

BURNOUT ACADÉMICO EN UNA MUESTRA DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS MEXICANOS

Academic burnout in a sample of Mexican university students

Maricela Osorio Guzmán*, Santa Parrello** y Carlos Prado Romero*

*Universidad Nacional Autónoma de México¹

**Università degli Studi di Napoli Federico II²

Citación: Osorio G., M., Parrello, S. y Prado R., C. (2020). Burnout académico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 2(1), 27-37.

Artículo recibido el 5 de marzo y aceptado el 29 de mayo de 2019.

DOI: <https://doi.org/10.62364/by4k8n05>

RESUMEN

El burnout académico se caracteriza por ser una respuesta emocional negativa, persistente, relacionada con los estudios, formada por una sensación de agotamiento, una actitud cínica o de distanciamiento con el significado y la utilidad de los estudios, y un sentimiento de incompetencia académica como estudiante. El objetivo de este estudio fue describir los niveles y tipos de burnout académico, así como su relación y diferencias con algunas variables socio-demográficas, en estudiantes de una universidad pública de México. Se evaluaron 2,707 participantes mediante dos instrumentos, el primero diseñado *ad hoc* para recabar datos socio-demográficos y el School Burnout Inventory. Los resultados muestran que más de la mitad de la muestra padecía niveles medios y altos del síndrome, hallándose diferencias significativas respecto al sexo, área de estudio, presencia de hermanos y nivel académico de la madre. Se discute la importancia de llevar a cabo investigación en este campo para evidenciar el citado fenómeno y diseñar estrategias de intervención pertinentes y efectivas.

Indicadores: *Enfermedad profesional; Estudiantes universitarios; Malestar juvenil; Estadística.*

ABSTRACT

Academic burnout is characterized by a negative persistent, emotional response, related to studies, formed by a feeling of being exhausted, a cynical attitude or distancing with the meaning and usefulness of studies, and a feeling of academic incompetence as a student. The aim of this study was to describe the levels and types of academic burnout, as well as their relationship and differences with some socio-demographic variables. A sample of 2,707 undergraduate students of a public Mexican university of Mexico were evaluated through two instruments: one designed *ad hoc* to collect socio-demographic data, and the School Burnout Inventory Student Survey. The results show that more than half of the students suffer from medium and high levels of the syndrome. Significant differences were found in the syndrome

¹ Carrera de Psicología, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, Av. De Los Barrios 1, Los Reyes Iztacala, 54090 Tlalneapantla, Edo. de México, tel. (55)56-23-13-33, ext. 39806, correos electrónicos: mosorio@unam.mx y carlosprador9318@gmail.com.

² Dipartimento di Studi Humanistici, Via Porta di Massa 1, 80133 Napoli NA, Italia, tel. (081)253-54-49, correo electrónico: parrello@unina.it.

respect to sex, area of study, presence of siblings, and the academic level of the mother. The importance of carrying out research in this field in order to highlight the phenomenon and design relevant and effective intervention strategies, is discussed.

Keywords: *Occupational disease; University students; Youth unrest; Statistics.*

El síndrome de *burnout* es un problema social en la actualidad ya que los altos niveles de competitividad e inseguridad laboral, las exigencias del medio, los cambios en los enfoques de la vida y las costumbres generan una creciente angustia, agotamiento emocional y trastornos físicos, psicológicos y sociales.

Este síndrome, también conocido como “síndrome de estar quemado”, síndrome de desmoralización o síndrome de agotamiento emocional o profesional, es considerado como un problema laboral que repercute en la conducta, provoca afectaciones en la salud física y psicológica de los individuos (Balsera et al., 2016; Feitosa, Sousa, Alves, Gómez y Méndez, 2016); en el rendimiento laboral y académico incluso puede provocar problemas de tipo personal, familiar y social (De la Rosa et al., 2015).

El término fue utilizado por primera vez en 1974 por Freudenberg al hacer referencia al deterioro en el cuidado y la atención profesional brindados por organizaciones de salud, así como en los trabajadores que atienden a otras personas (cf. Boada, Merino, Sánchez, Prizmic y Vigil, 2015).

