

Síndrome de Burnout de Estudiantes de Nivel Superior

Claudia Rodríguez García, Ma. de Lourdes Vargas Santillán, y Nidia Guadalupe Hernández Yáñez

Centro Universitario Zumpango
Universidad Autónoma del Estado de México
Zumpango de Ocampo, Edo. de México; México
[crodriguezg, mlvargass, nghernandezy] @uaemex.mx

Abstract— Student Burnout refers to negative attitudes, which is related to academic training, manifested with effects of exhaustion, cynical attitude or detachment to studies and a response of academic dissatisfaction. Objective: To evaluate the presence of Burnout Syndrome in higher education students. Methodology: it is a descriptive, quantitative, cross-sectional, and prospective research, a stratified sampling, the sample of 475 students of the 11 undergraduate and engineering degrees of the University Center, the Maslach Burnout Inventory for Students scale instrument was used. Conclusion: presence of this burnout syndrome in the areas of health and engineering, which coincides with other studies.

Keyword— *Burnout syndrome, Higher Level, Students.*

Resumen— Burnout estudiantil se refiere a las actitudes negativas, que está relacionada con la formación académica, manifestada con efectos de agotamiento, actitud cínica o desapego a los estudios y una respuesta de insatisfacción académica. Objetivo: Evaluar presencia de Síndrome de Burnout en estudiantes de nivel superior. Metodología; es una investigación descriptiva, cuantitativa, transversal y prospectivo, con un muestreo estratificado, la muestra de 464 alumnos de las 11 licenciaturas e ingenierías del Centro Universitario, se utilizó el instrumento de la escala Maslach Burnout Inventory para Estudiantes. Resultado: presencia de burnout con nivel alto del 19% la licenciatura en Enfermería, 15% Ingeniería en Computación. Conclusión: presencia del síndrome de burnout en las áreas de la salud e ingeniería lo cual coincide con otros estudios.

Palabras claves— *Síndrome Burnout, Nivel superior, Estudiantes.*

I. INTRODUCCIÓN

En 1974, fue utilizado el concepto de burnout por primera vez por el psiquiatra Herbert Freudenberger (Rosales & Rosales, 2013) pero, en el año 2000 la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce como una enfermedad de riesgo laboral al síndrome de Burnout (SB) o igualmente conocido como síndrome de sobrecarga emocional, desgaste profesional, síndrome de fatiga en el trabajo y/o síndrome del estar quemado, por lo cual, lo considera como un factor de riesgo laboral ya que puede repercutir en la calidad de vida, problemas de salud mental e incluso puede estar en peligro la vida de los trabajadores que la padecen (Morales & Hidalgo, 2015) (Pietarinen J et al., 2013). Así mismo, Maslach y Jackson, especialistas americanas en Psicología de la Salud, mencionan de manera puntual al Síndrome de Burnout (SB) como el afrontamiento del estrés crónico, manifestando el agotamiento emocional, la despersonalización y la limitación en el desempeño personal, han definido el Burnout como un síndrome de estrés crónico de aquellas profesiones que proporcionan un servicio que se caracteriza por brindar una atención intensa y prolongada con personas que están en una situación de necesidad o de dependencia (Quintanilla, 2022) (Maslach & Leiter, 2005), sin embargo, en las fases avanzadas del estrés profesional o cuando se refleja un desequilibrio en los intereses en el campo profesional se le considera como “quemarse por el trabajo, estar quemado o desgaste profesional”, estos factores se acentúan en profesionales de la salud o que atienden a otra persona que requieren atención o son vulnerables o con alto grado de dependencia (Rodríguez García et al., 2009).

Gil-Monte define el Síndrome de Burnout como: “una respuesta al estrés laboral crónico integrado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional, así como, la ausencia de expresión emocional y falta de interés de manifestar o demostrar sus sentimientos en su entorno, el incumplimiento laboral o desinterés por encontrarse agotado”. (Gil-monte et al., 2005) Sin embargo, estas definiciones se relacionan con una respuesta inadecuada en el manejo al estrés crónico en el entorno laboral, que se manifiesta como detonante de este padecimiento o síndrome, en consecuencia, se pensaría que solo se desarrolla este Síndrome en profesionales con varios años de servicio o en la atención de personas vulnerables, de igual modo, la literatura menciona, que también se presenta el síndrome estudiantil o síndrome académico (Alonso et al., 2017).

