

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN DE AREQUIPA  
FACULTAD DE ENFERMERÍA  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**FACTORES PSICOSOCIALES Y SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO  
EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE  
ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA - 2020**

Tesis presentada por las Bachilleres:

**FLORES CHALCO, ESTEPHANY ALMENDRA  
HUANCA MAMANI, LAURA GRACIELA**

Para optar el Título Profesional de  
ENFERMERAS

**Asesora:** Mg. Dennise Magali Gutiérrez Acuña

**AREQUIPA - PERÚ**

**2021**

## ACEPTACIÓN DE LA ASESORA

La presente tesis, "FACTORES PSICOSOCIALES Y SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA – 2020", reúne las condiciones y tiene mi conformidad.




---

Mg. Dennise Magali Gutiérrez Acuña  
Asesora

---

Dra. Ruby Maritza Silva Zúñiga	Presidenta
Mg. Dennise Magali Gutiérrez Acuña	Vocal
Mg. Beatriz Sucasaca Mamani	Secretaria

La presente tesis sustentada el día 11 de noviembre del 2021, APROBADA POR UNANIMIDAD, queda conforme para seguir con el trámite correspondiente.



---

Mg. Beatriz Sucasaca Mamani  
Secretaria

## ÍNDICE

	<b>Pág.</b>
<b>RESUMEN</b> .....	1
<b>ABSTRACT</b> .....	2
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	3
<b>CAPÍTULO I: PROBLEMA</b> .....	5
A. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	5
B. OBJETIVOS	9
C. ALCANCES Y LIMITACIONES	9
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO</b> .....	10
A. ANTECEDENTES DE ESTUDIO	10
B. BASE TEÓRICA	13
C. HIPÓTESIS	32
D. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE VARIABLES	33
<b>CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO</b> .....	40
A. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	40
B. PROCEDIMIENTO	40
C. DESCRIPCIÓN DEL ÁREA DE ESTUDIO	41
D. POBLACIÓN DE ESTUDIO	42
E. MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	42
<b>CAPÍTULO IV: RESULTADOS</b> .....	45
A. PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	45
B. DISCUSIÓN	60
<b>CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b> .....	63
A. CONCLUSIONES	63
B. RECOMENDACIONES	64
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS</b> .....	66
<b>ANEXOS</b> .....	74

## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
TABLA 1: CARACTERÍSTICAS DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA – 2020	46
TABLA 2: SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO POR DIMENSIONES, EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA - 2020	48
TABLA 3: SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA - 2020	49
TABLA 4: FACTORES PSICOSOCIALES POR DIMENSIONES, EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA - 2020	50
TABLA 5: RELACIÓN ENTRE EL FACTOR DE CONTEXTO SOCIAL Y SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA - 2020	51
TABLA 6: RELACIÓN ENTRE EL FACTOR DE CONTEXTO SOCIAL Y DIMENSIONES DEL SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA - 2020	52
TABLA 7: RELACIÓN ENTRE EL FACTOR DE CONTEXTO ACADÉMICO Y SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA – 2020	54

TABLA 8:	RELACIÓN ENTRE EL FACTOR DE CONTEXTO ACADÉMICO Y DIMENSIONES DEL SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA - 2020	55
TABLA 9:	RELACIÓN ENTRE EL FACTOR INTRAPERSONAL Y SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA - 2020	57
TABLA 10:	RELACIÓN ENTRE EL FACTOR INTRAPERSONAL Y DIMENSIONES DEL SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA - 2020	58

## RESUMEN

El trabajo de investigación titulado “FACTORES PSICOSOCIALES Y SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA - 2020” tuvo como objetivo general determinar la relación existente entre los factores psicosociales y la presencia del Síndrome de Burnout Académico en estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, 2020.

El presente estudio es de tipo descriptivo, con diseño correlacional y de corte transversal. El método utilizado fue la encuesta, la técnica empleada se dio a través de un cuestionario virtual, y para la recopilación de información se utilizó como instrumentos: la ficha individual de datos personales, la escala del Burnout Académico (MBI-SS) y el cuestionario de Factores psicosociales.

La muestra estuvo conformada por 57 estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa con matrícula vigente 2020-II, quienes fueron seleccionadas bajo criterios de inclusión y exclusión.

Resultados: Se obtuvo que el 96.4% de las estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería, no presentaron Síndrome de Burnout Académico, mientras que solo el 3.6% de la población en estudio si presentó este síndrome. En relación a las dimensiones de los factores psicosociales, podemos decir que el 78.6% de los estudiantes presentaron mayor influencia de los factores intrapersonales; a diferencia de un 76.8% que presento menor manifestación en los factores sociales e igualmente un 71.4% en los factores académicos.

Según la prueba estadística Chi cuadrado, se determinó que las variables de estudio no presentan relación estadísticamente significativa, excepto por los factores intrapersonales.

**Palabras Clave:** Factores psicosociales, Síndrome de Burnout Académico

## **.ABSTRACT**

The research work entitled "PSYCHOSOCIAL FACTORS AND ACADEMIC BURNOUT SYNDROME IN STUDENTS OF THE FIFTH YEAR OF THE FACULTY OF NURSING, UNSA AREQUIPA - 2020" had as a general objective to decide the relationship between psychosocial factors and the presence of Academic Burnout Syndrome in students of the fifth year of the Faculty of Nursing of the National University of San Agustín of Arequipa, 2020.

The present study is of descriptive type, cross-sectional and correlational design. The method was the survey, the technique used was the questionnaire and for the collection of information the instruments were used: individual personal data sheet, the Academic Burnout inventory (MBI-SS) and the psychosocial Factors questionnaire.

The sample consisted of 57 students of the Nursing Faculty of the National University of San Agustín of Arequipa with current enrollment 2020-II, who were selected under inclusion and exclusion judgment.

Results: It was obtained that 96.4% of the students of the Nursing Faculty, did not present Academic Burnout Syndrome, while only 3.6% of them had Academic Burnout Syndrome. In relation to psychosocial factors, we can say that 78.6% of the students presented a higher manifestation of intrapersonal factors, 76.8% of social factors, and the 71.4% of the students present a lower manifestation of academic factors. According to the statistical Chi square test, it was determined that the study variables did not present a significant statistical relationship, except for intrapersonal factors.

**Key Words:** Psychosocial factors, Academic Burnout Syndrome.

## **INTRODUCCIÓN**

Actualmente el Síndrome de Burnout se considera como un problema de salud pública potencialmente de riesgo, siendo conceptualizado como una condición de estrés prolongado e insidioso derivado de situaciones que afectan al individuo en distintos aspectos del desarrollo de su vida diaria. El interés que despierta esta patología ha generado que su campo de estudio se amplíe a diferentes grupos profesionales incluyendo estudiantes universitarios en proceso de aprendizaje que puedan verse afectados por esta patología.

Es bien entendido que las instituciones de educación superior tienden a ser lugares con alto grado de presión, y más aún en aquellas carreras que mantienen una relación continua y directa con otras personas, como lo es Enfermería, en las cuales, los estudiantes pueden llegar a experimentar un sinnúmero de riesgos psicosociales relacionados al nuevo entorno, así



como nuevas percepciones y experiencias que influyen en la salud y el rendimiento académico así como una serie de obligaciones que bajo su propia perspectiva generan estrés.

Por otro lado, está el desarrollo de actividades prácticas que implica adoptar el compromiso de superación en cuanto a conocimiento y destreza de las cuales dependerá en un futuro; sin mencionar que todo esto puede combinarse con los problemas personales y familiares, propios de cada persona.

En este sentido, los estudiantes se ven expuestos a un sinnúmero de factores psicosociales que también pueden influenciar en su desenvolvimiento con el medio académico e intervenir en el desarrollo de las capacidades del estudiante; tales factores pueden ser de naturaleza: intrapersonal (autoeficacia, expectativas de éxito, planificación de tiempo y motivación), social (apoyo social, retroalimentación, competitividad entre compañeros, relaciones interpersonales), y académico (apoyo de tutores, prácticas preprofesionales, sobrecarga de materias, y cumplimiento de doble rol).

Por lo mencionado anteriormente, el presente estudio busca determinar la relación entre los factores psicosociales y el Síndrome de Burnout Académico, con el fin de revalorizar este tipo de problemáticas, y no verlo como un tema en el cual solo profesionales, o egresados que ya ejercen esta profesión pueden desarrollar, sino más bien que llega a afectar al estudiante universitario, evidenciándose en su rendimiento académico y en los problemas de salud integral que este desarrolle.

Esta investigación tiene como propósito incentivar acciones tales como: el seguimiento continuo y permanente del estudiante a través de la tutoría estudiantil y la elaboración de una evaluación integral, desde el punto de vista psicosocial, al inicio y durante la carrera con la finalidad de detectar oportunamente factores de riesgo en el estudiante.

## **CAPÍTULO I**

### **EL PROBLEMA**

#### **A. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

El síndrome de Burnout (SB) ha sido definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un factor de riesgo laboral y ocupacional debido a que afecta la calidad de vida y salud mental del individuo que lo padece (1). No obstante, la definición más aceptada que presenta este consabido fenómeno psicológico es el planteado por Maslach y Jackson (1981), quienes lo describen como una forma inadecuada de afrontar el estrés crónico (1), mostrando conductas y emociones negativas hacia las personas con las que se relaciona y hacia la determinada posición que ejerce (2).

De igual manera, el concepto de Burnout se ha ampliado en muchos ámbitos profesionales y grupos ocupacionales dando lugar así al llamado Burnout Académico relacionado a los estudiantes universitarios (3), el cual es definido como una respuesta emocional negativa y persistente, en la que se forma una sensación de cansancio e incapacidad de aportar más en las áreas como estudiante (agotamiento); de mantener una actitud negativa, apática e insensible hacia la utilidad e importancia de sus estudios (cinismo); y de percibir un sentimiento de incompetencia académica como estudiante (ineficacia) (4).

Es así que las situaciones a las que se ven expuestos puede llevarlos a experimentar sensaciones de exigencia hacia sí mismos, tanto física como psíquicamente generando pensamientos y actitudes de crítica, inferioridad y desidia hacia sus estudios; tomándolo desde otra perspectiva, “la energía se torna en agotamiento, la dedicación en cinismo y la autoeficacia en ineffectividad” (5).

Existen una serie de factores psicosociales que van a desencadenar el Síndrome de Burnout en los estudiantes, entre los cuales podemos mencionar los factores académicos, sociales e intrapersonales. Los primeros, son producidos por acontecimientos que tienen lugar en el ámbito universitario, ya que seguir una carrera profesional implica mayor responsabilidad y el cumplimiento de una serie de obligaciones, lo que puede conllevar a que el estudiante tenga una mayor carga de tareas, provocándole tensión y ansiedad.

Los factores sociales hacen referencia al sin fin de desafíos, decisiones y obstáculos que el individuo atraviesa durante su desarrollo, los cuales pueden producir en el estudiante una elevada carga de estrés, dificultando su desenvolvimiento en los estudios. En este caso, tener buenas relaciones con las personas que lo rodean jugará un rol importante en cuanto a su crecimiento como futuro profesional; por el contrario, la carencia y falta de desenvolvimiento de este aspecto puede provocar sentimientos de rechazo y aislamiento.

En cuanto a los factores intrapersonales, influyen aspectos como: la edad, sexo y estado civil del estudiante, los cuales evidencian que el tener una carga familiar puede llegar a causar preocupación debido al doble rol que se cumpliría como estudiante y cabeza de familia.

Estos tres factores, mencionados anteriormente, pueden llegar a intervenir en el aspecto y grado de afectación, tanto en la salud mental y calidad de vida del estudiante y a la vez funcionar como obstáculos, siendo predominantes aspectos como: el horario recargado, la falta de apoyo de tutores, inadecuada distribución de carga horaria, déficit de relaciones interpersonales, problemas familiares y económicos, ansiedad, baja autoeficacia, enfermedades, entre otros. Estos aspectos además de afectar en su vida diaria, ocasionan que el estudiante no maneje correctamente los estresores que son propios del aprendizaje y como consecuencia repercutir en su proceso formativo, por lo que es importante reconocer e identificar aquellas que pueden restringir o facilitar el desempeño de la persona.

Cabe resaltar que el estudiante inicia la carrera manteniendo altas expectativas y demuestra mucha motivación en cuanto a su futuro, siendo capaz de adaptarse a los nuevos desafíos, por lo que para evitar el desgaste físico y emocional producido por estos factores deberá aplicar técnicas que le ayuden a administrar mejor su tiempo.

Es así que, en un análisis de asociación realizado a estudiantes del último año de las carreras de Medicina y Enfermería de la Universidad Nacional de Chimborazo en Ecuador, se destacó que la prevalencia del Síndrome de Burnout era del 52.94%, lo que conlleva a padecer un alto grado de estrés causado por el agotamiento físico y mental que viven diariamente (6).

Otro estudio de relevancia es el realizado en dos Universidades Nacionales de Áncash en donde se encontró que el 7% de estudiantes de Enfermería presentaron Burnout Académico con índices altos en niveles de agotamiento emocional y de cinismo además de bajos niveles en eficacia académica; que si bien, este porcentaje representa una baja prevalencia, el

estudio enfatiza y detalla la preocupación por las variables intrapersonales, académicas y sociales encontradas, proponiendo temáticas de tutoría, consejería y programas de prevención e intervención psicoeducativa (7).

En otro estudio realizado en Arequipa, Facultad de Biomédicas de la Universidad Nacional de San Agustín, se evidenció que la prevalencia del Síndrome de Burnout en 1.4% de los estudiantes está relacionado con las dimensiones no saludables del estilo de vida como el afrontamiento ante situaciones difíciles y el estado emocional (8).

