



Trabajo de Grado Para Optar al Título de Psicóloga.

Relación entre las dimensiones del burnout y las características sociodemográficas en
estudiantes universitarios del noveno semestre de la carrera de Psicología de la Corporación

Universitaria Minuto de Dios del año 2025-2

Autores:

Dallana Andrea Ossa Palacio y Diana Paola Mercado Zapata.

Asesor Trabajo de Grado:

Luis Alberto Calle Pulgarín

Corporación Universitaria Minuto de Dios

2025

Relación entre las dimensiones del burnout y las características sociodemográficas en estudiantes universitarios del noveno semestre de la carrera de Psicología de la Corporación

Universitaria Minuto de Dios del año 2025-2

Dallana Andrea Ossa Palacio, Diana Paola Mercado Zapata.

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

Asesor

Luis Alberto Calle Pulgarín

Psicólogo

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Centro Universitario Bello (Antioquia)

Programa de Psicología

Noviembre de 2025

Dedicatoria

A nuestros padres y hermanos, quienes nos dieron alas para volar y nos han impulsado en nutrirnos de conocimiento, cada página de esta tesis demuestra el esfuerzo que han realizado por formarnos como personas de bien.

A nuestros amigos y colegas, quienes asumieron la tarea de ser la voz de aliento en los momentos en los que sentíamos no poder más.

Dedicamos cada una de las páginas de este trabajo, fruto del esfuerzo invaluable por la superación profesional, a cada estudiante de psicología que al igual que las autoras de este trabajo, un día con ojos llenos de esperanza, iniciaron su camino y hoy se atreven a soñar con ser profesionales, nuestra exhortación es que sigan soñando, no dejen que las vicisitudes de la vida profesional apaguen el corazón empático que debe caracterizar a un buen profesional de psicología.

Agradecimiento

Especialmente a mi colega, amiga y compañera de traspasadas, por su excepcional dedicación durante el transcurso de la investigación. Nuestra colaboración fue un ejercicio de sinergia, en donde con incertidumbres, lágrimas y emociones encontradas, logramos cerrar con broche de oro nuestro último semestre académico, ha sido un honor el poder compartir este proceso.

Deseamos expresar nuestro agradecimiento a los docentes e instructores que nos acompañan en el trayecto profesional, ha sido un viaje desafiante, donde hemos encontrado guía en varios docentes, como lo es Juan María, quien, a través de su sabiduría nos brindó calma ante las vicisitudes que trae consigo el camino hacia lo profesional,

Agradecemos profundamente a cada uno de los compañeros, que se convirtieron en amigos, su amistad se convirtió en inspiración dentro del proceso formativo.

Y finalmente agradecemos a nuestro asesor de tesis, Luis Alberto Calle Pulgarín, quien se sumó a nuestro deseo e investigar el burnout académico, quien a través de su orientación nos motivó a continuar tras este camino.

Tabla de contenido

Dedicatoria.....	3
Agradecimiento	4
Resumen	10
Palabras claves	11
Abstract.....	11
Keywords	12
Introducción.....	12
Planteamiento del Problema.	13
Pregunta del problema	18
Justificación.....	18
Objetivos	21
Objetivo General	21
Objetivos específicos	21
Marco teórico.....	22
Antecedentes investigativos.....	22
Marco conceptual.....	26
Salud mental.....	27
Burnout.....	27
Burnout académico.....	27

Cinismo (Desinterés hacia los Estudios)	28
Ineficacia Académica (o Baja Realización Personal)	28
Referentes teóricos	28
Burnout académico.....	34
Dimensiones del burnout académico	36
Herramienta adaptada para el Burnout académico.....	37
Diseño y Metodología de investigación.....	39
Hipótesis.....	39
Hipótesis 1.....	39
Hipótesis 2.....	40
Hipótesis 3.....	40
Tipo de investigación	40
Alcance.....	41
Método.....	41
Población	42
Muestreo	42
Muestra.....	43
Criterios de inclusión	43
Consideraciones Éticas.....	43
<i>Confidencialidad</i>	44
Bienestar del usuario.....	44
El derecho a la información	44
El derecho a la elegir	45

Herramienta de recolección de información	45
Prueba MBI-SS (adaptada para estudiantes).....	45
Plan de análisis	47
VARIABLES	47
Operacionalización de las variables	48
VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS ´	48
Resultados de Investigación	49
Análisis Estadístico de los Resultados	49
Análisis de resultados instrumento MBI (SS)	50
Media y Moda de las Dimensiones del Burnout Académico	50
Descripción de resultados tabla 4 y gráfica 1.....	51
Descripción de resultados tabla 5 y gráfica 2.....	52
Descripción de resultados tabla 6 y gráfica 3.....	53
Descripción de resultados tabla 7 y gráfica 4.....	54
Descripción de resultados tabla Tabla 8 Dimensión: Agotamiento emocional, correlacionando con datos Sociodemográficos.....	56
Dimensión: Cinismo correlacionando con datos Sociodemográficos.	58
Descripción de resultados tabla 10 y gráfica N°7.....	59
Dimensión: Baja realización académica, correlacionando con datos Sociodemográficos.	61
Descripción de resultados tabla 12 y gráfica N°9.....	62
Discusión y análisis detallado de los hallazgos	63
Conclusiones	67
Recomendaciones	68

Referencia Bibliográfica	68
Anexos.....	78
Consentimiento Informado para participar en investigación.....	78
Cuestionario MBI-SS.....	81

Lista de Ilustraciones

Ilustración 1: Edad.	51
Ilustración 2. Variable Sociodemográfica: Género	52
Ilustración 3. Correlación de variables Sociodemográfica: Género y edad.....	53
Ilustración 4. Dimensión: Agotamiento emocional.....	54
Ilustración 5. Agotamiento emocional, correlacionando con datos Sociodemográficos	55
Ilustración 6. Nivel de cinismo.....	58
Ilustración 7. Correlación de cinismo-edad- género.....	59
Ilustración 8. Baja realización académico.	60
Ilustración 9. Dimensión: Cinismo, correlacionando con datos Sociodemográficos.....	62

Lista de Tablas

Tabla 1. Variables de análisis.....	48
Tabla 2. Variables sociodemográficas a investigar.....	48
Tabla 3. Media Y Moda de Respuestas de MBI (SS).....	50
Tabla 4. Variable Sociodemográfica: Edad.....	51
Tabla 5. Variable Sociodemográfica: Genero.....	52
Tabla 6. Tabla cruzada Variables Género y Edad.....	53
Tabla 7. Dimensión: Agotamiento emocional.....	54
Tabla 8. Dimensión: Agotamiento emocional, correlacionando con datos Sociodemográficos.....	55
Tabla 9. Dimensión: Cinismo.....	57
Tabla 10. Correlación de datos sociodemográficos y Dimensión cinismo.....	58
Tabla 11. Dimensión: Baja realización académica.....	60
Tabla 12. Baja Realización Académica correlacionando con datos Sociodemográficos.....	61

Resumen

El síndrome de burnout académico se ha consolidado como un fenómeno de gran repercusión en la salud mental de los estudiantes universitarios, afectando su bienestar y rendimiento. La presente investigación tiene como objetivo principal analizar la relación del burnout académico en los estudiantes del noveno semestre de la carrera de Psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios durante el periodo 2025-2.

Para ello, se implementó un estudio con enfoque cuantitativo y un alcance descriptivo correlacional, utilizando un muestreo no probabilístico por conveniencia. La recolección de datos se realizó a través del Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS), instrumento validado que mide las tres dimensiones del síndrome: agotamiento emocional, cinismo y baja realización académica. Se espera identificar los niveles predominantes en cada una de estas dimensiones y analizar la posible relación entre ellas. También se tomó datos sociodemográficos con los cuales logramos relacionar con los resultados de la prueba.

Finalmente, acorde a los resultados y teniendo en cuenta los resultados de los participantes, cuya muestra seleccionada para esta investigación corresponde a 20 estudiantes del noveno semestre de la jornada nocturna, se encuentran los siguientes datos, el 55 % de los estudiantes presentó niveles medios de agotamiento emocional, el 95 % niveles bajos de cinismo y el 60 % niveles altos de baja realización académica. Al momento de la correlación de la parte sociodemográfica se evidencian edades con más incidencia al burnout académico, las cuales se establecen en los rangos de edades entre 20 y 25 años y del sexo femenino con un 85% mientras que el 15% corresponde al sexo masculino.

Palabras claves

Burnout, universitarios, uniminuto, salud mental, noveno semestre, investigación, cuantitativa.

Abstract

Academic burnout syndrome has become established as a phenomenon with a significant impact on the mental health of university students, affecting their well-being and performance. The main objective of this research is to analyze the relationship between academic burnout and ninth-semester students of the Psychology program at the Minuto de Dios University Corporation during the 2025-2026 academic year.

To this end, a quantitative study with a descriptive-correlational scope was implemented, using non-probability convenience sampling. Data collection was conducted using the Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS), a validated instrument that measures the three dimensions of the syndrome: emotional exhaustion, cynicism, and poor academic achievement. The aim is to identify the predominant levels in each of these dimensions and analyze the possible relationship between them. Sociodemographic data was also collected, which we were able to compare with the test results. Finally, according to the results and taking into account the results of the participants, whose sample selected for this research corresponds to 20 ninthsemester evening students, the following data are found: 55% of the students presented medium levels of emotional exhaustion, 95% low levels of cynicism, and 60% high levels of low academic achievement. When correlating the sociodemographic part, it is evident that ages with the highest incidence of academic burnout are established between 20 and 25 years old, 85% of the female sex, while 15% correspond to the male sex.

Keywords

Academic burnout, psychology students, mental health, emotional exhaustion, cynicism, academic inefficacy.

Introducción

La vida universitaria, trae consigo una carga académica muy alta, la cual está acompañada por la presión derivada de la parte académica, como el cumplimiento a notas, entrega de trabajos, y parciales, lo cual lleva a los estudiantes universitarios a autoexigirse llevando al extremo el cumplimiento académico, el cual se ve intensificado en el último semestre de la carrera profesional en la carrera de psicología. La carrera de psicología tiene un nivel de carga considerable, multifacético el cual va más allá de lo académico, lo que pone a los estudiantes universitarios de último semestre de psicología en una exigencia intelectual y física, lo cual sumado a otros factores, puede desencadenar síndromes, como el síndrome de burnout, el cual se manifiesta como una respuesta ante el estrés académico, a través de tres dimensiones: agotamiento emocional, cinismo hacia los estudios y una percepción de baja eficacia académica, lo cual puede generar afectación no solo emocional sino también a nivel académico del estudiante promedio. La presente investigación, se centra en identificar la asociación entre las variables que se describirán más adelante, por lo tanto, esta investigación busca conocer y describir las variables del burnout en estudiantes de psicología de noveno semestre, de la UNIMINUTO, cuyos estudiantes debe realizar, su última práctica profesional, opción de grado 2 y finalizar las materias correspondientes a su plan de estudio.

Planteamiento del Problema.

El ser humano es un ser vivo de compleja naturaleza biopsicosocial, integrado por dimensiones interrelacionadas (mentales, sociales, emocionales y espirituales), todas con igual importancia. Así es como cada una de las dimensiones del ser humano, son consideradas punto central del desarrollo humano. Hoy en día, la salud mental es un tema cada vez más importante, porque va más allá del sentirse bien, dado que el estado mental afecta la toma de decisiones diarias, pensamientos, sentimientos, cómo nos relacionamos con otros y cómo enfrentamos la vida.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, (2025), se menciona que:

La salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. Es parte fundamental de la salud y el bienestar que sustenta nuestras capacidades individuales y colectivas para tomar decisiones, establecer relaciones y dar forma al mundo en el que vivimos. La salud mental es, además, un derecho humano fundamental, y un elemento esencial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico. La salud mental es más que la mera ausencia de trastornos mentales. Se da en un proceso complejo, que cada persona experimenta de una manera diferente, con diversos grados de dificultad y angustia y resultados sociales y clínicos que pueden ser muy diferentes.

(p.2)

Al ser inherentemente sociales, el concepto de salud mental, cobra mayor importancia, dado que esta se posiciona como un pilar fundamental en cada aspecto de la existencia del ser humano. Su influencia se extiende a todas las esferas de la vida, particularmente a nuestras relaciones interpersonales, y esta puede verse desde una mirada diferente, si se es mujer o hombre, es así, como la salud mental se convierte en un cimiento para tener comunicación efectiva, y poder establecer límites sanos.

Así mismo, es importante mencionar que la salud mental, juega un papel trascendental en la toma de decisiones, dado que tener una buena condición de salud mental, permite que se tomen decisiones objetivas, confiando de forma razonable y contribuyendo a la confianza propia; constantemente el ser humano toma decisiones entrelazadas con las necesidades humanas y el desarrollo personal o profesional, afectando de manera positiva o negativa alguna de sus dimensiones. El ser humano satisface cada una de sus necesidades de acuerdo con un orden específico, tal como lo menciona Maslow, (1943) “la idea básica de esta jerarquía es que las necesidades más altas ocupan nuestra atención sólo cuando se han satisfecho las necesidades inferiores de la pirámide” (p.2), sin embargo, es importante tener presente las necesidades inferiores antes de llegar a la escala más alta, Maslow, (1943), nos menciona cuales son:

Necesidades básicas (respirar, dormir, descansar, satisfacer deseos sexuales), necesidades de seguridad y protección (seguridad física y de salud), seguridad de ingresos y seguridad moral, familiar y de propiedad (privacidad), necesidades de afiliación y afecto (están relacionadas con el desarrollo afectivo del individuo), necesidades de estima. (p. 2)

El ser humano le apuesta a auto realizarte, tal como menciona Angarita, (2007):

Es la más elevadas y se hallan en la cima de la jerarquía; Maslow describe la auto realización como la necesidad de una persona para ser y hacer lo que la persona "nació para hacer", es decir, es el cumplimiento del potencial personal a través de una actividad específica; de esta forma una persona que está inspirada para la música debe hacer música, un artista debe pintar, y un poeta debe escribir. El no llegar a cumplir estas dimensiones como es mencionado por Beck, "una premisa importante del modelo cognitivo es que la forma en que una persona estructura e interpreta sus experiencias determina sus sentimientos y su comportamiento". (Beck, 1976, p.192)

En la búsqueda de autorealizarse, el ser humano busca superación profesional y personal por medio de la educación superior. Sin embargo, la salud mental juega un papel crucial en este camino, el cual influye de manera positiva o negativa en el desempeño académico de los estudiantes, de acuerdo con las experiencias y cargas académicas, algunos autores se centran en mencionar la importancia de la salud mental en los estudiantes:

La salud mental de los jóvenes es un tema cada vez más relevante y preocupante. En el entorno universitario es común que se enfrenten a condiciones socioambientales que afectan su bienestar mental. Un ejemplo emblemático de esto es la pandemia del covid19, que ha llevado al aislamiento y a una educación virtual en muchas comunidades universitarias. Las respuestas y experiencias vividas durante este tiempo representan un desafío para las instituciones, que deben actuar en múltiples aspectos para aliviar esta situación, la cual afecta al menos a una cuarta parte de la población estudiantil. (Chamorro, 2023, p.1).

