico. *Review Memorandum: Memória e História Em Psicologia*, 37.
<https://doi.org/10.35699/1676-1669.2020.19144>
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff Burn-Out. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159–165.
<https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
- Gallego Zuluaga, Y. A., Gil Cardona, S., y Sepúlveda Zapata, M. (2018). revisión teórica de eustrés y distrés definidos como reacción hacia los factores de riesgo psicosocial y su relación con las estrategias de afrontamiento [Tesis de especialización, Repositorio Institucional Universidad CES].
<https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/4229/REVISIÓN>
- Garay Ordoñez, F., y Carhuacho Mendoza, I. (2019). Modelo social como alternativa para el desarrollo de la persona con discapacidad, Callao. Perú. *Telos: Revista de Estudios Interdisciplinarios En Ciencias Sociales*, 21(3), 681–709. <https://doi.org/10.36390/telos213.10>
- García Florez, V., Vega Rodríguez, Y., Farias Fritz, B., Améstica Rivas, L., y Aburto Godoy, R. (2018). Factores Asociados al Burnout Académico en Estudiantes de Internado Profesional de Fonoaudiología. *Revista Ciencia y trabajo*, 20(62), 84-89. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492018000200084>

- Gómez-Magallanes, C., Escudero Doltz, W., Gomez Rodriguez, V., y Ordoñez-Balladares, A. (2023). Burnout en docentes de instituciones educativas del régimen Costa del Ecuador. *Revista Venezolana de Gerencia*, 28(101), 80–92. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.28.101.6>
- Gonzales Arteta, I., Rocha Carrascal, M., y Álvarez Barboza, F. (2023). Prevalencia de Síndrome de Burnout en estudiantes de medicina de una institución universitaria de Cartagena-Colombia. *Revista Médica de Risaralda*, 29(1), 27-37. <https://doi.org/10.22517/25395203.25088>
- González Cabanach, R., Souto-Gestal, A., González-Doniz, L., y Franco Taboada, V. (2018). Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa*, 36(2), 421–433. <https://doi.org/10.6018/rie.36.2.290901>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (Mc Graw Hill (ed.) (6th ed.)). <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- <https://repository.ucc.edu.co/items/e3e48026-65ad-4ef8-a323-20bc2173ae9f>
- <https://ww.revistaespacios.com/a20v41n11/20411123.html#iden5>
- Jimenez Sanches, R., Arias Rico, J., Flórez Chávez, O., Revoreda Montez, C., Ruvalcaba Ledezma, J., y Reynoso Vásquez, J. (2021). Síndrome de Burnout en estudiantes de enfermería. *Revista Salud y Educación*, 10(19), 32-37.
- <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/7339/8402>
- Kafry, D., y Pines, A. (1978). Coping with burnout.
- Lazarus, R. S., y Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1(3), 141–169. <https://doi.org/10.1002/per.2410010304>
- Leiva Peña, V., Rubí González, P., y Vicente Parada, B. (2021). Determinantes sociales de la salud mental: políticas públicas desde el modelo biopsicosocial en países latinoamericanos. *Revista*

Panamericana de Salud Pública, 45(1), 1-7. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2021.158>

Ley 1090 del 2006, 35 (2006).

Loaiza Castro, J., Correa López, L., Cabello Vela, M., Huamán Garcia, M., Cedillo Ramírez, L., Vela Ruiz, J., Pérez Acuña, L., Gonzales Menéndez, M., y De la Cruz Vargas, J. (2016). Síndrome de burnout en estudiantes universitarios: tendencias actuales. *Revista Facultad Medicina Humana*, 16(1), 31-36. DOI 10.25176/RFMH.v16.n1.333

Lovo, J. (2020). Síndrome de burnout: Un problema moderno. *Revista Entorno*, 70 (10), 110–120. <https://doi.org/10.5377/entorno.v0i70.10371>