Se debe considerar que en nuestro país la problemática y situación de los estudiantes no dista mucho en cuanto al de otras realidades, más bien cabe resaltar que la escasez de investigaciones sobre el Síndrome de Burnout Académico enfocado en estudiantes de pregrado en el Perú es un tema preocupante, puesto que limita el conocimiento actual acerca de este problema, dificultando el desarrollo de estrategias pertinentes para su mejora (9).

Otro punto importante es que, si bien, los estudiantes no son considerados trabajadores en un sentido oficial, ha de estimarse que muchas de las actividades que realizan se pueden comparar con las que ejerce un(a) enfermero(a), siendo su rendimiento constantemente evaluado.

Por último, el presente trabajo de investigación nos va a permitir identificar los factores psicosociales que intervienen en el desarrollo del Síndrome de Burnout Académico a través de la situación actual y vivencias de los estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa.

Teniendo como base lo antes mencionado y considerando la problemática descrita, se formula la siguiente interrogante:

**¿Existe relación entre los Factores psicosociales y el Síndrome de Burnout Académico en estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería, UNSA Arequipa - 2020?**

## **B. OBJETIVOS**

### **1. OBJETIVO GENERAL**

Determinar si existe relación existente entre los factores psicosociales y el Síndrome de Burnout Académico en estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería, UNSA Arequipa - 2020.

### **2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Caracterizar a la población de estudio según edad, sexo, estado civil, lugar de residencia, si trabaja y estudia, con quién vive, cantidad de horas de sueño y si practica algún deporte.
- Identificar los factores psicosociales: intrapersonales, sociales y académicos.
- Identificar la presencia del Síndrome de Burnout Académico según sus dimensiones: cansancio emocional, cinismo y eficacia académica.
- Relacionar los factores psicosociales y el Síndrome de Burnout Académico.

## **C. ALCANCES Y LIMITACIONES**

### **1. ALCANCES**

Los resultados de la presente investigación podrán ser generalizados a la población de estudio.

### **2. LIMITACIONES**

No se evidencia limitaciones.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **A. ANTECEDENTES DE ESTUDIO**

**CHAVEZ, K. Y QUITO, J. (2019).** Ecuador, en su trabajo de investigación estudiaron el “Síndrome de Burnout en estudiantes del internado rotativo de las carreras de Medicina y Enfermería durante el periodo de octubre 2018 - febrero 2019”, concluyendo que existe la presencia del Síndrome de Burnout en ambas carreras, con mayor prevalencia en el sexo femenino, lo que conlleva a altos grados de estrés, originado por el cansancio físico y psicológico que llegan a experimentar cada día. Además, se evidenció un alto porcentaje de estudiantes con cansancio emocional y despersonalización (10).

**VALERO, M. Y GONZALES, V. (2017).** España, ejecutó un estudio observacional acerca del “Síndrome de Burnout en el Grado de Enfermería de la Universitat Jaume I”. En base a los resultados obtenidos, ninguno de los estudiantes reportó niveles altos de Despersonalización ni bajos en Realización Personal, por lo que la población estudiada no cumple con los criterios establecidos que precisen la presencia del Síndrome de Burnout, pero cabe resaltar que en este estudio se logró identificar las dimensiones estresantes predominantes en los estudiantes, tales como la impotencia e incertidumbre, falta de competencia y sobrecarga respecto a situaciones del ambiente clínico, aspectos importantes que han permitido desarrollar intervenciones específicas para mejorar la calidad del aprendizaje (11).

**ILLESCA, M. Y URIBE, M. (2016).** Chile, realizaron el trabajo de investigación acerca de “Burnout en estudiantes de la carrera de Enfermería de una universidad privada de Chile”; en la cual, al vincular cambiantes sociodemográficas y académicas con los niveles del burnout, no demostró una correlación significativa, sin embargo, se apreció una tendencia de los estudiantes a manifestar el síndrome. Basado en los resultados obtenidos, se logró concluir que todos los estudiantes presentaron Burnout académico, prevaleciendo el nivel leve y predominando el indicador comportamental, constituyéndose este último como predictor de posibles dificultades futuras en el ámbito profesional (12).

**DOMÍNGUEZ, A. Y MENDOZA, J. (2018).** Perú, ejecutaron un estudio correlacional del “Burnout y Engagement en Estudiantes de Enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima”. Concluye que entre ambas variables se presenta una relación directa y leve. En cuanto al síndrome de burnout de forma general se evidenció que un mayor porcentaje se encuentra en un nivel medio, lo que demuestra que la presencia del mismo en el ámbito académico trae consecuencias a nivel físico, emocional y psicológico, que afecta al estudiante y su desenvolvimiento académico (13).



**CORREA, L., DE LA CRUZ, J. Y PÉREZ, M. (2017).** Perú, realizaron un trabajo de tesis acerca de “Factores asociados al Síndrome de Burnout en estudiantes de la Universidad Ricardo Palma en el periodo 2017”, en la cual se obtuvo que un 31% de los estudiantes presentaron el síndrome de Burnout, lo cual representa una cifra importante para poder realizar más estudios. Además, al analizar los resultados se pudo observar la influencia de las diferentes variables tales como edad, sexo, viven con sus padres, tienen hijos, tienen hermanos y dependencia económica, siendo estos los principales factores encontrados en la población estudiada (14).

**FELIPA, A. (2015).** Perú, en su investigación estudiaron el “Síndrome de Burnout en internos de Enfermería de la Universidad Privada Arzobispo Loayza”, el cual incluye las dos etapas del internado: hospitalario y comunitario, concluyendo que los internos en estudio tienen una mayor tendencia a desarrollar el Síndrome de Burnout, siendo el Agotamiento emocional y la Realización personal las dimensiones más afectadas y con un nivel alto, a diferencia de la Despersonalización, la cual presentó un nivel bajo en esta población (15).

**LOAYZA, J. et al. (2016).** Perú, en su trabajo de investigación acerca de “Tendencias actuales del Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios”, en la cual se realizó la revisión bibliográfica de artículos relacionados, se evidenció que existe limitada información disponible sobre este tema. Además, se encontró que la prevalencia del Síndrome de Burnout en el ámbito académico, varía ampliamente en las diferentes investigaciones, lo cual también está asociado, entre otras variables, al instrumento utilizado, a los criterios para diagnosticarlo y a la carrera o especialidad que se encuentre cursando el estudiante universitario (16).

**FLORES, A. (2017).** Arequipa, en su estudio relacionado a “Estilos de vida, síndrome de desgaste físico y mental (Burnout Académico) y porcentaje de grasa corporal en los estudiantes universitarios del área de biomédicas de la Universidad Nacional de San Agustín”, concluyó que existe una baja prevalencia del Burnout Académico y que la presencia de

esta se relaciona con las dimensiones no saludables de estilo de vida como afrontamiento y estado emocional percibido (8).

**TESSY, P. Y VALDIVIA, N. (2015).** **Arequipa**, realizaron el trabajo de investigación acerca del nivel de estrés laboral en los internos de la facultad de Enfermería durante la práctica preprofesional en la Universidad Católica de Santa María, concluyendo que durante la práctica preprofesional presentan síntomas que, en su conjunto según Maslach, evidencian niveles leve y moderado de estrés en las tres dimensiones de estudio (17).

## **B. BASE TEÓRICA**

### **1. Síndrome de Burnout**

#### **1.1. Definiciones**

En la revisión número 11 de la Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas de Salud Conexos (CIE-11), la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoció oficialmente el término Burnout o “síndrome de estar quemado” como enfermedad, siendo denominado como un trastorno emocional relacionado al ámbito laboral, estrés causado por el trabajo y el estilo de vida (18).

Según Herbert (1974) en su libro “Burnout: The High Cost of Achievement” lo describe como un trastorno ocasionado a consecuencia del estrés laboral crónico, caracterizado por un estado emocional de agotamiento y una postura cínica frente al trabajo, a todo esto, se le añade la dificultad para desarrollar habilidades de comunicación (18).

De acuerdo a C, Maslach, el síndrome de Burnout nace como una manera incorrecta de hacer frente al estrés crónico, cuyas características propias son el agotamiento emocional, la despersonalización y disminución del desempeño personal (19), por ende, también se le identifica como el síndrome del “trabajador quemado”, síndrome de desgaste profesional,

síndrome de quemarse en el trabajo. Es definida también como una manifestación al estrés laboral conformada por conductas perjudiciales hacia su propio rol de trabajo, se aprecia que ambas definiciones corresponden a una inapropiada reacción ante el estrés crónico el causante de esta enfermedad (20).

Maslach y Jackson (1981) manifiestan que esta patología sucede constantemente en las personas que brindan su tiempo a las relaciones personales, lo definen también en tres dimensiones: cansancio emocional, agotamiento físico y la despersonalización, en términos generales afecta el estilo de vida de los individuos que la padecen (21).

Según Fraudenber (1974) la expresión "Burnout" la definió como fallar, desanimar o llegar a consumirse a causa de la sobreexigencia en el trabajo, aludiendo a lo que pasa cuando un profesional "se quema", también define a este síndrome como: "un conjunto de características inespecíficas que aparecen en las actividades laborales a causa de un exceso de energía" (22).

## **1.2. Epidemiología**

En múltiples investigaciones realizadas en cuanto al Síndrome de Burnout, los resultados muestran que no todos los estudios coinciden, por lo que se concluye que la prevalencia del Síndrome de Burnout depende del entorno en el que se desenvuelve la persona.

Es así que en un estudio realizado en Perú que evaluó la prevalencia del síndrome de Burnout en médicos y enfermeros en SUSALUD identificó que los profesionales de medicina presentaron mayor prevalencia del síndrome con respecto a los enfermeros (23).

En la Clínica de Mayo se realizó un estudio a 1098 estudiantes de medicina de 3 universidades diferentes de Minnesota, dando como resultado que mientras más se acercaban al final de su carrera eran más propensos a resultar "quemados", concluyendo que esta profesión no sólo

quemada a los médicos; puesto que desde el pregrado los estudiantes empiezan a padecer muchos de los síntomas de este síndrome mucho antes de siquiera haber empezado su vida laboral (24).

En otra investigación realizada en estudiantes de segundo año de la carrera de Enfermería de Cienfuegos, Cuba, da a conocer que el personal de Enfermería muestra mayor tendencia a padecer esta patología especialmente cuando aún eran estudiantes universitarios (25).

### **1.3. Etiología**

El Síndrome de Burnout es un proceso multicausal ya que existen diversas causantes que van a desarrollar esta enfermedad, convirtiéndose en factores de riesgo los cuales mencionaremos a continuación: aburrimiento y estrés.

Ambas características ocurren cuando las habilidades de la persona no son las adecuadas en cuanto a la demanda del trabajo, ocasionando un sobre esfuerzo y dando lugar al estrés, la persona al no sentirse bien con su trabajo y consigo mismo disminuye su rendimiento, produciendo aburrimiento, aversión, conductas negativas y una respuesta intolerante hacia el trabajo.

A consecuencia de esto, el individuo empieza a manifestar dolores constantes de cabeza, alteraciones en su sueño, mialgias, irregularidades menstruales (amenorrea, frigidez) en algunas mujeres; como resultado, la persona tiende a ausentarse en el trabajo y empieza a manifestar conductas irritables (26), e incluso periodos de inestabilidad y crisis.

La crisis que se da mediante el avance de la carrera sucede cuando el trabajo excede la capacidad de la persona para poder desarrollarlos, esto quiere decir que no hay una buena formación profesional ya que exceden los conocimientos teóricos y a la vez no hay un buen entrenamiento práctico, ocasionando en el estudiante desmotivación produciendo a la larga el Síndrome de Burnout.

Además, la mala condición económica ocasiona en la persona preocupación, originando estrés financiero y causando efectos sobre la salud física y mental (27).

Otros desencadenantes son los cambios significativos en la vida, como el fallecimiento de un familiar, un divorcio o hasta la bienvenida de hijos, generando un gran impacto, ya sea negativo o positivo, dependiendo el contexto.

## **2. Síndrome de Burnout Académico**

### **2.1. Definiciones**

El Síndrome de Burnout Académico es demarcado como una condición en la cual la persona experimenta estrés prolongado y gradual en resultado de las condiciones del individuo y del entorno organizacional de la institución universitaria (28).

Esta condición está relacionada a que no siempre las instituciones educativas facilitan el desempeño académico del estudiante universitario, como el de no proveer suficientes recursos, poca motivación para aprender y la autoexigencia que tienen los estudiantes en sí mismos, entre otras (29).

Además, esta situación se puede incrementar debido a que muchos estudiantes logran desarrollar las habilidades necesarias para alcanzar sus objetivos académicos durante su formación, mientras que otros jóvenes presentan mayores dificultades en este proceso formativo y generalmente tienden a experimentar una alta carga de estrés dando como resultado la deserción y un alto indicador de abandono académico.

Si bien, algunos logran fomentar estrategias adecuadas que los ayuden a afrontar las exigencias académicas, otros no lo consiguen, y llegan a sentir impotencia al no poder modificar la situación problemática, lo que los lleva a desarrollar comportamientos de escape y conductas negativas

de evitación como métodos de afrontamiento, que en mucho de los casos no es adecuado para este tipo de situaciones.

Cabe resaltar también que los programas de estudio de la mayoría de las carreras, especialmente de ciencias de la salud, están considerablemente cargados en contenido, horas lectivas y realización de trabajos independientes, además del proceso de creación de conocimiento y retroalimentación importante que ocurre en este nivel de enseñanza combinado con los problemas personales de cada estudiante universitario.