El proceso académico genera desgaste físico, emocional y mental, lo cual puede desencadenar síntomas de ansiedad, disminución de rendimiento académico e incluso fatiga

mental, lo cual puede llevar al estudiante a desarrollar diversos trastornos o síndromes relacionados con el desgaste mental, lo cual puede impedir al estudiante dar su mayor potencial. Entre los diferentes síndromes que se pueden presentar ante situaciones de desgaste académico encontramos el burnout, el cual es definido por algunos autores como un “síndrome caracterizado por cansancio emocional, pérdida de motivación, despersonalización y fracaso”, (Pepe-Nakamura, 1997, p. 2), el cual también fue declarado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), como:

Un problema en ambientes académicos y laborales e impacta a distintas personas, en especial a aquellos que tienen contacto permanente con otros, lo que representa alta entrega y respuesta inmediata; si no se tienen los recursos necesarios, puede llegar a presentarse ansiedad, frustración, baja autoestima, soledad, depresión y otros problemas de índole emocional. Este síndrome llamado también “estar quemado”, desde el enfoque psicosocial se ha estructurado en tres componentes: la baja realización personal, la despersonalización y el agotamiento emocional (OMS, Organización Mundial de la Salud, 2025, p.1).

A partir del inicio de investigaciones sobre el burnout académico, se han realizado diferentes estudios aplicados en instituciones de educación básica y superior, donde se han podido encontrar indicios importantes para el burnout académico, demostrando que esto puede generar por consiguiente afectaciones negativas en estudiantes de educación media y superior, tal como es mencionado por el autor; se realizaron algunos estudios en diferentes partes del mundo, de los cuales se reúnen: 55 artículos que incluían un total de 28.206 estudiantes universitarios (hombres: 11.121 y mujeres: 16.398) y que fueron publicados entre 2006 y 2020 cumplieron con nuestros criterios de inclusión. La mayoría de los estudios se realizaron en Brasil (n = 18) o China (n = 7). Muchos provenían de países de ingresos medios-altos (n = 45),

10 de países de ingresos medios-bajos y 3 de países de ingresos bajos. La mayoría de los estudios provenían de Sudamérica (n = 30), Asia (n = 14), África (n = 10) y la menor cantidad de Europa (n = 3). Se realizaron 3 estudios entre estudiantes de programas no relacionados con la medicina. Se realizaron 21 estudios entre estudiantes de posgrado. Los participantes fueron seleccionados según la amplitud de su programa de formación. (Kaggwa, 2021, p.1).

En Colombia según Caballero, (2007), en un estudio realizado en estudiantes de la universidad de Barranquilla, Colombia “el análisis estadístico muestra que el 41,6% de los estudiantes presentan burnout académico (distribuido en niveles y medio altos), aunque dichas referencias de estudio no son recientes, no dan un precedente para continuar estudiando el Burnout, y así mismo un estudio realizado por Niño, (2024), en la universidad nacional menciona que “la prevalencia de *burnout* académico en estudiantes universitarios muestra una variabilidad considerable, con cifras que oscilan entre aproximadamente el 8% y más del 60%, dependiendo del país, según la muestra estudiada y los criterios de evaluación utilizados”. (p. 1).

Sin embargo, en Latinoamérica se inició de manera tardía según los estudios mencionados a lo largo del trabajo, alrededor de los años 2000-2005, y en la actualidad aún hay vacíos significativos en el campo de estudio del síndrome del Burnout en Colombia, y en especial en la Corporación Universitaria Minuto de Dios, en la cual no se han realizado estudios recientes relacionados con el burnout académico el cual fue dirigido por el docente Álvaro Alejandro Acosta Echavarría en el 2016.

Pregunta del problema

¿Cuál es la relación entre las dimensiones del burnout y las características sociodemográficas en estudiantes universitarios del noveno semestre de la carrera de psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios del año 2025-2?

Justificación

El síndrome de burnout, también conocido como síndrome del desgaste o agotamiento físico y mental se ha convertido a lo largo del tiempo, en un problema de gran repercusión social, y en especial en los últimos años. Aunque en sus inicios se estudió en el ámbito laboral, con el tiempo dio inicio a investigaciones en diferentes escenarios, incluyendo el educativo, tal como es mencionado por Rosales (2023) “el interés que en la actualidad despierta ha facilitado una ampliación de su campo de estudio pues se empezaron investigaciones en otros ámbitos profesionales y mucho más recientemente surgen los estudios con estudiantes universitarios” (p. 1-2), lo cual demuestra una gran relevancia en el estudio de este síndrome en los estudiantes universitarios.

El inicio del estudio del burnout en el campo académico generó gran trascendencia, la cual resalta la importancia de la psicología en relación con la salud mental y cómo impacta en el bienestar emocional y académico de los individuos, así como en su rendimiento y calidad de vida. Estudios recientes mencionan datos significativa del burnout entre estudiantes universitarios, y la relación con algunas variables sociodemográficas, como lo menciona la investigación realizada por la Mark et al, (2021) en diversos estudios de alrededor de “ 55 artículos que incluían un total de 28.206 estudiantes universitarios (hombres: 11.121 y mujeres: 16.398) y que fueron publicados entre 2006 y 2020”, donde Mark et al, (2021) encontró que un

total de 6412 estudiantes presentaron agotamiento en 29 estudios, y combinada fue del 27,8 % (IC del 95 %: 27,4-28,3) y un total de 4741 estudiantes mostraron eficacia profesional en 29 estudios y agrupada fue del 29,9 % ". (p. 5)

Adicionalmente, tras la revisión bibliografía sobre el Burnout, la última investigación realizada en la UNIMINUTO relacionada particularmente con el burnout, y enfocada en estudiantes, fue en el 2016, quien fue llevada a cabo por Borja, et al, (2016), sin embargo, tal investigación se realizó prepandemia Covid-19, centrado en estudiantes que laboran, añadido a ello una de las investigaciones más recientes en Colombia, fue en UNAL donde "cerca del 53% de los estudiantes encuestados, presentaron indicadores altos de burnout académico" (Borja, et al, 2016, p.49), lo que resalta la importancia de investigar este fenómeno en este contexto específico." (Torres Niño, 2024). Estos aspectos son claves, dado que la pandemia, aunque no es el punto central de investigación marcó un antes y después en procesos educativos y de salud mental, esto dado que los estudiantes que actualmente se encuentran cursando el noveno semestre en 2025-2 cursaron aproximadamente un tercio de su carrera profesional en psicología en la modalidad virtual, enfrentando algunas condiciones que pueden ser preámbulos de agotamiento emocional y factores del síndrome Burnout académico demostrando los altos niveles de exigencia y estrés que es representativo en estudiantes de últimos niveles, lo que representa un grupo de interés para evaluar el burnout.

Como estudiantes de psicología, próximos a obtener el título de psicólogas, entendemos que la salud mental es fundamental no solo para el desarrollo personal y profesional, sino también para el quehacer del psicólogo en un futuro profesional. La presión académica, las exigencias de los estudios y la necesidad de equilibrar la vida personal y profesional pueden

generar un alto nivel de exigencia, lo que hace más susceptibles al síndrome del burnout. Este trabajo es importante porque busca visibilizar y comprender las experiencias de nuestros compañeros de noveno semestre en esta etapa crucial de formación, donde las emociones pueden ser intensas.

Este síndrome es un objeto poco estudiado en Latinoamérica, y especialmente en Medellín, lo cual nos restringe a tener información actualizada sobre el burnout académico, el principal objetivo de este estudio es evidenciar la presencia del síndrome en la población estudiantil y su relación con variables sociodemográficas (edad y género), enriqueciendo bases académicas.

Además, al investigar el burnout en estudiantes de psicología, no solo se está contribuyendo al conocimiento académico sobre este fenómeno, sino que también estamos creando un espacio para la reflexión sobre la salud mental en el ámbito educativo. Al compartir las experiencias de los estudiantes de psicología de último semestre y tras la revisión de análisis, se busca fomentar el estudio del síndrome del burnout académico, que es esencial para el bienestar colectivo y la superación de este síndrome en el entorno académico.

Con esta investigación se busca desde una mirada profesional como futuros profesionales del área de la salud, abordar temas que afectan a la comunidad estudiantil. Desde una mirada profesional, se busca ser capaces de identificar y describir la relación de del Burnout académico con diferentes variables.

Objetivos

Objetivo General

Analizar la relación entre las dimensiones del burnout y las características sociodemográficas en estudiantes universitarios del noveno semestre de la carrera de psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios del año 2025-2

Objetivos específicos

Identificar los niveles de agotamiento emocional en los estudiantes universitarios de noveno semestre de Psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios durante el año 2025.

Determinar los niveles de realización personal en los estudiantes universitarios de noveno semestre de Psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios durante el año 2025.

Clasificar el grado de eficiencia académica y su relación con variables sociodemográficas (edad y género) en los estudiantes universitarios de noveno semestre de Psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios durante el año 2025.

Marco teórico

Antecedentes investigativos

Como se ha mencionado, el Burnout nació con investigaciones realizadas en el entorno laboral, el cual en la actualidad cuenta con miles de estudios de a nivel mundial, los cuales se iniciaron desde 1974, lo cual nos da la seguridad que el Burnout laboral, ha sido un campo consolidado y con maduración teórica, sin embargo, nuestro objeto de estudio es el burnout académico, aunque en este no se iniciaron estudios formales sino hasta 2002, es un campo con un alto nivel de importancia, el cual es fundamentado en las décadas de investigación previas realizadas en el contexto laboral, lo cual ha brindado a diferentes investigadores bases, para continuar estudiando el burnout académico.

El síndrome de burnout académico ha ganado relevancia convirtiéndose en un problema de salud pública global, tal como es mencionado por la (OMS, 2019).

En el transcurrir de la historia investigativa, se han realizado algunos estudios a nivel académico alrededor del síndrome de Burnout, dicha producción científica ha crecido en la última década dado que se ha convertido foco de interés para la comunidad investigadora. A continuación, se abordará referentes investigativos que permitirá tener un panorama amplio sobre el Burnout académico.

En Chile, un estudio pre-pandémico en estudiantes de enfermería mostró que el 100 % de los estudiantes presentaron burnout académico, prevaleciendo el nivel «leve» (73,4 %). Un reciente estudio en Cataluña indicó que los estudiantes que combinan actividad laboral remunerada y estudios, la mayor prevalencia de síndrome de burnout de estudiantes que trabajan los presenta enfermería (57,9 %).¹⁶. Otro estudio en México observó que más de la mitad de la

muestra de estudiantes padecía niveles medios y altos del síndrome de burnout académico, encontrándose diferencias significativas respecto al sexo, área de estudio, presencia de hermanos y nivel académico de la madre. (Irrarázabal, 2022, p. 1).

A partir del inicio de investigaciones sobre el burnout académico, se han realizado diferentes estudios aplicados en instituciones de educación básica y superior, donde se han podido encontrar indicios importantes para el burnout académico, como es mencionado en la investigación sistemática realizada por Kaggwa, 2021 en la que se efectuaron algunos estudios en diferentes partes del mundo, de los cuales se “55 artículos que incluían un total de 28.206 estudiantes universitarios (hombres: 11.121 y mujeres: 16.398) y que fueron publicados entre 2006 y 2020”. (Kaggwa, 2021, p.1).

Sin embargo, es importante acotar la relevancia de estudios enfocados a estudiar la relación de género en las diferentes dimensiones del burnout académico, como es mencionado por Posso, et al (2025), quien, a través de una basta investigación,

Finalmente, se concluye que existe diferencias estadísticamente significativas del cinismo entre hombres y mujeres; mientras que, no existe diferencias significativas, entre hombres y mujeres en cuanto a la eficacia académica y al agotamiento emocional. Existe diferencias estadísticamente significativas en el cinismo, la eficacia y el agotamiento emocional con respecto a los rangos de edad de los estudiantes. (p.10).

Si bien el género puede convertirse en un factor predisponente para el Burnout, dejar el análisis de este trabajo a una sola variable sería una gran simplificación, lo que reduciría el campo de estudio; algunos autores han realizado investigaciones en el campo que demuestran la vulnerabilidad del síndrome de Burnout, y la relación con edad y género, que a su vez permite

examinar de cerca la interacción entre estas variables, tal como se ha evidenciado en el siguiente estudio,

Respecto al género de los estudiantes, se encuentra que no existen diferencias significativas entre la variable género y la dimensión de cinismo ($F = 8,688$; $p < 0,004$). Sin embargo, con relación a las dimensiones de agotamiento y autoeficacia se evidencia que sí existen diferencias significativas: ($F = ,455$; $p > ,500$) y ($F = 6,026$; $p > ,015$), respectivamente. Lo anterior indica que, tanto en hombres como en mujeres, el nivel de agotamiento emocional es bajo; y que respecto a la dimensión de autoeficacia los dos géneros se encuentran en un nivel alto, siendo más alto en las mujeres con relación a los varones. Respecto a la dimensión cinismo los dos géneros se encuentran en un nivel alto, siendo más alto para las mujeres.

Respecto a la edad, no se encontraron diferencias significativas con los niveles de agotamiento ($F = 1,481$; $p < 0,229$), cinismo ($F = 1,306$; $p < 0,273$) y autoeficacia ($F = 1,206$). Sin embargo, se evidencia, con relación al agotamiento emocional, que todas las personas se encuentran en un nivel bajo (Media = 12,25), siendo el segmento de las personas que están entre 26 y 31 años quienes tienen el mayor nivel (Media = 13,96).

Con relación a la autoeficacia, el estudio arrojó como resultado que el rango de edades entre 16 y 20 años tiene el nivel más alto (Media = 26,04). (Ferrel Ortega, et, al, 2017, p. 11).

