



Burnout académico y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios

Academic burnout and its connection with psychological well-being in college students

Hilda Helena ESTRADA López [1](#); Sadan Alexander DE LA CRUZ Almanza [2](#); Marly Johana BAHAMÓN [3](#); Julio PEREZ Maldonado [4](#); Adriana Marcela CACERES Martelo [5](#)

Recibido: 22/11/2017 • Aprobado: 18/12/2017

Contenido

- [1. Introducción](#)
- [2. Marco teórico](#)
- [3. Estado del Arte](#)
- [4. Metodología](#)
- [5. Resultados](#)
- [6. Conclusiones](#)

[Referencias Bibliográficas](#)

RESUMEN:

La presente investigación tuvo como objetivo principal analizar las relaciones entre características sociodemográficas, burnout académico y bienestar psicológico en estudiantes universitarios en una universidad de la ciudad de Barranquilla. Se propuso un enfoque cuantitativo y un tipo de investigación descriptivo-correlacional, dentro de los resultados se encontró que la incidencia de burnout académico en estudiantes es del 10,67% en niveles moderados, estableciendo una relación negativa débil entre el burnout y el bienestar psicológico.

Palabras clave: Burnout, Bienestar psicológico, Burnout académico, Estudiantes universitarios

ABSTRACT:

The following research had as a main objective analyze the connections between sociodemographic characteristics, academic burnout and Psychological well-being in students of a university in the city of Barranquilla. A quantitative approach was proposed and a descriptive correlational type of research. The results showed that incidence in academic burnout is 10,67% on its moderns levels, establishing a negative and weak connection between burnout and phychological well-being

Keywords: Burnout, psychological well-being, academic burnout, college students

1. Introducción

El paso por la educación superior, se ha convertido en una etapa transcendental en la vida

profesional de una persona, en este proceso, el individuo adquiere conocimientos y habilidades necesarias para ejercer su profesión a desarrollar en el futuro. Sin embargo, la vida universitaria y el entorno de sus instituciones son constantemente descritos como un lugar con altos niveles de estrés (Mundo, 2014).

Por lo general, los estudiantes universitarios inician esta nueva etapa llenos de incertidumbres y con pequeños niveles de estrés que pueden incrementar a medida que avanzan los semestres, puesto que la exigencia es mayor y la actividad académica se traduce en intensificación del trabajo (Barraza, 2009). En este proceso, el deseo por culminar su vida universitaria de la manera más exitosa posible (en cierta medida, puede garantizar una mejor formación profesional), es un componente adicional que implica mayor presión para los estudiantes (Vélez y Roa, 2005).

Del mismo modo existen otras variantes que pueden aportar negativamente en el desarrollo de la vida universitaria; en primer lugar, el factor social, seguido del económico, los culturales y por último el nivel psicológico con que cada estudiante afronta la universidad (Caballero, Abelló y Palacio, 2007)

Este conjunto de problemáticas inherentes a la vida universitaria, pueden conllevar al desarrollo de síndromes como el burnout y a la disminución del bienestar psicológico de los estudiantes. Este primer término, hace referencia a estar "quemado", se relaciona con un profundo desgaste o cansancio emocional (Gil-Monte, 2003), llevando al individuo a afrontar la vida académica o laboral con altos niveles de desinterés, una profunda frustración con manifestaciones físicas y emocionales, acompañado por conductas evasivas o de escape (Caballero, Hederich & Palacio, 2009). Por otro lado, el bienestar psicológico, se relaciona con "el desarrollo personal, las experiencias positivas, el bienestar subjetivo o nivel de felicidad y el funcionamiento óptimo de las personas, las comunidades y la sociedad" (Véliz, 2012, p. 144).

Por tal motivo, el objetivo central de la investigación es analizar las relaciones entre características sociodemográficas, burnout académico y bienestar psicológico en estudiantes universitarios en una universidad de la ciudad de Barranquilla, que nos permita entender como se correlacionan las variables anteriormente descritas.

2. Marco teórico

La traducción al castellano del término burnout hace referencia a estar "quemado", desgastado, exhausto, agotado o bajo de batería, en términos clínicos, se relaciona con un estado profundo de desgaste o cansancio emocional (Gil-Monte, 2003), el cual puede presentarse en distintos roles de la vida del ser humano.

A pesar de la ambigüedad sobre la conceptualización del burnout como síndrome, distintas investigaciones como Caballero, Bresó, & González (2015), Caballero, Hederich, & Palacio (2009), Gil-Monte (2003) y Rodríguez, Rodríguez. G, Riveros, Rodríguez. M y Pinzón (2011), coinciden en referenciar a Freudenberger en la década de 1970 como pionero en esta temática. Freudenberger (1974) define el burnout bajo un contexto laboral, "como una combinación de cansancio emocional crónico, fatiga física, pérdida de interés por la actividad laboral, baja realización personal y deshumanización en el cuidado y atención a los usuarios" (Freudenberger 1974, citado por Caballero, Bresó, y González, p. 427, 2015).

Tabla 1
Evolución del concepto de burnout según diferentes autores

Autores	Definición
Freudenberger (1974)	Sensación de fracaso y una existencia agotada o gastada que resulta de una sobrecarga por exigencia de energías, recursos personales o fuerza espiritual del trabajo.

Pines y Kafry (1978)	Experiencia general de agotamiento físico, emocional y actitudinal causado por estar implicada la persona durante labor periodo de tiempo en situaciones que le afecten emocionalmente.
Cherniss (1980)	Es un proceso en el cual las actitudes y el comportamiento del individuo cambian de manera negativa con respecto a la labor desempeñada. Se identifican tres (3) etapas: desequilibrio entre recursos y demanda, desarrollo de la tensión, la fatiga y el agotamiento emocional, y cambios en las actividades y comportamientos hacia otras personas.
Edelwinch y Brodsky (1980)	Pérdida progresiva del idealismo, energía y motivos vividos por la gente en las presiones de ayuda, como resultado de las condiciones de trabajo.
Maslach y Jackson (1981)	Es el agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal que puede ocurrir frecuentemente entre los individuos cuyo trabajo implica atención o ayuda de personal.
Kahill (1988)	Síndrome caracterizado por sentimientos de automedicaría reducida, desánimo, despersonalización y fatiga, vinculado a situaciones crónicas de demandas excesivas en el ámbito laboral.
Hernández, González y Campos (2011)	Síndrome caracterizado por estrés interpersonal crónico que se presenta en el ejercicio laboral.

Fuente: Elaboración propia con datos de Rodríguez, Rodríguez. G, Riveros, Rodríguez. M y Pinzón (2011)

Las primeras nociones sobre el síndrome de burnout (*ver tabla 1*) se definen desde un enfoque laboral, más concretamente asistencial-profesional Caballero, Bresó, y González (2015). Estas investigaciones en su conjunto (y otras asociadas a la temática), ponen de manifiesto tres (3) dimensiones relacionadas con el burnout: el agotamiento, despersonalización y la baja eficacia profesional (Gil-Montes, 2003)(Buzzetti, 2005). El primero se describe como "la fatiga o falta de energía y la sensación de que los recursos emocionales se han agotado" (Buzzetti, p.20, 2005), la despersonalización o cinismo asociadas con actitudes negativas e insensible hacia su trabajo (y las personas o clientes con que se relaciona, dado el caso particular de cada profesión) y sus compañeros (Maslach, Schaufeli y Leiter, 2001), y por último, la eficacia profesional, "se refiere a la sensación de no hacer adecuadamente las tareas y ser incompetente en el trabajo" (Caballero, Bresó, & González, p. 427, 2015).

