

Universidad Abierta Interamericana

Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud

Licenciatura en Kinesiología y Fisiatría

Incidencia del Síndrome de Burnout académico en alumnos de 2° año de la carrera de Lic. en Kinesiología y Fisiatría de la UAI, en Rosario, 2019

Autor: Sekaf, Elías

Tutor de Tesis: Basaldella, Luis

Año 2020

Resumen

El presente estudio es de carácter analítico, cuantitativo, transversal, de asociación y correlacional. Se realizó dentro del periodo noviembre-diciembre del año 2019.

Los estudiantes universitarios, como en el caso de carreras propias de las ciencias de la salud, pueden llevar consigo una carga alta proveniente del área de estudio y trabajo. Es probable que, un manejo inadecuado de dicha carga, exponga a los estudiantes a situaciones de estrés que puedan generar manifestaciones de desgaste físico/mental propias del Síndrome de Burnout Estudiantil.

El objetivo de dicho estudio es poder determinar la presencia del Síndrome de Burnout Estudiantil en los estudiantes de 2° año de la Licenciatura de Kinesiología y Fisiatría de la Universidad Abierta Interamericana, rede regional Rosario, además de identificar cuáles son los aspectos que aumentan la posibilidad de aparición del síndrome.

Se escogieron 73 alumnos procedentes de 4 comisiones de 2° año y se aplicaron dos herramientas de recolección de datos, una encuesta para determinar variables personales y la Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil.

Los resultados en la encuesta de datos personales reflejan que el 53,42% de los alumnos corresponden al sexo masculino y el 46,58% al sexo femenino, el 57,53% no trabaja, más del 75% reciben ayuda para cubrir gastos de vivienda y estudios, el 82,19% no presenta sedentarismo, más del 60% poseen hábitos alimenticios y de consumo reducido en base a drogas lícitas, y que más del 80% eligió la carrera actual como la indicada.

Los resultados de la Encuesta Unidimensional de Burnout Estudiantil arrojaron que la presencia de los tres tipos de Síndrome de Burnout estudiantil: 55 leve, 17 moderado y 1 profundo, dentro de la población seleccionada. Se evidencia mayor predominancia del Síndrome de Burnout leve, aunque, en su estrecho margen de relación hacia un Síndrome Burnout moderado pueden establecer una variable que, de no ser abordada con el criterio correcto, puede afectar negativamente en su futuro desempeño académico.

Palabras clave: Burnout, estudiantes, kinesiología, estrés, desempeño académico.

Índice

Resumen 1
Introducción 4
Planteamiento del problema 5
Estado del arte 6
Justificación 9
Objetivos 10
Objetivos generales 10
Objetivos específicos 10
Hipótesis 11
Marco teórico 12
Aspectos conceptuales y desarrollo 12
Evolución clínica del síndrome de burnout 15
Variables asociadas con el burnout académico 17
Variables del contexto académico 18
Contexto ambiental y/o social 19
Variables intrapersonales 19
Variables propias del Burnout Académico 19
Marco metodológico 21
Tipo de estudio 21
Selección de la muestra 21
Método de recolección de datos 21
Porcentaje de presencia 22
Análisis de datos 23
Lugar de realización de la investigación 23
Resultados 24
Encuesta de datos personales 24
Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (EUBE) 28

Conclusión 32
Bibliografía 36

Introducción

La gran mayoría de estudiantes universitarios están expuestos a múltiples demandas dadas por el contexto educativo. Muchos de ellos logran desarrollar las competencias necesarias en su proceso formativo que favorecen el alcance de sus objetivos académicos, mientras que otros alumnos presentan dificultades, tales como depresión, falta de concentración, fática mental y física, entre otras, que sólo se registran en indicadores de elevado abandono académico.

Dentro de las licenciaturas de grado, el aprendizaje y el alto rendimiento académico pueden constituirse en fuentes de estrés, que a menudo podrían manifestarse como sensaciones de intensa tensión en los estudiantes, lo cual incide en el funcionamiento de los mismos dentro del ambiente educacional, en medida que puede determinar un deterioro en la productividad académica, déficits de atención, concentración, memorización, en la resolución de problemas y en la toma de decisiones efectivas.

Cuando el cuadro de estrés previamente mencionado, llega a niveles crónicos, contribuye al surgimiento de sensaciones de “no poder dar más de sí mismo”, al desarrollo de actitudes de desinterés, deterioro de la valoración del estudio, así como desencadenar dudas sobre la propia capacidad para realizarlo. La conjugación de estos síntomas se conoce como el Síndrome de Burnout Académico.

El motivo de esta investigación es poder establecer un objeto de estudio con los estudiantes de 2° año en la carrera de Lic. en Kinesiología y Fisiatría de la UAI, relacionar los resultados entre cada individuo a evaluar y así poder determinar los factores que demuestren la posible aparición o no de la patología mencionada con antelación.

Planteamiento del problema

En algún punto de la carrera, es inevitable el hecho de que los alumnos experimenten una situación de estrés. Algunos estudiantes logran desarrollar estrategias adecuadas para afrontar las exigencias académicas y reducir la incidencia de estrés (como explicación de sobrecarga mental y física), mientras que otros no lo consiguen por algún motivo y llegan a sentirse impedidos para modificar la situación problemática, lo cual trae como consecuencia sensaciones de malestar (cefalea, dolor muscular general, somnolencia, inestabilidad emocional) que, a la larga, pueden acentuarse y generar estados de crisis.

Dentro de las carreras de grado, aquellas implicadas en el área de salud poseen una complejidad distinta debido a que está involucrado el factor humano, no solamente hablando de la situación propia sino, también, enfatizando el hecho de atención a pacientes con su propia problemática, la cual se buscará resolver.

Las prácticas profesionales kinésicas son un claro ejemplo de lo mencionado previamente, ya que los alumnos se empiezan a interiorizar en la relación con otros individuos que acarrean dolencias y/o desequilibrios a tratar. Esto genera una demanda física y mental mayor por parte del futuro profesional, debido a que está en juego la salud y calidad de vida de otra persona. Dichas situaciones, pueden ser potenciales disparadores de estrés en los estudiantes, lo cual podría impactar negativamente en su estilo de vida, generando así una problemática a nivel académico y/o personal.

A continuación, dentro del estado del arte, se recopiló la información proveniente de dos trabajos de investigación, en los cuales demuestran de manera empírica la aparición de burnout estudiantil en diferentes poblaciones de alumnos, el impacto del mismo en aspectos propios de los mismos y la posible relación directa del estrés con el rendimiento académico.

Estado del arte

Durante la realización de este proyecto de investigación, fue necesario recurrir a dos trabajos previos de recopilación de datos relacionados al Síndrome de Burnout Estudiantil, que fueron utilizados como ayuda para comprender mejor la incidencia de la patología en otras poblaciones de alumnos.