La prevalencia del síndrome académico principalmente es originado en estudiantes de instituciones de nivel superior, por las condiciones académicas, de personalidad, familiares y socio-económicas que manifiestan los estudiantes durante su formación académica, el cual les genera estrés por estar próximos a postularse al mercado laboral, hay numerosos estudios en Latinoamérica que demuestran esta problemática, que se presenta en la educación superior, la cual afecta la calidad de vida y que trae consigo la presencia de enfermedades principalmente de salud mental hasta llegar al suicidio (Rosales & Rosales, 2013)(Loayza-Castro et al., 2016). Es importante mencionar que no se ha estudiado este síndrome en nivel básico y medio superior.

El burnout académico se define como una actitud emocional negativa, constantemente, está relacionada con la vida académica de los estudiantes, manifestada con efectos de agotamiento, actitud cínica o desapego con el significado e importancia de los estudios, y una respuesta de insatisfacción académica como estudiante (Guzmán et al., 2020). Es importante destacar que las instituciones educativas principalmente a nivel superior y en especial las relacionadas a las ciencias biológicas, de la salud e ingenierías pueden tener alta exigencia en su plan de estudios por la carga de las unidades de aprendizaje, horarios, prácticas fuera de la institución educativa (hospitales, empresas etc.), así como la forma que son evaluados los estudiantes, aunado a esto, los problemas del estudiante como son; familiares, económicos e incluso, los propios de cada estudiante de su personalidad, todo esto generando estrés, por lo antes mencionado se podría considerar factores que influyen en el desarrollo de este síndrome (Loayza-Castro et al., 2016). Aunque hay autores que mencionan que el síndrome de burnout es exclusivo de trabajadores que se dedican a la atención de otras personas (Pérez et al., 2012) (Puertas- Neyra et al., 2020), se ha encontrado la presencia del síndrome de burnout en estudiantes, que afecta el rendimiento académico y la calidad de vida.

El estrés puede tener efectos positivos y negativos para los estudiantes, sin embargo, el Síndrome de Burnout siempre es negativo afectando la calidad de vida, cabe mencionar que dentro de los efectos del síndrome de burnout académico son sentimientos de abandono, frustración, desesperanza, pérdida, incredulidad, irritabilidad, decepción, pérdida de la autoestima, apatía, desorganización, ausentismo, abandono de los estudios y en ocasiones consumo de cafeína, alcohol, tabaco, drogas, así como el aislamiento con su entorno. Cuando el Burnout es severo se manifiesta con problemas biológicos fisiológicos (sistema nervioso e inmune) con alteraciones psicofisiológicas manifestadas por cefaleas, daños cardiovasculares, digestivos, trastornos alimentarios y sexuales, como también, otras alteraciones en la salud física son: osteomusculares en especialmente dorsales, psicósomáticas, disminución del apetito, alteraciones del peso corporal, dificultades sexuales, insomnio y fatiga crónica. (Osorio Guzmán Maricela et al., 2020) (Rosales & Rosales, 2013) (Loayza-Castro et al., 2016) por consiguiente, este síndrome es un problema social y multifactorial. Por lo que nace el interés de investigar a los estudiantes del Centro Universitario de las diferentes licenciaturas para evaluar la presencia del síndrome de Burnout estudiantil. **Objetivo.** - Evaluar la diferencia en las áreas del conocimiento y presencia de Síndrome de Burnout en estudiantes del Centro Universitario UAEM Zumpango en el Estado de México.

II. METODOLOGÍA

Se llevó a cabo una Investigación descriptiva, con enfoque cuantitativo, el tipo de estudio de corte fue transversal y prospectivo, la muestra fue conformada de 464 alumnos de 11 licenciaturas e ingenierías del Centro Universitario UAEM Zumpango, con un muestreo probabilístico con técnica estratificada, los estratos fueron formados por las licenciaturas e ingenierías en donde se estableció el tamaño de la muestra tomando en cuenta el 20% de la población a estudiar, la unidad de análisis son estudiantes de las 11 licenciaturas e ingenierías, se tomaron en cuenta criterios de inclusión y exclusión.