Por otra parte, los avances en el estudio del síndrome de burnout han permitido su exploración en otra población con características diferentes y específicas al ambiente laboral, ha esta se le denomina *burnout académico*. En esencia los estudiantes universitarios, al igual que un trabajador, se enfrenta a situaciones (en diferentes contextos) que pueden estimular el desarrollo del síndrome Bresó (2008).

De acuerdo a Caballero, Bresó y González (2015) el burnout académico "se entiende como una consecuencia y respuesta al estrés crónico vinculado al rol, la actividad y el contexto académico, de carácter maligno, insidioso y que puede afectar el desarrollo, la comprensión y la satisfacción de los estudiantes con su formación y vida académica" (p.4). Esto asociado a una menor comprensión en sus estudios, menor satisfacción por sus actividades académicas, acompañada de menores expectativas, y una marcada tendencia al abandono o desvinculación de su carrera profesional (Pérez, Parra, Fasce, Ortiz, Bastías y Bustamante, 2012) (Caballero, Abello y Palacios, 2007).

Se define también como respuestas emocionales negativas, sensación de estar exhausto,

actitud de cinismo frente a los estudios que se encuentra realizando, sumado a una percepción personal de incompetencia en sus labores académicas (Shaufeli, Salanova, González-Romá & Bakker, 2002, citado por Caballero, Bresó y González 2015).

De acuerdo con Caballero, Hederich, & Palacio (2009) existen unas categorías (por lo menos en un planteamiento teórico) sobre las variables asociadas al síndrome de burnout académico; *variables de contexto académico, variables de contexto ambiental y/o social, y variables intrapersonales*. En la primera categoría se identifican variables como, relaciones distantes y de poca comunicación con los profesores, ausencia de asociaciones estudiantiles, dificultad con el servicio de bibliotecas, inadecuada gestión administrativa de la institución para con los estudiantes, niveles altos de ausentismos de docentes, temas difíciles, profesores exigentes, entre otros. En cuanto a las variables de contexto ambiental y/o social, se identifican, competitividad con compañeros, poco apoyo social de la familia y amigos, ausencia de recursos económicos y percepción sobre la falta de oferta en el mercado de trabajo. Por último, variables intrapersonales; género, rutina asociada a sus actividades académicas, dificultad en la planificación de su tiempo, presencia de ansiedad en tiempos de exámenes, insatisfacción en los estudios, entre otros (Caballero et al., 2009).

Por otro lado, en cuanto a las manifestaciones del síndrome de burnout a nivel académico, Rosales (2012) identifica 3 grandes grupos: *Psicosomáticas* (alteración cardiovascular, fatiga crónica, cefaleas, disfunciones sexuales), *conductuales* (abuso de drogas, fármacos y alcohol y ausentismo laboral) y por último las *emocionales* que impulsa a que los estudiantes pierdan toda tipo de motivación en el estudio y decidan desertar de la carrera. Siendo dichas manifestaciones más frecuentes; "el agotamiento físico y mental, el abandono de los estudios y la disminución del rendimiento académico" (Rosales, 2012, p. 797).

En cuanto a las metodologías e instrumentos de medición propuestos para el síndrome de burnout académico se identifican dos (2); el Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) y la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (EUBE). El MBI-SS es una adaptación del Maslach Burnout Inventory – Human Services (MBI-HS) y el Maslach Burnout Inventory – General Survey (MBI-GS), donde el primero trata de un inventario agrupado por 22 ítems y está enfocado en profesionales de ayuda y servicios (médicos, paramédicos, enfermeros, entre otros (Hederich y Caballero, 2016), esta a su vez, identifica tres dimensiones asociadas al síndrome; agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. El segundo, MBI-GS es una ampliación del primero, en términos de que es posible investigar sobre el burnout en otras áreas profesionales, este evalúa dos (2) dimensiones (teniendo en cuenta la versión original, MBI-HS); agotamiento y eficiencia profesional, con una escala de "despersonalización por cinismo", refiriéndose a actitudes negativas, de indiferencia o de distancia hacia su actividad laboral en general (Martínez, 2010). El inventario MBI-SS entonces, analiza (de acuerdo a sus homólogos antecesores) el síndrome a partir de tres dimensiones; agotamiento emocional, despersonalización o cinismo y menor sentido de realización personal o ineficacia (Yavuz & Dogan, 2014).

El EUBE cuenta con un enfoque de medición del síndrome unidimensional representada por la escala de agotamiento emocional, la cual correlaciona las tres dimensiones del anterior inventario (MBI-SS) (Rosales, 2012). Así de acuerdo a este mismo autor, el concepto de burnout académico se podría asociar con "un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo producido por el involucramiento prolongado en situaciones generadoras de estrés" (Rosales, 2012, p.797).

De acuerdo a Brenninkmeijer & Van Yperen (2003) la aplicación del EUBE para la medición del síndrome de burnout académico, cuenta con las siguientes ventajas:

- Un enfoque unidimensional tiene la ventaja de simplificar los resultados considerablemente, proporcionando una mejor y mayor comprensión de los resultados, especialmente por la complejidad del síndrome.
- Se requiere un menor esfuerzo para integrar los resultados, en comparación con las dimensiones por

separado. En otras palabras, al combinar las dimensiones del burnout, los efectos generales del síndrome se vuelven más visibles.

- Es posible realizar análisis adicionales y correlaciones para proporcionar información detallada sobre dimensiones o variables subyacentes de acuerdo al interés del investigador.

La metodología propuesta por el EUBE fue aplicada en el presente artículo debido a las ventajas mencionadas anteriormente y al objetivo mismo de la investigación, principalmente por la necesidad de análisis del síndrome del burnout académico con otras variables presente en los estudiantes y su correlación con el bienestar psicológico.

2.1 Bienestar psicológico

De acuerdo a Martín (2016) el bienestar psicológico se fundamenta en una corriente filosófica denominada eudaimonía, la busca la felicidad de forma interna, independiente duradera y de mayor calidad acompañada de un conjunto de criterios morales para alcanzar la plenitud y la armonía del alma.

García- Viniegras y Gonzáles (2009) afirman que el bienestar psicológico trata de la expresión del sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo, concepto desarrollado inicialmente en los Estados Unidos para la mejora de las condiciones de vida (Garaigodobil, Aliri y Fontaneda, 2009).

Según Molina y Meléndez (2006) el bienestar psicológico se define como el resultado de la percepción de realidad, aspiraciones, posibilidad y expectativas que genera una idea de gozo y satisfacción al conseguir un objetivo.

Salotti (2006) plantea el bienestar psicológico como el resultado de la percepción sobre los logros obtenidos y la satisfacción que esto da. Se define también como el vínculo entre lo social y lo psicológico, en la parte social se atribuye a aquellas cosas que le dan sentido a la vida, y lo psicológico a las actitudes tomadas por la persona frente a sí misma (García-Viniegras y Gonzáles, 2000).