En el primer trabajo, titulado "Burnout académico y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios", se expresa que los estudios relacionados con Burnout y bienestar psicológico muestran un amplio conjunto de investigaciones con diferentes aplicaciones de instrumentos, metodologías, perspectivas, población objetivo y enfoques, que han permitido entender el síndrome y sus sintomatologías de una mejor manera. Se observa en términos generales en cuanto a metodología la aplicación de instrumentos como Maslach Burnout Inventory (MBI) en su versión académica, la Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil (EUBE) y la Escala de Bienestar Psicológico. Para el caso de burnout académico, en cuanto a la presencia del síndrome por género, la mayoría de los estudios muestran un comportamiento semejante de acuerdo al contexto y a la población de estudio definida. Según el uso de la escala unidimensional de burnout estudiantil (EUBE), en la población estudiantil predominan leves manifestaciones o sintomatologías de burnout. Para el caso particular de la ciudad de Barranquilla, Caballero, Abello y Palacio (2007), realizaron una investigación donde participaron 202 estudiantes del programa de psicología de la jornada nocturna. Los resultados muestran que el 41,6% de los estudiantes presentaba burnout académico, relacionado con los factores de agotamiento en un 38,2%, 29,7% cinismo y el 48,6% con sentimiento de ineficiencia. Así mismo, Hederich y Caballero (2016) realizaron un estudio sobre Burnout Académico donde participaron 820 estudiantes de diferentes programas como: medicina, psicología, fisioterapia y enfermería de tres universidades de la ciudad de Barranquilla. Se encontró que en promedio el 23,4% sufre de agotamiento, el 5,4% de cinismo y el 44,1% de ineficiencia o se siente ineficiente. Por otro lado, Palacio, Caballero, González, Gravini y Contreras (2012), relacionaron el burnout en estudiantes con variables como promedio académico y el uso de estrategias de afrontamiento. De acuerdo a estos autores, existe una correlación negativa entre las dimensiones de burnout (agotamiento y cinismo) con el promedio académico. En síntesis, el Síndrome de Burnout

Académico en estudiantes universitarios podría estar asociado al uso de estrategias de afrontamiento inadecuadas, que contribuyen al surgimiento, sostenimiento y/o refuerzo de dificultades en el rendimiento o promedio académico. En consecuencia, y como parte de un programa de investigación mayor, los estudios particulares buscan establecer y analizar, por una parte, la posible relación entre las dimensiones del síndrome con el promedio académico y, por otra, la relación de este último, con las estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes universitarios. (López, Almanza, & Bahamón, 2018)

En el segundo trabajo adjuntado, llamado ""Estudio unidimensional del síndrome de burnout en estudiantes de medicina de Holguín", se define al Síndrome de Burnout desde un punto de vista unidimensional como un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo por el involucramiento prolongado a situaciones generadores de estrés. Tiene un impacto importante en la población estudiantil mundial, y en este trabajo se apunta directamente ese impacto en la población de Cuba. Particularmente, los estudiantes de medicina al tener una carga de estudios significativa, estudiar pacientes en estado crítico y enfermedades complejas pueden ser muy vulnerables. Se realizó un estudio descriptivo transversal entre octubre y noviembre de 2010, con el objetivo de determinar la presencia del Síndrome de Burnout en su enfoque unidimensional en estudiantes de primer año de medicina de la Universidad de Ciencias Médicas de Holguín (UCMH). Se escogieron aleatoriamente 70 estudiantes de primer año, 35 de cada sexo (85 % de la población), a los que se les aplicó el instrumento Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil. Los resultados arrojaron que el sexo femenino (sin Burnout 0, Burnout leve 25, Burnout moderado 10, Burnout profundo 0), fue el de mayor incidencia de Burnout en comparación con los masculinos (sin Burnout 10, Burnout leve 24, Burnout moderado 1, Burnout profundo 0). Hay un predominio del Burnout leve en ambos sexos. En los hombres se encontraron estudiantes sin Burnout y sólo uno con moderado. En las mujeres, todas las estudiadas tenían Burnout, y una parte considerable en moderado. No se encontraron casos de Burnout profundo en ninguno de los sexos. En conclusión**,** los estudiantes de medicina de primer año de la UCMH están afectados en su mayoría por

el Síndrome de Burnout. El sexo femenino se ve más afectado que el masculino. A partir de este estudio inicial o exploratorio se podrán tomar medidas terapéuticas y profilácticas que permitan tratar a este Síndrome silencioso y peligroso que afecta a la comunidad universitaria, pues una de las principales dificultades es que no se realiza el correcto diagnóstico que permitan un tratamiento adecuado. (Yury Rosales, 2012)

Justificación

La idea de interiorizarse en este trabajo de investigación implica poder comprender mejor los componentes que generan estrés en los alumnos que, a futuro, pueda repercutir a nivel académico y socio-relacional de manera negativa.

Teniendo en cuenta el hecho de que alumnos ligados a una carrera dentro del área de salud están expuestos constantemente a situaciones de presión debido al estudio del ser humano en su totalidad y su interacción con el medio, poder investigar sobre los alumnos dentro de la licenciatura de kinesiología y fisiatría es un desafío de interés que brindará información importante para entender cómo estas situaciones mencionadas con anterioridad repercuten en la vida de los mismos. Los datos recolectados en este trabajo de investigación pueden ser de interés y ayuda para docentes, trabajadores dentro del área pedagógica universitaria y hasta los mismos alumnos en forma de autocrítica o reflexión acerca de su desarrollo como futuros profesionales de la salud.

Objetivos

Objetivos generales

- Determinar la posible prevalencia del Síndrome de Burnout Académico en los alumnos de segundo año de la carrera de Lic. en Kinesiología y Fisiatría, en la Universidad Abierta Interamericana, sede Rosario, ciclo lectivo 2019.

Objetivos específicos

- Identificar posibles disparadores de estrés en los alumnos.
- Determinar si los alumnos presentan estrés.
- Identificar, entre los posibles disparadores de estrés, cuáles están presentes con más frecuencia entre los alumnos.
- Comparar resultados para determinar los niveles de Burnout presentes.

Hipótesis

La depresión y la baja autoestima académica pueden las principales causas de estrés en los estudiantes de 2° año en la carrera de Kinesiología y fisiatría de la UAI.

Marco teórico

Aspectos conceptuales y desarrollo

Muchos estudiantes logran desarrollar las competencias necesarias en su proceso formativo que favorecen la consecución de sus objetivos académicos, mientras que otros estudiantes presentan dificultades que sólo se registran en indicadores de elevada mortalidad académica. En esta última situación, generalmente experimentan una alta carga de estrés durante su proceso formativo. Algunos estudiantes logran desarrollar estrategias adecuadas para afrontar las exigencias académicas, mientras que otros no lo hacen, y llegan a sentirse impedidos para modificar la situación problemática, lo cual trae como consecuencia el uso de comportamientos de escape o evitación como formas de afrontamiento que no son necesariamente las apropiadas en esta situación. Como se sabe, los problemas que no se resuelven, crecen y se acompañan de un proceso acumulativo de malestar prolongado.