Para adentrarnos a nuestro escenario, es importante mencionar que en Colombia según Caballero, (2007), en un estudio realizado en estudiantes de la universidad de Barranquilla, Colombia “el análisis estadístico muestra que el 41,6% de los estudiantes presentan burnout académico (distribuido en niveles y medio altos)” (p. 7). Aunque dichas referencias de estudio no son recientes, nos dan un precedente para continuar ampliando el objeto de estudio, sobre el

Burnout, y así mismo un estudio realizado por Niño, (2024), en la universidad nacional “menciona que la prevalencia de *burnout* académico en estudiantes universitarios muestra una variabilidad considerable, con cifras que oscilan entre aproximadamente el 8% y más del 60%, dependiendo del país, según la muestra estudiada y los criterios de evaluación utilizados.” (p. 1)

Sin embargo, en Latinoamérica se inició de manera tardía según (Carlotto, 2006), alrededor de los años 2000-2005, y en la actualidad aún hay vacíos significativos en el campo de estudio del síndrome del Burnout en Colombia, y en especial en la Corporación Universitaria Minuto de Dios, en la cual no se han realizado estudios recientes relacionados con el burnout académico el cual fue dirigido por el docente Álvaro Alejandro Acosta Echavarría en el 2016.

En América latina ya se han realizado algunas investigaciones, que han dado cuenta del alto porcentaje de estrés y factores asociados al burnout académico tal como es mencionado:

En Colombia se han realizado varias investigaciones, sin embargo, Caballero, (2010), fue quien inicio en Colombia como pionero en el estudio de burnout académico y confirma que el MBI-SS es fiable para la aplicación en el contexto académico.

Así mismo, en Perú se señala que a personal del área de la salud “el 42,9% de enfermeros manifiestan un nivel alto en cuanto al agotamiento emocional y el 38,6% nivel medio por la carencia de realización personal.” (Cano et al, 2023, p. 3).

Para comprender la magnitud de los hallazgos que se han obtenido como resultado de investigaciones, es importante contrastarlos con la evidencia a nivel Latinoamérica, por eso es relevante mencionar que los estudios realizados en otros países como los ya mencionados y Chile, donde se ha logrado identificar que,

Más de un 90% de prevalencia del Síndrome de estar Quemado por el Trabajo (SQT) en 224 participantes entre personal médico (67,41%) y de enfermería (32,59%), con resultados moderados-severos de este síndrome. En Colombia se encontraron resultados poco positivos en 174 enfermeras/os (84,5% mujeres), cuya prevalencia del síndrome de estrés laboral era del 20,1% y el 52,3% estaban cerca de padecerlo. Otro estudio, en tres establecimientos de salud privados en la ciudad de Medellín, encontró una incidencia del 67,9% del síndrome de estrés laboral. (Cano et. al, 2023, p. 3).

Algunos académicos e investigadores se han dedicado en realizar estudios enfocados en el burnout en el área de la salud a nivel nacional, el cual ha permitido obtener datos específicos sobre el burnout en estudiantes del área de la salud,

Los resultados obtenidos con la escala MBI-SS revelan que el 57,1% (intervalo de confianza del 95% [IC95%]: 57,0-57,2) de los residentes de urología en Colombia experimentan niveles elevados de agotamiento. Además, el 23,8% (IC95%: 23,7-23,9) muestra altos niveles de indiferencia o actitud apática hacia las actividades académicas, mientras que el 13,1% (IC95%: 13,1-13,2) percibe una falta de competencia como estudiantes. La prevalencia de *burnout* académico en estos residentes de urología de Colombia es del 59,5% (IC95%: 59,4-59,6%). (Nieto, et. al, 2024, p. 6).

Marco conceptual

A Continuación, se dará precisión de los siguientes que permitirá brindar mayor precisión en los términos que se usarán en el transcurso del presente trabajo

Salud mental

De acuerdo con la OMS, “la salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad.” (OMS, 2017)

Burnout

El síndrome de Burnout (SB) descrito por Lachiner et. al, (2025), “como síndrome de desgaste profesional, síndrome de sobrecarga emocional, síndrome del quemado o síndrome de fatiga.” (p. 2).

Burnout académico

El burnout académico, tal y como lo define el MBISS, es un síndrome emocional tridimensional compuesto por las mismas tres dimensiones que sus homólogos antecesores (i.e. agotamiento, cinismo e ineficacia). Se define como una respuesta emocional negativa, persistente, relacionada con los estudios, formada por una sensación de encontrarse exhausto, de no poder más en las tareas como estudiante (agotamiento); una actitud cínica o de distanciamiento con el significado y la utilidad de los estudios que se están realizando (cinismo); y un sentimiento de incompetencia académica como estudiante (ineficacia) (Shaufeli, Salanova, et ál., 2002). Así, a través de la investigación empírica se ha podido demostrar que los

estudiantes también se ‘queman’ por sus estudios, demostrando niveles de agotamiento, cinismo y falta de eficacia respecto a sus actividades académicas. (Caballero, et, al 2012).

Agotamiento Emocional:

“Se refiere a la falta de recursos emocionales y al sentimiento de que nada se puede ofrecer a otra persona. Es un componente fundamental del "burnout" que puede tener manifestaciones físicas y psíquicas.” (Buendía, 1993, p. 4)

Cinismo (Desinterés hacia los Estudios)

Es un sentimiento de incompetencia académica como estudiante, el cual es definido por Shaufeli, et ál, (2002), "hace referencia a una actitud de indiferencia y distanciamiento sobre el significado y utilidad de los estudios que se realizan” (p. 465).

Ineficacia Académica (o Baja Realización Personal)

“Se define como la autopercepción de competencia y de logro en el trabajo académico; es el componente opuesto al burnout.” (Maslach, et al, 2001, p. 465)”.

Referentes teóricos

El ser humano este compuesto por diversas esferas, a nivel emocional, espiritual o físico, las cuales son necesarias para que haya un equilibrio físico y psíquico. En el contexto

académico es importante que exista armonía en estas esferas, dado que es un entorno donde el desgaste cognitivo y emocional es mayor, el cual puede desencadenar diferentes síndromes y trastornos que pueden generar efectos colaterales a nivel personal y académico.

La investigación se verá principalmente desde el enfoque cognitivo, dado que este modelo permite que el profesional de psicología pueda tener mayor acercamiento a los procesos mentales, lo que permitirá comprender de forma razonable los comportamientos en relación con su contexto u otras variables, de las personas con burnout, al igual que permite entender el síndrome desde una revisión sistémica, que permite conocer el trasfondo de la cognición asociada al síndrome de burnout y los eventos que influyen en estos.

“Los principales exponentes de la psicología cognitiva son: Alan Baddeley, Donald Broadbent, Jerome Bruner, Hermann Ebbinghaus, George A. Miller, Ulrich Neisser, David

Rumelhart, Herbert Simon, Endel Tulving, Lev Vygotski, David Ausubel, Jean Piaget, Angel Riviere y George Kelly” (Quimica.es, s.f.). Los cuales han contribuido en gran manera en las investigaciones y estudios, que nos permitió avanzar en el estudio de la psicología a nivel cognitivo, lo cual nos permitirá abordar el síndrome de burnout desde un enfoque teórico sólido.

Gracias al desarrollo de la psicología con enfoque cognitivista, se ha logrado entender el funcionamiento de las ideas irracionales y como combatirlas, es así que continuando con los elementos esenciales del modelo cognitivo, lo irracional remite todos aquellos argumentos que utilizamos que no están basados en la realidad, son mágicos y supersticiosos, incoherentes e ilógicos, y además no nos ayudan a nosotros ni a los demás a alcanzar metas y propósitos. Ser irracional significa ser rígido, cerrado, inflexible, dogmático y absolutista, fanático,

supersticioso y juzgar y condenar a las personas con puntos de vistas diferentes”. (Ellis, 1981, p. 30).

A la brevedad se mostrarán bases teóricas que permitan dar validez al presente trabajo y a su vez que permitan generar mayor comprensión sobre el síndrome de burnout académico en estudiantes universitarios.

Es importante destacar que la salud mental juega un papel trascendental dentro de la pirámide de necesidades del ser humano, la cual es descrita como “una estructura organizada con diferentes grados de fines o motivos. Cuando un nivel de necesidades se satisface adecuada y suficientemente, el siguiente nivel se convierte en el punto de atención” (Solis, 2011, p. 1).

“La idea básica de esta jerarquía es que las necesidades más altas ocupan nuestra atención sólo cuando se han satisfecho las necesidades inferiores de la pirámide” (Maslow, 1943, p. 6). Sin embargo, desde una mirada cognitiva, la “jerarquía de las necesidades” puede entenderse como una jerarquía de procesos cognitivos, que deben ser suplidos uno por uno, para poder llegar al cumplimiento más alto de las necesidades cognitivas.

Ahora bien, McClellan el cual fue citado por Hampton & Summer, en (1988) menciona que, desde su teoría de necesidades, con un enfoque cognitivista “existen tres motivaciones particularmente importantes: la necesidad de logro, la de afiliación y de poder. Estas motivaciones son importantes porque predisponen a las personas a comportarse en formas que afectan de manera crítica el desempeño en muchos trabajos y tareas, el ser humano está en constante búsqueda de superación, así es como las diferentes teorías de Maslow y McClellan, confluyen en el término de superación o necesidad de logro.

A partir de la exigencia al logro que como seres humanos se ha generado, también se han generado diversos síndromes y trastornos, que se han visto reflejados en el manejo de estrés

académico, ansiedad ante situaciones en el escenario universitario, depresión, y otros síndromes como lo es el síndrome de burnout.

El burnout ha sido abordado por diferentes autores con el paso de los años, por lo cual se han utilizado diferentes términos, cuyas variaciones conceptuales responden a las perspectivas teóricas desde las cuales se ha estudiado, sin embargo, este tipo de variaciones refleja a su vez la complejidad del burnout como constructo. Por lo cual, a continuación, abordaremos las diferentes perspectivas, cuya finalidad misma de la teoría es llevarnos a conocer el síndrome de burnout y su historia.

El concepto de burnout no fue inicialmente un estudio estadístico que salió de un manual diagnóstico, como es mencionado por Freudenberger H , (1974), el cual señala que este fue el resultado de observación del psicólogo Herbert Freudenberger , para hablar sobre la pérdida de motivación y el agotamiento en el personal de clínicas de salud mental, posteriormente, dicho constructo surgió hacia la formalización del síndrome, lo que llevó a Maslach a proponer el modelo tridimensional que lo define finalmente como síndrome. Es así como, el concepto de burnout nace en EE. UU a mediados de los años setenta como una forma de describir las reacciones adversas que se producían en el trabajo de los servicios sociales, siendo la psicóloga social, Maslach quien sustancialmente, comenzó a reflexionar sobre este fenómeno, utilizando el término “burnout” para describir un nuevo síndrome clínico caracterizado por el agotamiento que se observaba entre los profesionales de la salud mental. De esta forma, Maslach, dio cuenta en sus estudios de la relevancia en considerar los aspectos emocionales que operaban en el burnout, aduciendo que la tensión laboral es una variable interviniente significativa en el proceso de estrés y agotamiento psíquico, y que adecuadas estrategias de afrontamiento tenían

implicaciones importantes para los individuos en cuanto a su identidad profesional y conductas laborales. (Faúnde, 2007, p.43-52).

Así es como a partir de los avances realizados por la Dra. Christina Maslach, se presentó el término formalmente ante la APA, tal como es mencionado por Pérez, (2010) “ante una convención de la Asociación Americana de Psicólogos, en la que conceptualizó el síndrome como el desgaste profesional” (p. 43).

Inicialmente se plantea que el síndrome de burnout es una respuesta al estrés crónico producido en el entorno laboral y que trasciende los síntomas no solo en el contexto organizacional, sino a nivel del individuo.

De acuerdo con Montoya, (2012), algunos autores, como como “Gil-Monte (2002) y Ortega y López (2004) concuerdan en que el SB es una respuesta al estrés crónico acompañada de sentimientos, actitudes y cogniciones que traen alteraciones psicobiológicas, y negativas secuelas para las instituciones laborales.” (p. 208).

Siguiendo la línea de lo ya mencionado, es importante recalcar que existen diversas teorías sobre el burnout, sin embargo, la teoría más relevante, es la teoría del Estrés de Lazarus y Folkman donde hace referencia “que la salud mental del individuo depende mucho de las exigencias internas y externa y la relación del sujeto con el ambiente, este autor utiliza un grupo de herramientas llamadas “Coping “que no es más que una herramienta que permite tener claridad de las estrategias utilizadas por las personas en momentos estresantes.” (Díaz, 2019, p.55)

Encontremos todavía algunas definiciones que vienen a complementar la de Maslach, por ejemplo, la de (Burke, 1987), que explica el Burnout “como un proceso de adaptación del

estrés laboral, que se caracteriza por desorientación profesional, desgaste, sentimientos de culpa por falta de éxito profesional, frialdad o distanciamiento emocional y aislamiento”. Por otro lado, Farber, (2000) lo describe como, “un reflejo de la mayoría de los ambientes de trabajos actuales, ya que la competencia laboral exige intentar producir cada vez mejores resultados al menor tiempo y con los mínimos recursos posibles. A partir de esta realidad, este autor señala cuatro variables importantes para explicar la aparición y el desarrollo del Burnout: la presión de satisfacer las demandas de otros, intensa competitividad, deseo de obtener más dinero y sensación de ser desprovisto de algo que se merece.” (p. 317-318).

Sin embargo, la más repetida definición que presenta este conocido fenómeno psicológico es la planteada por Maslach y Jackson, en Usa, en 1981, quienes lo definen como un síndrome caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal en el trabajo, que puede ocurrir entre individuos cuyas tareas diarias se circunscriben al servicio de las personas. El burnout parece ser una respuesta a los estresores interpersonales en el ambiente laboral, donde el exceso de contacto con los individuos receptores de servicios produce cambios negativos en las actitudes y en las conductas hacia estas personas. En la actualidad, Maslach define al burnout como una respuesta prolongada al estrés en el trabajo, un síndrome psicológico que nace de la tensión crónica producto de la interacción conflictiva entre el trabajador y su empleo. (Faúndez, 2017).