Diener (1994) describe tres características principales; en primer el carácter subjetivo, este recae sobre las experiencias personales vividas, por otro lado, la dimensión global relacionada con la autoevaluación del individuo sobre cada área de la vida, y por último, la apreciación positiva, el sujeto se niega a concentrarse en los aspectos negativos.

Por otro lado, de acuerdo al trabajo realizado por Ryff (1989) el bienestar psicológico se plantea como el esfuerzo por optimizar las capacidades propias de los individuos, lo cual puede depender de variables como edad, género y la cultura de la persona, en este sentido a medida que se alcanza una edad adulta, se adquiere una mayor autonomía, dominio del medio que lo rodea y una percepción positiva de crecimiento personal (Páramo, Straniero, García, Torrecilla y Escalante, 2012).

El "Modelo multidimensional del bienestar psicológico" planteado por Ryff (1989), presenta seis dimensiones diferentes:

- *Auto-aceptación*: aceptarse a uno mismo de manera positiva a pesar de las limitaciones que se puedan presentar en cada individuo. Las personas con baja auto aceptación son más propensas a sufrir de depresión e insatisfacción
- *Relaciones positivas*: trata de ser capaces de sostener relaciones interpersonales, basadas en la confianza y la capacidad de amar
- *Autonomía*: se define como la habilidad para resistir las presiones sociales, tomar control y autoevaluar sus acciones
- *Dominio del entorno*: hace referencia a la destreza de manejar e influir en el medio que lo rodea
- *Propósito en la vida*: trata de marcarse metas y objetivos para que el individuo tenga la sensación de que está encaminando su vida de manera correcta
- *Crecimiento personal*: busca que se desarrollen las habilidades, capacidades y destrezas de la persona, para así sacarle provecho. También consiste en crecer y madurar a medida que pasa el tiempo.

Partiendo de las dimensiones de Ryff, se han desarrollado instrumentos que buscan identificar los niveles de bienestar psicológico de los individuos, por un lado se encuentran las evaluaciones realizadas para adolescentes (Casullo y Castro, 2000), y por el otro, para adultos (Díaz, Rodríguez-Carvajal, Blanco, Moreno-Jiménez, Gallardo, Valle y Van Dierendonck, 2006).

Los dos instrumentos basados en las dimensiones de las escalas del bienestar psicológico, se redactaron con el objetivo de determinar si las dimensiones mencionadas anteriormente, son válidas para poder encontrar diferencias entre jóvenes sanos y otros que ya hayan desarrollado algún tipo de trastorno psicológico (Casullo y Castro, 2000). De igual manera se deseaba determinar si múltiples rasgos de personalidad, actitudes o pensamientos son importantes e influyentes al momento de evaluar la salud. El instrumento desarrollado para jóvenes (Casullo y Castro, 2000) tuvo un total de 20 ítems, es decir 4 por cada una de las dimensiones, mientras que en el elaborado para adultos (Díaz, Rodríguez-Carvajal, Blanco, Moreno-Jiménez, Gallardo, 2005) usó 20 ítems por cada dimensión.

Otros autores como Bahamón y Alarcón (2016), han construido y validado una escala de bienestar psicológico para adolescentes a partir de las escalas de bienestar de Ryff, denominada *Escala de Bienestar Psicológico (BIPSI)* El instrumento consta de seis dimensiones distribuidas de la siguiente manera; autodeterminación, autoaceptación, relaciones personales, desarrollo personal, autorregulación y control, y autonomía. Este último instrumento en particular, fue aplicado en la presente investigación.

3. Estado del Arte

Los estudios relacionados con burnout (laboral y académico) y bienestar psicológico muestran un amplio conjunto de investigaciones con diferentes aplicaciones de instrumentos, metodologías, perspectivas, población objetivo y enfoques, que han permitido entender el síndrome y sus sintomatologías de una mejor manera.

La tabla 2 muestra un resumen de investigaciones a nivel internacional sobre las temáticas relacionadas con el presente artículo. Se observa en términos generales en cuanto a metodología la aplicación de instrumentos como Maslach Burnout Inventory (MBI) en su versión académica, la Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil (EUBE) y la Escala de Bienestar Psicológico basados en las teorías de bienestar de Ryff (en algunas ocasiones con leves modificaciones de acuerdo al contexto).

Para el caso de burnout académico, en cuanto a la presencia del síndrome por género los estudios muestran un comportamiento semejante de acuerdo al contexto y a la población de estudio definida. Según el uso de la EUBE en la población estudiantil predominan leves manifestaciones o sintomatologías de burnout. En cuanto a la relación del bienestar psicológico y la presencia de burnout, en términos generales, bajos niveles de bienestar se reflejan altos niveles de burnout académico (*ver tabla 2*).

Tabla 2

Investigaciones sobre burnout, burnout académico y bienestar psicológico a nivel internacional