Lozano Vargas, A. (2021). El síndrome de burnout en los profesionales de salud en la pandemia por la COVID-19. *Revista de Neuro-Psiquiatria*, 84(1), 1–2. <https://doi.org/10.20453/rnp.v84i1.3930>

Marengo Escudero, A., Suarez Colorado, Y., y Palacio Sañudo., J. (2017). Burnout académico y síntomas relacionados con problemas de salud mental en universitarios colombianos. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 11(2), 45-55. <https://doi.org/10.21500/19002386.2926>

Menghi, M. S., Rodriguez, L. M., y Oñate, M. E. (2019). Diferencias en los valores de las dimensiones del burnout en educadores con y sin síntomas o problemas de salud. *Revista Propósitos y Representaciones*, 7(3), 179-197. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.338>

Mijakoski, D., Cheptea, D., Marca, S. C., Shoman, Y., Caglayan, C., Drevvatne Bugge, M., Gnesi, M., Godderis, L., Kiran, S., McElvenny, D., Mediouni, Z., Mesot, O., Minov, J., Nena, E., Otelea, M., Pranjic, N., Sivesind, I., Molen van der, H., y Guseva Canu, I. (2022). Determinants of Burnout among Teachers: A Systematic Review of Longitudinal Studies. *Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública*, 19(9), 1–48. <https://doi.org/10.3390/ijerph19095776>

Ministerio del Trabajo, & Pontificia Universidad Javeriana. (2016). Síndrome de Agotamiento Laboral - “Burnout” - Protocolo de Prevención y Actuación.

National Institute of Mental Health. (2023). ¡Estoy tan estresado! hoja informativa.

Navinés, R., Olivé, V., Fonseca, F., y Martín-Santos, R. (2021). Estrés laboral y burnout en los médicos residentes, antes y durante la pandemia por COVID-19: una puesta al día. *Revista Medicina Clínica*, 157(3), 130–140. <https://doi.org/10.1016/j.medcli.2021.04.003>

Ochoa, M., Reyes, F., Arenas, P., McMichael, M., y Latini, F. (2022). Frecuencia de síndrome de burnout en estudiantes de medicina en la provincia de San Luis. *Revista Neurología Argentina*, 14(2), 92–99. <https://doi.org/10.1016/j.neuarg.2021.10.005>

OMS. (2019). Burn-out un “fenómeno ocupacional”: Clasificación Internacional de Enfermedades. <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>

OMS. (2023). QD85 Síndrome de desgaste ocupacional.

Oro, P., Esquerda, M., Vinas, J., Yuguero, O., y Pifarre, J. (2019). Síntomas psicopatológicos, estrés y burnout en estudiantes de medicina. *Revista Educación Médica*, 20(1), 42-48. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2017.09.003>

Orozco Orozco, C. N., Noroña Salcedo, D. R., y Vega Falcón, V. (2021). Síndrome de Burnout en Odontólogos del Seguro Social Campesino de Chimborazo en el año 2020. *Revista Scientific*, 6(20), 41–61. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2021.6.20.2.41-61>

Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227–232. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>

Pacovilca Alejo, O. V., Zea Montesinos, C. C., Reginaldo Huamani, R., Lacho Gutiérrez, P., Quispe Rojas, R., Pacovilca Alejo, G. S., Quispe Llanzo, M. P., y Oyola García, A. E. (2022). Factores de riesgo del síndrome del trabajador quemado en médicos residentes peruanos: Análisis de la ENSUSALUD 2016. *Revista CES Medicina*, 36(1), 3–16.