Lo anteriormente mencionado puede contribuir a generar sensaciones de no poder dar más de sí mismo (tanto física como mentalmente), una actitud negativa de crítica, desvalorización, pérdida del interés de la trascendencia, del valor frente al estudio y dudas crecientes acerca de la propia capacidad para realizarlo. La presencia simultánea de estas manifestaciones es conocida como "síndrome de burnout académico". El estudio del síndrome ha tenido un amplio desarrollo en los últimos años, y ha aportado a la comprensión de los procesos de estrés asistencial, organizacional y académico, con miras a mejorar la calidad de vida de los empleados y estudiantes. (Risco, Vargas, & Zuaznabar, 2017)

La palabra burnout, traducible del idioma inglés como "quemado", se utiliza en términos clínicos para referirse a un estado avanzado de desgaste profesional, o síndrome de cansancio emocional. Diversos autores coinciden en señalar a Herbert Freudenberger (1974), como el primero en hablar de burnout, ("estar quemado", "consumido", "apagado"), y a Cristina Maslach (1976), como quien estableció una línea de investigación sobre el síndrome desde una perspectiva psicosocial, la que tenía un carácter exploratorio y el objetivo de estudiar "…la activación emocional y cómo, en medio de la crisis, el profesional tiene que mantener la cabeza fría y una conducta eficiente". (Caballero, Breso, & Gutierrez, 2010)

Ante los diversos autores surgen, en específico, dos perspectivas. La primera, que corresponde a la perspectiva clínica, considera al burnout como un estado al que llega el

sujeto como consecuencia del estrés profesional. La segunda, de carácter psicosocial, señala que las dimensiones del burnout (agotamiento, cinismo y baja realización personal) 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. Ambas miradas indican que, en su fase más avanzada, el sujeto con síndrome de burnout permanece en un estado de profunda frustración, total desinterés en la actividad laboral o académica y despliega recurrentemente conductas de evitación y escape como únicas estrategias de afrontamiento. (Schuafeli, Salanova, Gonzalez Roma, & Bakker, 2002)

Se pueden distinguir diferentes etapas de desarrollo en la investigación sobre el síndrome de burnout con características, objetivos y metodologías propias, las cuales se describen a continuación:

1) La primera etapa de la investigación, de tipo clínico, tuvo un carácter exploratorio y contribuyó a describir el fenómeno como una experiencia del personal que trabajaba en servicios humanos y al cuidado de la salud. Muchos de estos profesionales, que tenían como objetivo brindar servicios a las personas necesitadas, desarrollaban actitudes frías, distantes, desinteresadas y apáticas hacia sus pacientes. Así, los primeros estudios empíricos realizados por Maslach (1976), identificaban en estos profesionales estados de agotamiento emocional y despersonalización. Maslach (1976), definió el síndrome como un estado de estrés crónico producido por el contacto de los profesionales de la salud con los clientes, y que lleva a la extenuación y al distanciamiento emocional de las personas y su trabajo, acompañado con dudas acerca la capacidad para realizarlo. Para 1978, se extendió el estudio del burnout hacia otras profesiones y, simultáneamente, se incluyó un tercer aspecto: la falta de realización personal. En la actualidad, estas dimensiones (agotamiento, cinismo y falta de realización personal) aún son consideradas en la definición del síndrome, y se incluyen en los instrumentos que lo evalúan, tales como el MBI-Human Services (MBI- HSS) de Maslach y Jackson (1981).
2) Una segunda etapa de la investigación sobre el síndrome de burnout inicia en los años 80, con una línea de investigación de tipo psicosocial, en la cual se considera al

síndrome como un proceso que se desarrolla por la interacción de características del entorno laboral y del orden personal. En los años 90, la lista de profesionales estudiados se extendió al personal militar, administrativos, entrenadores, personal de justicia, tecnólogos de computadores, asesores, directivos, mandos intermedios, deportistas y amas de casa. Esto fue posible gracias a la adaptación del MBI a diferentes profesiones, dando origen al MBI-GS, cuestionario en el que, además, se reemplazó la dimensión de despersonalización por "cinismo", cuyo carácter era más genérico. Este cambio contribuyó a la reconceptualización del síndrome como una crisis general en la relación de la persona con su trabajo. Esta perspectiva se mantiene vigente y es, tal vez, la que en la actualidad ha alcanzado mayor desarrollo. Muestra de ello es la presencia de diversos modelos explicativos, así como de múltiples instrumentos y encuestas que han sido aplicadas a grandes poblaciones de profesionales de diferentes áreas.

3) La tercera etapa de la investigación está caracterizada por la ampliación de la población afectada por el síndrome, hasta considerar a los estudiantes en sus procesos académicos. Es aquí donde podemos hablar propiamente del síndrome de burnout académico. Vale la pena distinguir en esta línea dos vertientes: la primera de ellas, que corresponde al estudio del síndrome en alumnos universitarios de carreras de medicina y enfermería y, la segunda, que corresponde a estudiantes de diferentes carreras. (Salanova, Grau, Martínez, & Llorens, 2004)

Al respecto de la primera vertiente, pueden citarse los estudios realizados en estudiantes de medicina, enfermería, de ginecología y obstetricia, terapistas ocupacionales y de farmacia. En esta vertiente se retorna a la concepción inicial del síndrome en tanto describe una crisis en la relación médico-paciente, ahora estudiante-paciente, evaluándose de la misma forma, mediante el cuestionario del MBI-GS.

La segunda vertiente mencionada es la generalización del síndrome a todo el ámbito académico, y surge de la presunción de que los estudiantes universitarios, al igual que cualquier profesional, se encuentran con presiones y sobrecargas propias de la labor académica. Bresó (2005), señala que los estudiantes al igual que cualquier trabajador, mantienen una relación de compensación directa e indirecta con la institución universitaria,

evidenciada en apoyos económicos, becas, reconocimientos o premios. Esta presunción permite investigar las respuestas del individuo ante la tensión y sus implicaciones en su sensación de bienestar frente a los estudios. La operacionalización del burnout académico ha sido posible a partir de la estandarización del MBI-GS en estudiantes universitarios, lo cual dio origen al cuestionario de Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) de Schaufeli, Martínez, Marques, Salanova & Bakker (2002). Su aplicación demostró la presencia de una proporción importante de jóvenes que reflejan agotamiento por las demandas del estudio, además de actitudes de desinterés, autosabotaje frente a las actividades académicas y dudas acerca del valor del estudio (cinismo) y sentimiento de incompetencia como estudiantes (autoeficacia). (Bresó & Salanova, 2005)

Evolución clínica del síndrome de burnout

Tradicionalmente, los modelos que explican el síndrome de burnout parten de la naturaleza psicosocial del fenómeno. Estos modelos han contribuido a entender la evolución, comprensión y diagnóstico del síndrome en el contexto laboral, pero resultan insuficientes al momento de comprender el desarrollo del burnout académico, en tanto que la relación que se establece entre la institución educativa y el estudiante en parte está definida como una relación empresa - cliente, mientras que el profesional es un trabajador que tiene que cumplir responsabilidades para mantener y/o alcanzar el desempeño laboral, mediado por el salario, bonificaciones, ascensos, entre otros, por lo que la relación en este caso queda mejor definida como empresa - empleado. Aun así, son los únicos modelos teóricos de los que disponemos para describir la evolución clínica del síndrome. En términos generales, desde la perspectiva psicosocial, en el plano laboral existe el consenso que el síndrome se caracteriza por ser insidioso, en el sentido de que se impregna poco a poco y va oscilando con intensidad variable en una misma persona. Con frecuencia, es difícil establecer hasta qué punto se padece el síndrome o simplemente se sufre el desgaste propio de la profesión y dónde está su frontera. Además, inicialmente el trabajador tiende a negar los síntomas de agotamiento. Por esta razón, son los compañeros los que primero notan las consecuencias del agotamiento en las relaciones interpersonales y en el bajo desempeño laboral; lo que puede representar una ganancia importante para el diagnóstico precoz. Así mismo, Rueda (2000) señala que existe una fase irreversible del síndrome, donde aparece, como única solución, el abandono de las actividades laborales. En la actualidad existen multitud de modelos que describen la