Autor	País	Metodología	Población de Estudio	Principales Resultados
Casullo y Castro (2000)	Argentina	Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS)	Adolescentes	Las variables género, edad y contexto sociocultural no cuenta con un peso estadísticamente significativo en la percepción subjetiva del bienestar psicológico. Por otra parte, los análisis muestran una correlación negativa entre el bienestar psicológico y la presencia de síntomas psicopatológicos.
Salanova, Martínez, Bresó, Llorens y Grau (2005)	España	Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI - SS) Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS)	Estudiantes universitarios (diferentes programas)	En relación al bienestar psicológico los resultados muestran buenos niveles de dedicación, eficacia académica y satisfacción de los estudiantes en general. En cuanto los resultados del MBI-SS, los estudiantes cuentan con un elevado nivel de agotamiento emocional. Por otro lado, la tendencia muestra, y dado los casos, que los estudiantes al presentar mayores niveles de bienestar psicológico se debe en parte a tener menores niveles de burnout y mayores niveles de engagement.
Pérez, Ponce, Hernández y Márquez (2010)	México	Cuestionario de Necesidades Psicoeducativas Escala de Bienestar Psicológico Cuestionario General de Salud de Goldberg	Estudiantes de nuevo ingreso a carreras de licenciatura	En cuanto a los niveles de bienestar psicológico, en una escala subjetiva el nivel de satisfacción "medio" posee un mayor porcentaje (47.33%) seguido de "alto" (42.39%) y bajo (9.88%). Adicional a esto, en términos generales los estudiantes cuentan con buena salud mental, no obstante en cuanto las necesidades psicoeducativas, se destacan: - Orientación académica previa al término de la carrera sobre alternativas de titulación, trámites administrativos, padrón de tutores y asesores (72,84%) - Orientación laboral previa al término de la carrera: elaboración de curriculum, bolsa de trabajo, entrevista de trabajo, etc. (71,60%) - Formación en técnicas, habilidades y planificaciones del estudio, estrategias de aprendizaje (68,31%) - Información, asistencia y apoyo acerca de los planes de estudio y las características psicoeducativas que se requieren en cada uno (65,43%) - Disponer de orientación personalizada de profesores y/o alumnos a la propia facultad: tutorías (62,96%)
Rosales (2012)	Argentina	Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil (EUBE)	Estudiantes de primer año de medicina	De acuerdo a las categorías de la escala unidimensional de burnout estudiantil, el 70% presenta leves síntomas del síndrome mientras que el 11% moderadamente. De este último escenario, las mujeres cuentan con mayor proporción del síndrome en relación con los hombres. Por otro lado, de acuerdo a los ítems de la escala, los resultados mostraron que: "tener que asistir diariamente a clases me cansa", "durante las clases me siento somnoliento" y "antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado" obtuvieron niveles más altos en consideración con el resto.
Bender y Da Silva (2015)	Brazil	Revisión sistemática de estudios relacionados con burnout	Descriptor: estrés profesional, estrés profesional en el sector TI, género y estrés	El 75% de los artículos con descriptor de estos laboral corresponden al área de salud, el 16% sobre educación, 7% en zonas organizativas y solo el 2% en el sector transporte. Entre los profesionales de la salud y atención en donde se presenta el descriptor se encuentran; médicos, técnicos de enfermería, bomberos, equipo de pronta atención y atención a ancianos.
Possamai, Ibdaiwi, Almeida, Munró, Venturini y Rineiro (2016)	Brazil	Aplicación del inventario MBI	Bomberos Militares	Los resultados muestran que el 31,25% presentan síntomas del síndrome y el 21,88% tiene una tendencia a desarrollarlo. Las dimensiones con mayor incidencia para esta población son; agotamiento con mayor nivel, seguido de despersonalización y eficacia profesional.
Vázquez, Camberos y Amézquita (2016)	México	- Maslach Burnout Inventory (MBI) - Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil (EUBE)	- Docentes - Estudiantes universitarios (diferentes programas)	La aplicación del EUBE da como resultado una mayor propensión a una sintomatología en categoría "leve". De acuerdo al programa en curso de los estudiantes los resultados muestran lo siguiente; Psicología (leve), Derecho (moderado), Contabilidad (leve), Mercadotecnia (leve) Administración de Empresa (leve).
González, Souto, Fernández y González (2016)	España	Escala de Autoestima de Rosenberg Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI - SS)	Estudiantes de programa de Fisioterapia	Los principales resultados muestran que cuando los estudiantes tienen una baja autoestima, aparecen manifestaciones más profundas de burnout, lo contrario es correcto de acuerdo a la investigación, una mayor valoración de sí mismos, reduce síntomas de agotamiento y despersonalización y mayores niveles de realización personal. De esta forma se propone potencializar el autoestima de los estudiantes como estrategia a la prevención del síndrome.

Para el caso particular de la ciudad de Barranquilla, Caballero, Abello y Palacio (2007), realizan una investigación donde participaron 202 estudiantes del programa de psicología de la jornada nocturna, los resultados muestran que el 41,6% de los estudiantes presentaba burnout académico, relacionado con los factores de agotamiento en un 38,2%, 29,7% cinismo y el 48,6% con sentimiento de ineficiencia

Así mismo, Hederich y Caballero (2016) en un estudio sobre Burnout Académico realizado a 820 estudiantes de diferentes programas como; medicina, psicología, fisioterapia y enfermería de tres universidades de la ciudad de Barranquilla, encuentran que en promedio el 23,4% sufre de agotamiento, el 5,4% de cinismo y el 44,1% de ineficiencia o se siente ineficiente.

Por otro lado, Palacio, Caballero, González, Gravini y Contreras (2012), relacionan el burnout en estudiantes con variables como promedio académico y el uso de estrategias de afrontamiento, sus principales resultados muestran que en la presencia del síndrome (sin que necesariamente el estudiante tenga un conocimiento pleno de las sintomatologías e implicaciones de burnout) la estrategia "religión" presente una mayor ponderación (32%), seguida de "búsqueda de apoyo social" (25,4%) y "reevaluación positiva" (23,6%). De acuerdo a estos mismos autores, existe una correlación negativa entre las dimensiones de burnout (agotamiento y cinismo) con el promedio académico.

4. Metodología

La metodología se desarrolló a través de una investigación de tipo no experimental de corte transversal, el cual permite observar los fenómenos en su ambiente para luego ser analizados, sin una manipulación deliberada de las variables investigadas (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). Se define un enfoque metodológico cuantitativo, debido a la aplicación de instrumentos, análisis estadísticos y la descripción de la problemática a desarrollo.

En cuanto al alcance de la investigación, se pretende un enfoque descriptivo y correlacional, que permita, por un lado, medir conceptos, definir variables y considerar los fenómenos estudiados y sus componentes, por otro lado, que explique la relación entre variables y la cuantificación de las mismas (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Como población, se tomarán al conjunto de universitarios de instituciones publicas de la ciudad de Barranquilla, los cuales, de acuerdo al Ministerio de Educación 105.503 estudiantes, distribuidos de la siguiente manera:

Tabla 3

Distribución de estudiantes según tipo de universidad en la ciudad de Barranquilla

Tipo de Universidad	Población	Muestra
<i>Universidad Publica</i>	49.225	382
<i>Universidad Privada</i>	56.278	382
Total	105.503	764

Fuente: Mineducación. Elaboración propia

4.1. Participantes

La población objeto de estudio se conformo por 452 estudiantes universitarios (cifra superior a la muestra estimada al inicio de la investigación) pertenecientes al programa de administración de empresas de la facultad de ciencias económicas de la universidad del atlántico , en intervalos semestrales así; 1-3 semestre, 5 semestre y 9-10 semestre, teniendo en cuenta su jornada académica (diurna o nocturna).

Del total de la muestra, prevalece el sexo masculino (56,89%) sobre el femenino (43,11%). Las edades oscilan entre 15 y 55 años con una media de 22 años y una desviación estándar (considerablemente alta) del 4.19 años. Así mismo, en cuanto a estrato socioeconómico los niveles 2, 3 y 1 tienen mayor frecuencia con 43,88%, 29,78% y 20,32%, respectivamente.

En cuanto a su rol universitario, el 50,89% estudia en jornada nocturna, el 38,67% se encuentra en el rango 1 - 3 semestre, el 21,33% en 5 semestre y el 39,55% entre 9 - 10 semestre.

4.2. Instrumentos

Para la medición del burnout académico se aplicó la metodología propuesta por Barraza (2008) utilizando la Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil (EUBE), el cual consta de 15 ítems y reporta un nivel de confiabilidad de .86 en alfa de cronbach y .90 en la confiabilidad según formula de Spearman-Brown. De acuerdo a Rosales (2012) este instrumento cuenta con la facultad de medir los niveles de agotamiento físico, emocional y cognitivo en los estudiantes en un concepto unidimensional. Para el análisis de los datos recolectados, se hizo uso del baremo evaluativo propuesto por Barraza (2008) (*ver tabla 2*).

Tabla 4

Baremo evaluativo EUBE

Nivel de Burnout	% de Presencia
<i>No presenta</i>	0 a 25%
<i>Leve</i>	26% a 50%
<i>Moderado</i>	51% a 75%

Profundo

76% a 100%

Fuente: Tomado de Barraza (2008).