Tabla 1. Licenciaturas e ingenierías del Centro Universitario

Licenciatura e Ingenierías	Matricula	Muestra
Ingeniero agrónomo en producción	166	33
Licenciado en administración	146	32
Licenciado en Ciencias políticas y AP	123	24
Ingeniería en Computación	275	55
Licenciado en Contaduría	147	29
Licenciado en Derecho	368	73
Licenciado en Diseño Industrial	171	34
Licenciado en Enfermería	292	58
Licenciado en Psicología	345	69
Licenciado en Sociología	127	25
Licenciado en Turismo	160	32
Total	2320	464

Se utilizó el instrumento de la escala Maslach Burnout Inventory para Estudiantes, ya que, diferentes estudios evidencian la prevalencia de este síndrome, se ha demostrado que puede manifestarse desde la educación superior la cual afecta la calidad de vida y el desempeño estudiantil, y posteriormente en la vida laboral de las personas que lo presentan, el instrumento está constituido por 22 ítems que presentan descripciones de conductas, pensamientos y afectos ante los cuales el sujeto debe responder según la frecuencia con que los ha experimentado. Para esto debe usar una escala en formato Likert de seis alternativas (0= Nunca; 1 = Pocas veces al año o menos; 2 = Una vez al mes o menos; 3 = Unas pocas veces al mes; 4 = Una vez a la semana; 5 = Pocas veces a la semana; 6 = Todos los días). Cuando los resultado presentan un mayor puntaje, indica niveles superiores de Burnout, se debe recodificar ocho ítems inversos (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19 y 21). Los 22 ítems se agrupan en tres subescalas, consistentes con el modelo teórico trifactorial de Maslach: agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal (Cristhian Pérez et al., 2012) (Olivares Faundez, 2017) (Pietarinen J et al., 2013). Además, se anexó un cuestionario de datos sociodemográficos en el que los sujetos se indaga su edad, sexo, carrera actual, promedio general, estado civil, si tienen hijos y cuántos, ya que estos datos sociodemográficos dan a conocer las condiciones que enfrentan los alumnos en su vida cotidiana fuera de la escuela, factores que podrían influir para que el alumno desarrolle el síndrome de Burnot. Por último, se elaboró la base de datos en el programa SPSS versión 19, para llevar a cabo la estadística, y así poder llegar a los resultados y a las conclusiones de esta investigación.

III. RESULTADOS

De acuerdo con los datos sociodemográficos de los estudiantes de las licenciaturas e ingenierías del Centro Universitario, se obtuvo; la edad mínima de 18 y máxima de 43 años, con una media de 22 años, el género 60% mujeres, en cuanto al estado civil el 92% solteros y resto con pareja. Tiempo de traslado de su residencia al centro universitario con el 20% Menos de 30 minutos, 48% de 30 minutos a una hora,

30% de una hora a dos horas y el resto más de dos horas, el 82% usa el transporte público y 10% transporte privado y el resto se trasladan caminado para llegar a la institución.

En relación con la aplicación de la escala Maslach Burnout Inventory para estudiantes, se clasificó por niveles según la puntuación obtenida en cada instrumento; a) nivel alto, b) nivel medio y c) nivel bajo, para identificar la presencia de este síndrome en los estudiantes en las licenciaturas e ingenierías del Centro Universitario UAEM Zumpango, se puede observar en el Gráfico No.1. Niveles de síndrome de Burnout en las diferentes licenciaturas e ingenierías, los resultados obtenidos; en el nivel alto, predominó con el 19% Licenciatura en Enfermería, 15% Ingeniería en Computación, 14% Licenciatura en Diseño Industrial. En cuanto el nivel medio predominó; con el 19% Licenciatura en Derecho, 17% Licenciatura en Psicología y por último el nivel bajo con el 14% Licenciatura en Turismo, y con 12% Ingeniería en Agronomía.