Otros autores como, Freudenberger, (1974) describen el burnout como "una sensación de fracaso y una existencia agotada o gastada que resultaba de una sobrecarga por exigencias de energías, recursos personales o fuerza espiritual del trabajador"(p. 159), para referir el estado físico y mental de los voluntarios que laboraban en una institución de salud, este psicólogo clínico se interesó por identificar las respuestas ante el estrés de los voluntarios de la institución

de salud, quienes experimentaban agotamiento físico relacionado más que con la labor asistencial, con los problemas de los demás. Los voluntarios de la institución de salud trabajaban directamente con los pacientes toxicómanos y aquellos que llevaban más tiempo en el puesto de trabajo comenzaban a mostrar falta de energía y, a consecuencia de ello, manifestaciones de desmotivación y agotamiento en su labor. Dichos síntomas los denominó "desgaste del personal" y los conceptualizó como una sensación de agotamiento y pérdida de interés por la actividad laboral surgida de las profesiones que mantienen contacto diario con las personas.” (Montoya, 2012, 29).

De acuerdo a lo anterior, el término de burnout se formalizó a tal punto donde la OMS, la integró con el CIE-11, tal como es mencionado por:

La Organización Mundial de la Salud (OMS), en su Clasificación Internacional de Enfermedades, 11ª Revisión (CIE-11), incluye el burnout bajo el código QD85 como un 'fenómeno ocupacional', destacando que es un síndrome conceptualizado como el resultado del estrés crónico en el lugar de trabajo o estudio que no ha sido gestionado con éxito. (OMS, 2019, p. 1).

Burnout académico

El término de burnout fue usado inicialmente para darle nombre a la afectación de emocional y mental de trabajadores, sin embargo, Christina Maslach y Susan Jackson en 1980, le dieron otra dirección al término con el desarrollo del Maslach Burnout Inventory (MBI) “a

partir de la década de 1980, incluyó versiones adaptadas para estudiantes (como el MBI-Student Survey)”. (Caballero, 2010, p. 4). Con las diferentes adaptaciones del MBI se ha abierto el camino que ha permitido medir las diferentes dimensiones asociadas al burnout académico.

La conceptualización final del burnout en el contexto académico se afianzó a finales de 2002. El trabajo de Schaufeli et al. (2002) fue crucial, ya que se concentró en adaptar el MBI a para la población académica, lo que hoy en día se conoce como el MBI-SS. “Al validar esta estructura en 464–481 muestras europeas, la comunidad científica ha podido realizar avance en el campo, dado que tuvo una luz verde, permitiendo que la investigación sobre el burnout académico se convirtiera en un campo de estudio sólido y en constante crecimiento.”

Como es mencionado por Caballero, (2016) “para la operacionalización del burnout al contexto académico, Schaufeli, Salanova, González-Romá y Bakker (2002) adaptaron el MBI-

GS a estudiantes universitarios, lo cual dio origen al cuestionario MBI-SS (Maslach Burnout Inventory-Student Survey).”(p. 10) .Pero, “Para hacerlo, se partió de la presunción de que la actividad académica en el rol del estudiante es equivalente a la de un trabajador formal.” (Bresó, 2008, p. 3).

Los estudiantes universitarios tienen mayor posibilidad de sufrir del síndrome de burnout, tras la alta carga académica que manejan dentro de su plan de estudios. En consecuencia, con lo mencionado por algunos autores:

En general, la investigación sobre el bienestar psicológico y el agotamiento entre los estudiantes universitarios es crucial para comprender las necesidades de los estudiantes. Identificar los factores que influyen en el agotamiento puede ayudar a las instituciones de

educación superior a implementar intervenciones efectivas para mejorar el bienestar de sus estudiantes, profesionales y personal y, en consecuencia, la calidad de la enseñanza.

(Pérez, 2010, p. 4).

También puede entenderse, como volverse inútil por uso excesivo, ya que es el estado de desgaste generado por las diversas actividades que se llevan a cabo en el ámbito académico; el burnout se puede asociar con la pereza, insomnio, dolores de cabeza, problemas digestivos, deterioro de los procesos cognitivos y falta de concentración. Este es un término tridimensional que evalúa principalmente las variables de agotamiento, cinismo y eficacia profesional;

El agotamiento es la sensación de no poder más con las tareas académicas, estar exhausto tanto física como psíquicamente; el cinismo es la pérdida del interés por el estudio y la eficacia. Profesional es la duda que se tiene de la capacidad para realizar las tareas académicas. (Rosales, 2013, p. 13).

Dimensiones del burnout académico

“Las dimensiones del burnout no aparecen como respuesta a un estrés determinado, sino que emergen en una secuencia de tiempo como un proceso continuo cuyos inicios no siempre son fácilmente reconocibles y, con frecuencia, se confunden con manifestaciones habituales del estrés en diversos contextos de vida” (Gil-Monte 1999, p. 9).

El agotamiento hace referencia a la sensación de no poder dar más de sí mismo; la despersonalización, por su parte, hace alusión a una actitud fría y a un trato distante hacia los pacientes y, por último, la baja eficacia profesional, se refiere a la sensación de no hacer adecuadamente las tareas y ser incompetente en la solución de las dificultades del trabajo (Pérez et al, 2012, p. 44)

Como se ha mencionado anteriormente el burnout, nació de un término o aplicación laboral, la cual fue posteriormente adaptada al contexto académico, y de esta misma manera, se adaptaron términos que definen cada dimensión, por lo cual se pueden encontrar diferencias en el texto anterior y en el actual, dado que el Burnout laboral menciona (Agotamiento emocional por el trabajo, Despersonalización (hacia pacientes o clientes), Baja Realización Personal o Baja Eficacia Profesional), “mientras que en el Burnout académico se adecuaron los términos para que fueran concernientes al contexto, tras dichos ajustes quedó como resultado: Agotamiento emocional por los estudios, Cinismo (hacia los estudios), Baja Eficacia Académica”, lo anterior, (Maslach, 2018, p. 2).

El MBI-GS, el cual era utilizado para profesionales de la salud, empleados incluye tres subescalas: Agotamiento, Cinismo y Eficacia Profesional. [...] El Cinismo se caracteriza por una actitud distante hacia el trabajo, mientras que la Eficacia Profesional se refiere a la satisfacción con los logros pasados y presentes en el trabajo. [...] Para el propósito del presente estudio con estudiantes, la etiqueta de esta última escala [Eficacia Profesional] se cambió a 'Eficacia Académica', y la redacción de los ítems se adaptó ligeramente al contexto universitario." (Schaufeli et al, 2002, p. 469).

Herramienta adaptada para el Burnout académico

Se observan varios cuestionarios aceptados en la comunidad académica, como el Maslach Burnout Inventory (MBI) de Maslach y Jackson (1981), utilizado para evaluar el síndrome en el ámbito asistencial; el Maslach Burnout Inventory MBI-GS (General Survey) publicado en 1996 por Schaufeli, Leiter Maslach y Jackson, utilizado para evaluar el síndrome

con una perspectiva más genérica, posibilitando evaluar el síndrome en diferentes profesiones y ocupaciones, y por último, el cuestionario de Maslach Burnout /inventory-Student Survey (MB/-SS), por Schaufeli, Salanova, González-Romá y Bakker (2002), hizo evaluar posible el agotamiento académico. (Caballero, 2015, p.5)

La herramienta de la cual se hará uso en la recolección de la información, para la presente investigación, será el cuestionario de Maslach Burnout /inventory-Student Survey (MBI-SS), dado que el contexto académico en el año 2002 Schaufeli, Salanova, González-Romá y Bakker, fueron los responsables de realizar la adaptación del MBI-SS (Maslach Burnout InventoryStudent Survey), el cual fue originario de MBI-GS y “para hacerlo, se partió de la presunción de que la actividad académica en el rol del estudiante es equivalente a la de un trabajador formal” (Bresó, 2008, p.4).

La prueba que se usará en el presente trabajo de investigación es el inventario de Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBISS), de Schaufeli, Martínez, et al., (2002), el cual es definido como “un cuestionario para la evaluación del síndrome de burnout académico de aplicación colectiva y diligenciamiento individual.” (Bresó, 2008), p.4, este se encarga de evaluar, la sensación de no poder dar más de sí mismo, tanto física como psíquicamente (agotamiento), la presencia de una actitud negativa de desvalorización y pérdida del interés por el estudio (cinismo) y la existencia de dudas acerca de la propia capacidad para realizar el trabajo académico (autoeficacia académica) y todos los ítems de cada una de estas tres subescalas se puntúan en una escala de frecuencia de 7 puntos, que va desde 0 (nunca) a 6 (siempre). (Bresó, 2008)

Es importante aclarar que el inventario MBI-SS cuenta con una escala de valoración de 7 puntos, con opciones de respuesta que van desde 0 (Nunca) hasta 6 (Siempre), según Alhija, (2010) “el modelo de medición propuesto en este estudio redefine la tercera subescala del MBISS como “ineficacia académica ”(p.9). En este sentido, puntajes más altos suponen mayor intensidad de burnout académico, indicando respectivamente niveles más elevados de agotamiento, cinismo e ineficacia académica, adicional a esto, es importante tener en cuenta la medición del inventario, sin embargo, de acuerdo con Hederich, (2016), “acerca de los baremos y los datos normativos para el MBI-SS, no se conocen estudios ni propuestas específicas para este instrumento. Usualmente, para el MBI-SS se asumen los datos normativos recomendados en nota técnica NTP-732” (Hederich, 2016, p.12)

Diseño y Metodología de investigación

Hipótesis

A partir del planteamiento del problema de investigación, se establecen tres hipótesis principales que orientan el desarrollo del estudio.

Hipótesis 1

En los estudiantes de noveno semestre del programa de Psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios que participaron en el estudio, se espera identificar la presencia de indicadores del síndrome de burnout académico, principalmente asociados al agotamiento emocional.

Hipótesis 2

En la muestra estudiada se espera una relación entre las tres dimensiones del burnout académico; agotamiento emocional, despersonalización y baja realización académica, de modo que a mayores niveles de agotamiento y despersonalización correspondan menores niveles de realización personal.

Hipótesis 3

Se espera que los estudiantes con mayores niveles de agotamiento emocional y cinismo presenten menores niveles de realización personal, reflejados en una percepción reducida de eficacia y logro académico.

Tipo de investigación

Esta investigación se realizará bajo el enfoque cuantitativo, dado que este nos permitirá medir y obtener datos estadísticos sobre la relación del burnout académico en estudiantes universitarios y sus características sociodemográficas. Lo anterior de acuerdo con lo mencionado por Hernández Sampieri et al, (2014), el cual menciona que en el “enfoque cuantitativo los planteamientos a investigar son específicos y delimitados desde el inicio de un estudio. Además, las hipótesis se establecen previamente, esto es, antes de recolectar y analizarlos datos. La recolección de los datos se fundamenta en la medición y el análisis en procedimientos estadísticos. (Hernández Sampieri et al, 2014, p.20)

Alcance

El estudio tendrá un alcance descriptivo porque se busca identificar y caracterizar los síntomas de burnout académico presentes en la población de estudio; y correlacional, en la medida en que pretende analizar la relación entre las dimensiones del burnout (cansancio emocional, despersonalización y baja realización personal) y variables sociodemográficas como edad, género y semestre académico.

La presente investigación tiene datos estadísticos que son medibles y cuantificables, lo que permite de acuerdo con Hernández et al, (2014) “obtener un resultado comparable y obtener datos exactos de la población elegida” (p.5). Para la recolección de datos y la medición se realizará por medio del MBI-SS para la interpretación de los resultados, validez, la aplicación en una muestra de 33 estudiantes de carreras de psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Método

El método para esta investigación es hipotético- deductivo y se establece ya que nos permite formularnos hipótesis acerca del burnout académico en los estudiantes de psicología y luego por medio de encuestas estructuradas aplicarlas y recolectar información. El método hipotético-deductivo es un método de la ciencia y por lo tanto para la investigación científica, y permite, que a partir de hipótesis se establezcan consecuencias contratables o mejor dicho que a partir de enunciados teóricos, leyes o hipótesis a través de reglas de derivación se establecen enunciados observacionales que se pondrán a prueba. (De la Cruz, 2020, p.77-88).

Población

Estudiantes de la carrera de psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Muestreo

Muestra no probabilística la cual nos permite seleccionar a los participantes por conveniencia de acuerdo con nuestro objeto de estudio, lo cual nos lleva a centrar el estudio en aquellos que estén disponibles y dispuestos a participar, sin buscar representatividad estadística, sino describir características del grupo elegido.

El tipo de muestreo empleado en la investigación es no probabilístico ya que los estudiantes elegidos debían cumplir con algunos criterios de inclusión establecidos en la recolección de los datos (ser estudiantes activos del noveno semestre de Psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, jornada nocturna, durante el periodo 2025-2).

Lo anterior realizando un apoyo teórico, de acuerdo con lo mencionado por Hernández Sampieri, et al (2014),

En el muestreo no probabilístico “la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación o de quien hace la muestra” (p. 174). Por esta razón, el propósito de este tipo de muestreo no es la generalización de los resultados a toda la población, sino la descripción detallada del fenómeno dentro del grupo analizado.

Muestra

Esta investigación se llevará a cabo con 20 estudiantes de la carrera de psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios. El promedio de estudiantes del programa de psicología es de 252 estudiantes del 9 semestre en la universidad.

Criterios de inclusión

La población seleccionada para esta investigación debe cumplir con los siguientes criterios para poder ser aptas de participar en el estudio del presente trabajo:

- Estar en noveno semestre en el 2025-2
- Ser estudiante activo de la carrera de psicología
- Pertenecer a la población universitaria UNIMINUTO, Seccional Antioquia Choco
- No se tiene ningún tipo de exclusión por género, raza o edad.
- Estudiantes de psicología de jornada de la noche.

Consideraciones Éticas

Para esta investigación haremos uso en primera instancia del consentimiento informado por parte de los participantes, lo cual nos permitirá hacer uso apropiado de la información recolectada.

Confidencialidad

De acuerdo con el Código Deontológico Colombiano, mencionado en la ley 1090 del 2006 “el psicólogo aborda la investigación respetando la dignidad y el bienestar de las personas que participan y con pleno conocimiento de las normas legales y de los estándares profesionales que regulan la conducta de la investigación con participantes humanos.” (Colpsic, 2019).

“La información recolectada en el ejercicio de esta investigación será confidencial y se evitará la publicación de datos personales o sensibles, que permitan identificar a los participantes y dejarlos expuestos.” (Colpsic, 2019). Es importante recalcar que “el participante humano tiene derecho al anonimato cuando se reporten los resultados y a que se protejan los registros obtenidos.” (Colpsic, 2019)

Bienestar del usuario

Se garantizará que los participantes serán tratados de manera respetuosa y cordial sin vulnerar algún derecho, se les informara la finalidad de la investigación y tendrán la libertad de participar de manera voluntaria, esto en concordancia con lo planteado en el Código Deontológico Colombiano.