Por las graves consecuencias ya citadas, desde hace varios años se están llevando a cabo investigaciones en diferentes ámbitos para determinar la frecuencia de este síndrome, uno de los cuales es el ambiente académico, específicamente en

las instituciones de nivel superior (Rosales y Rosales, 2013). Si bien es cierto que los estudiantes universitarios no son trabajadores en un sentido formal, y no cuentan con una retribución salarial por su labor, desde un punto de vista psicológico y social muchas de las actividades que realizan son comparables a las que lleva a cabo un trabajador. Como cualquier empleado, forman parte de una organización en la que desempeñan un determinado rol, realizan tareas que requieren esfuerzo, tienen objetivos que cumplir y su rendimiento es constantemente evaluado y recompensado por sus profesores, quienes ejercen una función análoga a la de un supervisor en el ámbito laboral (Caballero, Abello, Raymundo y Palacios, 2007; Caballero, Bresó y González, 2015; Herrera, Mohamed y Cepero, 2016; Oliva, Santos, Abreu, Melo y Andrade, 2012).

Además, para autores como Caballero et al. (2015), los alumnos universitarios encaran de manera cotidiana situaciones generadoras de estrés y ansiedad, como largas horas de clase y de estudio, realización de proyectos y tareas, relaciones conflictivas con profesores o desvalorización de su capacidad profesional, entre muchas otras; tienen que lidiar además con factores interpersonales del estrés, como el escaso apoyo de la familia y de los compañeros de clase, por lo que es muy probable, según los autores citados, que las actividades que efectúan en su vida escolar los lleve a enfrentar lo que Schaufeli, Salanova, González y Bakker (2002) definieron como *burnout académico*. Este tipo de burnout se caracteriza por ser una respuesta emocional negativa, persistente, relacionada con los estudios, formada por una sensación de encontrarse exhausto y de no poder más en las tareas como estudiante (agotamiento), adoptar una actitud cínica o de distanciamiento con el significado y la utilidad de los estudios (cinismo) y un sentimiento de incompetencia académica como estudiante (inadecuación).

Como se puede observar, en esa definición hay tres dimensiones que componen el síndrome: agotamiento emocional y físico, actitud cínica de distanciamiento mental hacia las actividades académicas, sentimientos de inadecuación al trabajo y pérdida de confianza en las propias capacidades profesionales (Martínez y Marques, 2005).

Se afirma que los estudiantes que sufren un mayor nivel de burnout son aquellos que estudian en las áreas de ciencias biológicas y de la salud, ciencias de la educación o ciencias psicosociales, ya que tener otras vidas a su cuidado genera en ocasiones altos niveles de estrés (Barcera et al., 2016; Bezerra y De Oliveira, 2014), aunque hay otros autores que afirman que la presión es la misma en todas las áreas, con las especificidades propias de cada una (Bittar, 2008; Rosales y Rosales, 2013).

En términos generales, se considera que este problema afecta más a quienes no logran adaptarse a los eventos estresantes propios del ambiente educativo, y todo indica que esta condición es más frecuente en las instituciones universitarias que no facilitan el desempeño de los estudiantes al no proveerles de suficientes recursos para la realización del trabajo académico y al exigir en exceso.

Caballero et al. (2007) enumeran algunos problemas psicológicos que padecen los estudiantes, como el temor a las evaluaciones, altos niveles de ansiedad asociada a tener que asimilar gran cantidad de información en un tiempo limitado, dificultades económicas y familiares, y falta de espacios de recreación. Manzano (2002), a su vez, sugiere que el burnout en los estudiantes tiene relación con los años de estudio en la universidad. Sus resultados mostraron que los alumnos de los cursos inferiores exhibían un menor grado de cinismo y uno mayor de dedicación, que aquel de mayor edad, quienes mostraban índices inversos; además, que

los alumnos que se encontraban en los últimos cursos de la carrera se sentían menos entusiasmados y ya no consideraban sus estudios como un reto.

Tomaschewski et al. (2014) investigaron la relación del síndrome con las variables sociodemográficas y académicas de los estudiantes graduados de enfermería, encontrando altos niveles de agotamiento emocional, eficacia profesional media y distancia-escepticismo respecto a sus estudios; además, no hallaron diferencias significativas en variables tales como el género y el nivel socioeconómico, por lo que concluyeron que la afectación es horizontal.

De igual manera, Duric y Duric (2014) analizaron el agotamiento académico y la autorregulación en estudiantes universitarios, encontrando correlaciones negativas significativas entre burnout, autorregulación y logro académico. De igual manera, Rahamati (2015) destaca la existencia de una correlación negativa y significativa entre el alto rendimiento académico y el burnout.