evolución del síndrome de burnout en contextos laborales, los cuales asumen el burnout como un proceso que se deriva de la interacción del entorno laboral y personal, y consideran que el síndrome es un estado caracterizado por conductas y sentimientos asociados al estrés. Vale la pena mencionar aquí el modelo tridimensional del MBI-HSS (1982), el modelo de Edelwich y Brodsky (1980), el modelo de Price y Murphy (1984), y el Modelo de Gil-Monte (1984). El primero de ellos, conocido como "Modelo tridimensional del MBI-HSS" de Maslach (1982), propone que el síndrome inicia con la aparición de agotamiento emocional, posteriormente aparece la despersonalización y por último la baja realización personal en el trabajo. En otro estudio de Golembiewki, Munzenrider &, Carter (1983), propone como síntoma inicial la despersonalización pasando a la baja realización personal, y posteriormente al agotamiento. El modelo de Edelwich y Brodsky (1980), se diferencia de los anteriores por considerar el burnout como un proceso de desilusión o de desencanto hacia la actividad laboral, y es de naturaleza cíclica, de manera que puede repetir en diferentes momentos en la vida laboral de un sujeto, en el mismo o en diferentes trabajos. Este modelo propone cuatro fases: a) entusiasmo; b) estancamiento; c) frustración y d) apatía. Por otra parte, el modelo de Price y Murphy (1984), se centra básicamente en la naturaleza adaptativa del síndrome ante el estrés laboral. Este proceso se asemeja a un duelo, pues conlleva a nivel personal la pérdida de la ilusión, a nivel interpersonal la pérdida de los beneficios, y a nivel social la pérdida de un trabajador competente para el sistema. Desde esta perspectiva, se desarrollan varias fases sintomáticas: a) desorientación; b) labilidad emocional; c) culpa, debido al fracaso profesional; y d) soledad y tristeza. Esto podría desembocar en la necesidad de implementar estrategias de solución pasando por una solicitud de ayuda con el fin de restablecer el equilibrio. Por último, el modelo de Gil-Monte (1999), toma base en la interacción de las emociones y las cogniciones que se establecen en las diferentes esferas del funcionamiento del sujeto. Se distinguen aquí dos fases. En la primera, aparece un deterioro cognitivo, consistente en la pérdida de la ilusión por el trabajo, el desencanto profesional o la baja realización personal en el trabajo, y un deterioro afectivo caracterizado por agotamiento emocional y físico, así como por la aparición de actitudes y conductas negativas hacia los clientes y hacia la organización en forma de comportamientos indiferentes, fríos, distantes y lesivos. En la segunda fase, los síntomas anteriores se acompañan de sentimiento de culpa. Si bien cada uno de los anteriores modelos señala que el síndrome evoluciona de

acuerdo a unas determinadas fases claramente identificables, desde otra perspectiva podría considerarse que existan diversas trayectorias evolutivas dependiendo de diferencias contextuales, situacionales e idiosincráticas del sujeto. Por consiguiente, la evolución del síndrome podría evolucionar sin que existiese una frontera nítida entre fases o estados, sino quizás, una diferenciación en sus cualidades e intensidades.

Por otra parte, como se expuso con anterioridad, estos modelos, construidos para el contexto organizacional, no se adaptan de forma adecuada al caso del burnout académico. Se considera que las condiciones que median los procesos psicológicos propios del momento evolutivo, del proceso y del contexto de aprendizaje, tienen una dinámica propia y única del afrontamiento de los estudiantes universitarios frente a los eventos estresantes, por lo que la construcción de un modelo que describa el desarrollo clínico del burnout académico es una tarea que aún está por hacerse. (Contreras, Espinosa, Esguerra, Haikal, & Rodríguez, 2005)

Variables asociadas con el burnout académico

Las variables asociadas al síndrome son muy diversas y, en el ámbito académico, se han estudiado los factores que pueden restringir o facilitar el desempeño académico del estudiante. Se pueden diferenciar entre las variables consideradas "obstáculos" (factores del contexto académico que dificultan el desempeño del estudiante), y los llamados "facilitadores" (factores del contexto académico que posibilitan el buen funcionamiento y ayudan a mitigar los obstáculos). Entre las primeras, se destacan las dificultades en el servicio de reprografía, el realizar o dejar demasiadas tareas, los horarios de clase muy cargados y muchos créditos por programa. Entre los facilitadores anotan el adecuado servicio de biblioteca, el compañerismo, el apoyo social de la familia y los amigos, así como recibir becas de estudio. Desde el punto de vista de esta investigación, no es necesario definir de forma separada los obstáculos y los facilitadores. En general, un obstáculo es un factor de la institución que expresa, en negativo, una limitante para que el sujeto pueda llevar adecuadamente el cumplimiento de sus actividades académicas. Este factor, al convertirlo en positivo, no es más que un facilitador. En este sentido, los modelos proponen obstáculos y facilitadores como variables muy gruesas que, dependiendo del sentido de la afirmación, terminan evaluando lo mismo. (Salanova, Hacia un modelo espiral de las creencias de eficacia en el estudio de burnout y del engagement, 2005)

Otro aspecto a contemplar, sería que no necesariamente podría darse una configuración de variables únicas (facilitadores y obstáculos) sino de interacciones complejas entre sí. Las variables asociadas al síndrome se han identificado, bien desde planteamientos teóricos, o bien desde estudios empíricos, y podrían categorizarse en términos de su naturaleza en: a) variables del contexto académico; b) variables del contexto ambiental y/o social; y c) variables intrapersonales. Los obstáculos que más frecuentemente se han estudiado son:

Variables del contexto académico

a) No contar con feedback adecuado, falta de apoyo de tutores.
b) Relaciones distantes y de poca comunicación con los profesores.
c) Realizar prácticas formativas al mismo tiempo que se cursan asignaturas.
d) No contar con asociación estudiantil.
e) Inadecuada distribución de la carga horaria.
f) Dificultades con el servicio de la Biblioteca.
g) Centros de copiado que no ofrecen adecuados servicios.
h) Administrativos que no ofrecen adecuada gestión y atención.
i) No contar con ayudas educativas.
j) Aulas informáticas con pocos equipos.
k) No contar con información necesaria para realizar las actividades académicas.
l) Aulas con inadecuada ventilación e iluminación.
m) Transporte inadecuado para llegar a la universidad.
n) Sobrecarga de materias y altas exigencias.
o) Impuntualidad del profesor.
p) Ausentismo por parte del profesor.
q) Mobiliario inadecuado.
r) Ambigüedad.
s) Actividades que exigen mucha concentración.
t) Temas difíciles, profesores exigentes) Número de cursos vacacionales (remediales) realizados.