De hecho, varios estudios han demostrado que los estudiantes que presentan altos niveles de Burnout, se sienten agotados en respuesta a las exigencias del estudio, adoptan una actitud cínica y aversiva, además de ineficacia ante su propio rol como estudiantes (30), provocando fatiga, agotamiento y decepción, debido a que no logran sus expectativas de estilo de vida proyectado o de las metas que se ha comprometido a alcanzar (31), cayendo en un estado de inercia hacia sus propios objetivos.

## **2.2. Dimensiones del Síndrome de Burnout Académico**

Según el Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI – SS), el cual es el instrumento utilizado para evaluar el Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios, las dimensiones que se ajustan perfectamente a los dominios de estudio son:

### **2.2.1. Cansancio Emocional**

Forma parte del elemento de estrés personal básico del Burnout, ya que su fuente primordial es la carga académica y los conflictos particulares en la universidad. Se define “como el cansancio y fatiga que puede manifestarse física, psíquicamente o en una combinación de ambos” (5).

Esta dimensión tiene relación con el sentimiento de sobreexigencia, así como la sensación de encontrarse vacío de recursos emocionales y físicos, los cuales hacen que los estudiantes se sientan agotados (6),

débiles y exhaustos, sin fuentes suplementarias de reposición y carentes de energía para enfrentar otro día u otro problema.

Cabe recalcar, que al cansancio emocional no se llega de un momento a otro. Se trata de un proceso que se incuba lentamente, hasta que hay un punto en el que la persona se desploma y se produce un colapso en la vida. Ese quiebre lo sumerge en un estado de parálisis o en el de una depresión profunda.

En este caso, la sensación que tiene el estudiante es de ya no poder dar más de sí mismo afectivamente, siente impotencia y desesperanza, debido a la sobrecarga de trabajo u otras demandas académicas (7).

### **2.2.2. Cinismo**

Esta dimensión forma parte del contexto interpersonal del Burnout, que se desarrolla en respuesta al exceso de agotamiento emocional (8).

Se define como una actitud distante, caracterizada por sentimientos y conductas negativas, las cuales van acompañadas de un incremento en la irritabilidad y pérdida de motivación hacia las actividades universitarias (9), en donde el individuo se muestra insensible o excesivamente apático.

Las complicaciones que genera esta dimensión giran en torno al desapego, lo que puede derivar en la pérdida del idealismo y conductas insensibles hacia otros (6).

### **2.2.3. Eficacia académica**

Corresponde al elemento de autoevaluación del Burnout, esta dimensión da cuenta de los sentimientos de incompetencia (10), ausencia de logros y el rendimiento académico. Surge cuando el individuo se ve rebasado por las demandas que se le imponen y exceden su capacidad para solucionarlas de forma competente (incapacidad de soportar la presión) (6).

En este aspecto, se experimentan sentimientos de decepción personal, incompetencia, dejadez, falta de esfuerzo o conocimientos, carencias de expectativas e insatisfacción. A consecuencia, se da la impuntualidad, actitudes indulgentes, aumento de interrupciones, la procrastinación, el absentismo y por consiguiente el descuido de su labor profesional (5).

### **2.3. Sintomatología del Síndrome de Burnout Académico**

El cansancio físico y psicológico, descuido de los estudios y decrecimiento en el desempeño académico son las señales percibidas que varios estudios mencionan como los más comunes del Síndrome de Burnout (28), los cuales se pueden dividir en tres grupos fundamentales: psicósomáticas, conductuales y emocionales (3):

#### **2.3.1. Psicósomáticas**

Disfunciones cardiovasculares (taquicardia, HTA), cansancio crónico, cefaleas, mialgias, patologías gastrointestinales, dolores abdominales, alteraciones respiratorias, trastornos del sueño, alteraciones dermatológicas y menstruales (3).

#### **2.3.2. Conductuales**

Abuso de fármacos, alcohol y tabaco, ausentismo a clases, incapacidad de relajarse (32). El síndrome se destaca como factor importante en relación al deterioro de la calidad de vida influyendo en los hábitos alimenticios, dando lugar a conductas alimentarias deficientes y otros trastornos que afecten a la persona (13).

#### **2.3.3. Emocionales**

Impaciencia, deseos de renunciar a los estudios, mal humor, mayor complejidad para concentrarse a causa de la ansiedad que experimenta la persona, depresión, baja autoestima y falta de motivación (32).



Estos tres grupos son una evidencia clara del gran estrés físico y alteraciones funcionales a nivel psicosomático, que puede traer graves consecuencias para la integridad no solo psicológica sino también física de los estudiantes” (32).

#### **2.4. Niveles de severidad del Síndrome**

La forma y el ritmo con que se producen estos cambios degenerativos en el estado de salud no son iguales en todos los casos. En este sentido, se han logrado describir 4 formas de evolución (33):

- a. Leve:** Hay presencia de síntomas, pero estos suelen ser inespecíficos, vagos e imprecisos (cefaleas, dolores de espaldas, lumbalgias), lo que genera que el individuo disminuya su energía, mantenga una escasa o insuficiente actividad física y se vuelva inactivo (34), siendo la primera señal de alerta la dificultad para despertar por la mañana o el agotamiento patológico (33).
- b. Moderada:** Aparece insomnio, déficit en la atención y concentración, tendencia a la automedicación. Este nivel se caracteriza por presentar desapego, irritabilidad, cinismo, fatiga, aburrimiento, progresiva pérdida del idealismo que convierten al individuo en una persona emocionalmente exhausta con sentimientos de frustración, incompetencia, culpa y un sentido negativo de autoestima.
- c. Grave:** Presenta mayor absentismo, apatía hacia las actividades académicas e incluso personales, cinismo. Abuso de alcohol y psicofármacos (34).
- d. Extrema:** Aislamiento, crisis existenciales, depresión crónica, enfermedades psicosomáticas y riesgo de suicidio (33).

## **2.5. Consecuencias del Síndrome de Burnout Académico**

El Burnout engloba los efectos negativos en la salud mental, bienestar y estilo de vida de la persona (14), por lo que se van a dar consecuencias a nivel: personal, familiar y laboral, las cuales pueden perjudicar el desempeño académico e incrementar los problemas de sueño, patologías gastrointestinales, coronarias, virales, respiratorias entre otras; además de acrecentar la ingesta de fármacos, tranquilizantes o estimulantes (café, bebidas energizantes, tabaco, alcohol, drogas) (15).

Mientras mayor sea la puntuación de despersonalización, más acentuado será el desarrollo de trastornos psicofisiológicos (14), además de que la correlación entre el cansancio emocional, signos de depresión, ansiedad y dificultades cognitivas dan como resultado a una persona con baja autoestima, con falta desarrollo personal, retraimiento, sentimientos de incapacidad e inferioridad, entre otros. En casos extremos se presenta casos de suicidio, periodos de depresión, agorafobia y ansiedad generalizada (15).

## **2.6. Diferencia con otros constructos**

### **2.6.1. Estrés general**

Redolar (2011) menciona que el estrés como estímulo está relacionado con la exposición a situaciones o acontecimientos externos al individuo, denominados agentes estresores, los mismos que pueden alterar el funcionamiento biológico y equilibrio psicológico de la persona (35).

De igual modo, el estrés como respuesta, involucra las manifestaciones del organismo de tipo fisiológico, emocional o conductual ante la presencia de componentes estresores.

En este sentido, las situaciones generadoras de estrés que se dan en las interrelaciones entre compañeros, tiempos de ocio y la imagen que forma la persona de su cuerpo toman importancia en el ámbito académico, dando lugar a una serie de manifestaciones físicas y psíquicas (16).

El estrés desempeña además, dos maneras distintas de interpretarse con referencia al elemento más importante del aprendizaje, la memoria, fortaleciéndola o poniéndola en crisis, según sea la respuesta del cuerpo, de tal manera que los factores estresantes nuevos o de corto plazo y de intensidad leve a moderada tienden a mejorar la percepción del sujeto, en cambio si el factor estresante se presenta por mayor tiempo genera impactos negativos para la memoria y por lo tanto para el aprendizaje (35).

Respecto a la diferencia que tiene con el Síndrome de Burnout Académico, el estrés tiene relación a lapsos de tiempo más cortos, mientras que el Burnout es el estadio final de un proceso de desequilibrio entre las necesidades y los recursos del individuo (17).

### **2.6.2. Fatiga**

Implica una secuencia de cambios eventuales en la persona, que indudablemente pueden cambiar su eficacia operativa e intelectual, y provocar cambios en el organismo, especialmente cambios fisiológicos. Esta sensación de cansancio actúa como un elemento regulador del cuerpo, de modo que cuando estamos en estado de fatiga, nuestro cuerpo está advirtiéndole que su capacidad está siendo amenazada.

La primera señal de alarma para identificar si podemos estar fatigados, y en última instancia llegar a padecer el Burnout, es una disminución en la capacidad de atención y concentración.

Otra característica es que se da eventualmente y durante el tiempo que la padecemos, nos sentimos exhaustos y desmotivados; no obstante, se mantiene la sensación de que todo está bajo control aun cuando el agotamiento sea intenso, y al borde de llegar a un colapso, la solución más próxima es el descanso. En este aspecto el individuo siente que su esfuerzo es compensado por una sensación de eficacia y de ser competentes, destacando principalmente atributos positivos que la persona asigna a sí misma; por el contrario, en el Burnout, se

desencadena un sentimiento de ineficiencia y despersonalización.

El impacto del Burnout es mucho más gravoso y alargado en el tiempo, por lo que se considera que el proceso de recuperación es más lento siendo acompañado además de sentimientos profundos de fracaso (18).

### **2.6.3. Depresión**

Es un trastorno mental frecuente, que se distingue por la presencia de tristeza, pérdida de interés o satisfacción, culpabilidad, falta de confianza, alteraciones del sueño, inapetencia, fatiga y falta de concentración (19). No implica únicamente sentimientos de angustia, sino también una melancolía o aflicción permanente que lleva al individuo a sentirse inútil y desesperanzado.

Igualmente, esta patología puede volverse crónica o frecuente obstaculizando significativamente el rendimiento de la persona, así como la capacidad para adaptarse a las dificultades de la vida. En su forma más grave, puede conducir al suicidio (19).

La disparidad que se tiene entre la depresión y el Burnout es que la primera es más general y menos específica (20).

Eventualmente el Síndrome de Burnout también puede ejercer una influencia sobre otros aspectos de la vida además del profesional, al igual que lo hace la depresión, pero esto no se suele observar hasta una fase más tardía de la enfermedad, por lo que se debe tener un constante seguimiento en la persona (21).

### **3. Factores psicosociales asociados al Síndrome de Burnout Académico**

#### **3.1. Factores del contexto intrapersonal**

Son aquellas cualidades y características propias del individuo.

##### **3.1.1. Género**

Según el género, los varones tienden a tener valores altos en cuanto a la despersonalización a diferencia de las mujeres, pero en otros estudios concluyen que las mujeres son más propensas a “quemarse” en el trabajo, manifestando cansancio emocional, mayormente relacionado a la dificultad para balancear el trabajo y la familia, al contrario de los hombres que son más frívolos ante estas situaciones (36).

Nancy Beauregard indica que las mujeres están más sujetas a sufrir Síndrome de Burnout, ya que por suelen tener posiciones con un bajo nivel de autoridad y poder de decisión, lo que implica muy poco uso de sus habilidades (37)

##### **3.1.2. Edad**

La edad no influye tanto en la aparición del Síndrome de Burnout, aunque podría existir etapas donde el individuo sea más vulnerable, siendo la etapa universitaria, en donde el estudiante atraviesa una transición entre la vida cotidiana a universitaria considerando así, que la retribución tanto económica, personal y profesional no son las esperadas.

##### **3.1.3. Estado civil**

El estado civil es el vínculo que existe entre dos personas de diferente sexo con el fin de formar una familia, aunque el síndrome se ha asociado más a las personas que están solteras, dado que estas manifiestan mayor cansancio emocional, baja realización personal y alta despersonalización, sin embargo, al no presentar carga familiar serán más resistentes a

desarrollar el síndrome; mientras que, las personas casadas al ser individuos más maduros y estables tendrán la capacidad de afrontar los problemas siendo realistas con el apoyo de la familia.

#### **3.1.4. Autoeficacia**

Es la confianza que siente el individuo para lograr sus objetivos planteados y hacer frente a las adversidades, de este modo, la autoeficacia puede jugar un papel importante, no sólo en la autopercepción, sino también en las actitudes y el potencial que se tiene para alcanzar con éxito las metas en la vida.

La autoeficacia significa que el estudiante puede enfrentar varias situaciones en su vida diaria, esto gracias a la confianza que tiene de sus capacidades para resolver los problemas, dado que es un elemento que puede predecir de mejor manera el desempeño personal y el desarrollo de las habilidades gozando de mayor motivación y obteniendo buenos resultados.

Bandura (1995) nos dice que el rendimiento académico apropiado depende de la eficacia percibida para manejar las demandas académicas adecuadamente, demostrando un alto desenvolvimiento y un buen manejo de pensamientos y emociones.

La autoeficacia en el ámbito universitario indica que un buen desempeño académico no solo se manifiesta por conocimientos y habilidades, sino por procesos que son influidos positivamente por la creencia de sus capacidades.

#### **3.1.5. Expectativas de éxito**

Es una creencia centrada en el futuro, en este caso la expectativa que tiene el estudiante es la culminación de su carrera en el tiempo programado por la universidad. En los procesos de Burnout, las perspectivas que tiene el estudiante sobre su carrera suelen verse

frustrados cuando no se cumplen.