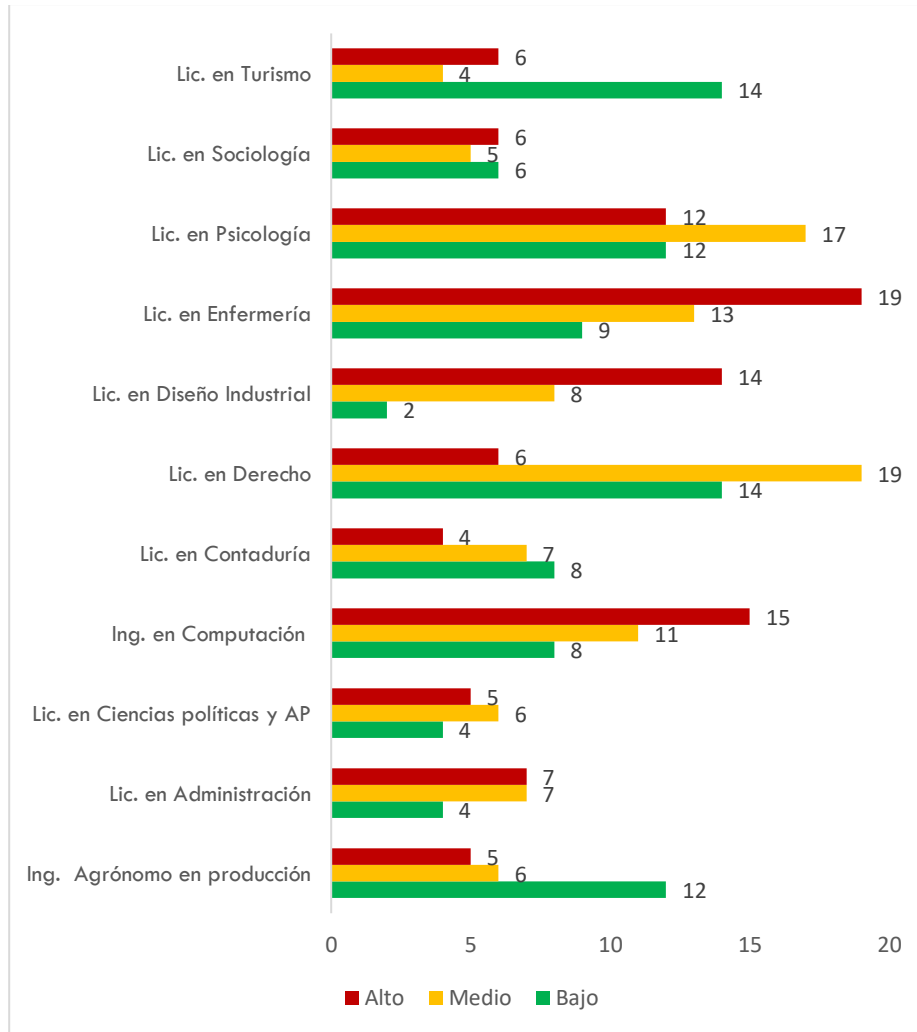


Gráfico No.1. Niveles de Síndrome de Burnout en las diferentes licenciaturas e ingenierías

Al relacionar la presencia del síndrome de burnout con otros factores a los cuales se enfrenta los estudiantes, el síndrome de burnout nivel alto con un 55% en los hombres, el 30% en el primer semestre y 30% en el último semestre, el 87% el transporte público. Cabe destacar por los resultados arrojados se confirma la presencia del síndrome de Burnout en los estudiantes del centro universitario que pueden repercutir en el aprovechamiento académico y en su calidad de vida.

IV. CONCLUSIONES

Es importante destacar que el síndrome de Burnout estudiantil se considera un tema poco investigado a nivel superior y nulo en nivel básico y medio superior, por lo cual, en este proyecto de investigación se pretendió identificar la existencia de este síndrome en las diferentes licenciaturas e ingenierías del centro universitario y si existía diferencia de las áreas del conocimiento como son las biológicas y de salud, físico matemático y sociales, se deduce en este estudio el síndrome de burnout se presenta principalmente en el área de la salud e ingenierías, con nivel alto en la licenciatura en Enfermería e ingeniería en computación.