Por su parte, Carlotto, Gonzalves y Brazil (2005) analizaron los factores asociados al síndrome, indicando en sus resultados que la edad de los participantes, el estrés percibido respecto a la relación de conciliar la actividad laboral con el curso académico y el estudio con las actividades de ocio, los exámenes y trabajos, así como la actividad laboral, implicaban altos índices de agotamiento, y que el estrés percibido en relación con la falta de retroalimentación positiva por parte de los profesores y la interacción con los colegas del curso se asociaron con niveles altos de cinismo.

Finalmente, Krokter, Cebasek-Travnik y Zaletel-Kragelj (2004) hallaron una fuerte asociación entre estrés y agotamiento en los universitarios; estos autores pudieron establecer que había un factor adicional al agotamiento, el cual hacía referencia al esfuerzo por la perfección; es decir,

que los estudiantes querían estar entre los mejores y que, como resultado de ese esfuerzo, estaban más involucrados en los estudios y, por tanto, sufrían un mayor nivel de agotamiento.

Hay diferentes instrumentos desarrollados específicamente para medir este fenómeno, uno de los cuales es el School Burnout Inventory (SBI-U) –instrumento utilizado en la presente investigación–, diseñado por Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen y Nurmi (2009), validado en diferentes países (cf. Boada et al., 2015; Fiorilli, Galimberti, De Stasio, Di Chiacchio y Albanese, 2014), a partir del cual se han obtenido resultados interesantes acerca del fenómeno (Caballero, 2012; Caballero et al., 2007; Caballero, Hederich y Palacio, 2010; Palacio, Caballero, González, Gravini y Contreras, 2012; Martínez, Marques, Salanova y López, 2002).

Debido a los argumentos ya expresados, se consideró necesario describir los niveles y tipos de burnout académico, así como su relación y diferencias con algunas variables sociodemográficas, eso en estudiantes mexicanos de la Universidad Nacional Autónoma de México.

MÉTODO

Participantes

Participaron 2,707 estudiantes de diferentes carreras de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), provenientes de la Ciudad de México y de su zona conurbada.

Diseño de investigación

Se utilizó un diseño transversal correlacional, que consiste en recabar información de una muestra en un momento es-

pecífico; tal diseño permite describir las características de la población analizada y comparar los datos con otras muestras. Además, al establecer relaciones entre las variables estudiadas es posible efectuar predicciones sobre el comportamiento observado (Shaughnessy, Zechmeister y Zechmeister, 2007).

Instrumentos

School Burnout Inventory (Salmela-Aro et al., 2009)

Además de un cuestionario de datos sociodemográficos, como edad, sexo, carrera y lugar de procedencia, entre otros, se aplicó el School Burnout Inventory para estudiantes universitarios (SBI-U), cuya versión en español fue validada por Boada et al. (2015). El instrumento evalúa la presencia del síndrome en estudiantes universitarios y está compuesto por nueve ítems que se califican en una escala Likert con recorrido de 1 (“completamente en desacuerdo”) a 6 (“completamente de acuerdo”), divididos en tres escalas: una de cuatro ítems para la escala de “agotamiento” ($\alpha = .70$), una de tres para “cinismo” ($\alpha = .77$) y otra de dos para “inadecuación” ($\alpha = .71$).

Procedimiento

Los instrumentos fueron aplicados en las aulas de las diferentes facultades, con ventilación e iluminación adecuadas, y en la biblioteca central de la institución. Una vez identificados los posibles participantes se les solicitó colaborar en la investigación respondiendo los instrumentos tras firmar un formato de consentimiento informado. Se seleccionaron aquellos contestados de forma completa y adecuada y se procedió a la captura de datos y al análisis correspondiente.

Análisis de datos

Se efectuó un análisis descriptivo de las variables sociodemográficas de la muestra y se calcularon y describieron los puntajes de cada una de las escalas que componen el instrumento. Se obtuvieron a continuación las correlaciones entre las diferentes variables y las áreas del cuestionario con la prueba r de Pearson, y se compararon las medias de los diversos subgrupos (área de estudio, edad, procedencia, género, etc.) mediante un análisis t de Student, así como un análisis de varianza (ANOVA), con comparaciones *post hoc* a través de la prueba HSD de Tukey, ello para determinar las diferencias significativas entre cada uno de estos subgrupos. El análisis de datos se llevó a cabo mediante el programa estadístico SPSS, v. 22.