Como futuros profesionales de salud, se tiene un ideal muy alto en cuanto a su aprendizaje y desarrollo de prácticas, ya que se apoyan en la creencia de que realizarán acciones extraordinarias con sus pacientes, por lo que confían en recibir una preparación excepcional para el desenvolvimiento de sus habilidades, pero la falta de esto puede convertirse en lo contrario a lo esperado, ocasionándoles una baja motivación con respecto a los estudios.

### **3.1.6. Planificación del tiempo**

La organización del tiempo es una pieza clave para estudiar mejor. Un problema actual es, que los estudiantes universitarios no administran adecuadamente su tiempo y esto puede desencadenar la aparición del Síndrome de Burnout, originando estrés, ansiedad, cansancio y desmotivación en relación con la carrera.

La planificación significa aprovechar el tiempo que se tiene y lograr resultados extraordinarios, demostrando así que los estudiantes más sobresalientes no son los más inteligentes, sino aquellos que saben planificar su trabajo, utilizando mejores estrategias de aprendizaje y manteniendo la motivación y autoconfianza.

### **3.1.7. Motivación**

Según Abraham Maslow, la motivación es el impulso que tiene el ser humano de satisfacer sus necesidades. En el caso de los estudiantes se esfuerzan para lograr alcanzar sus metas, esto se demuestra mediante la participación e iniciativa, despertando así el interés para alcanzar los objetivos.

La motivación es fundamental en el aspecto académico, el alumno demuestra interés en su educación y predisposición en aprender, esto permitirá que el estudiante desarrolle sus habilidades y destrezas, así

como ser consciente de sus limitaciones, motivándose y consiguiendo buenos resultados, de este modo es importante que el docente destaque sus logros personales felicitándolos.

### **3.2. Factores del contexto académico**

Son aquellas características propias del entorno académico:

#### **3.2.1. Apoyo de tutores**

La tutoría universitaria es una técnica que permite guiar al estudiante mediante su proceso de formación profesional, este se enfrentará a nuevos desafíos y empezará un nuevo periodo: la vida universitaria.

Este proceso se da entre el profesor y el alumno, donde el “tutoreado” recibirá asesoramiento en sus estudios continuamente, fortaleciendo su área intelectual cognitiva, el área afectiva emotiva, el área social y el área profesional, para que el estudiante alcance sus objetivos.

La finalidad que persigue la tutoría es lograr que el estudiante se adapte al entorno universitario para potenciar su rendimiento, siendo el tutor quien lo acompañará en este proceso; esto quiere decir, que lo guiará mediante sesiones individuales y grupales donde le inducirá temas de interés, como por ejemplo: organizar su tiempo, estrategias para manejar el estrés y ansiedad, autoconfianza y autoestima, para que más adelante trascienda apenas salga de la universidad.

#### **3.1.2. Realizar prácticas preprofesionales**

Las prácticas preprofesionales son la integración de los estudiantes a un entorno práctico donde serán constantemente evaluados y tendrán la oportunidad de establecer contacto con el ambiente de salud del área de trabajo.

En este contexto, las prácticas preprofesionales se dan mediante convenios entre la universidad, el estudiante y la empresa de salud,



donde el practicante se desenvolverá y aplicará todos sus conocimientos y habilidades que fueron adquiridas en la universidad, en el cual participará de forma dinámica y responsable bajo la supervisión de especialistas a determinados procedimientos acerca de la realidad en el ámbito de formación profesional.

Según la FPIE las practicas preprofesionales son técnicas de adiestramiento profesional que comprometen a individuos que tendrán que desenvolverse y desarrollarse en el entorno práctico, esta preparación tendrá un gran impacto en su aprendizaje como futuros profesionales y tendrá el objetivo de lograr adquirir las competencias necesarias para el ejercicio profesional.

### **3.1.3. Sobrecarga de materias**

Suelen ser inevitables, por lo que es más frecuente que ocasione estrés y desmotivación en cuanto a los estudios. En un estudiante del área de salud esta situación es más común, ya que presentan un horario de clases que abarca todo el día, además del número elevado de trabajos y exámenes, dando lugar a altas exigencias que demandará en el estudiante grandes esfuerzos de adaptación.

### **3.1.4. Cumplimiento de doble rol**

Hoy en día es muy común observar estudiantes universitarios trabajar impulsados por diversos motivos, como el compromiso de afrontar los estudios hasta ganar dinero para darse ciertos gustos y ser más independientes, lo que en cierta forma involucra mayor inversión de tiempo y mayores exigencias, ocasionándoles cansancio y bajo rendimiento en la universidad.

En ocasiones, durante el periodo de estudio suele suceder que algunos estudiantes llegan a formar una familia y producto de esto nacen los hijos, como efecto, en el caso de las mujeres, estas detendrán sus estudios en el periodo de postparto y en el caso de los varones tendrán que trabajar

jornadas extras ya que asumirán responsabilidades económicas y probablemente tengan que paralizar sus estudios temporalmente.

### **3.2. Factores del contexto social**

Son aquellas características desarrolladas en el entorno social y propio del individuo.

#### **3.2.1. El apoyo social**

Es la presencia de soporte proveniente de otra persona, como la familia o amigos del entorno social que ayudan a afrontar determinadas crisis ya sean enfermedades, malas condiciones económicas y problemas familiares; es bien sabido que el apoyo de la familia y de profesores influye en el desempeño de los estudiantes en el ámbito universitario afrontando así los estresores propios del área académica aumentando las probabilidades de éxito o por lo menos aminorando los efectos negativos.

En el núcleo familiar se desarrolla la autonomía del individuo y adquiere herramientas para hacer frente a las demandas que exige el contexto. Según Gimeno (1999) en la familia cada integrante compensa sus necesidades de apoyo emocional u social, de ese modo los miembros logran adaptarse de forma positiva.

Existen dos tipos de apoyo, el recibido y el percibido, el primero se refiere al soporte emocional y a aquellas acciones que ayudan directamente al receptor; y el segundo indica la percepción del apoyo que estamos recibiendo realmente; esto quiere decir, que contar con un buen entorno social en el que podamos confiar nos animará a tomar riesgos y ser más innovadores.

#### **3.2.2. No contar con Feedback**

Plantea que “si el receptor, al obtener la información del mensaje, responde al emisor, dará lugar al feedback”, también se conoce como retroalimentación y puede positivo o negativo dependiendo del contexto.

En el ámbito académico se realizan diversas actividades que permiten desarrollar capacidades y generar conocimientos, esta información ayuda al estudiante en su método de aprendizaje y lo motiva a resolver problemas.

La retroalimentación entre compañeros facilita el aprendizaje, fortaleciendo el desempeño, este intercambio de información permitirá que los estudiantes sepan si lo que están haciendo está bien o deben corregir y mejorar, en concreto se considera que la retroalimentación es lo que necesitan los alumnos para conseguir el éxito y desarrollen sus habilidades.

### **3.2.3. Competitividad entre compañeros**

Según Frade (2009), la competencia es la forma en la que un individuo pone en práctica sus habilidades, conocimientos y experiencias para poder resolver una tarea; esto quiere decir, que la competencia es un conjunto de conocimientos que al ser puestos en práctica en distintos contextos ayudará a que la persona pueda desenvolverse de manera práctica ante las situaciones que deba enfrentar.

La competencia no solo se trata de adquirir conocimientos, también es un aspecto positivo para el crecimiento personal, esto motiva a la persona a hacer las cosas bien.

### **3.2.4. Relaciones interpersonales**

Es la comunicación que existe entre dos o más personas y que se puede dar en varios contextos, por medio de la cual el individuo obtiene información. Esta práctica ayuda a alcanzar ciertos objetivos para su desarrollo en la sociedad y lograr una buena adaptación.

Para Rivieri, la comunicación es un proceso de interacción social que se da mediante diversos mensajes, adquiriendo experiencias en la sociedad, y como resultado se mantiene un ambiente de confianza y comunicación.

La decadencia de estas puede originar rechazo, aislamiento y enfermedades mentales.

#### **4. Modelo de adaptación según Callista Roy**

Según el modelo desarrollado por Callista Roy, la adaptación hace referencia “al resultado y al proceso por los que las personas, que tienen la capacidad de pensar y de sentir como integrantes de un grupo, son consecuentes de sus actos y prefieren la armonización del ser humano con su entorno” (40).

Además, Callista Roy conceptualiza la adaptación como estados de comportamiento y nivel de conocimientos que realiza el individuo para responder ante una situación caótica, siendo una característica relevante para el ámbito de la salud y confort. Esta variable se considera importante para entender el estado de ansiedad de la persona (40).

Esta teoría también está íntimamente relacionada con el Síndrome de Burnout, fundamentalmente porque el estudiante de Enfermería se encuentra en un entorno de constantes cambios y estímulos estresores, originados por una serie de factores ya sea académicos, sociales e intrapersonales; los cuales van a influir en su conducta, desarrollo y aprendizaje. Estos cambios pueden ser tanto negativos como positivos, de modo que en caso la respuesta generada sea para el individuo se estaría dando lugar al desarrollo del ya mencionado Síndrome de Burnout Académico.

Es así que, en base a lo anterior, Roy postula las siguientes creencias filosóficas y valores acerca de la Enfermería:

#### **4.1. Componentes de la teoría de Callista Roy**

##### **4.1.1. Metaparadigmas**

- a. Salud:** Se define como el proceso de “ser”, el cual es la meta de la conducta de uno mismo y la capacidad que tiene este de adaptarse.

- b. Cuidado de Enfermería:** Se brinda cuando la persona pasa por el proceso de afrontamiento en el cual gasta la mayoría de sus energías aminorando así la fuerza que utiliza para los procesos de supervivencia, crecimiento, reproducción y dominio.
- c. Persona:** Define al ser humano como un ser holístico y adaptable, en constante relación con el entorno cambiante, tomando en cuenta los cuatro modos adaptativos: fisiológicos, autoimagen, dominio del rol e interdependencia.
- d. Entorno:** Son todas las condiciones, circunstancias e influencias que rodean y afectan el desarrollo y la conducta de las personas. Está compuesto por ambientes internos y externos.

## **C. HIPÓTESIS**

### **1. HIPÓTESIS GENERAL**

Los factores psicosociales están relacionados al Síndrome de Burnout Académico en estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería, UNSA Arequipa - 2020.

### **2. HIPÓTESIS NULA**

Los factores psicosociales no están relacionados al Síndrome de Burnout Académico en estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería, UNSA Arequipa - 2020.

## **D. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE VARIABLES**

### **1. SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO**

Se describe como un estado de estrés permanente que genera daño a largo plazo y se da en respuesta a las condiciones del individuo y contexto organizacional del entorno en el que se desarrolla, siendo asociado a las siguientes dimensiones (38):

#### **a. Cansancio emocional (CE).**

Valora la experiencia y sensación de agotamiento físico, psicológico y emocional resultante de las interacciones con otros individuos, así como una percepción errónea de no poder dar más de sí mismo frente a las actividades académicas (39):

Ítems: 1, 2, 3, 4 y 5.

Puntuación por categorías:

- Bajo: < 9
- Medio: 9 - 16
- Alto: > 16

#### **b. Cinismo (C).**

Evalúa los comportamientos negativos del estudiante frente a sus estudios, reflejado en la autocrítica, depreciación, apatía e indiferencia hacia la importancia de sus estudios (39).

Ítems: 6, 7, 8 y 9.

Puntuación por categorías:

- Bajo: < 8
- Medio: 8 -13

- Alto: > 13

### **c. Eficacia académica (EA).**

Evalúa la percepción del estudiante sobre la importancia de sus estudios, así como sentimientos de incompetencia de uno mismo (39):

Ítems: 10, 11, 12, 13, 14 y 15.

Puntuación por categorías:

- Bajo: mayor e igual a 20
- Medio: 11 – 19
- Alto: < 11

Además, se considera también que el Síndrome de Burnout Académico se clasifica de acuerdo a los percentiles obtenidos, de modo que para determinar la prevalencia del SBO, se utilizó el criterio “Agotamiento emocional más uno”, avalado por Christina Maslach, de modo que se considera que un individuo:

- **Presenta:** si muestra altas puntuaciones en las dimensiones de cansancio emocional (agotamiento) en combinación con un alto nivel de riesgo en alguna de las dos dimensiones restantes.
- **No presenta:** si no cumple con el criterio señalado anteriormente.

## **2. FACTORES PSICOSOCIALES**

Los factores psicosociales: intrapersonales, sociales y académicos son aspectos que pueden incrementar la posibilidad de desarrollar el Síndrome de Burnout Académico en los estudiantes de la Facultad de Enfermería.

### a. Factores intrapersonales

Son las características propias del individuo (36).

- **Autoeficacia:** Es la capacidad que tiene el estudiante para poder manejar las exigencias académicas, así como la seguridad y la confianza para manejar acontecimientos imprevistos (36).

Ítems: 1, 2 y 3.

- Nunca: (0)
- A veces: (1)
- Frecuentemente: (2)
- Siempre: (3)

- **Las expectativas del éxito:** Son las expectativas que tiene el estudiante hacia la carrera. Esta tiene un papel central en la confianza de poder adquirir conocimientos y ser un buen profesional (36).

Ítems: 4, 5.

- Nunca: (0)
- A veces: (1)
- Frecuentemente: (2)
- Siempre: (3)

- **Planificación del tiempo:** Comprende la organización que tiene el estudiante para el desarrollo de sus actividades. Implica gestionar mejor las actividades académicas dentro del tiempo disponible para obtener resultados más eficaces (36).



Ítems: 6, 7.

- Nunca: (0)
- A veces: (1)
- Frecuentemente: (2)
- Siempre: (3)

- **Motivación:** Es el estado que mantiene y conduce a la persona hacia el logro de sus metas, así como la sensación de satisfacción frente al estudio.