Lo cual es preocupante que siendo estudiantes aun no incorporados en el mercado laboral, ya presenten este síndrome, que tiene una serie de efectos emocionales negativos, los cuales son relacionados con la vida académica de los estudiantes, manifestándose principalmente por el agotamiento, por la presencia de una actitud cínica o con desapego de la importancia de los estudios, insatisfacción académica, agravándose con alteraciones fisiológicas, psicológicas, cardiovasculares, digestivos y sexuales; así como otros efectos como la disminución del apetito, alteraciones del peso corporal, insomnio, fatiga crónica, por último y de manera alarmante, hay un aumento de suicidios en los estudiantes, no se podría confirmar que es por la presencia de este síndrome pero queda la interrogante, para futuras investigaciones.

En el área del conocimiento de las ciencias sociales se presentó con un nivel bajo de este síndrome en las licenciaturas de sociología, derecho e ingeniería en producción, ya que la exigencia académica (unidades de aprendizaje, horarios) es menor y presentan mayor flexibilidad. Otro aspecto que destacar es al relacionar los factores con el síndrome de burnout en nivel alto es en el género masculino, cuando los alumnos inician o concluyen la carrera, así como el traslado en transporte público.

V. DISCUSIÓN

De acuerdo con el objetivo principal de evaluar presencia de Síndrome de Burnout en estudiantes del Centro Universitario, los resultados obtenidos en este estudio, destacó que existe el síndrome de burnout con nivel alto en las licenciaturas e ingenierías, lo cual coincide con los autores Ailed Marengo Escuderos, Yuly Suárez Colorado, en su estudio de *Burnout académico y síntomas relacionados con problemas de salud mental*, donde mencionan la identificación de la existencia de diferencias significativas en las manifestaciones de síntomas de salud mental, en relación con la severidad del burnout en los estudiantes, desde su configuración tridimensional: el agotamiento, cinismo e ineficacia, se asociaron a las problemáticas de salud mental, depresión, ansiedad, hostilidad, ansiedad fóbica, ideas paranoicas y psicosis (Marengo Escuderos et al., 2017).

En diferentes estudios se afirma que los estudiantes que presentan un mayor nivel de burnout son aquellos que cursan profesiones en las áreas de las ciencias biológicas y de la salud o ciencias matemáticas y psicosociales, ya que su principal función es atender a otros individuos, personas vulnerables o que brindan el cuidado de la salud, lo cual podría generar altos niveles de estrés (Morales & Hidalgo, 2015) (Olivares Faundez, 2017), por lo cual, se demostró en este estudio, que de las 11 licenciaturas e ingenierías del Centro Universitario se presentó mayor porcentaje del burnout con nivel alto en la licenciatura de enfermería que se dedica a brindar el cuidado de la salud a persona sanas o enfermas en todas las etapas de la vida en los tres niveles de atención, pero también se presentó con alto nivel este síndrome en los estudiantes de ingeniería en computación que se podría relacionar por el contenido y complejidad de las unidades de aprendizaje, se ve reflejado con la deserción, reprobación y bajo índice de egreso. Cabe destacar que en las áreas del conocimiento de las ciencias sociales en esta muestra predominó en el nivel bajo de burnout en las licenciaturas en sociología, ciencias políticas, administración pública, contaduría y administración.

Por otra parte, se demostró en este estudio que los factores que podrían relacionarse con el síndrome de burnout, como el traslado por medio de transporte público y cuando los alumnos inician o terminan la licenciatura o ingeniería, así como el género con mayor resultados en hombres, en cambio, otros autores mencionan que este síndrome afecta mayormente a las mujeres (Rosales & Rosales, 2013).