RESULTADOS

Respecto a las variables sociodemográficas, se obtuvo que la media de edad de los participantes fue de 20.85 años (D.E. = 2.76), perteneciendo 56% al sexo femenino. De ellos, 59% residía en la Ciudad de México y el resto en la zona conurbada. El semestre más frecuente fue el cuarto, y la media del aprovechamiento general fue de 8.35 (D.E. = 0.7); 67% vivía con sus padres y 53% eran hijos únicos. Por otra parte, 52% informó no trabajar, y 59% dijo ser económicamente independiente.

Respecto a los datos de los padres, la media de edad fue de 51 años (D.E. = 7), con un nivel de estudios de bachillerato y licenciatura de 31 y 30%, respectivamente, y 31% eran empleados. La media de edad de las madres fue de 48 años (D.E. = 6.4), su nivel de estudios era de bachillerato (39%) y 37% se dedicaba a las labores del hogar. En cuanto al estado civil de los padres, 59% estaban casados.

Respecto al área de conocimiento de los participantes, 45% de ellos estudiaba

en el área de Ciencias Biológicas y de la Salud, 30% en la de Ciencias Sociales, 14% en la de Humanidades y 11% en la de Físico-Matemáticas.

En relación a los resultados de los niveles de burnout, se encontró que más de 60% de los estudiantes universitarios alcanzaron puntajes de medios a altos en la evaluación general y en las escalas de agotamiento e inadecuación (Tabla 1), mientras que 43% se hallaba en esos mismos niveles en la escala de cinismo.

Tabla 1. Porcentajes de las escalas del SBI-U.

Escala	Nivel	%
Agotamiento	Bajo	36
	Medio	52
	Alto	12
Cinismo	Bajo	57
	Medio	34
	Alto	9
Inadecuación	Bajo	38
	Medio	47
	Alto	15
Burnout	Bajo	39
	Medio	52
	Alto	9

De la tabla anterior se puede deducir que la muestra sufría los efectos del síndrome. Específicamente, los participantes refirieron que se sentían agobiados por el trabajo académico y que a menudo no podían dormir; se obsesionaban con el trabajo académico durante su tiempo libre, lo que en general les llegaba a causar problemas en sus relaciones personales. A la vez, aducían que experimentaban una sensación de insuficiencia en sus actividades universitarias, que solían tener más expectativas respecto a su trabajo académico y que con frecuencia sentían falta de motivación y deseos de abandonar la carrera. Además, se preguntaban constantemente si su trabajo académico tenía algún significado. Esta situación,

como es fácil de deducir, bajo ninguna circunstancia era sana, ya que comenzaban a exhibir los efectos del síndrome de burnout, por lo que corrían el riesgo de sufrir efectos más graves en el mediano y largo plazo, lo que podía influir directamente en su deserción.

En cuanto a las asociaciones entre las variables y las áreas del instrumento, se encontró que trabajar o haber trabajado estaba asociado significativamente con el agotamiento ($r = 0.3$; $p < 0.03$); así, de acuerdo con los resultados, los alumnos que estudian y trabajan tienen mayor riesgo de sufrir agotamiento emocional. Una correlación similar aparece entre los primeros semestres y las áreas de agotamiento ($r = 0.88$; $p < 0.003$) y de cinismo ($r = 0.2$; $p < 0.0001$), lo que indica que para estos participantes el inicio de la carrera los agobiaba, indicando que muchas veces sentían que la carrera no cumplía con sus expectativas. También se encontró una relación significativa entre ser económicamente independiente y el área del cinismo ($r = 0.41$; $p < 0.05$).

Otras correlaciones encontradas fueron que el sexo femenino se asociaba significativamente con el agotamiento ($r = 0.1$; $p < 0.0001$), la inadecuación ($r = 0.23$; $p < 0.001$) y los puntajes de burnout general ($r = 0.3$; $p < 0.0001$), por lo que –a pesar de que la fuerza de las correlaciones fue baja– hay indicios de que este problema puede afectar más a las mujeres.

De igual forma, en cuanto al área de estudio de los participantes, se encontraron asociaciones significativas con el nivel de agotamiento ($r = 0.4$; $p < 0.0001$), el nivel de cinismo ($r = 0.1$; $p < 0.006$) y el nivel de burnout general ($r = 0.1$; $p < 0.05$) en el área de ciencias biológicas y de la salud.