Ítems: 8, 9.

- Nunca: (0)
- A veces: (1)
- Frecuentemente: (2)
- Siempre: (3)

#### **b. Factores del contexto social**

Son las características propias del entorno donde se desenvuelve el individuo(36).

- **Apoyo social:** Es el soporte que recibe el estudiante por parte de su familia, y la capacidad que tiene para poder relacionarse con los demás.

Ítems: 10, 11.

- Nunca: (0)
- A veces: (1)

- Frecuentemente: (2)
  - Siempre: (3)
- **No contar con Feedback:** Hace referencia a la retroalimentación que tiene el estudiante frente al estudio.

Ítems: 12, 13.

- Nunca: (0)
  - A veces: (1)
  - Frecuentemente: (2)
  - Siempre: (3)
- **Competitividad entre compañeros:** Es la sensación de competitividad que siente el estudiante frente a sus compañeros, con el objetivo de siempre ser el mejor.

Ítems: 14, 15.

- Nunca: (0)
  - A veces: (1)
  - Frecuentemente: (2)
  - Siempre: (3)
- **Relaciones interpersonales:** Es la relación que mantiene el estudiante en el ámbito académico con sus compañeros, docentes y jefe de prácticas.

Ítems: 16, 17 y 18.

- Nunca: (0)
- A veces: (1)
- Frecuentemente: (2)
- Siempre: (3)

### c. Factores del contexto académico

Son las características propias del entorno académico (36).

- **Apoyo de tutores:** Es el apoyo que recibe el estudiante en el ámbito académico por parte de los docentes.

Ítems: 19, 20.

- Nunca: (0)
- A Veces: (1)
- Frecuentemente: (2)
- Siempre: (3)

- **Prácticas preprofesionales:** Se refiere a las sensaciones que siente el estudiante al realizar sus prácticas hospitalarias ya sean negativas o positivas.

Ítems: 21, 22.

- Nunca: (0)
- A Veces: (1)
- Frecuentemente: (2)
- Siempre: (3)

- **Sobrecarga de materias:** Es el exceso de trabajo que presenta el estudiante, originando un sentimiento negativo.

Ítems: 23, 24.

- Nunca: (0)
- A Veces: (1)
- Frecuentemente: (2)
- Siempre: (3)

- **Cumplimiento de doble rol:** Se entiende como las responsabilidades que tiene el estudiante fuera del rol universitario, tales como trabajar, estudiar o cuidar de su familia.

Ítems: 25, 26.

- Nunca: (0)
- A Veces: (1)
- Frecuentemente: (2)
- Siempre: (3)

### **CAPÍTULO III**

#### **MARCO METODOLÓGICO**

##### **A. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

El presente trabajo de investigación es un estudio cuantitativo de tipo descriptivo, con diseño correlacional, y de corte transversal dado que las variables fueron estudiadas en un momento determinado.

##### **B. PROCEDIMIENTO**

Para la ejecución del proyecto se realizaron los siguientes pasos:

1. Obtención del consentimiento informado, realizado virtualmente, de las estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa (Anexo N° 1)

2. Aplicación de los instrumentos, para lo cual se utilizó el formulario virtual de preguntas constituido por tres partes:
  - Ficha individual de Datos Personales (Anexo N° 2)
  - Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS), adaptado por Shaufeli et al. (2002), constituido por 15 ítems en forma de afirmaciones que abarcan sentimientos y actitudes, los cuales miden las tres dimensiones del síndrome: cansancio emocional, cinismo, eficacia académica. De la valoración obtenida en cada aspecto se obtiene una puntuación baja, media o alta que permite clasificar la prevalencia del Síndrome de Burnout en la persona. La aplicación se realizó en un tiempo promedio de 10 a 15 minutos (Anexo N° 3)
  - Cuestionario de Factores psicosociales, realizado por las licenciadas Yuli Flores Paredes y Diana Charaja Zapana (2013), constituido por 26 preguntas cerradas que abarcan tres dimensiones: factores intrapersonales, sociales y académicos (Anexo N° 4)
3. Una vez concluida la recolección de datos, se pasó a la tabulación y elaboración de tablas estadísticas para la interpretación. La información se procesó mediante el Software estadístico SPSS versión 27.0.
4. Elaboración del informe final.

### **C. DESCRIPCIÓN DEL ÁREA DE ESTUDIO**

El presente trabajo de investigación se llevó a cabo en la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, la misma que fue fundada el 27 de enero de 1964, en Sesión de Consejo Universitario.

Actualmente tiene un total de 56 años de formación universitaria e investigativa con un aproximado de 400 estudiantes. Esta carrera profesional consta de 5 años de estudio equivalente a 10 ciclos de preparación académica.

Hoy en día la Facultad brinda estudios de pregrado, posgrado y diferentes especialidades, a todos los estudiantes y profesionales de Enfermería, prevaleciendo el sentido del servicio y la vocación relacionados con el origen de la profesión, marcados por un interés personal de ayuda a los demás y el desempeño profesional en los ámbitos comunitario y social (40).

#### **D. POBLACIÓN DE ESTUDIO**

La población de estudio estuvo conformada por 57 estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa con matrícula vigente 2020-II, de manera que los criterios de inclusión sean cumplidos.

##### **Criterios de inclusión**

- Estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería-2020 que accedan voluntariamente a participar en la presente investigación.
- Estudiantes con matrícula regular.
- Estudiantes de sexo masculino o femenino.

##### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes que llevan el Internado reprogramado.
- Estudiantes que no deseen participar en el presente trabajo de investigación.

#### **E. MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

Para la presente investigación se consideró como método la encuesta y como técnica el cuestionario virtual.

## **1. INSTRUMENTOS**

### **1.1. FICHA DE DATOS PERSONALES (Anexo N° 2)**

Es un documento que nos ayuda a caracterizar a la población de estudio para obtener información acerca de la persona a la cual se está encuestando, como: sexo (masculino o femenino), edad, con quien vive, estado civil (casado, soltero o conviviente), si el estudiante trabaja y estudia, practica algún deporte y cantidad de horas de sueño.

Esta ficha es muy importante ya que nos ayuda a recaudar las características de la población o muestra de la investigación.

### **1.2. ESCALA DEL BURNOUT ACADÉMICO MASLACH BURNOUT INVENTORY STUDENT SURVEY / MBI-SS (Anexo N° 3)**

El Cuestionario adaptado por Schaufeli, Martínez, et al. (2002) es el instrumento más utilizado en todo el mundo y tiene una alta consistencia interna y una fiabilidad cercana al 90%.

El cuestionario de Maslach se realiza en 10 a 15 minutos, mide las tres dimensiones del síndrome (cansancio emocional, cinismo y eficacia académica) y que como se señaló anteriormente, está constituido por 15 ítems en forma de afirmaciones sobre los sentimientos y actitudes:

- Cansancio emocional: Consta de 5 preguntas (1, 2, 3, 4 y 5).
- Cinismo: Consta de 4 preguntas (6, 7, 8 y 9).
- Eficacia académica: Consta de 6 preguntas (10, 11, 12, 13, 14 y 15).

Donde a cada respuesta se le asigna los siguientes valores:

0 = Nunca.

1 = Casi nunca.

2 = Algunas veces.



3 = Regularmente.

4 = Bastantes veces.

5 = Casi siempre.

6 = Siempre.

### **1.3. CUESTIONARIO DE FACTORES PSICOSOCIALES (Anexo N° 4)**

El instrumento para la medición de los factores psicosociales fue elaborado por Yuli Flores Paredes y Diana Charaja Zapana (2013), la cual fue sometida a 19 estudiantes para evaluar su validez y confiabilidad, utilizando el coeficiente de correlación Alfa de Cronbach, obteniendo el valor de  $0,91 > 0,8$  determinando una prueba confiable. Está compuesto por tres dimensiones divididas en 26 ítems:

- Factores intrapersonales: Consta de 9 preguntas (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 y 9).
- Factores de contexto social: Consta de 9 preguntas (10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17 y 18).
- Factores de contexto académico: Consta de 8 preguntas (19, 20, 21, 22, 23, 24, 25 y 26).

Cada pregunta está compuesta por una serie de alternativas múltiples, las respuestas se codificaron sobre una escala de 0 a 3, desde “Nunca” (0) hasta “Siempre” (3):

0 = Nunca.

1 = A veces.

2 = Frecuentemente.

3 = Siempre.

## **CAPÍTULO IV**

### **RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

#### **A. PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

En el presente capítulo se dan a conocer los resultados de la investigación realizada, los datos que se obtuvieron se presentan en tablas, las cuales han sido elaboradas de acuerdo a los objetivos, y están ordenadas de la siguiente manera:

- Caracterización de la población de estudio: Tabla 1.
- Objetivos específicos: Tabla 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8.
- Comprobación de la hipótesis: Tabla 9 y 10.

**TABLA N° 1**

**CARACTERÍSTICAS DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE  
LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA – 2020**

<b>CARACTERÍSTICAS</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
<b>SEXO</b>		
Femenino	57	100.0
Masculino	0	0
<b>EDAD</b>		
21 años	9	16.1
22 años	17	30.3
23 años	18	32.1
24 años	9	16.1
25 años	4	6.4
<b>TRABAJA</b>		
Sí	22	37.5
No	35	62.5
<b>CON QUIÉN VIVE</b>		
Ambos padres	31	55.4
Con uno de los padres	16	28.6
Con otras personas	3	5.4
Solo	7	10.6
<b>ACTIVIDAD DEPORTIVA</b>		
Sí practica	15	26.8
A veces	20	33.7
No practica	22	37.5

<b>HORAS DE SUEÑO</b>		
Menos de 8 horas	39	68.8
8 horas	14	25.8
Más de 8 horas	4	6.4
<b>Total</b>	<b>57</b>	<b>100.0</b>

**Fuente:** Matriz de datos.

En la presente tabla se muestra que el 100% de la población en estudio son de género femenino, el 32.1% tienen 23 años, el 62.5% de la población aun no trabajan, el 55.4% viven con ambos padres, el 37.5% no practican ninguna actividad deportiva, y finalmente el 68.8% duermen menos de 8 horas.

**TABLA N° 2**

**SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO POR DIMENSIONES, EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA – 2020**

<b>DIMENSIONES</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
<b>CANSANCIO EMOCIONAL</b>		
Bajo	11	17.8
Medio	23	41.1
Alto	23	41.1
<b>CINISMO</b>		
Bajo	47	83.9
Medio	7	10.7
Alto	3	5.4
<b>EFICACIA ACADÉMICA</b>		
Bajo	42	75.0
Medio	15	25.0
Alto	0	0.0

**Fuente:** Matriz de datos.

La presente tabla muestra los ítems considerados en las dimensiones del Síndrome de Burnout Académico, observando que el 41.1% presentan un nivel medio y alto en relación a la dimensión de cansancio emocional, en la dimensión de cinismo se presenta un nivel bajo con 83.9% y finalmente un 75% se encontró con un nivel bajo de eficacia académica.

**TABLA N° 3**

**SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL  
QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA  
AREQUIPA – 2020**

<b>SÍNDROME DE BURNOUT ACADEMICO</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Presenta	2	3.6
No presenta	55	96.4
<b>Total</b>	<b>57</b>	<b>100.0</b>

***Fuente:*** Matriz de datos.

En la tabla se puede observar que el 96.4% de las estudiantes no presentan Síndrome de Burnout académico, mientras que solo el 3.6% de ellas si evidencia la presencia de este Síndrome.

**TABLA N° 4**

**FACTORES PSICOSOCIALES POR DIMENSIONES, EN ESTUDIANTES  
DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA  
AREQUIPA – 2020**

<b>DIMENSIONES</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
<b>FACTOR INTRAPERSONAL</b>		
Menor	13	21.4
Mayor	44	78.6
<b>FACTOR SOCIAL</b>		
Menor	14	23.2
Mayor	43	76.8
<b>FACTOR ACADÉMICO</b>		
Menor	40	71.4
Mayor	17	28.6

**Fuente:** Matriz de datos.

En la presente tabla podemos apreciar que el 78.6% de las estudiantes presentan mayor influencia de los factores intrapersonales al igual que el 76.8% en los factores sociales y, por último, observamos que el 71.4% de las estudiantes evidencia menor manifestación de los factores académicos.

**TABLA Nº 5**

**RELACIÓN ENTRE EL FACTOR DE CONTEXTO SOCIAL Y SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA - 2020**

SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO	FACTOR DE CONTEXTO SOCIAL				Total	
	Menor		Mayor		N°	%
	N°	%	N°	%		
Presenta	0	0.0	2	3.6	2	3.6
No presenta	13	23.4	42	73.0	55	96.4
<b>Total</b>	13	23.4	44	76.6	57	100.0

**Fuente:** Matriz de datos.

$X^2=0.31$        $P>0.05$        $P>0.58$

En la siguiente tabla se muestra que según la prueba de chi cuadrado ( $X^2=0.31$ ) el Síndrome de Burnout Académico y el factor de contexto social no presentan relación estadísticamente significativa ( $P>0.05$ ).

Asimismo, se observa que el 23.4% de las estudiantes con menor manifestación de los factores de contexto social no presentan Síndrome de Burnout a diferencia del 3.6% que muestran mayor manifestación de este factor y a la vez presentan Síndrome de Burnout.