El derecho a la información

Los participantes de esta investigación tendrán derecho a solicitar información de los resultados y conclusiones de la investigación en caso de requerirla.

El derecho a la elegir

“El participante humano puede elegir si participa o no en la investigación o si se retira en cualquier momento, sin recibir ninguna consecuencia negativa por negarse a participar o por retirarse de la investigación” (Colpsic, 2019).

Herramienta de recolección de información

Encuesta a través de Microsoft Forms:

Por medio de encuesta realizada y adaptada a través de Microsoft Forms, se realizará la recolección de datos que permitan tener mayor panorama de las variables a investigar, que permitan aportar a la investigación información pertinente.

Prueba MBI-SS (adaptada para estudiantes)

Tal como se mencionó anteriormente, la herramienta de la cual se hará uso en la recolección de la información, para la presente investigación, será el cuestionario de Maslach Burnout /inventory-Student Survey (MBI-SS), dado que el contexto académico en el año 2002 Schaufeli, Salanova, González-Romá y Bakker, fueron los responsables de realizar la adaptación del MBI-SS (Maslach Burnout Inventory-Student Survey), el cual fue originario de MBI-GS y “para hacerlo, se partió de la presunción de que la actividad académica en el rol del estudiante es equivalente a la de un trabajador formal” (Bresó, 2008, p.9).

La prueba que se usará en el presente trabajo de investigación es el inventario de Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBISS), de Schaufeli, Martínez, et al., (2002), el cual es definido como “un cuestionario para la evaluación del síndrome de burnout académico de aplicación colectiva y diligenciamiento individual.” (Bresó, 2008), este se encarga de evaluar, la sensación de no poder dar más de sí mismo, tanto física como psíquicamente (agotamiento), la presencia de una actitud negativa de desvalorización y pérdida del interés por el estudio (cinismo) y la existencia de dudas acerca de la propia capacidad para realizar el trabajo académico (autoeficacia académica) y todos los ítems de cada una de estas tres subescalas se puntúan en una escala de frecuencia de 7 puntos, que va desde 0 (nunca) a 6 (siempre). (Bresó, 2008, p.3)

Es importante aclarar que el inventario MBI-SS cuenta con una escala de valoración de 7 puntos, con opciones de respuesta que van desde 0 (Nunca) hasta 6 (Siempre), según Alhija,

(2010) “el modelo de medición propuesto en este estudio redefine la tercera subescala del MBISS como “ineficacia académica”. En este sentido, puntajes más altos suponen mayor intensidad de burnout académico, indicando respectivamente niveles más elevados de agotamiento, cinismo e ineficacia académica”, adicional a esto, es importante tener en cuenta la medición del inventario, sin embargo, de acuerdo con Hederich , (2016), “acerca de los baremos y los datos normativos para el MBI-SS, no se conocen estudios ni propuestas específicas para este instrumento. Usualmente, para el MBI-SS se asumen los datos normativos recomendados en nota técnica NTP-732” (p.12).

“Todos los ítems de cada una de estas tres subescalas se puntúan en una escala de frecuencia de 7 puntos, que va desde 0 (nunca) a 6 (siempre). Cinco ítems evalúan agotamiento,

cuatro evalúan cinismo y seis ítems evalúan autoeficacia académica, para un total de 15 reactivos”. (Caballero. 2016, p.4)

Plan de análisis

A través de esta investigación se pretende describir la correlación del síndrome de burnout académico en la población seleccionada. Se detallarán los niveles específicos de cada una de sus tres dimensiones: agotamiento emocional, cinismo y eficacia académica y se busca analizar la posible relación estadística entre las dimensiones del burnout (agotamiento emocional, cinismo y eficiencia académica).

Variables

Con la finalidad de tener un panorama completo que nos permita brindar respuesta a los objetivos específicos planteados, se pretende evaluar las siguientes variables:

- Edad
- Género

A sí mismo, se evaluarán las variables que nos permiten a través del MBI-SS analizar la sintomatología presentada por los estudiantes.

- Agotamiento
- Cinismo
- Baja realización académica (eficiencia académica).

Operacionalización de las variables

Tabla 1. Variables de análisis.

Variable	Definición	Instrumento	Naturaleza	Nivel	Valores
1. Agotamiento 2. Cinismo 3. Baja realización académica (eficiencia académica)	<p>1. Sensación de cansancio físico y mental ante las actividades académicas.</p> <p>2. Actitudes de indiferencia o desapego hacia los estudios.</p> <p>3. Corresponde a la tendencia a evaluarse de forma negativa respecto al desempeño académico, lo que genera sentimientos de incompetencia, baja eficacia y falta de logros.</p>	MBI-SS	Cuantitativa	Ordinal	6- siempre 5- casi siempre 4- bastantes veces 3- regularmente 2- a veces 1- casi nunca 0- nunca

Variables sociodemográficas

Tabla 2. Variables sociodemográficas a investigar

VARIABLE	DEFINICIÓN	INSTRUMENTO	NATURALEZA	NIVEL	VALORES
Edad	Tiempo en años cumplidos	Test	Cuantitativa	Razón	19-50

Género	Género	Test	Cualitativa	Nominal	Hombre- Mujer
--------	--------	------	-------------	---------	------------------

Resultados de Investigación

La presente investigación tuvo como propósito describir cuál de las tres dimensiones del burnout académico tiene una presencia mayor en los estudiantes, las cuales son agotamiento, cinismo y Baja realización académica.

Para ello, se trabajó con una muestra no probabilística conformada por 20 estudiantes del noveno semestre del programa de Psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, Seccional Bello, jornada nocturna, durante el periodo académico 2025-2.

La descripción y el análisis de los resultados se basan en los resultados obtenidos mediante los instrumentos de recolección de datos anteriormente mencionados.

Análisis Estadístico de los Resultados

Para el análisis de los datos recolectados se empleará un enfoque descriptivo y correlacional. La información obtenida mediante la aplicación del cuestionario Maslach Burnout Inventory–Student Survey (MBI-SS), la cual se adaptó a una Encuesta a través de Microsoft Forms.

Aparte, se realizará un análisis correlacional de los datos sociodemográfico (género, edad) y las dimensiones del burnout, con el propósito de identificar posibles relaciones o patrones de tendencia en la muestra estudiada.

Los resultados permitirán describir la correlación cuantitativa y el nivel de presencia del síndrome de burnout académico en los estudiantes de noveno semestre de Psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, sede Bello, durante el periodo 2025-2, facilitando la interpretación de los hallazgos en relación con las hipótesis planteadas y las variables sociodemográficas.

Análisis de resultados instrumento MBI (SS)

A continuación, se detallarán los datos obtenidos con la presente investigación, como es mencionado por Maslach, (1993), los criterios utilizados que se encontrarán en el presente análisis, como "Bajo," "Medio," y "Alto" se utilizan para convertir los puntajes numéricos de un estudiante en categorías interpretables que indican su nivel de riesgo, que de acuerdo con de acuerdo con Hederich , (2016), "acerca de los baremos y los datos normativos para el MBI-SS, no se conocen estudios ni propuestas específicas para este instrumento. Usualmente, para el MBI-SS se asumen los datos normativos recomendados en nota técnica NTP-732 (Instrumento de medición MBI-GS)" (p.12)

Media y Moda de las Dimensiones del Burnout Académico

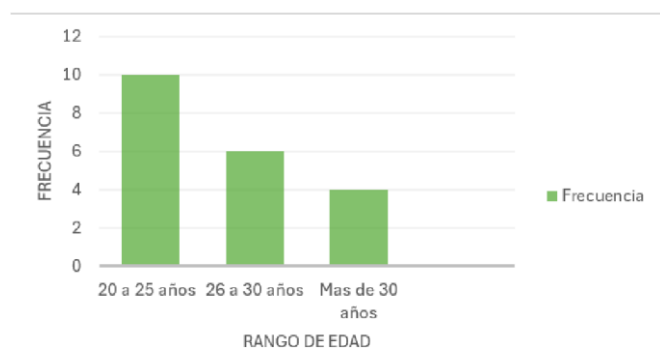
Tabla 3. Media Y Moda de Respuestas de MBI (SS)

Dimensión del Burnout	Medida de Tendencia Central	
	Media	Moda
Agotamiento Emocional	3.72	4
Cinismo	3.39	4
Eficacia Académica	4.47	5

Tabla 4. Variable Sociodemográfica: Edad.

Edad	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
20 a 25 años	10	50	50	50
26 a 30 años	6	30	30	30
Más de 30 años	4	20	20	20
Total	20	100	100	100

Nota: Fuente: Elaboración propia.

Ilustración 1: Edad.

Nota: Fuente: Elaboración propia.

Descripción de resultados tabla 4 y gráfica 1

Por medio del análisis de los resultados, se evidencia que la mayoría de los participantes se concentran entre los 20 a 25 años con una frecuencia de 10 estudiantes, lo que equivale al 50% de la muestra. En segundo lugar, el 30% corresponde a estudiantes con edades entre 26 y

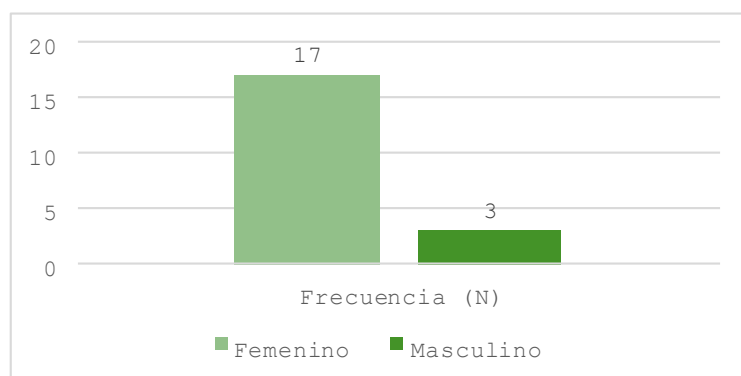
30 años, mientras que el 20 % restante pertenece al grupo de mayores de 30 años con un 4% de la muestra.

Tabla 5. Variable Sociodemográfica: Género

Género	Frecuencia (N)	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
Femenino	17	85,0	85,0	85,0
Masculino	3	15,0	15,0	100,0
Total	20	100,0	100,0	

Nota: Fuente: Elaboración propia.

Ilustración 2. Variable Sociodemográfica: Género



Nota: Fuente: Elaboración propia.

Descripción de resultados tabla 5 y gráfica 2

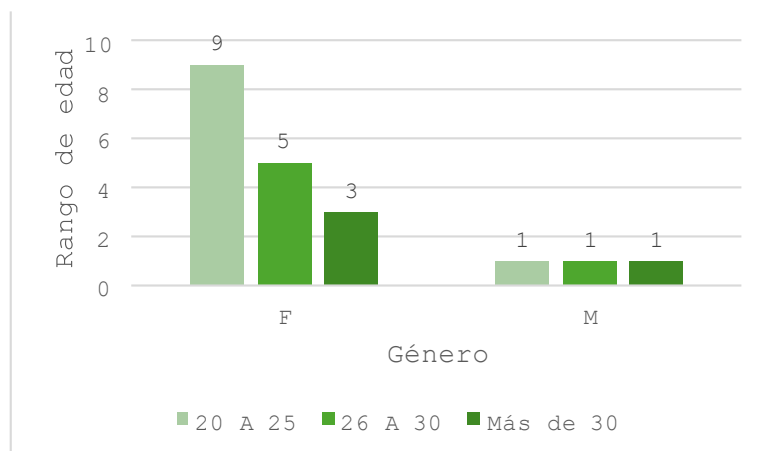
Se observa que, de los 20 participantes, 17 corresponden al género femenino, lo que equivale a un 85 % del total de la muestra, mientras que 3 participantes son del género masculino, representando un 15 %.

Tabla 6. Tabla cruzada Variables Género y Edad.

		EDAD			
		20 a 25	26 a 30	Más de 30	Total
Género	F	9	5	3	17
	M	1	1	1	3
TOTAL		10	6	4	20

Nota: Fuente: Elaboración propia.

Ilustración 3. Correlación de variables Sociodemográfica: Género y edad.



Nota: Fuente: Elaboración propia.

Descripción de resultados tabla 6 y gráfica 3

Se observa que la mayoría de las mujeres en el rango de la tabla de 9 a 17 se centran en las edades de 20 a 25 años. Seguidos de 5 mujeres que oscilan entre las edades de 20 a 30 años y

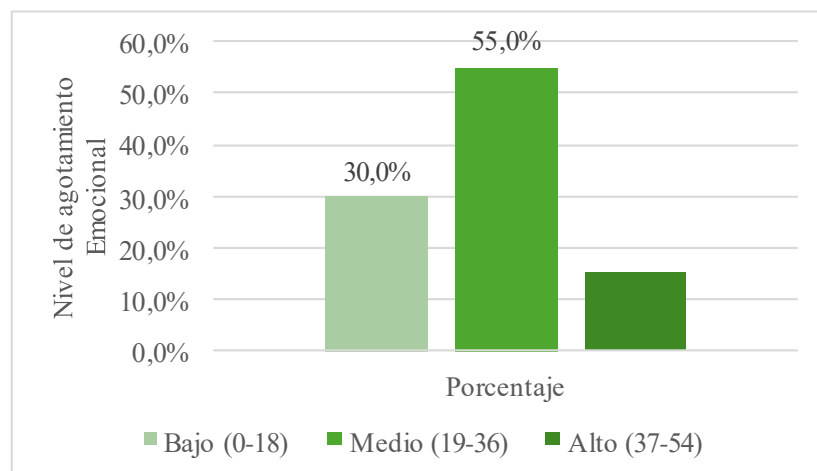
por último 3 que se encuentran en más de 30. Por otro lado, están los hombres los cuales son porcentualmente iguales en la tabla quedando de 1 participante por cada rango de edad.

Tabla 7. Dimensión: Agotamiento emocional

Agotamiento emocional	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje acumulado
Bajo (0-18)	6	30,0	30,0	30,0
Medio (19-36)	11	55,0	55,0	85,0
Alto (37-54)	3	15,0	15,0	100,0
Total	20	100,0	100,0	

Nota: Fuente: Elaboración propia.

Ilustración 4. Dimensión: Agotamiento emocional



Nota: Fuente: Elaboración propia.