Tras efectuar el análisis para comparar las áreas respecto a algunas variables, se encontraron diferencias significati-

vas en las áreas de agotamiento ($t = 1.97$; $gl = 2667$; $p < 0.05$), cinismo ($t = 2.107$; $gl = 2667$; $p < 0.04$) e inadecuación ($t = 3.321$; $gl = 2667$; $p < 0.001$), ello en relación a la variable tener hermanos; las personas que reportaron tener al menos un hermano o ser económicamente independientes alcanzaron medias mayores, de forma similar a aquellos que tuvieron medias mayores en los niveles de inadecuación ($t = -2.141$; $gl = 2666$; $p < 0.03$) y burnout general ($t = -2.044$; $gl = 2666$; $p < 0.04$), en comparación con aquellos que reportaron no tenerlo.

En lo que respecta a la ocurrencia del síndrome, según el lugar de residencia, no se hallaron diferencias significativas en ninguna de las áreas del instrumento, por lo que el síndrome aparece de forma indistinta sin importar la procedencia de los estudiantes.

En cuanto a la comparación entre los grupos se hallaron diferencias significativas respecto al sexo en las escalas de agotamiento ($t = -5.159$; $gl = 2644$; $p < 0.001$), inadecuación ($t = -3.71$; $gl = 2644$; $p < 0.001$) y burnout general ($t = -4.129$; $gl = 2644$; $p < 0.001$), identificándose que son las personas de género femenino quienes alcanzaron medias más altas en estas escalas, en tanto que las diferencias no fueron estadísticamente significativas en la escala de cinismo ($t = -1.288$; $gl = 2644$; $p > 0.05$).

En lo referente al estado civil de los padres, se hallaron diferencias significativas entre las personas casadas y las separadas en los puntajes de agotamiento ($t = -2.909$; $gl = 1831$; $p < 0.01$), inadecuación ($t = -2.136$; $gl = 1831$; $p < 0.05$) y puntaje general de burnout ($t = -2.644$; $gl = 1831$; $p < 0.01$), y en cuanto al nivel de estudios de la madre hubo diferencias significativas entre los niveles de secundaria y licenciatura en los puntajes de agotamiento ($t = -2.780$, 1201; $gl = 2644$;

$p < 0.01$) y burnout general ($t = -2.208$; $gl = 12012$; $p < 0.05$).

A su vez, emergieron diferencias significativas entre las áreas de estudio en

algunas áreas del instrumento ($F = 15.6$; $p < 0.001$), como se pueden observar en la siguiente tabla.

Tabla 2. Diferencias significativas en torno a las áreas del instrumento y las áreas de estudio de los participantes.

Variable dependiente	Área (I)	Área (J)	Diferencia (I-J)	Error típico	Sig.	I.C. a 95%	
						Límite inferior	Límite superior
Agotamiento	FM	CBYS	-.847	.279	.0130	-1.56	-.13
		HA	-1.342	.335	.0001	-2.20	-.48
	CBYS	CS	1.045	.197	.0001	.54	1.55
	CS	HA	-1.539	.270	.0001	.84	2.23
Inadecuación	CBYS	CC	.401	.123	.0060	.09	.72
Burnout general	FM	CBYS	-1.517	.583	.0460	-3.02	-.02
	CBYS	CS	1.661	.412	.0001	-2.72	-.60

Nota: FM: Físico-Matemáticas, CBYS: Ciencias Biológicas y de la Salud, CS: Ciencias Sociales, HA: Humanidades y Artes.

A este respecto, se puede considerar que hubo diferencias significativas en burnout general entre las áreas de físico-matemáticas y ciencias biológicas y de la salud, y diferencias entre esta última y la de ciencias sociales; en ambas circunstancias los estudiantes exhibieron medias más altas.

DISCUSIÓN

Hasta hace algún tiempo, el síndrome de burnout se asociaba exclusivamente a los trabajadores asalariados de diferentes centros laborales; sin embargo, estudios recientes indican que los estudiantes universitarios viven situaciones similares, ya que en su vida cotidiana están sometidos a situaciones generadoras de estrés, como largas jornadas de estudio, entrega de proyectos que les requieren mucha energía y esfuerzo, así como también relaciones conflictivas con compañeros y profesores (Caballero et al., 2015), por lo que es relevante analizar esa problemática en este tipo de muestra.

Como ya se ha afirmado, el síndrome de burnout académico incide de manera directa en el rendimiento escolar y en la calidad de vida en general (Rosales y Rosales, 2013), por lo que la investigación en este ámbito conduce a plantear posibles soluciones a los problemas prácticos de la vida de los estudiantes (De Rosa, Parrello y Sommantico, 2017; Sommantico, De Rosa y Parrello, 2017) ya que, si no se actúa a tiempo se corre el riesgo de desarrollar, a mediano y largo plazo, problemas relacionados con el referido síndrome.