**TABLA Nº 6**

**RELACIÓN ENTRE EL FACTOR DE CONTEXTO SOCIAL Y  
DIMENSIONES DEL SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN  
ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE  
ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA – 2020**

SÍNDROME DE BURNOUT ACADEMICO	FACTOR DE CONTEXTO SOCIAL				Total	
	Menor		Mayor		N°	%
	N°	%	N°	%		
<b>CANSANCIO EMOCIONAL</b>						
Bajo	3	23.1	7	16.3	11	17.8
Medio	5	30.8	18	44.2	23	41.1
Alto	6	46.2	17	39.5	23	41.1
P	0.042 (P < 0.05) S.S.					
<b>CINISMO</b>						
Bajo	9	69.2	38	88.4	47	83.9
Medio	3	23.1	3	7.0	6	10.7
Alto	1	7.7	2	4.7	4	5.4
P	0.221 (P ≥ 0.05) N.S.					
<b>EFICACIA ACADÉMICA</b>						
Bajo	4	30.8	38	88.4	42	75.0
Medio	9	69.2	5	11.6	15	25.0
Alto	0	0.0	0	0.0	0	0.0
P	0.000 (P < 0.05) S.S.					

**Fuente:** Matriz de datos.

En la tabla observamos que, según la prueba de chi cuadrado, solo las dimensiones de cansancio emocional y eficacia académica presentan relación estadísticamente significativa ( $P < 0.05$ ) con el factor de contexto social.

Asimismo, se observa que el 46.2% de las estudiantes que presentan menor manifestación de los factores de contexto social muestran cansancio emocional alto; caso contrario al 88.4% que presentan mayor influencia de este factor además de bajos niveles de cinismo y eficacia académica.

**TABLA N° 7**

**RELACIÓN ENTRE EL FACTOR DE CONTEXTO ACADÉMICO Y  
SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL  
QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA  
AREQUIPA - 2020**

SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO	FACTOR DE CONTEXTO ACADÉMICO				Total	
	Menor		Mayor		N°	%
	N°	%	N°	%		
Presenta	0	0.0	2	3.6	2	3.
No presenta	40	69.6	15	26.8	55	96.4
<b>Total</b>	40	69.6	17	30.4	57	100.0

**Fuente:** Matriz de datos.

$$X^2=2.54 \quad P>0.05 \quad P=0.11$$

La presente tabla muestra que según la prueba de chi cuadrado ( $X^2=2.54$ ) al relacionar el Síndrome de Burnout Académico con el factor de contexto académico no presentan relación estadísticamente significativa ( $P>0.05$ ).

Igualmente, se observa que el 69.6% de las estudiantes con menor manifestación de este factor no presentan Síndrome de Burnout Académico, mientras que solo el 3.6% de las estudiantes que muestran mayor manifestación de este factor si presentan Síndrome de Burnout.

**TABLA Nº 8**

**RELACIÓN ENTRE EL FACTOR DE CONTEXTO ACADÉMICO Y  
DIMENSIONES DEL SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN  
ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE  
ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA – 2020**

SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO	FACTOR DE CONTEXTO ACADÉMICO				Total	
	Menor		Mayor		N°	%
	N°	%	N°	%		
<b>CANSANCIO EMOCIONAL</b>						
Bajo	10	25.0	1	0.0	11	17.8
Medio	19	47.5	4	25.0	23	41.1
Alto	11	27.5	12	75.0	23	41.1
P	0.003 (P < 0.05) S.S.					
<b>CINISMO</b>						
Bajo	36	87.5	12	75.0	48	83.9
Medio	4	10.0	2	12.5	6	10.7
Alto	1	2.5	2	12.5	3	5.4
P	0.342 (P ≥ 0.05) N.S.					
<b>EFICACIA ACADÉMICA</b>						
Bajo	33	82.5	10	56.3	43	75.0
Medio	7	17.5	7	43.8	14	25.0
Alto	0	0.0	0	0.0	0	0.0
P	0.047 (P < 0.05) S.S.					

**Fuente:** Matriz de datos.

En la presente tabla se logra identificar que, según la prueba de chi cuadrado, solo las dimensiones de cansancio emocional y eficacia académica presentan relación estadísticamente significativa ( $P < 0.05$ ) con el factor de contexto académico. Asimismo, se observa que el 75% de las estudiantes que muestran mayor manifestación de los factores académicos presentan cansancio emocional alto, el 87.5% que muestra menor manifestación de estos factores presentan bajo nivel de cinismo, al igual que el 82.5% de estudiantes que presentan baja eficacia académica.

**TABLA N° 9**

**RELACIÓN ENTRE EL FACTOR INTRAPERSONAL Y SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA - 2020**

SÍNDROME DE BURNOUT	FACTOR INTRAPERSONAL				Total	
	Menor		Mayor		N°	%
	N°	%	N°	%		
Presenta	2	3.6	0	0,0	2	3.6
No presenta	10	17.2	45	79.2	55	96.4
<b>Total</b>	12	20.8	45	79.2	57	100,0

**Fuente:** Matriz de datos.

$$X^2=3.73 \quad P<0.05 \quad P=0.05$$

La presente tabla muestra que, según la prueba de chi cuadrado ( $X^2=3.73$ ) el Síndrome de Burnout Académico y el factor intrapersonal presentan relación estadísticamente significativa ( $P\leq 0.05$ ).

Asimismo, se observa que el 79.2% de las estudiantes que muestran mayor influencia de los factores intrapersonales no presentan Síndrome de Burnout Académico, a diferencia de solo el 3.6% que muestran menor manifestación de los factores intrapersonales y que a la vez presentan Síndrome de Burnout.

**TABLA N° 10**

**RELACIÓN ENTRE EL FACTOR INTRAPERSONAL Y DIMENSIONES DEL SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA - 2020**

SÚNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO	FACTOR INTRAPERSONAL				Total	
	Menor		Mayor		N°	%
	N°	%	N°	%		
<b>CANSANCIO EMOCIONAL</b>						
Bajo	1	8.3	10	20.4	11	17.8
Medio	3	25.0	20	45.5	23	41.1
Alto	8	66.7	15	34.1	23	41.1
P	0.047 (P < 0.05) S.S.					
<b>CINISMO</b>						
Bajo	7	58.3	40	90.9	47	83.9
Medio	2	16.7	5	9.1	7	10.7
Alto	3	25.0	0	0.0	3	5.4
P	0.002 (P < 0.05) S.S.					
<b>EFICACIA ACADÉMICA</b>						
Bajo	3	25.0	39	88.6	42	75.0
Medio	9	75.0	5	11.4	15	25.0
Alto	0	0.0	0	0.0	0	0.0
P	0.000 (P < 0.05) S.S.					

**Fuente:** Matriz de datos.

Según la presente tabla se observa que, según la prueba de chi cuadrado, las tres dimensiones del Síndrome de Burnout Académico y el factor intrapersonal presentan relación estadísticamente significativa ( $P < 0.05$ ). De igual manera, se observa que el 66.7% de las estudiantes que muestran menor influencia de los factores intrapersonales presentan niveles altos de cansancio emocional, el 90.9% con mayor manifestación de los factores intrapersonales presentan bajo nivel de cinismo, mientras que el 88.6% de estudiantes con mayor manifestación de este factor presentan bajos niveles de eficacia académica.



## **B. DISCUSIÓN**

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar la relación existente entre los factores psicosociales y la presencia del Síndrome de Burnout Académico en estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, 2020.

En relación al primer objetivo podemos mencionar que el 100% de las estudiantes del quinto año son de género femenino, el 32.1% tienen 23 años, el 62.5% no trabajan, el 55.4% viven con ambos padres, el 39.3% no practican ninguna actividad deportiva y el 69.8% duermen menos de 8 horas, dichos datos son presentados como características generales de la población de estudio.

En cuanto al segundo objetivo, el 78.6% de las estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería presentan mayor manifestación de los factores intrapersonales, 76.8% de los factores sociales y el 71.4% de las estudiantes presentan menor manifestación de los factores académicos.

Con respecto a las dimensiones del Síndrome de Burnout el 41.1% de las estudiantes presentan nivel medio y bajo de cansancio emocional, el 83.9% presentan bajo nivel de cinismo, seguido del 75% de las estudiantes que presentan bajo nivel de eficacia académica; estos resultados no coinciden con Chávez, K, y Quito, J. quienes realizaron una investigación similar y concluyeron que existe la presencia del Síndrome de Burnout en estudiantes del área de la salud, con mayor prevalencia en el sexo femenino, que implica un elevado nivel de estrés generado por el agotamiento físico y psicológico que viven diariamente.

Otro dato relevante es la evidencia de un alto porcentaje de estudiantes con cansancio emocional (6), caso contrario al estudio realizado por Illesca, M y Uribe, M. quienes en su investigación concluyen que al relacionar las variables sociodemográficas y académicas con los niveles

del Burnout no se evidencia asociaciones significativas; sin embargo, se aprecia una tendencia a padecer el síndrome (12).

En un diferente estudio realizado por Felipa, A. en el cual hace referencia al “Síndrome de Burnout en estudiantes del internado de Enfermería de la Universidad Privada Arzobispo Loayza”, concluye que los internos en estudio tienen una mayor tendencia a desarrollar el Síndrome de Burnout Académico, siendo el agotamiento emocional y la realización personal las dimensiones más afectadas y con un nivel alto, a diferencia de la despersonalización, la cual presentó un nivel bajo en esta población (10).

Por lo anteriormente mencionado, manifestamos que, al aplicar la prueba estadística en el presente estudio, se determinó que el Síndrome de Burnout Académico y los factores psicosociales no presentan relación estadísticamente significativa, excepto en lo que respecta al factor intrapersonal, en donde el 79.2% de las estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería que muestran mayor influencia de este factor no presentan Síndrome de Burnout Académico, y solo el 3.6% que muestran menor manifestación de este factor, si evidencian presencia de este síndrome.

Es necesario resaltar que, si bien el porcentaje obtenido en la población no evidencia niveles altos de Burnout, se puede destacar que los porcentajes medio y alto en la dimensión de cansancio no son para nada despreciables, teniendo en cuenta que para identificar que un individuo padece de este síndrome se debe tener por lo menos dos dimensiones con un nivel alto de riesgo, destacando que esta dimensión constituye un componente de estrés, caracterizado por la sobrecarga académica, componente incluido en los factores académicos. En la cual se obtuvo puntuaciones bajas.

Otro aspecto relevante es la eficacia académica, que siendo un componente de autoevaluación y al obtener puntuaciones bajas representaría los sentimientos de incompetencia y poca productividad en

los estudios, de modo que el estudiante ve afectada sus expectativas de éxito y autoeficacia, características propias del factor intrapersonal, dando como consecuencia la procrastinación y por consiguiente el absentismo.

Por último, la dimensión de cinismo, en la cual ciertamente la puntuación es notable; ya que nos permite resaltar la constancia y capacidad de las estudiantes para seguir adelante con una actitud afable y positiva hacia con otros, a pesar de las dificultades, frustración o los propios deseos de rendirse.

## **CAPÍTULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **A. CONCLUSIONES**

##### **PRIMERA:**

El 100% de las estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería de la UNSA son de género femenino, el 30.4% tienen 22 años, el 62.5% aun no trabajan, el 55.4% viven con ambos padres, el 39.3% no practican ninguna actividad deportiva, mientras que el 69.8% duermen menos de 8 horas.

## **SEGUNDA:**

El 78.6% de las estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería de la UNSA presentan mayor influencia de los factores intrapersonales, 76.8% en los factores sociales y el 71.4% de las estudiantes evidencian menor manifestación de los factores académicos.

## **TERCERA:**

El 96.4% de las estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería de la UNSA no presentan Síndrome de Burnout Académico, mientras que solo el 3.6% de ellas si evidencian la presencia de este síndrome.

## **CUARTA:**

Según la prueba estadística, el Síndrome de Burnout Académico y los factores psicosociales no presentan relación estadísticamente significativa ( $P > 0.05$ ), excepto con el factor intrapersonal ( $P \leq 0.05$ ); por lo tanto, se acepta la hipótesis nula.

## **B. RECOMENDACIONES**

### **PRIMERA:**

Establecer acciones dirigidas a la promoción de la salud mental en el ámbito académico con el fin de mejorar el bienestar general de los estudiantes, y la prevención de factores de riesgo para el manejo del exceso de cansancio emocional y en consecuencia el desarrollo del Síndrome de Burnout Académico.

### **SEGUNDA:**

Seguimiento continuo y permanente del estudiante a través de la tutoría estudiantil, que ayude a sobrellevar situaciones estresantes y permita identificar tempranamente el desarrollo de patologías mentales, fortaleciendo principalmente las áreas: intelectual cognitiva, afectiva emotiva, social y profesional.

**TERCERA:**

Desarrollar una evaluación integral desde el punto de vista psicosocial al inicio de la carrera, para la detección oportuna de factores de riesgo en el estudiante.