<https://doi.org/10.21615/cesmedicina.6584>

Posada Quintero, J. I., Molano Vergara, P. N., Parra Hernández, R. M., Brito Osorio, F. Y., y Rubio Orozco, E. A. (2018). Prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes: Factores asociados al estatuto de vinculación laboral en Colombia. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 37(2), 119–133. <https://doi.org/10.21772/ripo.v37n2a04>

Puertas, Neyra, K., Mendoza, G., Cáceres, S., y Falcon, N. (2020). Síndrome de Burnout en estudiantes de Medicina Veterinaria. *Revista de Investigaciones Veterinarias del Perú*, 31(2), 1-10. <http://dx.doi.org/10.15381/rivep.v31i2.17836>

Quiceno, J. M., y Alpi, S. V. (2007). Burnout: “Síndrome de quemarse en el trabajo (SQT).” *Acta Colombiana de Psicología*, 10(2), 117-125. <https://psycnet.apa.org/record/2008-09214-012>

Quijada Martínez, P. J., Cedeño Idrogo, I. R., y Terán-Ángel, G. (2021). Quality of Professional Life and Burnout of the Nursing Staff at an Intensive Care Unit in Venezuela. *Revista Investigación y Educación En Enfermería*, 39(2), 1-14 . <https://doi.org/10.17533/udea.iee.v39n2e08>

Ramírez González, T. B., Enciso González, J., y Ruvalcaba Ledezma, J. C. (2021). Perfil Psicofisiológico del Estrés en Personas que viven con Diabetes Mellitus Tipo II. *Journal Of Negative & No Positive Results*, 6(3), 488–498. <https://doi.org/https://doi.org/10.19230/jonnpr.3784>

Reed, T. (1981). *Burn-Out: Stages of Disillusionment in the Helping Professions*. By Jerry Edlewhich and Archie Brodsky. New York: Human Sciences Press, 1980. *NASSP Bulletin*, 65(445), 106–106. <https://doi.org/10.1177/019263658106544520>

Rendón Montoya, M. S., Peralta Peña, S. L., Hernández Villa, E. A., Hernández Pedroza, R. I., Vargas, M. R., y Favela Ocaño, M. A. (2020). Síndrome de burnout en el personal de enfermería de unidades de cuidado crítico y de hospitalización. *Revista Enfermería Global*, 19(3), 479–506. <https://doi.org/10.6018/eglobal.398221>

Resolución 8430 de 1993, (1993).

Rivera Carrasquilla, V. G. Duque Londoño, G. Chaguendo Hernández, G. PiedrahitaTrujillo, D.

Catachunga Franco, P. y Libreros, J. (2023). Medición del Síndrome de Burnout en estudiantes y trabajadores de quinto semestre de la Universidad Cooperativa de Colombia. Repositoria Universidad Cooperativa de Colombia.

<https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/879da767-abdd-4d6a-9761-091fb3511d90/content>

Rivera Guerrero, A. Ortiz Zambrano. R. Miranda Torres, M. y Navarrete Freire, P. (2019). Factores de riesgo asociados al síndrome de desgaste profesional (Burnout). Revista Digital de Postgrado, 8(2). 1-7. <http://portal.amelica.org/ameli/journal/101/101676007/101676007.pdf>

Rodríguez Ramírez, M. del C., y Reátegui-Vargas, P. E. (2020). Personalidad situacional y síndrome de burnout en trabajadores de una institución especializada en rehabilitación. Revista Horizonte Médico (Lima), 20(1), 30–36. <https://doi.org/10.24265/horizmed.2020.v20n1.05>

Rodríguez Villalobos, J., Benavidez, E., Ornelaz, M., y Jurado, P. (2019). El Burnout Académico Percibido en Universitarios; Comparaciones por Género. Revista Formación Universitaria, 12(5), 23-30. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062019000500023>

Roig Grau, I., Fornés Ollé, B., Rodriguez Roig, R., Delgado Juncadella, A., González Valero, J. A., y Rodríguez-Martín, I. (2022). Burnout en profesionales de atención primaria en la Cataluña Central. Archivos de Prevención de Riesgos Laborales, 25(2), 86–100. <https://doi.org/10.12961/aprl.2022.25.02.02>

Rosales, Y., Mocha Bonilla, J., y Pedro Ferreira, J. (2020). Síndrome de Burnout en estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato, Ecuador. Revista Enfermería Investiga, 5(2), 37-41. <https://doi.org/10.31243/ei.uta.v5i2.875.2020>