A partir de los resultados es posible afirmar que el referido síndrome es prevalente, situación que parece alarmante, ya que aparecen en la mayor parte de la muestra puntajes medios y altos de agotamiento, cinismo e inadecuación, lo que se traduce en la sensación de encontrarse exhausto y asumirse como incompetente en su área de estudio, así como en un distanciamiento del significado y utilidad de sus estudios. Tales datos son similares a los publicados por Shaufeli et al. (2002).

Los niveles anteriores llevan a los alumnos a tener dificultades para dormir, falta de motivación y problemas en el área socioafectiva, ya que se obsesionan con el trabajo académico que deben llevar a cabo durante su tiempo libre, lo que dificulta sus relaciones personales y a su vez reduce su calidad de vida y sus apoyos sociales.

Al analizar las correlaciones con las variables sociodemográficas se encontraron dos indicadores: el primero en la relación entre una actividad remunerada y el agotamiento emocional, y el segundo entre ser económicamente independiente y altos puntajes de cinismo, datos que concuerdan con lo reportado por Carlotto et al. (2005).

Es decir, los estudiantes que trabajan están en mayor riesgo de padecer agotamiento físico y emocional en virtud de que el cansancio percibido puede generar la sensación de agotamiento y de no poder continuar con los estudios. Respecto a la segunda correlación, se piensa que la independencia económica puede influir en la percepción de la importancia que tiene realizar estudios universitarios, ello en dos vertientes: una de ellas negativa si el alumno experimenta que no es necesario obtener el título de licenciatura para tener un trabajo y ser independiente; y la otra positiva porque los estudiantes que ya están en un mercado laboral saben que podrían aumentar sus percepciones al certificar un nivel superior de estudios.

Se encontró también una asociación negativa entre el semestre cursado y los puntajes de agotamiento y cinismo; los jóvenes de los primeros semestres de formación pueden sentirse preocupados y agobiados por sus estudios, lo que se deriva probablemente de un desencuentro entre las expectativas que tenían de los estudios universitarios y la realidad en las aulas de clase, generadas quizá por el desconocimiento del plan y sus contenidos, objeto de estudio de la carrera,

materias, horarios y formas de evaluar. Otro posible factor puede ser la experiencia, pues estos jóvenes estudiantes aún no han desarrollado estrategias eficaces para afrontar los efectos que genera el estrés en el ámbito universitario, datos que se oponen a lo reportado por Manzano (2002), quien afirma que son los estudiantes de los últimos semestres quienes presentan mayores niveles de agotamiento y cinismo. De lo anterior se desprende que, al menos para esta muestra, la experiencia obtenida al progresar en el plan de estudios puede significar un factor de protección.

Por otra parte, se observó que este síndrome se asocia más a las mujeres en cuanto que son quienes sufren los mayores niveles de agotamiento, inadecuación y burnout total, lo que difiere de lo expresado por Tomaschewski et al. (2014), quienes reportaron no haber encontrado diferencias significativas en torno a esta variable. En este sentido, las diferencias probablemente se pueden atribuir a los esfuerzos por la perfección y por buscar estar entre “las mejores”, afirmando que para ser reconocidas tienen que ser mejores que los varones, lo que puede llevarlas a padecer mayores niveles de estrés y con ello, altos niveles de burnout.

Otra asociación fue la encontrada entre el área de estudio y los altos puntajes en agotamiento, cinismo y burnout total, donde las ciencias biológicas y de la salud están relacionadas significativamente, estos datos van en línea con lo hallado por algunos autores, quienes reportan que los estudiantes de la carrera de enfermería manifiestan altos niveles de burnout (Tomaschewski et al., 2014), al igual que los estudiantes de otras carreras en esta área de estudio (Barcera et al., 2016; Bezerra y De Oliveira, 2014).

Respecto a las diferencias entre los grupos analizados, los estudiantes del área de las humanidades y las artes exhiben niveles más altos de agotamiento y bur-

nout total, en comparación con los estudiantes de las áreas físico-matemáticas y ciencias sociales, en tanto que no se hallaron diferencias significativas con el área de las ciencias biológicas y de salud. De lo anterior se puede concluir que el síndrome aparece de forma similar en ambas áreas.