Contexto ambiental y/o social

a) No contar con feedback de los compañeros.

b) No participar en actividades culturales o recreativas.

c) Espacios de recreación de difícil acceso.

d) Competitividad del compañero.

e) Profesión o carrera, el síndrome se presenta más frecuentemente en algunas carreras.

f) Poco apoyo social de la familia y amigos.

g) Falta de recursos económicos.

h) Ausencia de ofertas en el mercado laboral.

Variables intrapersonales

a) Sexo: las mujeres presentan el síndrome con mayor frecuencia;

b) Rutina, ausencia de novedad en las actividades cotidianas.

c) Dificultad en la planificación del tiempo.

d) Ansiedad ante los exámenes.

e) Baja Autoeficacia.

f) Rasgos de personalidad (ansiedad de rasgo, rigidez).

g) Bajas competencias básicas, sociales y/o cognitivas.

h) Altas expectativas de éxito en los estudios.

i) Baja motivación hacia los estudios.

j) Insatisfacción frente a los estudios.

(Salanova, Hacia un modelo espiral de las creencias de eficacia en el estudio de burnout y del engagement, 2005)

Variables propias del Burnout Académico

El Burnout Académico, si bien comparte la tridimensionalidad del estudiado en trabajadores, posee variables propias por lo distinta de la relación entablada entre el estudiante y el establecimiento educacional. El estudiante universitario es un cliente de una institución

universitaria, diferente a la relación de un trabajador con su empresa, y su relación no está mediada por el desempeño laboral que se traduce en recibir un salario. El momento evolutivo en el que se encuentra el estudiante conlleva procesos psicológicos y estrategias de afrontamiento particulares ante los eventos de estrés. Además, la percepción de las responsabilidades, funciones y retos están influidas por diversos factores, como la influencia que ejerce la familia, los amigos, el entorno, los aspectos biológicos y características propias de la personalidad.

Estas variables se conjugan en la definición de la estructura psíquica del adolescente, mientras que se espera que el trabajador se encuentre en un momento de vida con un rol de adulto definido. El Burnout académico corresponde a las transacciones del desempeño y la tensión que presenta el estudiante, relación en la que entran a jugar aspectos del proceso aprendizaje y de la enseñanza. (Barraza Macías, Estrés académico y burnout estudiantil. análisis de su relación en alumnos de licenciatura, 2009)

Marco metodológico

Tipo de estudio

Estudio analítico, cuantitativo, transversal, de asociación y correlacional.

Selección de la muestra

Se realizó la investigación dentro del periodo noviembre-diciembre del año 2019. La población de estudio estuvo conformada por 73 alumnos cursando su 2° año en la carrera de kinesiología y fisiatría de la UAI, sede Rosario.

Método de recolección de datos

Para la recolección de la información se utilizó la técnica denominada encuesta técnica, que pretende suscitar un conjunto de datos individuales, interpretarlos y generalizarlos. Los instrumentos que se utilizaron al respecto fueron: la encuesta de datos personales asociados al estilo de vida y la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil.

La encuesta realizada en base a los datos del estilo de vida personal consta de 18 ítems, entre los cuales algunos se responden seleccionando la respuesta que crean indicada y otros requieren completar con los datos requeridos.

Para determinar los resultados, se realizará la sumatoria de las respuestas para establecer valores cuantitativos y porcentuales de las mismas. Una vez obtenidos estos datos, se procederá a buscar relaciones entre los mismos para determinar las variables con mayor incidencia entre los encuestados.

La Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil consta de 15 ítems que pueden ser contestados mediante un escalamiento de cuatro valores categoriales (nunca, algunas veces, casi siempre y siempre). Para determinar válidos los resultados de cada cuestionario se toma como base la regla de decisión r > 70% (respondido en un porcentaje mayor al 70%). En ese sentido, se considera necesario que el cuestionario tenga contestados por lo menos 10 ítems de los 15 que lo componen, en caso contrario se anulará ese cuestionario en lo particular. La obtención del índice que permitirá su interpretación a partir del porcentaje establecido se realiza de la siguiente manera:

- A cada respuesta de la escala se le asigna los siguientes valores: 1 para nunca, 2 para algunas veces, 3 para casi siempre y 4 para siempre.

- Se realiza la sumatoria de puntos obtenidos.
- Se transforma el puntaje en porcentaje.
- Una vez obtenido el porcentaje se interpreta con el siguiente índice porcentual:

Porcentaje de presencia

- No presenta - 0 a 25 %
- Leve - 26 % a 50 %
- Moderado - 51 % a 75 %
- Profundo - 76 % a 100 %

  (Barraza Macías, Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil, 2008)

Análisis de datos

El análisis estadístico de ambas encuestas se realizará con el programa Excel, en hoja de cálculo, utilizando valores cuantitativos y porcentuales en base a los aspectos planeados en cada ítem. Determinando los valores totales, se podrá establecer relaciones entre los ítems cuya respuesta sea recurrente entre los individuos. De esta manera, se intentará responder la hipótesis planteada en este trabajo de investigación, además de poner en evidencia relaciones entre posibles factores determinantes al momento de la presunta aparición del Síndrome de Burnout estudiantil.

Lugar de realización de la investigación

Se aplicarán los instrumentos para la recolección de datos en las aulas en sede Lagos de la Universidad Abierta Interamericana de la ciudad de Rosario, durante el horario de clases de los alumnos de 2° año, con previa autorización por los docentes a cargo de las correspondientes cátedras. La duración para responder las encuestas entregadas fue de 15’ aproximadamente, lo cual no interrumpió en gran medida el transcurso normal de la cursada.

Resultados

Encuesta de datos personales

Basándose en la encuesta de datos personales (Tabla 1), de 73 estudiantes el 53,42% pertenecen al sexo masculino (39) y el 46,58% al sexo femenino (38). Las edades oscilan entre los 19 y los 40 años, cuya media correspondiente es de 20 años (24,66% de los alumnos). En base a la procedencia, se encontró que la gran mayoría de los estudiantes son provenientes de la ciudad de Rosario (62), mientras que los alumnos restantes son oriundos de distintas ciudades dentro de la provincia de Santa Fe (8) y dentro de la provincia de Buenos Aires (3). Todos los encuestados viven en la ciudad de Rosario.

Se registró que el 57,53% de los individuos no trabaja (42), el 82,19% recibe ayuda para la vivienda (60) mientras que el 75,34% recibe ayuda para pagar sus estudios (55).

Al referirnos a sus estilos de vida, el 82,19% realiza actividad física con regularidad (60), destacándose el fútbol y el gimnasio de musculación como actividades más predominantes, mientras que el 71,23% no realiza ninguna actividad extracurricular o hobby (52), los pocos que realizan este tipo de actividades (28,77%, 11 alumnos) prefieren el fútbol casual o tocar un instrumento, entre otros. En base a la alimentación, 67,12% admiten poseer hábitos alimenticios saludables durante la semana (49). Respecto al consumo de alcohol, 61,64% afirma no consumir bebidas alcohólicas más de una vez por semana (45). Respecto al consumo de tabaco, se observa que el 89,04% no fuma, al menos más de una vez por semana.