Para analizar el bienestar psicológico de los estudiantes se utilizó la Escala de bienestar psicológico (BIPSI). Se trata de una escala tipo likert diseñada por Bahamon y Alarcón (2016) de la universidad simón bolívar de barranquilla. Se construyeron 34 reactivos con seis opciones de respuesta donde 1 es totalmente en desacuerdo, 2 en desacuerdo, 3 parcialmente en desacuerdo, 4 parcialmente de acuerdo, 5 de acuerdo, 6 totalmente de acuerdo, a partir de la revisión bibliográfica y se sometió a evaluación de expertos con el fin de analizar aspectos teóricos y lingüísticos. El instrumento también cuenta con las escalas de bienestar psicológico de Ryff, permitiendo evaluar las siguientes dimensiones; autodeterminación, autoconcepto positivo, relaciones personales, desarrollo personal, autorregulación y control, Autonomía.

Tabla 5
Niveles de bienestar psicológico

Niveles de Bienestar	Escala (puntaje)
<i>Bajo</i>	0 - 123
<i>Medio</i>	124 - 171
<i>Alto</i>	172 o más

Fuente: Tomado de Bahamon y Alarcón (2008).

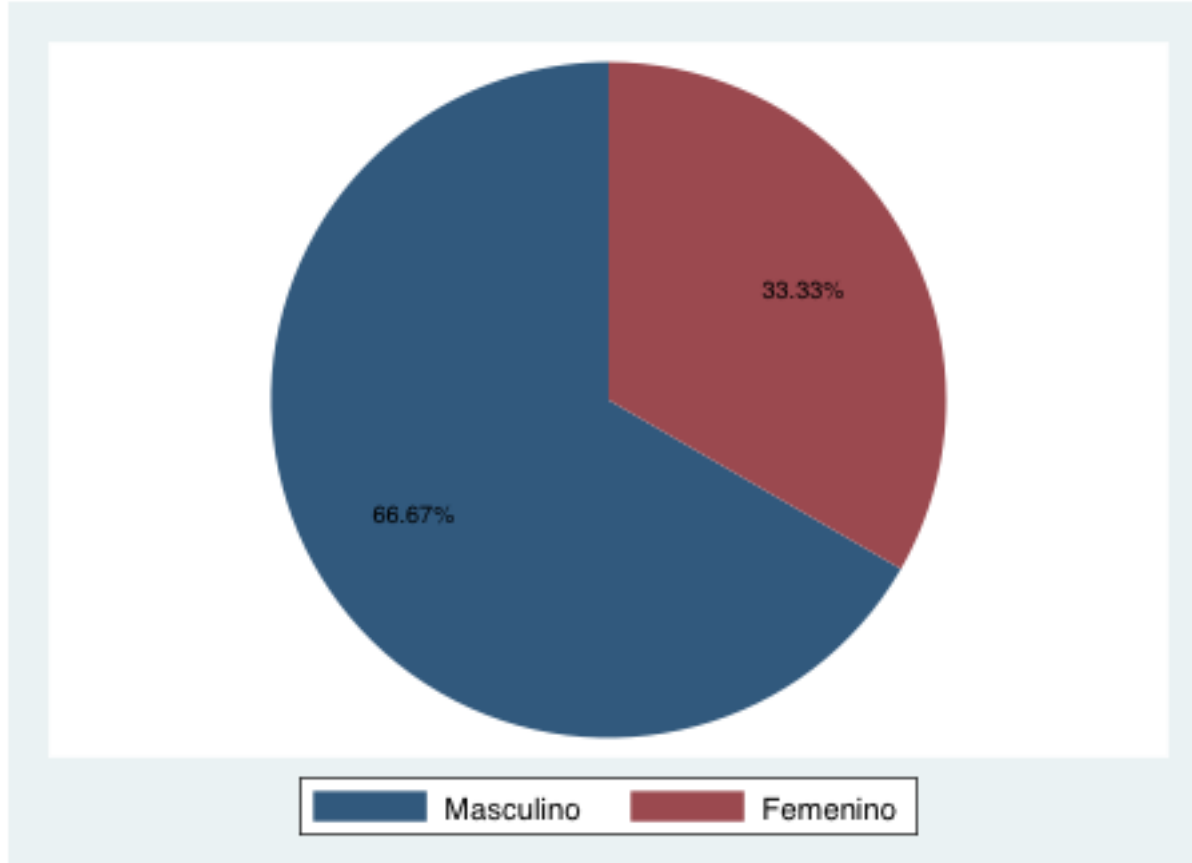
5. Resultados

5.1. Análisis de burnout académico

Los resultados sobre la presencia de burnout en estudiantes universitarios (de acuerdo a la población objetivo seleccionada), muestra en primera medida un 10,67% con nivel moderado del síndrome, y un 0,22% en categoría "profundo", siendo el género masculino (66,7%) la población con mayor número de individuos con síntomas moderados de burnout, lo que en corto y mediano plazo, los hombres universitarios pueden presentar desestimula a los estudiantes al desarrollo de la carrera, aumentando sus deseos de abandono de sus actividades académicas (Rosales, 2012)

Gráfica 1

Distribución de la categoría "moderado" del síndrome de burnout académico por sexo.



Fuente: Elaboración propia

En cuanto a distribución por rango de edad, se observa una mayor propensión al síndrome en edades tempranas, las edades entre 15 – 20 años (joven adolescente) corresponden a un poco más de la mitad de la población (52%) con burnout en categoría moderado, seguido del rango 21 – 35 años (joven mayor) con un 48% (citar autores).