Hablando del área de humanidades y artes, se pudieron detectar circunstancias propias a esa área de conocimientos; los jóvenes refieren que, además de las presiones normales de la carrera, muchas veces deben encarar la presión social, el rechazo o el escaso apoyo familiar por haber elegido una de las profesiones que están desprestigiadas porque hay una representación social que afirma que son carreras inútiles, sin posibilidades de trabajo y con ingresos muy bajos; o bien hay la creencia de que las personas que se dedican a las artes tienen valores exigüos para sobresalir. Tales estudiantes reportan además que existe una competencia muy acendrada entre ellos para ser los mejores, tanto en técnica como en creatividad, y que su ideal es ser considerados como “verdaderos artistas”.

Otro aspecto importante es que los estudiantes que tenían al menos un hermano mostraron niveles más elevados de agotamiento, inadecuación y cinismo, lo que puede indicar que experimentan más estrés derivado de la presión ejercida por sus familias en relación a ser ejemplos para sus hermanos menores o superar los logros de los mayores. Otra posible explicación son los recursos económicos de que dispone la familia, ya que al dividirlos entre varios hermanos la cantidad es menor, lo que puede aumentar la preocupación por hacer rendir los recursos o aprovecharlos lo mejor posible, aspecto que abre nuevas líneas de investigación en esta área.

Por otro lado, se esperaba encontrar diferencias en torno al lugar de pro-

cedencia de los estudiantes, las que no se observaron; por lo tanto, es posible asumir que el fenómeno se presenta homogéneamente, sin importar el lugar de residencia.

Otro dato importante es que el síndrome surge de forma diferenciada según el estado civil de los padres; esto es, se observó de forma sistemática que aquellos estudiantes cuyos padres estaban casados y vivían con ellos mostraban menores puntajes de burnout, probablemente derivado del apoyo por parte de la familia; es decir, la familia representa un factor de protección.

De forma similar, los puntajes de agotamiento y burnout general fueron menores en aquellos estudiantes cuya madre tenía mayor grado de estudios; es decir, el nivel de estudios de la madre influye en el riesgo de desarrollar el síndrome, lo que puede atribuirse a la comprensión y el apoyo que brinda un progenitor que ha experimentado situaciones propias del estudiante universitario y puede brindar consejos, ofrecer alternativas y apoyo para resolver los problemas.

A pesar de los resultados del presente estudio, se considera necesario continuar investigando los factores y las variables de protección y de riesgo implicados en el desarrollo del burnout académico para describir y analizar detenidamente el fenómeno.

Por último, se recomienda difundir información sobre este problema dados los niveles del síndrome encontrados en la presente investigación, además de desarrollar programas de sensibilización y diseñar planes de prevención, intervención y tratamiento para el personal docente y administrativo de la institución, cuyo fin debe ser plantear soluciones que satisfagan las necesidades aquí analizadas. También es necesario intervenir de forma inmediata con aquellos estudiantes que muestran grados medios y elevados en

las diversas áreas del instrumento utilizado, a través de programas de solución de problemas, habilidades de comunica-

ción, asertividad, relajación y reestructuración cognitiva.