- Roseno, D. A., Cavalcanti, J. R. L. de P., y Freire, M. A. (2020). Caracterização da síndrome de burnout em enfermeiros em municípios do interior do Estado da Paraíba – Brasil. *Revista ciências em saúde*, 10(1), 23–30. <https://doi.org/10.21876/rcshci.v10i1.877>
- Ruvalcaba Palacios, G. (2021). Actividad Nerviosa Autónoma de Pacientes con Síndromes Crónicas durante la Aplicación de un Perfil Psicofisiológico. *Revista Acta de Investigación Psicológica*, 11(2), 70–82. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2021.2.383>
- Saavedra, I., Cortés García, L., y Moral, M. de la V. (2022). Resilience as a mediator between burnout and subjective wellbeing in Spanish hospital residents. *Revista Psicología Conductual*, 30(2), 503–515. <https://doi.org/10.51668/bp.8322210s>
- Salcedo Guerrero, H. L., Cardenas Vasquez, Y. Y., Carita Chambi, L. M., y Ledesma Cuadros, M. J. G. (2020). Síndrome de Burnout en docentes en un contexto de emergencia sanitaria, Lima. *Revista Alpha Centauri*, 1(3), 44–56. <https://doi.org/10.47422/ac.v1i3.18>
- Seijas Solano, D. E. (2019). Riesgos psicosociales, estrés laboral y síndrome burnout en trabajadores universitarios de una escuela de bioanálisis. *Revista de Salud Pública*, 21(1), 102–108. <https://doi.org/10.15446/rsap.v21n1.71907>
- Spaniol, L., & Caputo, J. (1979). *Professional burn-out: A personal survival kit* (Bloomsbury Publishing (ed.); 1st ed.).
- Stabile, C., y Fernández, A. R. (2020). representación del rol profesional en aspirantes a la carrera de medicina. facultad de ciencias médicas. universidad nacional de córdoba. *Revista de Salud Pública*, 24(2), 8–17. <https://doi.org/https://doi.org/10.31052/1853.1180.v24n1>
- Suárez Martel, M. J., y Martín Santana, J. D. (2019). Influencia del perfil sociodemográfico del profesor universitario sobre la inteligencia emocional y el burnout. *Revista Educación XX1*, 22(2), 93-117. <https://doi.org/10.5944/educxx1.22514>

- Tobar Soto, L. C. (2022). Hiperkortisolemia y estrés. Impacto en las funciones cognitivas. *Revista Científica UISRAEL*, 9(1), 139–157. <https://doi.org/10.35290/rcui.v9n1.2022.497>
- Torres Hernández, E. (2020). Habilidades intrapersonales y su relación con el burnout en docentes de educación básica en León, México. *Revista de Estudios y Experiencias En Educación*, 19(39), 163–179.
- Torres Romero, A. D., y Alcaraz Romero, I. A. (2020). Síndrome de Burnout en médicos residentes de un hospital público de la ciudad de Aregua en el año 2020. *Revista Medicina Clínica y Social*, 4(3), 98–103. <https://doi.org/10.52379/mcs.v4i3.151>
- Usán Supervía, P. Salavera Bordás, C. y Mejía Abad, J. (2020). Relaciones entre la inteligencia emocional, el burnout académico y el rendimiento en adolescentes escolares. *Revista CES Psicología*, 13(1), 25-139. <https://doi.org/10.21615/cesp.13.1.8>
- Vidotti, V., Martins, J. T., Galdino, M. J. Q., Ribeiro, R. P., y Robazzi, M. L. do C. C. (2019). Burnout syndrome, occupational stress and quality of life among nursing workers. *Revista Enfermería Global*, 18(3), 344–376. <https://doi.org/10.6018/eglobal.18.3.325961>
- Woo, T., Ho, R., Tang, A., y Tam, W. (2020). Global prevalence of burnout symptoms among nurses: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Psychiatric Research*, 123 (1), 9–20. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2019.12.01>