Tabla 6
Distribución nivel de burnout por rango de edad y semestre académico

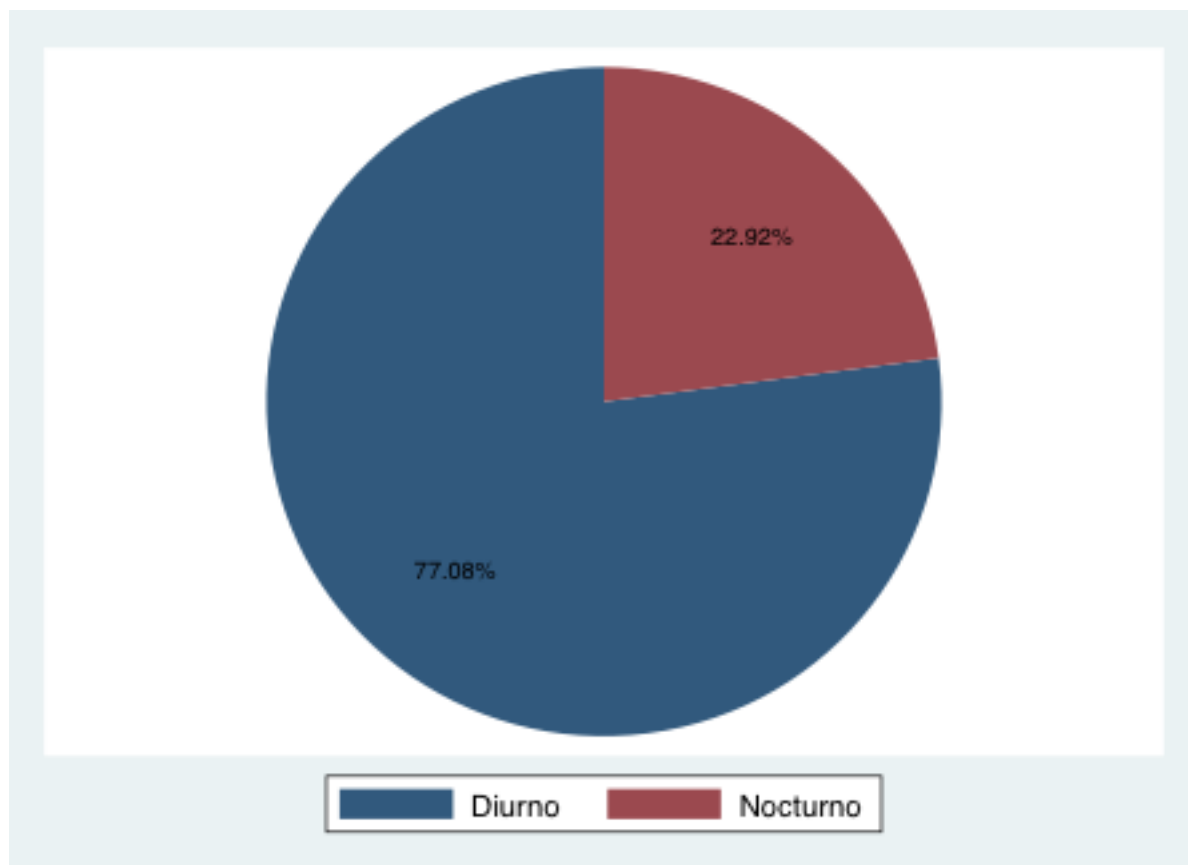
Nivel de Burnout	Rango de Edad			Semestre Académico		
	15 - 20 años	21 - 35 años	> 36 años	1 - 3 Semestre	5 Semestre	9 - 10 Semestre
No presenta	-	-	-	16,67%	-	83,33%
Leve	39,24%	60%	0,7%	37,97%	23,04%	38,73%
Moderada	52,08%	47.92%	0%	47,92%	10,42%	41,67%
Profunda	-	-	-	-	-	-

Fuente: Elaboración propia

De acuerdo a semestre cursado al momento de diligenciar la encuesta, se observa una alta proporción del síndrome a nivel moderado en los primeros semestres (1-3) y los semestres avanzados (9-10), el primero debido en parte al periodo de adaptación de la educación media a la vida universitaria sufrida por los estudiantes, y en el segundo caso, es posible atribuirlo a las altas exigencias de las actividades académicas involucradas en los últimos semestres entre las que se encuentran la opción de grado (tesis, prácticas profesionales, auxiliares de investigación, entre otros), y los procedimientos administrativos que involucran tomar grado en la universidad. Así mismo, en cuanto a la jornada académica a la que pertenece el estudiante, el 77% estudia en jornada diurna para el nivel de síndrome moderado de burnout.

Gráfica 2

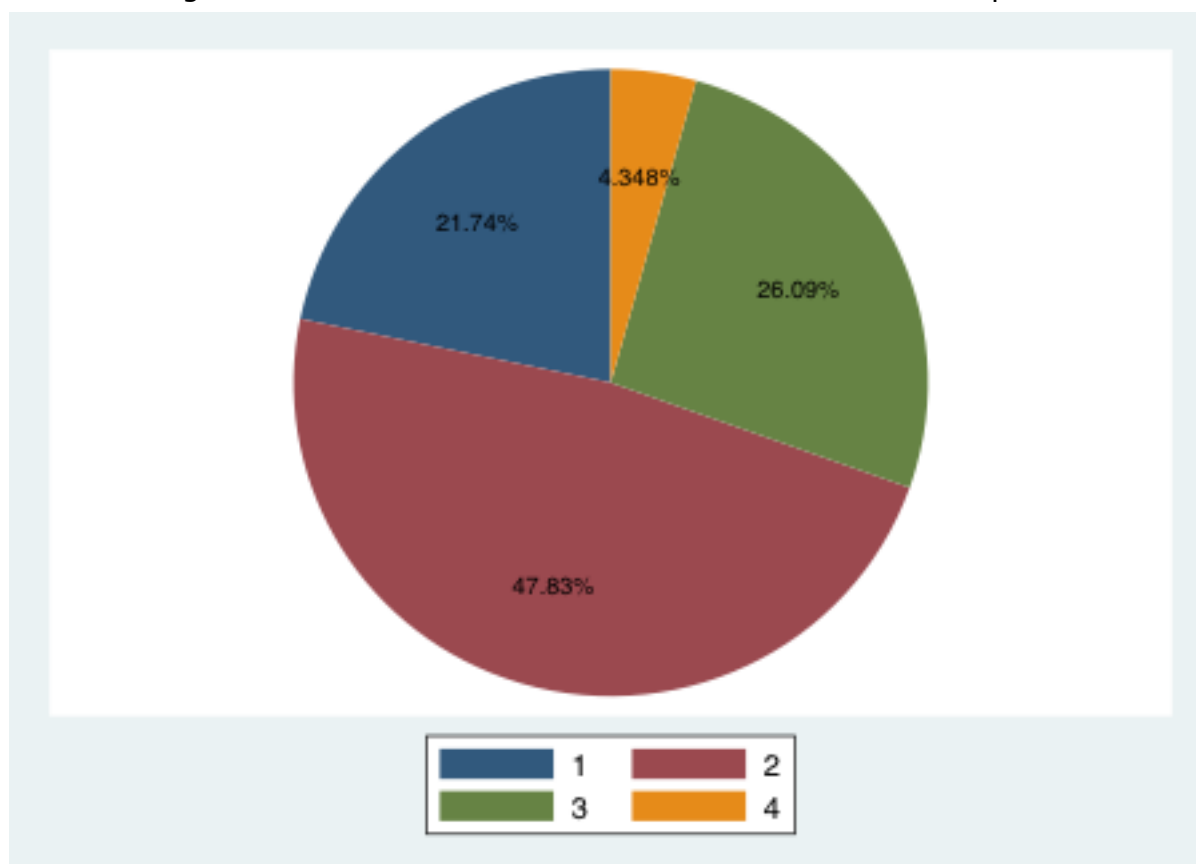
Distribución de la categoría "moderado" del síndrome de burnout académico por jornada académica.



Fuente: Elaboración propia.

Gráfica 3

Distribución de la categoría "moderado" del síndrome de burnout académico por nivel socioeconómico.



Fuente: Elaboración propia.

Por otro lado, se analizan otro tipo de variables externas a la actividad académica que pueden tener algún efecto sobre los estudiantes en el desarrollo del síndrome de burnout. En primera medida, según su nivel socioeconómico la categoría "moderado" se presenta con mayor frecuencia en estratos 2, 3 y 1 con un 47,9%, 26,1% y 21,7% respectivamente. Adicional a

esto, se indaga al estudiante si contaba con un trabajo, de estos el 31,9% de la población con síndrome moderado de burnout labora y estudia. Por último, en cuanto a si el estudiante es hijo único, los resultados muestran una proporción del 12,8% en esta condición.