Por último, es importante destacar que el síndrome de burnout no sólo se presenta en personas que tienen un desgaste laboral o quienes se encuentran quemados por el trabajo por brindar algún servicio o cuidado de la salud, sino que también afecta a los estudiantes, la gravedad del problema se acentúa dependiendo de la carrera que se estudie o en el nivel de estudios en que se encuentren, es relevante ya que la calidad de vida que llevan es afectada por el síndrome, donde destaca mayormente en el ámbito de la salud física, psicológica y mental.

BIBLIOGRAFÍA

- Alonso, J. D., Castedo, A. L., & Vaqueiro., E. I. (2017). Prevalencia del síndrome de burnout en personal de centros de menores: Diferencias según su contexto sociolaboral. *Acta Colombiana de Psicología*, 20(2), 138–147. <https://doi.org/10.14718/ACP.2017.20.2.7>
- Ferrel, F., Ferrel, L., Cantillo, A., Jaramillo, J., & Jimenez, S. (2017). Variables académicas y sociodemográficas relacionadas con el Síndrome de Burnout, en estudiantes de Ingenierías y Ciencias de la Salud de una universidad estatal de Colombia. *Psicogente*, 20(38), 336–352. <http://www.scielo.org.co/pdf/psico/v20n38/0124-0137-psico-20-38-00336.pdf>
- Gil-Monte, P. R., & Peiró, J. M. (2005). *El Síndrome de quemarse por el trabajo (Burnout)*. 151, 3879–3882.
- Guzmán, M. O., Parrello, S., & Romero, C. P. (2020). (G) Burnout Académico En Una Muestra de Estudiantes Universitarios Mexicanos. *Enseñanza e Investigación En Psicología*, 2(1), 27–37. <https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/86/67>
- Loayza-Castro, J. A., Correa-López, L. E., Cabello-Vela, C. S., Huamán-García, M. O., Cedillo-Ramírez, L., Vela- Ruiz, J. M., Pérez-Acuña, L. M., Gonzales-Menéndez, M. J. M., & De La Cruz-Vargas, J. A. (2016). Síndrome De Burnout En Estudiantes Universitarios: Tendencias Actuales. *Revista de La Facultad de Medicina Humana*, 16(1), 31–36. <https://doi.org/10.25176/rfmh.v16.n1.333>
- Marengo Escuderos, A., Suárez Colorado, Y., & Palacio Sañudo, J. (2017). Burnout académico y síntomas relacionados con problemas de salud mental en universitarios colombianos. *Psychologia*, 11(2), 45–55. <https://doi.org/10.21500/19002386.2926>
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2005). Reversing burnout: How to rekindle your passion for your work. *STANFORD SOCIAL INNOVATION REVIEW*, 38(4), 43–49. <https://doi.org/10.1109/EMR.2010.5645760>
- Morales, L. S., & Hidalgo, L. F. (2015). Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(2), 291–295. <https://doi.org/10.1111/j.1744-7348.1982.tb00824.x>
- Olivares Faundez, V. (2017). Comprendiendo el burnout, Ciencia y trabajo. *Ciencia y Trabajo*, 58, 59–63.
- Pérez, C., Parra, P., Fasce, E., Ortiz, L., Bastías, N., & Bustamante., C. (2012). Estructura factorial y confiabilidad del inventario de burnout de maslach en universitarios chilenos. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 21(3), 255–263.

- Pietarinen J, Pyhältö K, Soini T, & et al. (2013). Validez y confiabilidad del maestro socio-contextual Burnout Inventory. *Psychology*, 04(01), 73–82.
https://www.scirp.org/pdf/PSYCH_2013012411475253.pdf
- Rodríguez García, C., María, A., Zúñiga, O., & Hernández Velázquez, V. (2009). *Prevalencia Del Síndrome De Burnout En El Personal De Enfermería De Dos Hospitales Del Estado De Mexico*. 179–193. <http://www.redalyc.org/pdf/184/18411965011.pdf>
- Rosales, Y., & Rosales, F. (2013). Burnout estudiantil universitario. Conceptualization y estudio. *Salud Mental [revista en Internet]* 2013 [acceso 20 de setiembre de 2018]; 36(4): 337-345. *Dalud Mental*, 36(4), 337–345. <http://www.redalyc.org/pdf/582/58228969009.pdf>