REFERENCIAS

- Balsera, M., Chavasco, G., López, R., Pérez, A., Sánchez, M. y Villena, C. (2016). Estudio del Burnout en estudiantes de la Universidad de Granada. Influencia moduladora de variables de inteligencia emocional y clasificación por cursos. *ReiDoCrea*, 5(2), 27-32.
- Bezerra de S., Gianasi, L. y De Oliveira, D. (2014). Síndrome de agotamiento laboral (burnout) y sus representaciones entre profesionales de la salud. *Estudios e Investigación en Psicología*, 14(3), 756-772.
- Bittar, M. (2008). *Investigación sobre bournout y estilos de personalidad en estudiantes universitarios*. Tesis de grado. Chía (Colombia): Universidad de la Sabana.
- Boada G., J., Merino T., E., Sánchez G., J.C., Prizmic K., A.J. y Vigil C., A. (2015). Adaptation and psychometric properties of the SBI-U scale for academic burnout in university students. *Anales de Psicología*, 31(1), 290-297.
- Caballero, C. (2012). *El burnout académico: prevalencia y factores asociados en estudiantes universitarios del área de la salud de la ciudad de Barranquilla*. Disertación doctoral. Barranquilla (Colombia): Universidad del Norte.
- Caballero, C., Abello, L., Raymundo L. y Palacios, S. (2007). Relationship between burnout, academic performance, and satisfaction concerning study, in college students. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 25(2), 98-111.
- Caballero, C., Bresó, E. y González, G. (2015). Burnout en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, 32(3), 424-441.
- Caballero, C., Hederich, C. y Palacio, J. (2010). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(1), 131-146.
- Carlotto, M., Gonçalves C., S. y Brazil B., Á. (2005). Predictores del síndrome de burnout en estudiantes de un curso técnico de enfermería. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 1(2), 195-204.
- De la Rosa, G., Chang, S., Delgado, L., Oliveros, L., Murillo, D., Ortiz, R., Vela, G. y Yhuri, N. (2015). Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de Medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas. *Gaceta Médica de México*, 151(4), 443-449.
- De Rosa, B., Parrello, S. y Sommantico, M. (2017). Ranimer l'espoir. L'intervention psycho-éducative de Maestri di Strada. *Connexions*, 107(1), 181-195. doi: 10.3917/cnx.107.0181.
- Duric, E. y Duric, S. (2014). Análisis entre burnout, logro académico y autorregulación. *Revista Adeam*, 14(4), 1274-1284.
- Feitosa S., K., Sousa L., A., Alves F., S., Gomes de C., P. y Mendes de A., L. (2016). Síndrome de agotamiento laboral (burnout) y sus representaciones entre profesionales de la salud. *Investigación en Enfermería*, 18(2), 137-152.

- Fiorilli, C., Galimberti, V., De Stasio, S., Di Chiacchio, C. y Albanese, O. (2014). L'utilizzazione dello School Burnout Inventory (SBI) con studenti italiani di scuola superiore di primo e secondo grado. *Psicologia dello Sviluppo*, 18(3), 403-424.
- Freudenberger, H.J. (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.
- Herrera, L., Mohamed, L. y Cepero, S. (2016). Cansancio emocional en estudiantes universitarios. *Revista de Educação e Humanidades*, 9, 173-191.
- Krokter, T., Cebasek-Travnik, Z. y Zaletel-Kragelj, L. (2004). Role of stress in burnout among students of medicine and dentistry: a study in Ljubljana, Slovenia. *Faculty of Medicine. Collegium Antropologicum*, 38(3). Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pub-med/25420369>.
- Manzano, G. (2002). Burnout y engagement en un colectivo profesional de estudiantes universitarios. *Boletín de Psicología*, 74(4), 79-102.
- Martínez, I.M. y Marques P., A. (2005). Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas. *Aletheia*, 21, 21-30.
- Martínez, I.M., Marques P., A., Salanova, M. y Lopes da S., A. (2002). Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal. Un estudio croscultural. *Ansiedad y Estrés*, 8, 13-23.
- Oliva. E., Andrade, S., Rodríguez, A., Vieira, E. y Matos, T. (2012). Burnout syndrome and associated factors among medical students: a cross-sectional study. *Clinics*, 67(6), 573-579.
- Palacio S., J., Caballero D., C., González G., O., Gravini G., M. y Contreras S., K. (2012). Relación del burnout y las estrategias de afrontamiento con el promedio académico en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 11(2), 535-544.
- Rahamati, Z. (2015). El estudio de burnout académico en estudiantes con alto y bajo nivel de autosuficiencia. *Revista Procedia*, 1(171), 49-55.
- Rosales, Y. y Rosales, F. (2013). Burnout estudiantil universitario: conceptualización y estudio. *Salud Mental*, 36(4), 10-22.
- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Leskinen, E. y Nurmi, J. E. (2009). School-Burnout Inventory (SBI) – Reliability and validity. *European Journal of Psychological Assessment*, 25, 48-57.
- Schaufeli, W., Salanova, M., González-Roma, V. y Bakker, A. (2002). The measurement of burnout and engagement: A confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies*, 3, 71-92.
- Shaughnessy, J., Zechmeister, E. y Shaughnessy, J. (2007). *Métodos de investigación en Psicología* (7ª ed.). México: McGraw-Hill.
- Sommantico, M., De Rosa, B. y Parrello, S. (2017). Counselling university students: a psychoanalytic approach of the single case report. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 5(1). doi: 10.6092/2282-1619/2017.5.1354.
- Tomaschewski, J., Lerch, V., Lunardi, G., Devos, E., Silveira, R. y Vidal, D. (2014). Síndrome de burnout en alumnos de enfermería de una universidad pública. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 22(6), 934-941.