**CUARTA:**

Continuar con la realización de nuevos trabajos de investigación que estudien la presencia del Síndrome de Burnout en otras universidades, a partir del análisis de los factores psicosociales que intervienen en el desempeño de los futuros profesionales de la salud.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Gutierrez G. Síndrome de Burnout. Arch de Neurocién [Internet]. 2006; 11(4): p. 305 - 309. Disponible en: [https://www.researchgate.net/profile/Felipe-Farias-Serratos/publication/236332518\\_Burnout\\_Syndrome/links/02e7e517a8d1f31e73000000/Burnout-Syndrome.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Felipe-Farias-Serratos/publication/236332518_Burnout_Syndrome/links/02e7e517a8d1f31e73000000/Burnout-Syndrome.pdf)
2. Gil P, Peiro J. Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome de quemarse por el trabajo. An de Psicol [Internet]. 1999; 15(2): p. 261-268. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/39174796\\_Perspectivas\\_teoricas\\_y\\_modelos\\_interpretativos\\_para\\_el\\_estudio\\_del\\_sindrome\\_de\\_quemarse\\_por\\_el\\_trabajo](https://www.researchgate.net/publication/39174796_Perspectivas_teoricas_y_modelos_interpretativos_para_el_estudio_del_sindrome_de_quemarse_por_el_trabajo)
3. Rosales Y, Rosales F. Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. Salud Mental. 2013; 36(4): p. 337 - 345. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v36n4/v36n4a9.pdf>
4. Schaufeli W, Salanova M, Gonzalez V, et al. The Measurement of Engagement and Burnout: a two sample confirmatory factor analytic approach. J Happiness Stud [Internet]. 2002;(3): p. 71 - 92. Disponible en: [http://www.want.uji.es/wp-content/uploads/2017/03/2002\\_Schaufeli-Salanova-Gonz%C3%A1lez-Rom%C3%A1-Bakker.pdf](http://www.want.uji.es/wp-content/uploads/2017/03/2002_Schaufeli-Salanova-Gonz%C3%A1lez-Rom%C3%A1-Bakker.pdf)
5. Caballero C, Bresó É, Gonzáles O. Burnout en estudiantes universitarios. Rev Car [Internet]. 2015; 32(3): p. 424 - 441. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v32n3/v32n3a07.pdf>
6. Alejandra S, María B. Síndrome de burnout en estudiantes de odontología [Tesis]. Riobamba: Universidad Nacional de

Chimborazo; 2019. Recuperado de:  
<http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/6449>

7. Leslie L, Alexander M, Álvaro T. Síndrome de burnout en estudiantes de pregrado de Medicina Humana: un problema escasamente estudiado en el Perú. An Fac Med [Internet]. 2015; 76(1): p. 83-84. Disponible en: <https://doi.org/10.15381/anales.v76i1.11082>
8. Nuñez L. Predictores del burnout académico en estudiantes de enfermería de las universidades nacionales de Áncash. Aporte Santiguino [Internet]. 2017; 10(1): p. 13-14. Disponible en: <https://doi.org/10.32911/as.2017.v10.n1.179>
9. Flores A. Estilos de vida, síndrome de desgaste físico y mental (burnout académico) y porcentaje de masa grasa corporal en los estudiantes universitarios del área de biomédicas de la Universidad Nacional de San Agustín [Tesis]. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín; 2017. Recuperado de: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/2764/Nuflgoam.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
10. Chavez K, Quito J. Síndrome de Burnout en estudiantes del internado rotativo de las carreras de Medicina y Enfermería durante el periodo de Octubre 2018 - Febrero 2019 [Tesis]. Riobamba: Universidad Nacional de Chimborazo; 2019. Recuperado de: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/5433/1/UNACH-EC-FCS-ENF-2019-0006.pdf>
11. María V, Víctor G. Síndrome de Burnout en los estudiantes del grado en enfermería de la Universitat Jaume I [Tesis]. Barcelona: Universitat Jaume I; 2017. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10234/169515>



12. Illesca M, Uribe M. Burnout en estudiantes de Enfermería de una universidad privada. Investigación en Educación Médica [Internet]. 2017; 6(24): p. 234-241. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/iem/v6n24/2007-5057-iem-6-24-00234.pdf>
13. Domínguez A. Burnout y engagement en estudiantes de Enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima- 2018 [Tesis]. Lima: Universidad Norbert Wiener; 2019. Recuperado de: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/2661/TESIS%20Dom%C3%ADnguez%20Ang%C3%A9lica%20%20Mendoza%20Julissa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
14. Correa L, Cruz J, Perez M. Factores asociados al Síndrome de Burnout en estudiantes de la Universidad Ricardo Palma en el periodo 2017 [Tesis]. Lima: Universidad Ricardo Palma; 2017. Recuperado de: <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1599>
15. Felipa A. Síndrome de Burn – Out en internos de Enfermería de la Universidad Privada Arzobispo Loayza [Tesis]. Lima: Universidad Privada Arzobispo Loayza; 2015. Recuperado de: <http://repositorio.ual.edu.pe/bitstream/handle/UAL/70/T-ENF%200003%20%28Felipa%20Mar%C3%adn%2c%20Angela%20Eliana%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
16. Loayza J. Síndrome de burnout en estudiantes universitarios: Tendencias actuales. Revista de la Facultad de Medicina Humana [Internet]. 2016; 16(1). Disponible en: <https://doi.org/10.25176/RFMH.v16.n1.333>
17. Tessy P, Valdivia N. Nivel de estrés laboral en los internos de la facultad de Enfermería durante la práctica pre profesional, Universidad católica de Santa María [Tesis]. Arequipa: Universidad

católica de Santa María; 2015. Recuperado de:  
<http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/3137/60.1332.EN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

18. Medicosypacientes [Internet]. Madrid: Organización Médica Colegial de España; c2019-2021 [citado 9 de diciembre de 2020]. La OMS reconoce como enfermedad el burnout o “síndrome de estar quemado”; [aprox. 1 p]. Disponible en:  
<http://www.medicosypacientes.com/articulo/la-oms-reconoce-como-enfermedad-el-burnout-o-sindrome-de-estar-quemado>
19. Gutierrez G, Celis M, Jimenez S, et al. Síndrome de burnout. Arch de Neurocién [Internet]. 2006; 11(4): p. 305-309. Disponible en:  
<https://www.medigraphic.com/pdfs/arcneu/ane-2006/ane064m.pdf>
20. Gil P, Peiro J. Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome de quemarse por el trabajo. An de Psicol [Internet]. 1999; 15(2): p. 261-268. Disponible en:  
[https://www.researchgate.net/publication/39174796\\_Perspectivas\\_teoricas\\_y\\_modelos\\_interpretativos\\_para\\_el\\_estudio\\_del\\_sindrome\\_de\\_quemarse\\_por\\_el\\_trabajo](https://www.researchgate.net/publication/39174796_Perspectivas_teoricas_y_modelos_interpretativos_para_el_estudio_del_sindrome_de_quemarse_por_el_trabajo)
21. Velásquez A. Síndrome de Burnout y bienestar psicológico en enfermeras de la Microred de Salud de San Juan de Miraflores [Tesis]. Lima: Universidad Autónoma del Perú; 2014. Recuperado de:  
<http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/106/1/VELASQUEZ%20NEYRA.pdf>
22. Freudenberger H. Staff Burn-out. Journal of School Issues [Internet]. 1974; 30: p. 159-164. Disponible en:  
<https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
23. Quevedo J, Beas R. Prevalencia del síndrome de burnout en

- médicos y enfermeras del Perú, ENSUSALUD 2014. Rev Peru Med Exp Salud Pública [Internet]. 2016; 33(2): p. 241-247. Disponible en: <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2016.332.2170>
24. Mariela B, Navarro E. et al. Síndrome de Burnout en estudiantes de internado del Hospital Universidad del Norte. Salud, Barranquilla [Internet]. 2007; 23(1): p. 43-51. Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S012055522007000100006](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S012055522007000100006)
  25. Barco V, Miranda Y, Herrera D, et al. El Síndrome de Burnout en enfermeros básicos del segundo año de la carrera. Rev Cubana Enfermer [Internet]. 2008; 24(3-4). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S086403192008000300005&lng=es&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S086403192008000300005&lng=es&nrm=iso)
  26. Castillo S. El síndrome de "Burn Out" o síndrome de agotamiento profesional. Med leg Costa Rica [Internet]. 2001; 17(2): p. 11-14. Disponible en: [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S140900152001000100004](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S140900152001000100004)
  27. CepymeNews [Internet]. Madrid: CEPYME; c2019-2021 [citado 9 de Diciembre de 2020]. Crece el estrés vacacional. ¿Sabes desconectar del trabajo?; [aprox. 4 p]. Disponible en: <https://cepymenews.es/dieta-sana-verano>.
  28. Hederich-Martinez C, Caballero-Domínguez C. Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI - SS) en contexto académico colombiano. Revista CES psicología [Internet]. 2010; 9(1): p. 1-15. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/cesp/v9n1/v9n1a02.pdf>
  29. Cruz V, Salanova M. Jornades de Foment de la Investigació

- [Internet]. Fòrum de recerca. 2003; p. 1-14. Disponible en: [http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77349/fr\\_2011\\_9\\_5.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77349/fr_2011_9_5.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
30. Martínez I, Salanova M. Niveles de Burnout y Engagement en estudiantes universitarios. Relación con el desempeño y desarrollo profesional. Rev de Edu [Internet]. 2003;(330): p. 361-384. Disponible en: [http://www.want.uji.es/wpcontent/uploads/2017/03/2003\\_Mart%C3%ADnez-Salanova.pdf](http://www.want.uji.es/wpcontent/uploads/2017/03/2003_Mart%C3%ADnez-Salanova.pdf)
  31. Kutsal D, Bilge F. Adaptation of Maslach Burnout Inventory – Student Survey: Validity and reliability Study. World Appl Sci J [Internet]. 2012; 19(9): p. 1360 – 1366.
  32. Rosales Y, Rosales F. Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. Salud Mental. 2013; 36(4): p. 337 - 345. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v36n4/v36n4a9.pdf>
  33. Comisión Ejecutiva Confederal de UGT. Guía sobre el Síndrome de Quemado (Burnout) [Internet]. 1ra ed. Madrid: Comisión Ejecutiva Confederal de UGT; 2006 [citado 9 de diciembre de 2020]. Disponible en: <http://www.fespugtmadrid.es/wp-content/uploads/salud-laboral/documentacion/Guia-Burnout.pdf>
  34. Sosa, E. (2007). Frequency of symptoms of the burnout syndrome among medical professionals. Rev Med Rosario. 73: p. 12 - 20. [https://www.researchgate.net/publication/288789726\\_Frequency\\_of\\_symptoms\\_of\\_the\\_burnout\\_syndrome\\_among\\_medical\\_professionals](https://www.researchgate.net/publication/288789726_Frequency_of_symptoms_of_the_burnout_syndrome_among_medical_professionals)
  35. Redolar D. El cerebro estresado: Editorial UOC ; 2011 [citado 9 de diciembre de 2020]. Disponible en:

[https://www.researchgate.net/publication/263621609\\_El\\_cerebro\\_e\\_stresado](https://www.researchgate.net/publication/263621609_El_cerebro_e_stresado)

36. Yuli F, Diana C. Factores psicosociales y la presencia del Síndrome de Burnout en estudiantes del área de Biomédicas de la Universidad Nacional del Altiplano [Tesis]. Puno: Universidad Nacional del Altiplano; 2013. Recuperado de: [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/1926/Charaja\\_Zapana\\_Diana\\_Rocio\\_Flores\\_Paredes\\_Yuli\\_Lorena.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/1926/Charaja_Zapana_Diana_Rocio_Flores_Paredes_Yuli_Lorena.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
37. TN [Internet]. Argentina: Artear; 2018 [citado 9 de diciembre de 2020]. Las mujeres serían más propensas a sufrir “burnout” por no acceder a puestos de poder; [aprox. 2 p]. Disponible en: [https://tn.com.ar/salud/lo-ultimo/las-mujeres-serian-mas-propensas-sufrir-burnout-por-no-acceder-puestos-de-poder\\_872809/](https://tn.com.ar/salud/lo-ultimo/las-mujeres-serian-mas-propensas-sufrir-burnout-por-no-acceder-puestos-de-poder_872809/).
38. Caballero C. El burnout académico: Prevalencia y factores asociados en estudiantes universitarios del área de la salud de la ciudad de Barranquilla [Tesis doctoral]. Barranquilla: Universidad del Norte; 2012. Recuperado de: <https://manglar.uninorte.edu.co/bitstream/handle/10584/7411/sindrome.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
39. Caballero C. Burnout, Engagement y rendimiento académico entre estudiantes universitarios que trabajan y aquellos que no trabajan. Psicogente [Internet]. 2006; 9(16): p. 11-27. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497552138001>
40. Universidad Nacional de San Agustín [Internet]. Arequipa: Facultad de Enfermería [citado 9 de diciembre de 2020] Reseña de la Facultad de Enfermería [aprox. 1 p]. Disponible en: <http://fen.unsa.edu.pe/antecedentes-historicos/>.

- 41 Díaz L, Durán M, Gallego P, et al. Análisis de los conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. Aquichan [Internet]. 2002; 2(1): 19-23. Disponible en:  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-)

## **ANEXOS**



## ANEXO Nº 1



### UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN DE AREQUIPA FACULTAD DE ENFERMERÍA

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

#### “FACTORES PSICOSOCIALES Y SÍNDROME DE BURNOUT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA, UNSA AREQUIPA - 2020”

Yo.....con DNI.....he sido informado que las estudiantes del X semestre de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín, están realizando el trabajo de investigación: “Factores Psicosociales y Síndrome de Burnout Académico en estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería, UNSA Arequipa - 2020”. He escuchado atentamente la información proporcionada respecto a la finalidad de los dos formularios que voy a completar. He tenido la oportunidad de preguntar sobre ellos y se me ha contestado satisfactoriamente las preguntas que he realizado.

Ante lo manifestado, consiento voluntariamente participar de esta investigación en calidad de participante y entiendo que tengo el derecho al anonimato de mis respuestas sin prejuicio alguno, en pro de que los resultados de esta investigación sean útiles para mejorar la formación de la identidad profesional

Por todo ello, ACEPTO VOLUNTARIAMENTE PARTICIPAR EN LA INVESTIGACION MENCIONADA. Para que conste firmo al pie de este documento.

Arequipa,.....de .....del 2020.