Descripción de resultados tabla 7 y gráfica 4

De acuerdo con el análisis de la muestra, escogida que en total fueron 20 estudiantes se puede observar que la experiencia de desgaste evidencia mayormente en un nivel moderado.

El nivel predominante es el Medio, categoría en la que se ubican 11 participantes (55% de la muestra). Le sigue el nivel Bajo, con 6 participantes, lo que equivale al 30% del total.

Finalmente, el nivel Alto es el menos frecuente, agrupando a 3 participantes (15%).

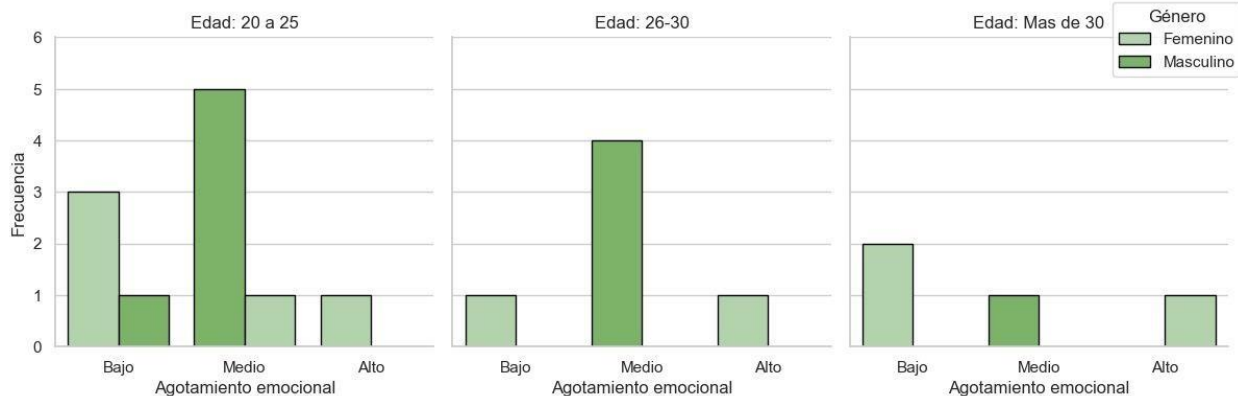
Dimensión: Agotamiento emocional, correlacionando con datos Sociodemográficos.

Tabla 8. Dimensión: Agotamiento emocional, correlacionando con datos Sociodemográficos.

Edad	Género	Agotamiento emocional	Frecuencia	% de la muestra
20 a 25	Femenino	Bajo	3	15,0
20 a 25	Femenino	Medio	5	25,0
20 a 25	Femenino	Alto	1	5,0
20 a 25	Masculino	Bajo	1	5,0
20 a 25	Masculino	Medio	1	5,0
Subtotal 20-25		Total	10	50,0
26-30	Femenino	Bajo	1	5,0
26-30	Femenino	Medio	4	20,0
26-30	Femenino	Alto	1	5,0
Subtotal 26-30		Total	6	30,0
Más de 30	Femenino	Bajo	2	10,0
Más de 30	Femenino	Medio	1	5,0
Más de 30	Masculino	Alto	1	5,0
Subtotal Mas de 30		Total	4	20,0
Total, General			20	100,0

Nota: Fuente: Elaboración propia.

Ilustración 5. Agotamiento emocional, correlacionando con datos Sociodemográficos



Nota: Fuente: Elaboración propia.

Descripción de resultados tabla Tabla 8 Dimensión: Agotamiento emocional, correlacionando con datos Sociodemográficos.

Estos resultados corresponden a la variable agotamiento emocional correlacionada con los datos sociodemográficos de edad y género de los 20 estudiantes de noveno semestre, que hicieron parte de la investigación. Se puede observar en la tabla que entre las edades de 20 a 25 años hay 10 participantes con el 50% de la muestra total, es importante aclarar que 8 de ellos son de género femenino y 2 del masculino.

En cuanto a los niveles de agotamiento emocional, 5 participantes (25%) presentan puntuaciones medias, 3 participantes (15%) se ubican en el nivel bajo y 2 participantes (10%) presentan niveles altos. Este grupo, conformado mayoritariamente por mujeres jóvenes, refleja una tendencia hacia la fatiga emocional moderada, probablemente asociada al esfuerzo académico propio del último semestre y la carga de actividades universitarias para su edad.

En el rango de edad entre 26 a 30 años, se encuentran 6 participantes que equivalen al 30% del total, todos pertenecientes al género femenino. En esta sección 4 participantes (20%) presentan niveles medios de agotamiento emocional, mientras que 2 participantes (10%)

reportan niveles bajos. Los resultados sugieren que este grupo mantiene un equilibrio emocional relativamente estable, aunque con signos leves de cansancio los cuales se pueden atribuir a las exigencias académicas y personales.

Finalmente, 4 participantes (20%) superan los 30 años, de los cuales 3 son mujeres y 1 es hombre. Dentro de este grupo, 2 participantes (10%) se encuentran en el nivel medio y 2 (10%) en el nivel bajo de agotamiento emocional. Según el resultado podemos decir que la madurez y la experiencia pueden ser factores que ayuden a la gestión del estrés y la exigencia académica, lo cual puede evitar altos niveles de agotamiento

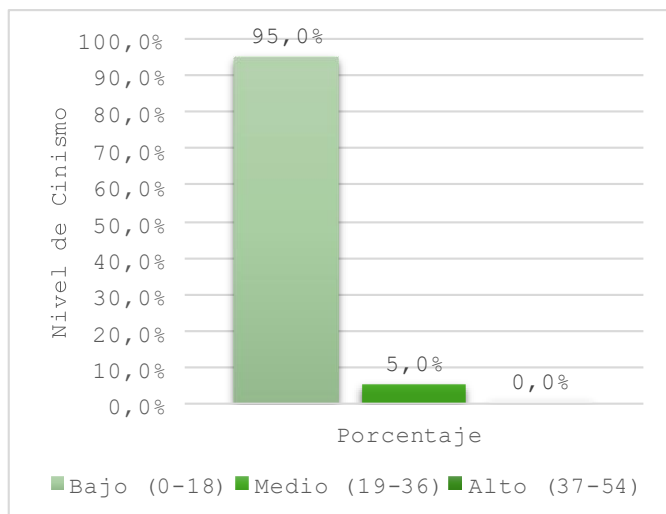
En general, se evidencia que el agotamiento emocional se concentra en niveles medios, siendo más frecuente en las mujeres jóvenes entre 20 y 25 años. También analizando los niveles bajos en agotamiento en personas mayores se podría decir que tienen mayor regulación emocional y adaptación a cambios, sin embargo, en la presente investigación no se abordará este tema, se pone como límite el objeto de estudio ya planteado.

Tabla 9. Dimensión: Cinismo

Cinismo	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje acumulado
Bajo (0-18)	19	95,0	95,5	95,5
Medio (19-36)	1	5,0	5,0	100,0
Alto (37-54)	0	0,0	0,0	
Total	20	100,0	100,0	

Nota: Fuente: Elaboración propia.

Ilustración 6. Nivel de cinismo



Nota: Fuente: Elaboración propia.

Dimensión: Cinismo correlacionando con datos Sociodemográficos.

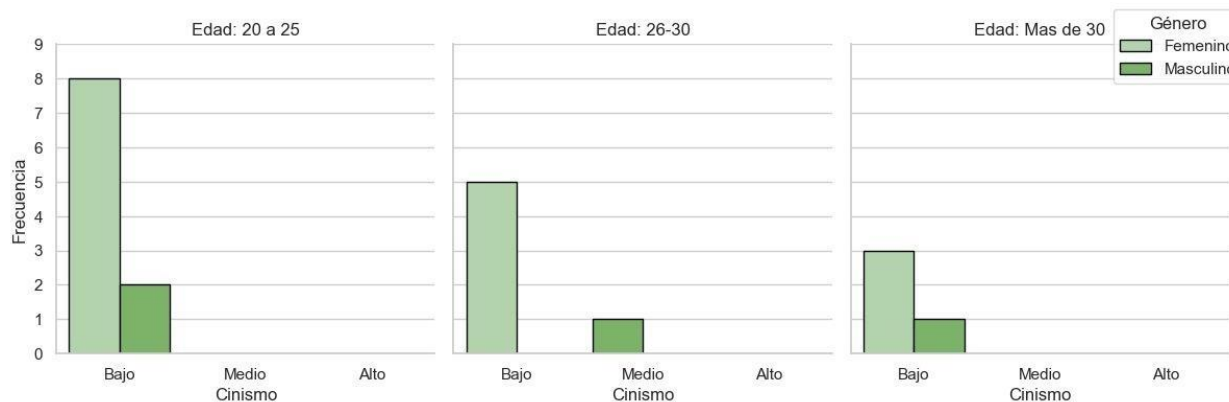
Tabla 10. Correlación de datos sociodemográficos y Dimensión cinismo

Edad	Género	Cinismo	Frecuencia	% de la muestra
20 a 25	Femenino	Bajo	8	40,0
20 a 25	Masculino	Bajo	2	10,0
Subtotal 20-25		Total	10	50,0
26-30	Femenino	Bajo	5	25,0
26-30	Femenino	Medio	1	5,0
Subtotal 26-30		Total	6	30,0
Más de 30	Femenino	Bajo	3	15,0

Más de 30	Masculino	Bajo	1	5,0
Subtotal Mas de 30		Total	4	20,0
Total, General			20	100,0

Nota: Fuente: Elaboración propia.

Ilustración 7. Correlación de cinismo-edad- género



Nota: Fuente: Elaboración propia.

Descripción de resultados tabla 10 y gráfica N°7

La tabla N°.10. Se puede observar la distribución de los niveles de Cinismo en los 20 estudiantes teniendo en cuenta las variables de edad y género como datos sociodemográficos para correlacionar entre sí.

Analizando los datos, se evidencia que el grupo de 20 a 25 años concentra la mitad de la muestra (50%) total de la muestra, en esta se sitúan 8 mujeres con el (40%) y 2 hombres con el (10%), todos en nivel bajo. Se puede decir que en los estudiantes más jóvenes no se ven afectados por esta dimensión del burnout académico.

En el rango de edades de 26 a 30 años, que representa el 30% de la muestra, se observa que 5 participantes obtienen el (25%) con un nivel bajo y 1 estudiante (5%) en nivel medio. Este último nivel se podría asociar a la carga académica o a situaciones externas que vivencia el estudiante, sin embargo, es pertinente aclarar que la presente investigación no se centra en esta variable.

Por último, entre los estudiantes mayores de 30 años (20% de la muestra), se mantiene la tendencia de niveles bajos de Cinismo, con 3 mujeres (15%) y 1 hombre (5%). Esto sugiere que, pese a las posibles demandas personales o laborales, los participantes de este grupo conservan una actitud positiva frente a su rol académico.

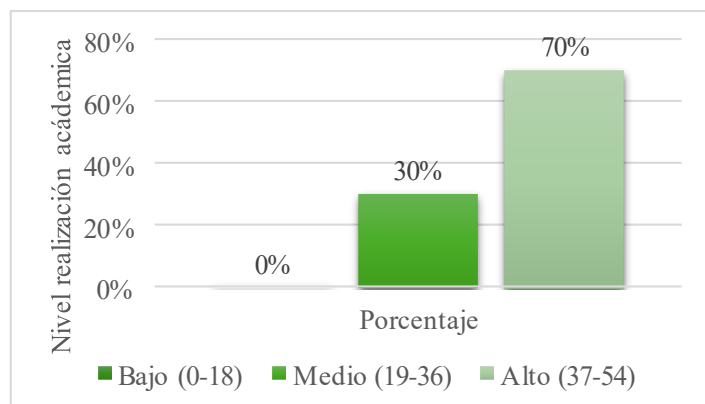
En general y conforme a los resultados obtenidos se refleja una tendencia baja al cinismo se puede decir que los estudiantes aún mantienen el interés y compromiso con su formación académica, este aspecto es importante para la prevención del síndrome de Burnout académico.

Tabla 11. Dimensión: Baja realización académica

Baja realización académica	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje acumulado
Bajo (0-18)	0	0,0	0,0	0,0
Medio (19-36)	6	30,0	30,0	30,0
Alto (37-54)	14	70,0	70,0	100,0
Total	20	100,0	100,0	

Nota: Fuente: Elaboración propia.

Ilustración 8. Baja realización académico.



Nota: Fuente: Elaboración propia.

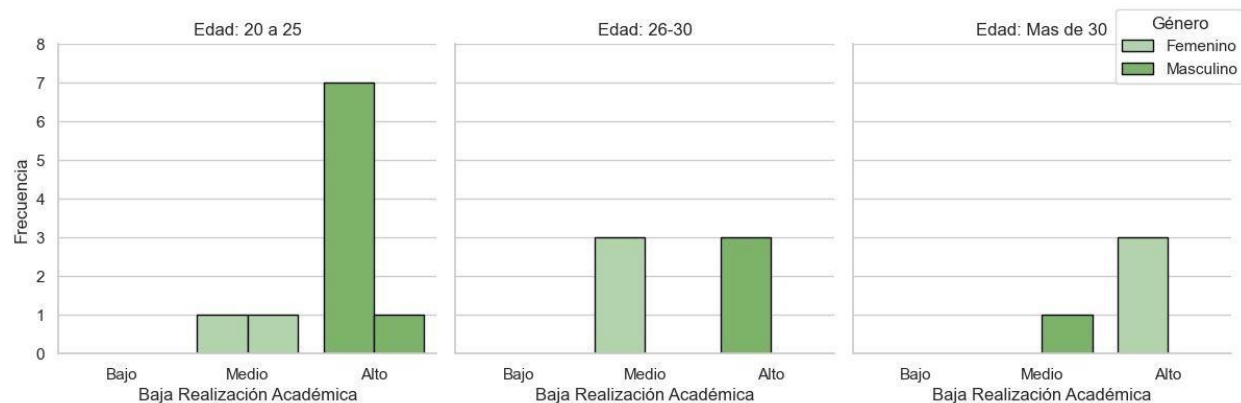
Dimensión: Baja realización académica, correlacionando con datos Sociodemográficos.

Tabla 12. Baja Realización Académica correlacionando con datos Sociodemográficos.

Edad	Género	Baja realización académica	Frecuencia	% de la muestra
20 a 25	Femenino	Medio	1	5,0
20 a 25	Femenino	Alto	7	35,0
20 a 25	Masculino	Medio	1	5,0
20 a 25	Masculino	Alto	1	5,0
Subtotal 20-25		Total	10	50,0
26-30	Femenino	Medio	3	15,0
26-30	Femenino	Alto	3	15,0
Subtotal 26-30		Total	6	30,0
Más de 30	Femenino	Alto	3	15,0
Más de 30	Masculino	Medio	1	5,0
Subtotal Mas de 30		Total	4	20,0
Total, General			20	100,0

Nota: Fuente: Elaboración propia.