Tabla 7

Distribución nivel de burnout "moderado" por estrato socioeconómico, trabajo e hijo único (%)

Nivel de Burnout	Estrato Socioeconómico						¿Cuenta con un Trabajo?		Hijo Único	
	1	2	3	4	5	6	Si	No	Si	No
Moderado	21,7	47,8	26,0	4,3	-	-	31,9	68,1	12,8	87,2

Fuente: Elaboración propia

Con el ánimo de profundizar en la relación entre el nivel moderado de burnout presente en los estudiantes universitarios del programa de administración de empresas encuestados, y las variables externas (mencionada con anterioridad), se realizó un análisis correlacional entre estas (ver tabla 5)

Tabla 8

Correlación nivel de burnout "moderado", nivel socioeconómico, trabajo e hijo único

Correlación nivel de burnout "moderado", nivel socioeconómico, trabajo e hijo único

	burnou~e	trabajo	estrato	hijo_u~o
burnoutmode	1.0000			
trabajo	0.1220	1.0000		
estrato	-0.0468	-0.0081	1.0000	
hijo_unico	0.0394	0.0767	-0.1533	1.0000

Fuente: Elaboración propia

Los cálculos muestran una correlación positiva entre el nivel moderado de burnout y las variables trabajo e hijo único, el primero con un nivel estadístico más significativo que el segundo. Se observa entonces, que contar con un trabajo y estudiar administración de empresas aumenta el desarrollo potencial de burnout académico debido a la suma de cargas en las actividades del individuo. Por otra parte, el nivel socioeconómico (de acuerdo a los resultados) no influye significativamente en las sintomatologías del burnout.

5.2 Análisis Bienestar Psicológico y su correlación con el burnout académico

Los resultados de la aplicación del BIPSI muestran, en términos generales, un 81,4% en nivel de bienestar "medio", de los cuales el 56,83% son hombres. Los niveles altos y bajos de bienestar alcanzaron un porcentaje del 14,38% y 4,2% respectivamente, con una mayor representación en el primer caso en las mujeres (52,63%) y en el segundo los hombres (60%). Lo que muestra en el agregado, que gran parte de los estudiantes cuentan con niveles de

bienestar aceptables, y que las mujeres, cuentan con mayores niveles de satisfacción, así como lo demuestran los estudios realizaos por Ryff & Keyes (1995).

Tabla 9
Distribución de nivel de bienestar psicológico por sexo (%)

Nivel de Bienestar Psicológico	%	% Hombres	% Mujeres
<i>Bajo</i>	4,2	47,4	52,6
<i>Media</i>	81,4	56,8	43,1
<i>Alto</i>	14,4	60	40

Fuente: Elaboración propia

Tabla 10
Distribución de nivel de bienestar psicológico por rango de edad (%)

Nivel de Bienestar Psicológico	Joven Adolescente (15-20 años)	Joven Mayor (21-35 años)	Adulto (> 36 años)
<i>Bajo</i>	57,9	42,1	0
<i>Media</i>	39,7	59,2	1,1
<i>Alto</i>	35,4	63,1	1,5

Fuente: Elaboración propia

Así mismo la distribución de los niveles de bienestar psicológico por rango de edad, muestra una mayor proporción en la categoría media (nivel con mayor participación en la muestra) de la población "joven mayor", esto puede considerarse por un mayor nivel de madurez de los estudiantes, sus compromisos laborales (50% en esta categoría, cuentan con un trabajo) y los procesos administrativos y las actividades académicas en los que se incurren en los niveles avanzados de la carrera de administración de empresas (36,9% se encuentran entre 9-10 semestre).

Tabla 11
Correlación nivel de burnout académico y dimensiones de bienestar psicológico

	sumatoria	autodeterminación	autoaceptación	relaciones	crecimiento	autorregulación	autonomía
sumatoria	1.0000						
autodeterminación	-0.1411	1.0000					
autoaceptación	-0.0936	0.7765	1.0000				
relaciones	-0.0465	0.7344	0.7271	1.0000			
crecimiento	-0.0505	0.4156	0.4746	0.5243	1.0000		
autorregulación	-0.0613	0.6726	0.7652	0.7399	0.5604	1.0000	
autonomía	-0.0899	0.7726	0.7744	0.7315	0.4341	0.8348	1.0000

Fuente: Elaboración propia

Por otra parte, la relación entre los estudiantes con burnout académico y las dimensiones del bienestar psicológico, de acuerdo a los resultados de la correlación, son significativos, destaca una correlación negativa moderada estadísticamente significativa entre burnout y autodeterminación mientras que no hemos encontrado correlación estadísticamente significativa entre burnout y relaciones personales, crecimiento personal, autorregulación y control y autonomía.

6. Conclusiones

En primer término, en cuanto a género, los resultados muestran para el caso de los hombres cuentan con una mayor tendencia a sufrir del síndrome de burnout académico, esto en congruencia con investigaciones como Rosales (2012) en donde se identifica que los hombres universitarios desarrollan un mayor nivel de desinterés en sus estudios aumentando el deseo de abandono en sus actividades académicas. En cuanto a las mujeres universitarias, los resultados arrojaron un mayor nivel de bienestar psicológico, así como lo muestra Ryff & Keyes (1995) el género femenino manifiesta mayores niveles de satisfacción en contraste con los hombres.

Por otro lado, en términos generales, los estudiantes cuentan con buena salud mental de acuerdo a las teorías y la medición de bienestar psicológico realizada en la investigación, esto en concordancia con Pérez, Ponce, Hernández y Márquez (2010), quienes también demuestran que la ausencia de algunas necesidades psicoeducativas pueden afectar el desarrollo académico de estudiantes en semestres avanzados, tales como, la falta de orientación laboral previa al terminar la carrera, trámites administrativos, alternativas de titulación y la falta de tutores y asesores en los procesos. En el caso de la presente investigación, los resultados muestran una mayor tendencia del síndrome de burnout académico en niveles avanzados de los semestres universitarios, sus causas se pueden relacionar con la experiencia internacional expuesta anteriormente.

En cuanto a las dimensiones de bienestar psicológico y su relación con la presencia del síndrome de burnout académico, se observa una correlación negativa moderada estadísticamente significativa, lo que se traduce a que, en el aumento de la sintomatología de burnout en estudiantes, los niveles de bienestar psicológico disminuyen en la misma proporción. Esto en relación con los estudios de Salanova, Martínez, Bresó, Llorens y Grau (2005), quienes afirman que en presencia de mayores niveles de bienestar psicológico en estudiantes se debe en parte a menores estados de burnout.