---

**FIRMA DEL PARTICIPANTE**  
**DNI:**





## ANEXO Nº 2



### UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN DE AREQUIPA FACULTAD DE ENFERMERÍA

#### FICHA INDIVIDUAL / DATOS PERSONALES

##### I. INTRODUCCIÓN

Sr/ Srta. Estudiante, lo saludamos cordialmente y le solicitamos responder a las siguientes preguntas que nos serán de ayuda para llevar a cabo el objetivo de nuestro trabajo de investigación titulado “Factores psicosociales y Síndrome de Burnout Académico en estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería, UNSA Arequipa - 2020”.

Este cuestionario es confidencial. De antemano, pedimos contestar con la mayor sinceridad posible, quedando desde ya agradecidas por su participación.

##### II. DATOS GENERALES

###### 1. Sexo:

- Femenino ( )  
Masculino ( )

###### 2. Edad:

\_\_\_\_\_

###### 3. Estado civil:

- Soltero ( )  
Casado ( )  
Conviviente ( )

###### 4. Lugar de residencia actual

\_\_\_\_\_

###### 5. ¿Con quién vives actualmente?

- Ambos padres ( )  
Solo con uno de los dos ( )  
Con los abuelos ( )  
Solo ( )  
Otros ( )

###### 6. ¿Practica algún deporte?

- SI ( )  
No ( )  
A veces ( )

###### 7. Horas de sueño

- Menos de 8 horas ( )  
8 horas ( )  
Más de 8 horas ( )



## ANEXO Nº 3



### UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN DE AREQUIPA

#### FACULTAD DE ENFERMERÍA

#### INSTRUCTIVO DE LA ESCALA MASLACH BURNOUT INVENTORY STUDENT SURVEY (MBI – SS)

Para la determinación de la prevalencia del Síndrome de Burnout se tomó en cuenta la normativa recomendada en la Nota Técnica NTP – 732 del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo de España. El Síndrome de Burnout Académico se clasifica de acuerdo a los percentiles obtenidos, de modo que para determinar la prevalencia del SBO, se utilizó el criterio “Agotamiento emocional más uno”, avalado por Christina Maslach, de modo que se considera que un individuo:

- **Presenta:** si muestra altas puntuaciones en las dimensiones de cansancio emocional (agotamiento) en combinación con un alto nivel de riesgo en alguna de las dos dimensiones restantes.
- **No presenta:** si no cumple con el criterio anteriormente señalado.

Para la evaluación individual y obtención de los puntajes de cada dimensión del Síndrome de Burnout, se toma en cuenta la escala de Likert en los siguientes parámetros:

- a. **Cansancio emocional (CE).** Evalúa la vivencia o sentimiento de encontrarse física, mental y emocionalmente exhausto, y con una sensación de no poder dar más de sí mismo frente a las actividades académicas:

Ítems: 1, 2, 3, 4 y 5.

Puntuación por categorías:

- Bajo: < 9
- Medio: 9 - 16
- Alto: > 16

**b. Cinismo (C).** Evalúa la actitud negativa del estudiante frente a sus estudios.

Ítems: 6, 7, 8 y 9.

Puntuación por categorías:

- Bajo: < 8
- Medio: 8 -13
- Alto: > 13

**c. Eficacia académica (EA).** Evalúa la percepción del estudiante sobre la competencia de sus estudios.

Ítems: 10, 11, 12, 13, 14 y 15.

Puntuación por categorías:

- Bajo: mayor e igual a 20
- Medio: 11 – 19
- Alto: < 11

Donde a cada respuesta se le asigna los siguientes valores:

- 0 = Nunca
- 1 = Casi nunca
- 2 = Algunas veces
- 3 = Regularmente
- 4 = Bastantes veces
- 5 = Casi siempre
- 6 = Siempre



## ANEXO Nº 4



### UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN DE AREQUIPA

#### FACULTAD DE ENFERMERÍA

#### ESCALA DE MASLACH BURNOUT INVENTORY STUDENT SURVEY (MBI – SS)

INDICACIONES: Los siguientes ítems están relacionados con sentimientos, creencias y conductas vinculados a tu experiencia como “estudiante” en la universidad. Por favor contesta a cada uno de ellos teniendo en cuenta la siguiente escala de respuesta que va de 0 (nunca has experimentado ese sentimiento o creencia) a 6 (siempre lo experimentas).

0	1	2	3	4	5	6
Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Regularmente	Bastantes veces	Casi siempre	Siempre

Por favor, para contestar a los ítems PIENSA EN TUS TAREAS COMO ESTUDIANTE y valora la frecuencia con que te ocurren cada uno de los siguientes aspectos.

MBI – CANSANCIO EMOCIONAL	
1.	Las actividades académicas de esta carrera me tienen emocionalmente “agotado”.
2.	Me encuentro agotado físicamente al final de un día de universidad.
3.	Estoy cansado cuando me levanto en la mañana y tengo que afrontar otro día en la universidad.
4.	Estudiar o ir a clases todo el día es una tensión para mí.
5.	Estoy agotado de tanto estudiar.

<b>MBI - CINISMO</b>		
6.	He perdido interés en la carrera desde que empecé la universidad.	
7.	He perdido entusiasmo por mi carrera.	
8.	Me he distanciado de mis estudios porque pienso que no serán realmente útiles.	
9.	Dudo de la importancia y valor de mis estudios.	
<b>MBI – EFICACIA ACADÉMICA</b>		
10.	Puedo resolver de manera eficaz los problemas relacionados con mis estudios.	
11.	Creo que contribuyo efectivamente con las clases en mi universidad.	
12.	En mi opinión, soy buen estudiante.	
13.	Me estimula conseguir objetivos en mis estudios.	
14.	Durante las clases, tengo la seguridad de que soy eficaz en la finalización de las cosas.	
15.	He aprendido muchas cosas interesantes durante mi carrera.	

*Escala Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS)*

*versión en español adaptada para estudiantes por Schaufeli, Martínez, et al. (2002)*

**ANEXO Nº 5**  
**FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO**  
**ESCALA DE MASLACH BURNOUT INVENTORY STUDENT SURVEY**  
**(MBI – SS)**



<b>FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO</b>		
<b>Nombre del Instrumento</b>	Escala Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI–SS)	
<b>Objetivo del Instrumento</b>	Determinar el nivel de Síndrome de Burnout Académico, a través de la evaluación de las dimensiones de: cansancio emocional, cinismo y eficacia académica	
<b>Data de Creación</b>	<b>Autor / Institución</b>	Maslach y Jackson
	<b>Lugar</b>	Nueva York
	<b>Año</b>	1981
<b>Adaptación</b>	<b>Autor / Institución</b>	Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Marques Pinto, A., Salanova, M., & Bakker, A. B..
	<b>Lugar</b>	España
	<b>Año</b>	<b>2002</b>
<b>Duración</b>	10 a 15 minutos	
<b>Unidades de Observación</b>	Estudiantes	
<b>Técnica de aplicación</b>	Escala / Inventario	

**TABLA DE CALIFICACIÓN Y PARÁMETROS**

ESPECIFICACIONES	RANGO DE EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Cansancio emocional</b></li> </ul>	- Bajo: < 9 - Medio: 9 - 16 - Alto: > 16
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Cinismo</b></li> </ul>	- Bajo: < 8 - Medio: 8 -13 - Alto: > 13
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Eficacia académica</b></li> </ul>	- Bajo: mayor e igual a 20 - Medio: 11 – 19 - Alto: < 11



## ANEXO Nº 6



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN DE AREQUIPA

FACULTAD DE ENFERMERÍA

### INSTRUCTIVO DEL CUESTIONARIO DE FACTORES PSICOSOCIALES

El instrumento está compuesto por 3 dimensiones dividido en 26 ítems:

- **Factor intrapersonal:** Son cualidades y características propias del individuo.

Ítems: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 y 9.

- **Factor social:** Son características sociales, propias del entorno, cuyo desarrollo depende del propio individuo.

Ítems: 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17 y 18.

- **Factor académico:** Hace referencia a características propias del entorno académico.

Ítems: 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25 y 26.

Cada pregunta está compuesta por una serie de alternativas múltiples, las respuestas se codifican sobre una escala de 0 a 3, donde a cada respuesta se le asigna los siguientes valores:

- 0 = Nunca
- 1 = A veces
- 2 = Frecuentemente
- 3 = Siempre

Para la calificación del instrumento, se considera una tabla de frecuencias en la cual se sumarán las respuestas de todos los ítems:

### Calificación de ítems del Cuestionario

	<b>Factores Intrapersonales</b>	<b>Menor</b>	<b>Mayor</b>
<b>Características evaluadas</b>	Autoeficacia	0 a 5 puntos	6 a 9 puntos
	Expectativas de éxito, planificación de tiempo, motivación	0 a 3 puntos	4 a 6 puntos

	<b>Factores Sociales</b>	<b>Menor</b>	<b>Mayor</b>
<b>Características evaluadas</b>	Apoyo social, retroalimentación, competitividad entre compañeros	0 a 3 puntos	4 a 6 puntos
	Relaciones interpersonales	0 a 5 puntos	6 a 9 puntos

	<b>Factores Académicos</b>	<b>Menor</b>	<b>Mayor</b>
<b>Características evaluadas</b>	Apoyo de tutores, prácticas preprofesionales, sobrecarga de materias, doble rol	0 a 3 puntos	4 a 6 puntos





## ANEXO Nº 7



### UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN DE AREQUIPA

### FACULTAD DE ENFERMERÍA

### CUESTIONARIO DE FACTORES PSICOSOCIALES

INDICACIONES: Lee atentamente cada frase e indique la frecuencia con la que ocurre cada una de las situaciones.

FACTORES INTRAPERSONALES					
PREMISAS		Nunca	A veces	Frecuente	Siempre
1.	Frente a la exigencia académica por lo general soy capaz de manejarlo satisfactoriamente.				
2.	Me siento seguro después de haber realizado una acción en mis prácticas.				
3.	Tengo confianza en que podría manejar eficazmente acontecimientos inesperados.				
4.	Mi carrera cumple mis expectativas personales.				
5.	Desarrollo mi potencial, en mi carrera.				
6.	Planifico bien mi tiempo para el estudio.				
7.	El tiempo extra de mi actividad diaria la dedico al estudio.				
8.	Estudiar me produce satisfacción.				
9.	Me motiva el hecho de ayudar a otras personas.				

<b>FACTORES SOCIALES</b>					
<b>PREMISAS</b>		<b>Nunca</b>	<b>A veces</b>	<b>Frecuente</b>	<b>Siempre</b>
10.	Mi familia me apoya para que culmine mis estudios con éxito.				
11.	Por lo general me comunico con facilidad con los demás.				
12.	Existe intercambio de información entre compañeros.				
13.	Participo en actividades de confraternidad.				
14.	Existe competitividad entre compañeros				
15.	Te preocupa no ser uno de los mejores del aula.				
16.	Mantengo buena relación con mis docentes.				
17.	Mantengo buena relación con mis jefes de práctica.				
18.	Mantengo buena relación con mis compañeros.				

<b>FACTORES ACADÉMICOS</b>					
<b>PREMISAS</b>		<b>Nunca</b>	<b>A veces</b>	<b>Frecuente</b>	<b>Siempre</b>
19.	Los docentes de mi carrera son accesibles y amables.				
20.	Los docentes despejan mis dudas.				
21.	Durante mis prácticas, tengo miedo de cometer errores.				
22.	Siento desamparo durante las prácticas.				
23.	Tengo exceso de trabajos, exposiciones y tareas.				
24.	Me siento incomodo por el número de materias que llevo por semestre.				
25.	Además de estudiar, trabajo.				
26.	Además de estudiar, tengo otras responsabilidades (hijos, cuidar de alguien, etc.)				

**ANEXO N° 8**  
**FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO**  
**CUESTIONARIO DE FACTORES PSICOSOCIALES**



FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO		
<b>Nombre del Instrumento</b>	Cuestionario de Factores Psicosociales	
<b>Objetivo del Instrumento</b>	Identificar las características de los estudiantes derivados del contexto intrapersonal, social y académico, considerados como estresores.	
<b>Data de Creación</b>	<b>Autor / Institución</b>	Yuli Flores Paredes y Diana Charaja Zapana
	<b>Lugar</b>	Puno - Perú
	<b>Año</b>	2013
<b>Adaptación</b>	<b>Autor / Institución</b>	-
	<b>Lugar</b>	-
	<b>Año</b>	-
<b>Duración</b>	10 – 15 minutos	
<b>Unidades de Observación</b>	Estudiantes	
<b>Técnica de aplicación</b>	Cuestionario	

**TABLA DE CALIFICACIÓN Y PARÁMETROS**

**a) Factores Intrapersonales**

ESPECIFICACIONES	RANGO DE EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoeficacia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menor: 0 a 5 puntos</li> <li>- Mayor: 6 a 9 puntos</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expectativas de éxito, planificación de tiempo, motivación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menor: 0 a 3 puntos</li> <li>- Mayor: 4 a 6 puntos</li> </ul>

**b) Factores Sociales**

<b>ESPECIFICACIONES</b>	<b>RANGO DE EVALUACIÓN</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Apoyo social, retroalimentación, competitividad entre compañeros</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menor: 0 a 3 puntos</li><li>- Mayor: 4 a 6 puntos</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Relaciones Interpersonales</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menor: 0 a 5 puntos</li><li>- Mayor: 6 a 9 puntos</li></ul>

**c) Factores académicos**

<b>ESPECIFICACIONES</b>	<b>RANGO DE EVALUACIÓN</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Apoyo de tutores, prácticas pre-profesionales, sobrecarga de materias, doble rol</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menor: 0 a 3 puntos</li><li>- Mayor: 4 a 6 puntos</li></ul>