Al cuestionarles acerca de su experiencia académica, 80,82% refirió que la carrera de kinesiología y fisiatría fue su primera carrera de grado (59), mientras que los estudiantes restantes (19,18%, 14 alumnos) indicaron que experimentaron con otras carreras previamente, tales como medicina, educación física o abogacía. Al momento de responder si la carrera actual fue su elección predilecta para estudiar, 64,38% contestaron que hubo otras en consideración, tales como farmacéutica, medicina, educación física, entre otras.

Variables	Categorías	N° de estudiantes	Porcentajes
Sexo	Masculino	39	53,42%
	Femenino	34	46,58%
Total		73	100%
Edad	19	17	23,29%
	20	18	24,66%
	21	11	15,07%
	22	8	10,96%
	23	6	8,22%
	24	2	2,74%
	25	2	2,74%
	26	1	1,37%
	27	1	1,37%
	28	1	1,37%
	29	1	1,37%
	30	1	1,37%
	32	1	1,37%
	33	1	1,37%
	34	1	1,37%
	40	1	1,37%
Total		73	100%
Ciudad	Rosario	62	84,93%
	Capitán Bermúdez	2	2,73%
	Villa Constitución	1	1,36%
	Pueblo Esther	1	1,36%
	Funes	1	1,36%
	Gálvez	1	1,36%
	Coronel Arnold	1	1,36%
	San Nicolás	1	1,36%
	Chacabuco	1	1,36%
	Ricardone	1	1,36%
	Olavarría	1	1,36%
Total		73	100%
Trabajo	Si	31	42,47%
	No	42	57,53%
Total		73	100%
Ayuda económica para vivienda	Si	60	82,19%
	No	13	17,81%
Total		73	100%
Ayuda económica para estudios	Si	55	75,34%
	No	18	24,66%
Total		73	100%
Actividad física	Si	60	82,19%

	No	13	17,81%
Total		73	100%
¿Cuál actividad física?	Musculación	21	60,00%
	Fútbol	18	30,00%
	Running	8	13,33%
	Natación	3	5,00%
	Crossfit	2	3,33%
	Danza	2	3,33%
	Tenis	1	1,66%
	Yoga	1	1,66%
	Calistenia	1	1,66%
	Básquet	1	1,66%
	Ciclismo	1	1,66%
	Pilates	1	1,66%
	Gimnasia aeróbica	1	1,66%
	Gimnasia artística	1	1,66%
	Powerlifting	1	1,66%
Total		60	100%
Hobby	Si	21	28,77%
	No	52	71,23%
Total		73	100%
¿Cuál hobby?	Fútbol	8	38,09%
	Guitarra	2	9,52%
	Correr	2	9,52%
	Gimnasio	1	4,76%
	Boxeo	1	4,76%
	Caminar	1	4,76%
	Piano	1	4,76%
	Cocinar	1	4,76%
	Pescar	1	4,76%
	Jugar videojuegos	1	4,76%
	Manicuría	1	4,76%
	Maratones	1	4,76%
Total		21	100%
Alimentación saludable	Si	49	67,12%
	No	24	32,88%
Total		73	100%
Consumo de alcohol	Si	28	38,36%
	No	45	61,64%
Total		73	100%
Consumo de tabaco	Si	8	10,96%
	No	65	89,04%
Total		73	100%
	Si	59	80,82%

Primera carrera universitaria	No	14	19,18%
Total		73	100%
Carrera previa	Educación física	3	21,42%
	Medicina	2	14,28%
	Abogacía	2	14,28%
	Arquitectura	1	7,14%
	Farmacéutica	1	7,14%
	Ing. en sistemas	1	7,14%
	Odontología	1	7,14%
	Profesorado inicial	1	7,14%
	Turismo y hotelería	1	7,14%
	Propaganda médica	1	7,14%
Total		14	100%
Primera elección para estudiar	Si	26	35,62%
	No	47	64,38%
Total		73	100%
Otras carreras en consideración	Educación física	10	21,27%
	Medicina	7	14,89%
	Arquitectura	4	8,51%
	Abogacía	3	6,38%
	Contabilidad	3	6,38%
	Ing. en sistemas	2	4,25%
	Instr. quirúrgica	2	4,25%
	Nutrición	2	4,25%
	Odontología	2	4,25%
	Bioquímica	1	2,12%
	Biotecnología	1	2,12%
	Farmacéutica	1	2,12%
	Fonoudiología	1	2,12%
	Periodismo	1	2,12%
	Prof. de danza	1	2,12%
	Profesorado inicial	1	2,12%
	Seguridad e higiene	1	2,12%
	Terapia ocupacional	1	2,12%
	Turismo y hotelería	1	2,12%
	Guardavidas	1	2,12%
	Prof. en geografía	1	2,12%
Total		47	100%

Tabla 1: Descripción de los datos recopilados

Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (EUBE)

Para determinar la posible prevalencia del Síndrome de Burnout Académico, se optó por utilizar la Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil (EUBE). Este instrumento mide nivel de agotamiento físico, emocional y cognitivo en los estudiantes, demostrando un buen nivel de confiabilidad a nivel global.

A continuación, se mostrarán los resultados en base a la cantidad de alumnos asociados a este síndrome (Tabla 2):

N° de estudiantes	Sin síndrome de burnout	Síndrome de Burnout leve	Síndrome de Burnout moderado	Síndrome de Burnout profundo
73	0	55	17	1
	0,00%	75,34%	23,28%	1,36%

Tabla 2: Resultado de la Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil

Para poder calcular las cifras exactas en cada estudiante, se respetó el concepto propio de esta herramienta, en el cual cada variable posee un puntaje determinado (1-nunca, 2-a veces, 3-casi siempre, 4-siempre) utilizado para responder los ítems propuestos. La sumatoria de esos puntajes nos da un valor total que es transformado en porcentaje, el cual indicará el nivel de Burnout del estudiante.

Como se puede apreciar (Tabla 2), todos los alumnos presentan, aunque sea en leve medida, un porcentaje adecuado para afirmar que poseen el síndrome. La mayoría presenta un Burnout leve, cuyos valores oscilaron entre el 30% y el 49%. Los alumnos que presentan un Burnout moderado tuvieron valores que oscilaron entre el 52% y el 75%. El único estudiante que presentó un Burnout profundo presentó un valor de 78%.

Basándonos en el sistema de puntajes para cada variable previamente mencionado, podemos realizar la sumatoria de puntos individual para cada ítem propuesto y, de esta manera, diferenciar cuales son los ítems con mayor predominancia según el pensamiento de los estudiantes (Tabla 3):

Ítems de percepción personal	Puntaje total
1. Tener que asistir diariamente a clases me cansa	158
2. Los problemas académicos me deprimen fácilmente	149
3. Durante las clases me siento somnoliento	141
4. Estudiar hace que me sienta agotado	160
5. Me resulta difícil concentrarme en clases	126
6. Me desilusionan mis estudios	99
7. Antes de terminar el horario de clases me siento cansado	170
8. No me interesa asistir a clases	105
9. Cada vez me cuesta más trabajo ponerle atención al docente	115
10. Asistir a clases me aburre	125
11. Percibo que estudiar me está desgastando físicamente	127
12. Cada vez me siento más frustrado por ir a la universidad	106
13. No percibo terminar con éxito mis estudios	109
14. Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio	139
15. Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente	137

Tabla 3**:** Puntaje total individual para cada ítem de la Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil

Los datos obtenidos en esta sumatoria, nos permiten identificar cuáles son los ítems que más se repiten entre los alumnos para podes establecer un patrón en común. Los que se destacan con mayor incidencia son: 1, 2, 3, 4 y 7. Los que se puede apreciar con una incidencia moderada son: 5, 10, 11, 14 y 15. Como restantes, los de incidencia leve son: 6, 8, 9, 12, y 13 (Gráficos 1, 2 y 3).