Por último, se recomienda para este tipo de investigaciones, con el ánimo de profundizar en causas y sintomatologías, tanto psicológicas como clínicas, utilizar otras metodologías con instrumentos multidimensionales con escalas y dimensiones más sensibles para tener mayor y mejores elementos de juicio en los resultados, también se recomienda incluir variables de desempeño académico para observar su relación y efectos sobre la actividad universitaria, el

7. Referencias Bibliográficas

- Bahamón, M. y Alarcón-Vásquez, Y. (En Prensa). Diseño y validación del instrumento para la evaluación del bienestar psicológico en adolescentes colombianos. Tesis doctoral para optar al título de doctor en psicología, Universidad de Flores, Buenos Aires, Argentina.
- Barraza, A. (2009). Estrés académico y burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Psicogente*, 12 (22), 272-283.
- BENDER koch, SILVA cuaresama d. Estrés profesional, género y trabajadores de tecnología de la información: Una revisión sistemática. *Revista espacios*. Vol. 37, año 2016, numero 03, Pag. 5. Recuperado de: <http://www.revistaespacios.com/a16v37n03/16370305.html>
- Buzzetti, M. (2005). *Validación del maslach burnout inventory (MBI), en dirigentes del colegio de profesores A.G. de Chile* (Tesis licenciado). Universidad de Chile, Santiago de Chile, Chile.
- Brenninkmeijer, V. & Van Yperen, N. (2003). How to conduct research on burnout: advantages and disadvantages of unidimensional approach in burnout research. *Occupational and Environmental Medicine*, 60 (1), 16 – 20.
- Bresó, E. (2008). Well-being and performance in academic settings: The predicting role of self-efficacy. Disertación doctoral no publicada, Universidad Jaume I de Castellón, Castellón, España.
- Caballero, C., Abello, R. y Palacio, J. (2007). Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 25 (2), 98-111.
- Caballero, C., Bresó, E. y González, O. (2015). Burnout en estudiantes universitarios. *Psicología Desde el Caribe*, 32 (3), 424-441.
- Caballero, C., Hederich, C. y Palacio, J. (2009). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42 (1), 131-146.
- Casullo, M. y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18 (1), 36-68.
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C. y Van Dierendonck, D. (2005). *Psicothema*, 18 (3), 572-577.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157.
- Garaigordobil, M., Aliri, J. y Fontaneda, I. (2009). Bienestar psicológico subjetivo: diferencias de sexo, relaciones con dimensiones de personalidad y variables predictoras. *Psicología Conductual*, 17 (3), 543-559.
- García-Viniegras, C. y González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16 (6), 86-92.
- Gil-Monte, P. (2003). Burnout syndrome: ¿síndrome de quemarse por el trabajo, desgaste profesional, estrés laboral o enfermedad de Tomás?. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 19 (2), 181-197.
- González, R., Souto, A., Fernández, R. y González, L. (2016). *Estudios sobre Educación*, 30, 95-113.
- Hederich, C. y Caballero, C.C. (2016). Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI – SS) en contexto académico colombiano. *CES Psicología*, 9 (1), 1 – 15.
- Hernández S., R., Fernández C., C. y Baptista L., P. (2014). *Metodología de la investigación*. México. Editorial McGraw-Hill.

- Martínez, A. (2010). El síndrome de burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*, 112, 1-40.
- Martínez, V. (2016). *Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y significación vital en personas en situación de desempleo* (Tesis licenciatura). Universidad de La Laguna, Santa Cruz de Tenerife, España.
- Maslach, C., Schaufeli, & W., Leiter, M. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
- Molina, C. y Meléndez, J. (2006). Bienestar psicológico en envejecientes de la República Dominicana. *Geriátrika*, 22 (3), 97-105.
- Mundo, A. (2014). *Estrés académico y burnout en los estudiantes de psicología* (Tesis maestría). Universidad Rafael Urdaneta, Maracaibo, Venezuela.
- Palacio, J., Caballero, C., González, O., Gravini, M. y Contreras, K. (2012). Relación del burnout y las estrategias de afrontamiento con el promedio académico en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 11 (2), 535-544.
- Páramo, M., Straniero, C., García, C., Torcilla, N. y Escalante, E. (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 10 (1) 7-21.
- Pérez, M., Ponce, A., Hernández, J. y Márquez, B. (2010). Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de primer ingreso de la región altos norte de Jalisco. *Revista de Educación y Desarrollo*, 14, 31-37.
- POSSAMAI Luther O; IBDAIWI thiago K; ALMEIDA damiana A; PEREIRA vivian M; VENTURINI Jonás C; RIBEIRO claudete F. La aparición del síndrome burnout en bomberos. *Revista espacios*. Vol. 37, año 2016, numero 28, pág. 4. Recuperado de: <http://www.revistaespacios.com/a16v37n28/16372804.html>
- Rodríguez, M., Rodríguez, R., Riveros, A., Rodríguez, M. y Pinzón, J. (2011). *Síndrome de burnout y factores asociados en personal de salud en tres instituciones de Bogotá en diciembre de 2010* (Tesis maestría). Universidad del Rosario, Bogotá, Colombia.
- Rosales, Y. (2012). Estudio unidimensional del síndrome de burnout en estudiantes de medicina de Holguín. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 32 (116), 795-803.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything: or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C. y Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719-727.
- Salanova, M., Matínez, I., Bresó, E., Llorens, S. y Grau, R. (2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Anales de Psicología*, 21 (1), 170-180.
- Salotti, P. (2006). Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires. Universidad de Belgrano.
- Vázquez, J., Camberos, T. y Amézquita, J. (2016). El trabajo como herramienta de afrontamiento de sintomatología de burnout académico. *Revista Educación y Desarrollo Social*, 10 (2), 20-33.
- Vélez, A. y Roa, C. (2005). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes de medicina. *Educación Médica*, 8 (2), 74-82.
- Véliz, A. (2012). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico y su estructura factorial en universitarios chilenos. *Psicoperspectivas*, 11 (2).
- Yavuz, G. y Dogan, N. (2013). Maslach burnout inventory-student survey (MBI-SS): a validity study. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 116 (2014), 2453 – 2457.
-

1. Doctor en Administración de Empresas, Universidad Autónoma de Querétaro, México, Administradora de Empresas. Docente de planta tiempo completo Universidad del Atlántico de Barranquilla, Colombia. hileslo@hotmail.com
 2. Economistas, Universidad del Atlántico de Barranquilla, Colombia. sadandelacruz@gmail.com
 3. Doctorante en Psicología. Psicóloga. Docente investigadora Universidad Simón Bolívar de Barranquilla, Colombia. mbahamon@unisimonbolivar.edu.co
 4. Administrador de empresas egresado de la Universidad del Atlántico de Barranquilla, Colombia. Auxiliar de investigación en semilleros de investigación. Julioprzm_414@hotmail.com
 5. Contadora Pública, Facultad de Administración y Negocios, Universidad Simón Bolívar de Barranquilla, Colombia. acaceres4@unisimonbolivar.edu.co
 6. La Universidad del Atlántico se encuentra ubicada en el municipio de Puerto Colombia, Atlántico, Colombia, a 5 Km de la ciudad de Barranquilla.
 7. El resto de la muestra se concentra en la categoría "leve", puesto que existe la posibilidad, de que al momento de diligenciar el instructivo se encontraban en un momento de estrés por diferentes factores (académicas, sociales, económicas, entre otras), más no necesariamente presentan la sintomatología del burnout. Por tal motivo los resultados se concentrarán en las categorías "moderado" y "profundo".
-

Revista ESPACIOS. ISSN 0798 1015
Vol. 39 (Nº 15) Año 2018

[Índice]

[En caso de encontrar algún error en este website favor enviar email a webmaster]

©2018. revistaESPACIOS.com • Derechos Reservados