Ilustración 9. Dimensión: Cinismo, correlacionando con datos Sociodemográficos.



Nota: Fuente: Elaboración propia. 1

Descripción de resultados tabla 12 y gráfica N°9

Se encontraron niveles de Baja Realización Académica, relacionados con los datos sociodemográficos como el género y la edad.

En el rango de edades entre 20 a 25 años, que representa el 50% de la muestra total, se observa que 2 mujeres representan en la tabla el (5%) y 1 hombre con el (5%) ambos se encuentran en el nivel medio, mientras que 7 mujeres con un (35%) de la muestra y 1 hombre con el (5%) presentan un nivel alto dentro de las edades mencionadas.

En el rango de 26 a 30 años con un (30%) de la muestra, los resultados son parejos, pero con inclinaciones diferentes a la escala medición de la prueba: 3 mujeres con el (15%) se ubican en nivel medio y 3 de ellas con el (15%) en un nivel alto.

Por último, en los estudiantes mayores de 30 años con un (20%) final de la tabla, encontramos 3 mujeres con el (15%), las cuales presentan un nivel alto y 1 hombre con el (5%)

en un nivel medio, manteniendo la tendencia general a una baja percepción de realización académica.

Discusión y análisis detallado de los hallazgos

En este apartado se analizará los resultados que se lograron obtener en la investigación, con respecto a la relación de cada una de las dimensiones del burnout (agotamiento emocional, cinismo y baja realización académica), y de las variables sociodemográficas que fueron recolectadas por medio de los instrumentos de recolección de información detallados en el presente trabajo. Por medio del análisis cuantitativo y descriptivo de los datos que se recolectaron de la muestra seleccionada a través de muestreo no probabilístico, se pretende brindar respuesta a la pregunta de investigación planteada con antelación “ ¿Cuál es la relación entre las dimensiones del burnout y las características sociodemográficas en estudiantes universitarios del noveno semestre de la carrera de psicología de la corporación universitaria Minuto de Dios del año 2025-2? y así mismo, contrastar los resultados y hallazgos con las hipótesis que se plantearon al inicio de esta investigación y establecer si hay relación lógica entre marco teórico y resultados.

En el análisis realizado a las tres dimensiones de burnout académico, que fueron evaluadas por medio del MBI (SS), presenta un panorama bastante particular, dado que no presenta el “desgaste” como homogéneo ni generalizado en la muestra aplicada, se logra evidenciar una disonancia significativa entre los resultados presentados, por cada una de las dimensiones del síndrome.

La relación entre las dimensiones del burnout académico y los resultados obtenidos permite llegar a la conclusión de que el estudiante de noveno semestre de la carrera psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, en promedio, presenta síntomas del síndrome, lo cual es atribuido al nivel de exigencia que se presenta en el último periodo de la carrera profesional, lo que puede llevar a generar una alta sensación de no lograr los objetivos, la cual se puede traducir como una baja realización, Alta, la cual estaría siendo medida por la dimensión de baja realización académica, de acuerdo a los hallazgos se evidencia que esto genera un nivel de fatiga considerable, teniendo en cuenta el agotamiento Medio. Sin embargo, antes los resultados obtenidos en la muestra analizada, se evidencia que hay presencia de Cinismo Bajo (leve), lo que permite que el estudiante pueda continuar sin problemas con su proceso académico.

Ahora bien, es importante verificar la relación de los hallazgos de la investigación con los hallazgos obtenidos del marco teórico, si bien establece un modelo tridimensional, como es mencionado por Gil-Monte, (1999). “también reconoce que las dimensiones no siempre evolucionan de forma simultánea” (p.262). Los resultados de esta investigación sugieren que, en esta población, la crisis de autoeficacia precede a la desconexión actitudinal, aunque este último (desconexión actitudinal), no pertenece directamente a el foco de estudio de esta investigación, es una característica común del Cinismo como dimensión.

Se evidencia en los resultados, que el cinismo en la muestra seleccionada no es de un nivel alto, lo cual resulta emocionante dado que generalmente el cinismo se presenta en el ser humano como respuesta psicológica del estrés crónico, lo cual significa de acuerdo con los datos encontrados, que solo el 5% de los participantes tienen un nivel de riesgo Medio de

cinismo, en comparación de un 95% que presenta niveles bajos. En consecuencia, con los resultados sobre esta dimensión del cinismo representa una objeción parcial a las hipótesis 2 y 3, las cuales esperaban una correlación donde a mayor agotamiento emocional, correspondieran también altos niveles de cinismo.

En la dimensión de agotamiento emocional, se evidencia resultados moderados, dado que el nivel predominante de acuerdo con el análisis es el medio, con un 55% de la muestra inicial (20), y solo en el 15% se encontró un nivel Alto, sin embargo, se resalta que por lo menos la mitad de los estudiantes evaluados reportan agotamiento emocional, aclarando que esto último no es considerado aún un aspecto crítico, dentro de la dimensión. Este resultado es consistente con la investigación que fue realizada por Nieto et al. (2024), con estudiantes residentes de urología en Colombia, donde se puede evidenciar que un 57.1% experimentaba niveles elevados de agotamiento emocional, también es consecuente con algunas similitudes en la investigación realizada por Rosales et al. (2017), los cuales al estudiar a estudiantes del área de la salud, (medicina), y por medio de los resultados se evidencia que un "47,8 % de los estudiantes presentó reducida realización personal" (p.7), generando énfasis en esta dimensión con nivel medio.

Así mismo, se alinea con similitudes, con estudios que se realizaron en algunos países de América Latina, como fue mencionado por Cano et al. (2023) en Perú, que reportó un 42.9% de nivel alto en agotamiento en estudiantes de enfermería. Este hallazgo valida la Hipótesis N° 1 planteada a inicios de la investigación, la cual preveía "la presencia de indicadores del síndrome de burnout académico, principalmente asociados al agotamiento emocional".

Y, por último, el resultado más significativo de este estudio fue alta en esta dimensión: Baja realización académica, donde de acuerdo con los hallazgos, se logra evidenciar que el 70% de la muestra elegida tuvo reportes de un nivel alto, es un aspecto de preocupación dado que este hallazgo no se refiere principalmente a un malestar de cansancio si no en una gran sensación de ineficacia y falta de logro. Este sentimiento generalizado de incompetencia que a su vez se alinea con la definición teórica de Maslach et al, (2001) que describe esta dimensión como "una autoevaluación negativa del propio desempeño" (p.399), y lo que puede causar, según Shaufeli, et al, (2002) es "un sentimiento de incompetencia académica como estudiante (ineficacia)" (p.465- 467).

Este hallazgo resulta alarmante, pues supera las cifras generales de burnout académico reportadas en otros estudios nacionales, como el de Caballero (2007) que encontró un 41.6% de burnout en estudiantes universitarios de la ciudad de Barranquilla, o los indicadores altos de hasta el 53% mencionados por Torres Niño (2024) en la Universidad nacional de Colombia.

Adicional a lo anterior, es importante precisar que las variables sociodemográfico de la muestra (20), tuvo mayor presencia femenina la cual tiene una relación porcentual 85% y con mayor incidencia entre 20 y 25 años, lo cual resulta similar al de otras investigaciones realizadas en el ámbito de la salud en Colombia, en sus diferentes áreas (medicina, enfermería, psicología, etc.), la cual fue mencionada en los antecedentes investigativos, que permite evidenciar similitud dado que entre sus resultados también encontraron que la muestra estaba compuesta en su mayoría mujeres, con edad media de 21 años, lo cual fue encontrado por Rosales et al, (2017), lo que brinda fiabilidad y refuerza la validez de los resultados hallados y su relación con los demográficos, dado que estos sugiere que este perfil poblacional es común en carreras profesionales en áreas de la salud.

Conclusiones

Según los resultados obtenidos en la presente investigación mediante las herramientas de recolección de información, cuestionario Maslach Burnout Inventory–Student Survey (MBI-SS) se encuentran algunos niveles de agotamiento, aunque no muy elevados pueden ser indicadores iniciales del síndrome burnout académico.

De los 20 estudiantes que hicieron parte de la muestra, el 85% corresponde al género femenino y el 15% al género masculino y las edades que más predominantes es entre los rangos de 20 a 25 años con el 50% total de la muestra.

En cuanto a las dimensiones del burnout académico, los estudiantes obtuvieron el 55% se ubican en niveles medios de agotamiento emocional, el 30% con un nivel bajo y el 15% con nivel alto según la escala de medición del burnout (SS). Se puede decir que más de la mitad de muestra experimenta signos de agotamiento emocional lo cual puede estar relacionado con la carga académica.

Los participantes se ubican con un nivel bajo y un porcentaje del 95% con respecto al cinismo y el 5% de ellos en el nivel medio, se puede decir que, respecto a este elemento, los estudiantes se mantienen con buena actitud frente a sus labores académicas.

Por último encontramos la baja realización académica, donde el 60% de los estudiantes presentan niveles altos, donde el 30% de los participantes de la muestra, presenta niveles medios y el 10% restante presentan niveles bajos con relación a la dimensión mencionada.

Recomendaciones

Según los resultados se recomienda al área de bienestar universitario, de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, generar estrategias de prevención y acompañamiento psicológico a los estudiantes de últimos semestres, con el propósito de evitar la presencia del síndrome de burnout y que esto interfiera en su desempeño y salud mental.

Como estudiantes próximos a grado, recomendamos implementar actividades dentro de la formación académica que permita al estudiante promover espacios de ocio y esparcimiento, con la finalidad de evitar presencia de síndromes o trastornos derivados de un alto nivel de estrés o como respuesta de cargas altas académicas.

En caso de los estudiantes, se les recomienda hacer uso de los servicios institucionales como son los servicios ofrecidos por el área de bienestar, como lo es el Centro de Atención Psicosocial (CAPS) y Las atenciones psicológicas directamente brindadas por Bienestar Estudiantil en caso de requerirlo, también estar atentos a cualquier sintomatología que pueda afectar el rendimiento académico y por consiguiente la vida universitaria. Adicional a esto, como ciudadanos se puede solicitar asistencia psicosocial en caso de emergencia con “la Línea Amiga Saludable (444 44 48 o 300 723 11 23 vía WhatsApp) y a través del 123 Social (123) para emergencias.” (Alcaldía de Medellín, 2025).

Referencia Bibliográfica

Ajello, A. M. (2003). La motivación para aprender. Obtenido de En C. Pontecorvo (Coord.), Manual de psicología de la educación: 84-7884-264-0,

Alhija, F. A. (2010). Factor analysis: An overview and some contemporary. International encyclopedia of education. Doi: <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-044894-7.01328-2>

Angarita, J. R. (2007). Teoría de las necesidades de Maslow. Obtenido de http://doctorado.joséquintero.net/documentos/Teoría_Maslow_Jose_Quintero.Pdf.

Beck, A. T. (1976). Cognitive therapy and the emotional disorders. International Universities Press. New York: International Universities Press.

Borja, D. G., Bermúdez, K. Y., Trujillo, K. V., & Guarín, K. A. (2016). Obtenido de <https://repository.uniminuto.edu/server/api/core/bitstreams/719f5ff0-ec39-4d25-8e99-cee1c69f02d6/content>

Breso, É. & Caballero domínguez, C. (2008). Well-being and Performance in Academic Settings. Doi: <https://doi.org/10.14482/psdc.32.3.6217>

Buendía, J. E. (1993). Estrés y Psicopatología. Madrid.: Ediciones Pirámide.

Burke, R. J. (1987). Sex differences in correlates of burnout. Obtenido de The Journal of Social Psychology: <https://doi.org/10.2466/pr0.1989.65.1.5>

Caballero D., C. C., Abello LL, R., & Palacio S, J. (2 de Julio de 2007). Avances en Psicología Latinoamericana. Obtenido de Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79925207>

Caballero Domínguez, C. C. (2010). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. Obtenido de Revista Latinoamericana de Psicología, 42 (1), 131-146.: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342010000100012&lng=en&tlng=es.

Caballero Domínguez, C. C. (2010). El Burnout Académico: Del concepto a la medición a través del Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS). Obtenido de Revista Pensamiento Psicológico: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=423545768002>

Caballero Domínguez, C. C. (2010). Revista: El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. . Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S012005342010000100012&lng=en&tlng=es.

Caballero Domínguez, C. C, Hederich, C., & Sañudo, J. E. (2010). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. Obtenido de El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-05342010000100012&script=sci_arttext

Caballero, C. C. (2015). Burnout en estudiantes universitarios. Obtenido de <https://doi.org/10.14482/psdc.32.3.6217>

Caballero-Domínguez, C. C. (2016). Validation of Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) in Colombian academic context. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=423545768002>

Caballero-Domínguez, C. H.-M. (2016). VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE MASLACH BURNOUT INVENTORY-STUDENT SURVEY (MBI-SS) EN CONTEXTO ACADÉMICO COLOMBIANO. Obtenido de Revista CES Psicología ISSN 2011-3080 Volumen 9 N: <https://www.redalyc.org/pdf/4235/423545768002.pdf>

Cano-García, M. R.-B.-V.-G. (ENERO de 2023). IMPACTO DEL ESTRÉS LABORAL en el bienestar psicológico del personal de un hospital público de medellín, Colombia. Ciencia y

enfermería, 29, 11. Obtenido de https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532023000100223

Carlotto, M. S. (2006). Características psicométricas do Maslach Burnout Inventory– Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 19(1), 135–142. Obtenido de <https://doi.org/10.1590/S0102-79722006000100018>

Ciencia y Trabajo (C&T). (2009). Mirando hacia adentro: comprendiendo el burnout. Obtenido de Ciencia & Trabajo: [https://dlwqtxts1xzle7.cloudfront.net/30163758/c_t32libre.pdf?1390879102=&response-contentdisposition=inline%3B+filename%3DEfectos de los Conflictos Interpersonales.pdf&Expires=1745812487&Signature=MaG6MN2F0Ifxq4U89WvzINZVZnOwe~tFCCo2IgAuseMT~dYo1d27HTWt](https://dlwqtxts1xzle7.cloudfront.net/30163758/c_t32libre.pdf?1390879102=&response-contentdisposition=inline%3B+filename%3DEfectos+de+los+Conflictos+Interpersonales.pdf&Expires=1745812487&Signature=MaG6MN2F0Ifxq4U89WvzINZVZnOwe~tFCCo2IgAuseMT~dYo1d27HTWt)

Colpsic. (07 de 05 de 2019). Colegio colombiano de psicólogos. Obtenido de manual deontológico y bioético del psicólogo: <https://www.colpsic.org.co/wpcontent/uploads/2021/07/Acuerdo-N%C2%B0-17-de-mayo-de-1-2019.pdf>

De la Cruz Sulca, P. R. (2020). El hipotético-deductivismo en la explicación de las ciencias sociales. Obtenido de <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2020.18.397>

Díaz, E. N.-R. (2019). modelo de coping de Folkman e Lazarus: aspectos históricos e conceituais. Obtenido de *Revista Psicologia e Saúde*, 11(2), 55-66: <https://doi.org/10.20435/pssa.v11i2.642>.