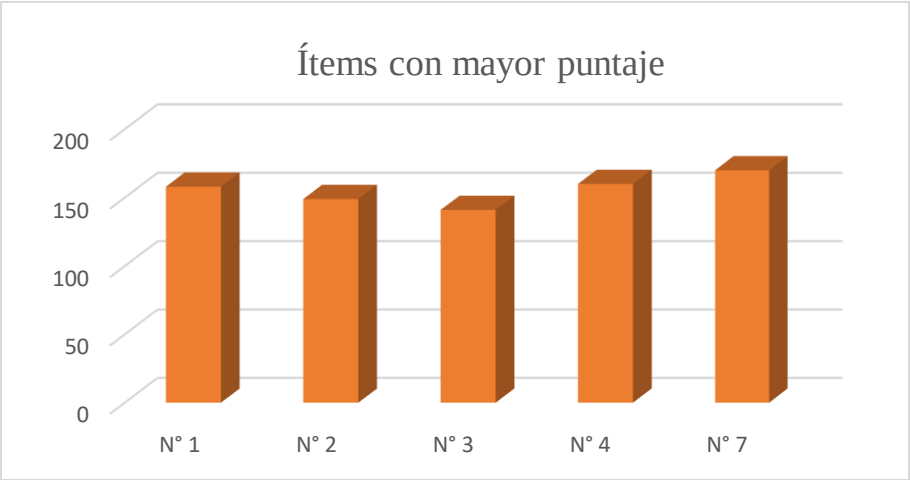


Gráfico 1**:** Ítems con alta predominancia (141 a 170 puntos)



Gráfico 2: Ítems con moderada predominancia (125 a 139 puntos)

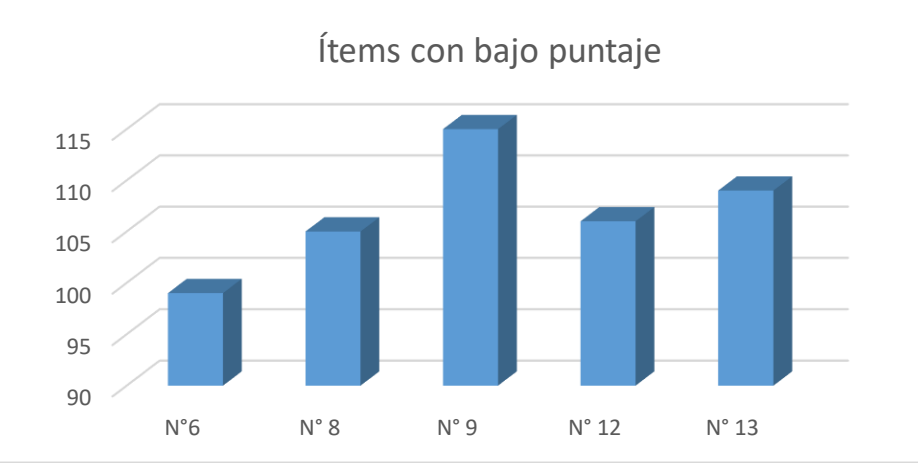


Gráfico 3: Ítems con leve predominancia (99 a 115 puntos)

Si analizamos cada uno de los gráficos mostrados previamente, podemos determinar una relación entre los ítems que conforman los mismos. Los que fueron clasificados con mayor puntaje, muestran una relación en base al cansancio y depresión de los alumnos. Se ubican como mayormente puntuadas las consignas asociadas al cansancio durante y después de clases, además del agotamiento que generan las horas de estudio dedicadas individualmente por cada estudiante. Otros aspectos a tener en cuenta, es que la mayoría de los alumnos refiere somnolencia durante la cursada y frustración ante un mal rendimiento académico. Si nos situamos en la clasificación de ítems con moderado puntaje, es factor en común entre cada uno es el deficiente rendimiento académico. Los alumnos refieren dificultades para poder asociar los contenidos obtenidos, ya sea por aburrimiento en clases, desgaste emocional, desgaste físico, falta de concentración y hasta problemas para poder retener conocimiento. Estos dos últimos aspectos son los que poseen mayor predominancia dentro de esta clasificación. Al momento de analizar los ítems con puntaje menor, podemos observar que el factor en común es la depresión, desilusión sobre el futuro académico y falta de concentración ante los docentes. Aunque los datos obtenidos son de menos valor en comparación a los mencionados con anterioridad, no se debe omitir el hecho de que un número determinado de estudiantes demostraron estar identificados con sentimientos negativos en base a su propio rendimiento académico, que pueden repercutir directamente en su calidad de vida. Todos los aspectos demostrados a través de esta herramienta para la recolección de datos, nos demuestran que puede establecerse una relación directa con el estilo de vida individual de cada estudiante.

Conclusión

Particularmente, los estudiantes dentro de la rama de ciencias de la salud poseen una carga de estudios significativa, debido al completo análisis y conocimiento acerca del ser humano, tanto de manera teórica como en la práctica, enfermedades complejas y el manejo con pacientes en estado crítico. Refiriéndose a los alumnos que estudian para obtener la licenciatura en kinesiología y fisiatría, estos no quedan excluidos del tema en discusión. Los mismos están inmersos en un ciclo de aprendizaje que demanda mucha concentración para comprender las alteraciones que inciden de manera negativa en el organismo (lesiones, desbalances biomecánicos, entre otras), además de conocer e interpretar cómo poder establecer una correcta relación profesional-paciente. Es un área profesional extensa en la cual se necesita poseer un conocimiento acorde a las exigencias presentes, abordando desde lesiones leves hasta el tratamiento sobre pacientes en cuidados paulatinos, circunstancias que pueden ser generadoras de estrés debido a la posible demanda académica y/o personal de cada uno. Si se presenta el estrés y los alumnos no pueden manejarlo de una manera adecuada, es probable que el mismo actúe de manera negativa en la calidad de vida de los mismos. Al definirse el Síndrome de Burnout Estudiantil como un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo por el involucramiento prolongado a situaciones generadoras de estrés, hace que el síndrome tenga un impacto importante en la población estudiantil mundial.

De acuerdo al análisis estadístico realizado sobre los 73 estudiantes de 2° año, los resultados arrojaron que 53,42% pertenecen al sexo masculino y 46,58% al sexo femenino, las edades oscilan entre los 19 y 40 años teniendo un promedio de 20 años en general y, en su mayoría, son provenientes de la ciudad de Rosario. El 57,53% de los individuos no trabaja, el 82,19% recibe ayuda para la vivir en la ciudad y el 75,34% recibe ayuda para poder pagar lo relacionado a la carrera. La mayor parte de los alumnos no presenta sedentarismo, dado que el 82,19% realiza actividad física con regularidad, aunque menos de la mitad posee una actividad extracurricular, relacionada o no al deporte. En sí, la mayoría posee hábitos de vida saludables, debido a que el 67,12% admite poseer una alimentación saludable, el 61,64% no consume alcohol con regularidad y el 89,04% no posee hábitos de tabaquismo. Aunque el 64,38% mencionó que hubo otras carreras en

consideración al decidir cuál estudiar, el 80,82% eligió a la licenciatura en kinesiología y fisiatría como su mejor opción académica.