Ellis, A. (1981). *Razón Y Emoción En Psicoterapia*. Mundaiz. Desclée De Brower.

Farber, J. (2000). Treatment of burnout. In W. B. Schaufeli & D. Enzmann (Eds.), the handbook of stress and burnout in health care. Seattle, WA: Hogrefe & Huber Publishers.

Obtenido de Hogrefe & Huber Publishers.

Faúnde, V. O. (2007). Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout. .

Obtenido de <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492017000100059>

Faúndez, V. O. (2017). Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout.

Obtenido de Scielo: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492017000100059>

Ferrel Ortega, F. R. (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. doi:<https://doi.org/10.17081/psico.20.38.2555>

Freudenberger, H. (1974). Staff burnout. . Journal of Social Issues,.

Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. Obtenido de Journal of Social Issues: 30 (1), 159-165.

Gallegos, W. L. (2021). Antecedentes, desarrollo y consolidación de la psicología cognitiva: un análisis histórico. Obtenido de Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa Perú: <https://doi.org/10.37511/tesis.v16n2a9>

Gil-Montes, P. &. (1999). Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome de quedarse por el trabajo. Anales de Psicología. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-05342010000100012&script=sci_arttext

Gil-Montes, P. R. (02 de 02 de 22). Validez factorial de la adaptación al español del Maslach Burnout Inventory General Survey. Obtenido de: <http://www.insp.mx/salud/index.html>.

Guzmán, C. (2015). El síndrome de Burnout como factor influyente en el rendimiento académico del estudiante universitario. Obtenido de Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo: <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/icsa/n10/p3.html>

Hampton, D., & Summer, E. C. (1988). Manual de desarrollo de recursos humanos. Mexico: Trillas.

Hederich Martínez, C. &.-D. (2016). Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano. (9. Revista CES Psicología, Editor) Obtenido de scielo:

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2011-30802016000100002

Hederich-Martínez, C.-D. (2016). Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4235/423545768002.pdf>

Hernández Sampieri, R. F. (2014). Metodología de la investigación. Obtenido de <http://187.191.86.244/rceis/registro/Metodolog%C3%ADa%20de%20la%20Investigaci%C3%B3n%20SAMPIERI.pdf>

Hernández Sampieri, R. F. (2024). Metodología de la investigación. Obtenido de <http://187.191.86.244/rceis/registro/Metodolog%C3%ADa%20de%20la%20Investigaci%C3%B3n%20SAMPIERI.pdf>.

Irarrázabal, R. A. (2022). Burnout académico como factor predictivo del riesgo suicida en estudiantes de enfermería. Obtenido de scielo: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962022000100005

Irma Luz Yupari-Azabache¹, J. L.-O.-A.-A. (2022). Modelo logístico de factores asociados al Síndrome de Burnout en el personal de salud. Obtenido de Enfermería Global, 21(68), 144-171.: <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.512491>

Lachiner Saborío Morales, L. F. (2025). Síndrome de Burnout. Medicina Legal de Costa Rica. Obtenido de https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152015000100014

Lema, L. F. (12 de Marzo de 2011). Scielo. Obtenido de Actividad física y sedentarismo en jóvenes universitarios de Colombia: prácticas, motivos y recursos para realizarlas: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-95342011000300002&lng=en&tlng=es.

Lorenz, K. (22 de 08 de 2023). Burnout académico: cómo evitarlo. Obtenido de <https://www.konradlorenz.edu.co/blog/burnout-academico-como-evitarlo/>

Mark Mohan Kaggwa, J. K. (30 de agosto de 2021). Prevalencia del síndrome de burnout entre estudiantes universitarios en países de ingresos bajos y medios: una revisión sistemática y un metanálisis. doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0256402>

Martínez, C. H., & Caballero-Domínguez, C. C. (2016). Validación del cuestionario de maslach burnout inventory-student survey (mbi-ss) EN. Revista CES Psicología ISSN 2011-3080.

Maslow, A. (1943). La Pirámide de Maslow, o jerarquía de las necesidades humanas. Obtenido de <http://www.ingsolve.com.ar/orgalaboral/rrhh/Piramide%20de%20Maslow%20-%20OLD.pdf>

Montoya Zuluaga, P. (2012). Psicología desde el Caribe. Obtenido de Relación entre síndrome de burnout, estrategias de afrontamiento y engagement.:

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123417X2012000100011&lng=en&tlng=es.

Nacional, R. d.-g. (06 de 09 de 2006). Ley 1090 de 2006. Obtenido de <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205>

Nieto, V. I., Donoso-Donoso, W., & Castañeda-Millán, D. A. (06 de marzo de 2024). Estudio nacional sobre síndrome de burnout académico en residentes de urología en Colombia. Obtenido de <https://doi.org/10.24875/ruc.23000090>

Niño, A. M. (04 de 03 de 2024). Burnout académico: realidad común en las instituciones educativas. Obtenido de <https://periodico.unal.edu.co/articulos/burnout-academicorealidad-comun-en-las-instituciones-educativas>

OMS, W. H. (2019). El síndrome de burnout, un «fenómeno ocupacional»: Clasificación Internacional de Enfermedades. Obtenido de World Health Organization [OMS]: <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenoninternational-classification-of-diseases>

OMS. (2017). Organización mundial de la salud. Obtenido de Salud Mental: <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>

OMS. (2025). Organización Mundial de la Salud. Obtenido de <https://www.who.int/es/newsroom/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Palacio Sañudo, J. E. (2012). Relación del burnout y las estrategias de afrontamiento con el promedio académico en estudiantes universitarios. . Obtenido de Universitas Psicológica, 11 (2), 535-544.: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S165792672012000200015&lng=en&tlng=es.

Pepe-Nakamura, A. (1697). Obtenido de revista de investigación Equilibrio psicológico y burnout académico: <https://hdl.handle.net/20.500.12799/3264>

Pereira, S. G. (6 de Marzo de 2025). Perfiles de riesgo de burnout en estudiantes de psicología: un estudio exploratorio con aprendizaje automático. Obtenido de MDPI: <https://doi.org/10.3390/bs15040505>

Pérez, A. M. (2010). El síndrome de burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. Doi: <http://dx.doi.org/10.15178/va.2010.112.42-80>

Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. (2006). Diario Oficial No. 46.383. Obtenido de <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205>

Posso-Yépez, M. L.-R.-T. (2025). Burnout among university students: analysis based on resilience, gender, age, and education level. Obtenido de <http://dx.doi.org/10.4067/s0718-50062025000200059>

Psicólogos, C. C. (2019). Manual deontológico y bioético del psicólogo. Obtenido de <https://www.colpsic.org.co/wp-content/uploads/2021/07/Acuerdo-N%C2%B0-17-de-mayo-del-2019.pdf>

Quimica.es. (s.f.). Psicología cognitiva. https://www.quimica.es/enciclopedia/Psicolog%C3%ADa_cognitiva.html

Regalado Chamorro, M. (2023). Obtenido de La salud mental en los jóvenes universitarios: un desafío para las instituciones: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primariapractica-24-articulo-la-salud-mental-jovenes-universitarios-S2605073023000160> DOI:

10.1016/j.appr.2023.100182 -página 1

Rosales Ricardo, Y., & Rosales Paneque, F. (19 de diciembre de 2023). Burnout estudiantil universitario: Conceptualización y estudio. Salud mental. Obtenido de Scielo: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000400009

Rosales, M., & Rosales, P. (2013). Las dimensiones del síndrome de burnout académico (agotamiento, cinismo y eficacia profesional. Trabajo de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Rosales-ricardo, y., rizzo-chunga, f., & mocha-bonilla, j. y. (2021). Prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes universitarios: Una revisión sistemática. Obtenido de scielo:<https://doi.org/10.17711/sm.0185-3325.2021.013>.

Salud, S. d. (2025). Alcaldía de Medellín. Obtenido de <https://www.medellin.gov.co/es/secretaria-de-salud/salud-mental/atencion-psicologica-gratuita-escuchaderos/>

Salzar Blandon, DA (2026). Ansiedad, depresión y actividad física asociadas al sobrepeso/obesidad en estudiantes de dos universidades mexicanas. Obtenido de <https://doi.org/10.17151/hpsal.2016.21.2.8>.

Schaufeli, WB (2002). Burnout y compromiso en estudiantes universitarios: Un estudio transnacional. Washington: Washington University

Schaufeli, WB, Martínez, IM, Marqués-Pinto, A., Salanova, M., & Bakker, AB (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 464–481.

Solis, M. g. (2011). Relación entre la satisfacción de las necesidades. Obtenido de <http://www.repositorio.usac.edu.gt/20948/1/13%20T%281998%29.pdf>

Torres Niño, AM (2024 de marzo de 2024). Burnout académico: realidad común en las instituciones educativas. Obtenido de <https://periodico.unal.edu.co/articulos/burnoutacademico-realidad-comun-en-las-institucioneseducativas#:~:text=La%20prevalencia%20de%20burnout%20acad%C3%A9mico,Cr%C3%A9dito%3A%20Jeimi%20Villamizar%2C%20Unimedios>.

Zapata, WA (2015). El estrés académico: Factores desencadenantes y estrategias de afrontamiento en los estudiantes. Obtenido de <http://hdl.handle.net/10656/3945>

Anexos



Consentimiento Informado para participar en investigación

Título de la Investigación: Relación entre las dimensiones del burnout y las características sociodemográficas en estudiantes universitarios del noveno semestre de la carrera de psicología de la corporación universitaria Minuto de Dios del año 2025-2

Investigador (a) responsables: Dallana Andrea Ossa Palacio; Diana Paola Zapata Mercado.

Programa: Psicología, facultad de ciencias sociales y humanas.

Propósito del estudio Analizar la presencia del síndrome de Burnout académico, en los estudiantes universitarios del noveno semestre de Psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios durante el año 2025-2.

Procedimiento: Se aplicará un cuestionario compuesto por dos escalas validadas que evalúan el nivel de burnout académico y la presencia de actitudes de cinismo académico. La participación se llevará a cabo en formato virtual o presencial, según disponibilidad, y tendrá una duración aproximada de 15 a 20 minutos.

Riesgos y molestias: Los riesgos asociados son mínimos, limitándose a posibles molestias emocionales al reflexionar sobre experiencias académicas relacionadas con el estrés.

En caso de que el participante experimente incomodidad, podrá interrumpir su participación en cualquier momento sin ninguna consecuencia negativa.

Beneficios: Aunque no hay beneficios económicos, la participación en este estudio puede contribuir al desarrollo de estrategias y programas institucionales orientados a la prevención y manejo del burnout académico. Además, los resultados podrán ser de utilidad para la comunidad académica y científica.

Confidencialidad: Toda la información recolectada será tratada con estricta confidencialidad y anonimato. Los datos serán utilizados únicamente con fines investigativos y no se publicará ninguna información que permita identificar a los participantes. “La información recolectada en el ejercicio de esta investigación será confidencial y se evitará la publicación de

datos personales o sensibles, que permitan identificar a los participantes y dejarlos expuestos.” (colpsic, 2019), es importante recalcar que “el participante humano tiene derecho al anonimato cuando se reporten los resultados y a que se protejan los registros obtenidos.” (colpsic, 2019)

Voluntariedad y derecho para retirarse: La participación en este estudio es completamente voluntaria. Usted puede negarse a participar o retirarse en cualquier momento sin que esto le genere consecuencias académicas ni de ningún otro tipo, tal como es mencionado por Colpsic, (2019) “el participante humano puede elegir si participa o no en la investigación o si se retira en cualquier momento, sin recibir ninguna consecuencia negativa por negarse a participar o por retirarse de la investigación.”

Consentimiento: He leído y comprendido la información anterior. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y todas fueron respondidas satisfactoriamente. Al firmar este documento, acepto participar voluntariamente en la investigación descrita.

Firma de participante:

Firma de investigador (a) 1.

CC:

Firma de investigado

Cuestionario MBI-SS

Los siguientes ítems están relacionados con sentimientos, creencias y conductas de los estudiantes universitarios.

Instrucciones

Los siguientes enunciados están relacionados con sentimientos, creencias y conductas en el contexto académico. Por favor, responde cada uno tal como te ocurre, según la siguiente escala de frecuencia:

- **0 – Nunca**
- **1 – Casi nunca / Pocas veces al año o menos**
- **2 – Algunas veces / Una vez al mes o menos**
- **3 – Regularmente / Algunas veces al mes**
- **4 – Bastantes veces / Una vez a la semana**
- **5 – Casi siempre / Varias veces a la semana**
- **6 – Siempre / Todos los días**

N.º	Pregunta	1	2	3	4	5	6
1	Me siento emocionalmente agotado/a por mis estudios.						
2	Me siento agotado/a al final de un día en la universidad.						
3	Me siento cansado/a cuando me levanto por la mañana y tengo que afrontar otro día de estudios.						
4	Estudiar todo el día es realmente una tensión para mí.						
5	Me siento "quemado/a" por mis estudios.						

6	He perdido el interés por mis estudios desde que empecé la universidad.								
7	Cada vez soy menos entusiasta con mis estudios.								
8	Me he vuelto más cínico/a sobre la utilidad de mis estudios.								
9	Dudo del significado de mis estudios.								
10	Puedo resolver eficazmente los problemas que surgen en mis estudios.								
11	Creo que estoy haciendo una contribución efectiva a las clases a las que asisto.								
12	En mi opinión, soy un/a buen/a estudiante.								
13	Me siento estimulado/a cuando alcanzo mis metas de estudio.								
14	He aprendido muchas cosas interesantes a lo largo de mis estudios.								
15	Durante las clases, me siento seguro/a de mi eficacia.								