Frente a los datos analizados previamente, podemos suponer cómo inciden los mismos ante la posible aparición de estrés. La población está conformada mayormente por personas menores a 30 años, entre las cuales predomina el sexo masculino. La mayor parte de los estudiantes realizan actividad física, poco menos de la mitad trabaja, pero en mayoría reciben ayuda económica para pagar los gastos necesarios, lo cual nos deja interpretar que son más los alumnos que ocupan su tiempo fuera del ambiente académico para realizar otras actividades, las cuales buscan brindar algún beneficio a los mismos (bienestar físico al realizar actividad física o ingreso económico para cubrir gastos, por ejemplo). No obstante, las posibles falencias al administrar los tiempos necesarios para realizar dichas actividades mientras se intenta llevar un ritmo académico acorde al año, pueden generar un mayor desgaste emocional/físico en los alumnos. Lo positivo ante esto es que la mayor parte de los alumnos admite no tener hábitos de alcoholismo o tabaquismo, que puedan generar, a futuro, patologías hepáticas o respiratorias respectivamente. (EPOC, cirrosis, por ejemplo, en los casos más drásticos). Hay un porcentaje bajo de alumnos que dicen no poseer hábitos alimenticios saludables, por lo cual suponemos que no reciben los nutrientes necesarios para un óptimo rendimiento diario en todos sus ámbitos.

La mayor parte de los alumnos asumieron que la carrera de Kinesiología y Fisiatría fue su elección por excelencia ante otras carreras, lo que nos permite suponer que, habiendo superado el 1° año, pueden corresponder con la responsabilidad que implica una carrera universitaria. Esto, a su vez, puede implicar una presión individual para culminar los estudios con éxito debido a la satisfacción de poder titularse de algo en lo que, en un futuro, les gustaría trabajar. Dicha autoeficacia puede convertirse en un posible factor de aparición de estrés, siempre y cuando exista un nivel elevado de exigencia personal.

Al momento de analizar las respuestas de la ESCALA UNIDIMENSIONAL DE BURNOUT ESTUDIANTIL, los datos indican que todos los alumnos poseen, en menor o mayor medida, una cercanía con el Síndrome de Burnout Estudiantil de modo que, 55 alumnos poseen una incidencia leve, 17 alumnos poseen una incidencia moderada y 1 solo alumno posee una incidencia profunda. Si hacemos referencia a los niveles porcentuales, el

mínimo es de 30% (a partir de 26% se considera un Burnout leve) y el máximo es de 78% (a partir de 76% se considera Burnout profundo).

Estos son datos de importancia, teniendo en cuenta que todos los alumnos están expuestos, en diferente medida, a situaciones de estrés que pueden afectar directamente su rendimiento académico. Obviamente, los alumnos con incidencia leve pueden no presentar signos evidentes al síndrome actualmente, pero su inclusión dentro de un nivel determinado de Burnout es un hecho para evitar que repercuta aún más durante el transcurso de la carrera. Los estudiantes dentro de un nivel moderado y profundo, demostraron una evidente exposición al estrés, por lo cual es un motivo de alerta al momento de evaluar su desempeño universitario.

Las condiciones de estrés dentro de la universidad pueden llevar a repercutir su vida diaria y viceversa, ya que cuestiones tales como trabajo, deporte o familia pueden llevarlos a situaciones estresantes que les impidan cumplir sus objetivos de estudio.

El estudio realizado sobre los ítems que ponen en evidencia la posible aparición del Burnout Estudiantil, reveló que el cansancio durante y después del cursado, el agotamiento mental y físico por el estudio y la depresión ante la frustración por un rendimiento no deseado son un hecho repetitivo entre los estudiantes. También cabe destacar la predominancia del aburrimiento en clases y la falta de concentración y memorización. Si tenemos en cuenta el año en específico de cursado y la edad media, además de ser la primera elección de estudio por la mayoría, podremos discutir que estas afirmaciones concuerdan con aspectos recurrentes considerados como nuevos en la vida de un estudiante promedio que recientemente inicia una carrera universitaria: vivir fuera de casa (en este caso, la mayoría es procedente de Rosario), pagar por una carrera privada, trabajar para mantener el estilo de vida y la carrera misma, realizar un deporte en competencia mientras se manejan horarios de cursada, formación escolar previa a la experiencia académica, materias que funcionan como filtro en los primeros años de cursada que exijan mayor enfoque, entre otros aspectos.

Los posibles problemas universitarios y la complejidad de una población joven para afrontarlos de manera adecuada son un tema por el cual se debe tener una atención minuciosa al momento de evaluar el desempeño, tanto individual como grupal, a lo largo

del año y para años posteriores. Este trabajo de investigación puede funcionar como una herramienta para poder comprender y organizar un abordaje acorde frente a los estudiantes que presenten manifestaciones propias del Síndrome de Burnout Estudiantil.

Bibliografía

Barraza Macías, A. (9 de Julio de 2008). Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil. *Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil*. Durango, Durango, México: INED.

Barraza Macías, A. (2009). Estrés académico y burnout estudiantil. análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Psicogente*, 272-283.

Bresó, E., & Salanova, M. (2005). Efectos significativos del uso de las creencias de ineficacia como componente del burnout académico en estudiantes universitarios. *Jornadas de Fomento de la Educación*, 290-297.

Caballero, C., Breso, E., & Gutierrez, O. (2010). Burnout en estudiantes universitarios. *Psicología desde el caribe*, 424-441.

Contreras, F., Espinosa, J., Esguerra, G., Haikal, A., & Rodríguez, A. (2005). Autoeficacia, ansiedad y rendimiento académico en adolescentes. *Perspectiva*, 183-194.

López, H. H., Almanza, S. A., & Bahamón, M. J. (2018). Burnout académico y su relación con el. *Revista Espacios*, 7-16.

Risco, C., Vargas, F., & Zuaznabar, M. (27 de Enero de 2017). Relación del Engagement, Burnout e Inteligencia Emocional con la prolongación de años de estudio de pregrado en estudiantes de la UACH. Valdivia, Chile: Universidad Austral de Chile.

Salanova, M. (2005). Hacia un modelo espiral de las creencias de eficacia en el estudio de burnout y del engagement. *Revista Ansiedad y Estrés*, 215-231.

Salanova, M., Grau, R., Martínez, I., & Llorens, S. (2004). Facilitadores, obstáculos, rendimiento académico relacionados con la satisfacción con los asuntos del estudio. *El País Universal*, 13-31.

Schuafeli, W., Salanova, M., Gonzalez Roma, V., & Bakker, A. (2002). The Measurement of Engagement and Burnout. *Journal of Happiness Studies*, 71-92.

Yury Rosales, R. (19 de Octubre de 2012). Estudio unidimensional del síndrome de burnout en estudiantes de medicina de Holguín. Holguin, Cuba: Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría.