



Vol. 14 No. 4

Diciembre de 2011

SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES DE PREGRADO DE LA UNIVERSIDAD DE NARIÑO

Claudia del Rosario Castro Bastidas¹, Oscar Orlando David Ceballos² y Leónidas Ortiz Delgado³
Universidad de Nariño
Colombia

RESUMEN

El síndrome de Burnout en estudiantes universitarios corresponde a un síndrome psicoemocional que se presenta en quienes no logran adaptarse a los eventos de estrés propios del ambiente educativo. Por tanto, se realizó un presente estudio descriptivo de diseño transversal con el objetivo de identificar las características sociodemográficas, académicas relacionadas a las manifestaciones psicológicas del Síndrome de Burnout en los estudiantes de pregrado de la Universidad de Nariño-Sede Pasto. La muestra fue de 438 estudiantes de pregrado, a quienes se aplicó la escala Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) y mediante el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS 13.0) se obtuvo que el 15,5% de los estudiantes de la muestra presentan Burnout, el 18,7% manifiesta agotamiento emocional, el 14,4% cinismo y el 0,2% autoeficacia académica. Además, la técnica T student obtuvo que el género masculino, el pertenecer a la zona urbana y estudiar en la jornada diurna se asocia a la aparición del Síndrome de Burnout y al componente autoeficacia académica; la jornada también se asocia al componente agotamiento emocional. El estudio concluye que la

¹ Psicóloga Centro de Familia Militar. Dirección de correspondencia: charocbasti@hotmail.com

² Estudiante de maestría: oscardavid8899@hotmail.com

³ Docente Universidad de Nariño. Dirección de correspondencia: leortizdel@gmail.com

presencia del Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios permite realizar una detección de los niveles sintomáticos y se constituyen en un indicador de posibles dificultades futuras en el ámbito educativo y profesional.

Palabras clave: Síndrome de Burnout, Estudiantes, Pregrado, variables sociodemográficas, académicas, Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS).

BURNOUT SYNDROME IN NARIÑO UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT

Burnout syndrome in university students is a psycho syndrome that occurs in who does not adapt to stressful events specific to the educational environment. Therefore, this cross-sectional descriptive study aimed to identify sociodemographic, academic-related psychological manifestations of burnout syndrome in undergraduate students at the University of Nariño, Pasto headquarters. The sample of 438 undergraduate students, who applied the Maslach Burnout Inventory Scale Student Survey (MBI-SS) and for the Statistical Package for Social Sciences (SPSS 13.0) was obtained that 15.5% of students Bournout present sample, 18.7% report emotional exhaustion, 14.4% and 0.2% cynical academic self-efficacy. Furthermore, the technique T student was the male gender, belonging to the urban area and study in the daytime associated the onset of the burnout syndrome academic self-efficacy component, the time component is also associated with emotional exhaustion. The study concluded that the presence of burnout syndrome in university students allows detection of symptomatic levels and constitute an indicator of possible future difficulties in the educational and professional.

Key words: Burnout Syndrome, Students, Pregrado, sociodemographic variables, Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS).

INTRODUCCION

En los últimos años se han producido importantes cambios en el mundo a nivel social, económico, científico y tecnológico; este entorno exige a las personas mayor grado de autonomía, flexibilidad, capacidad de iniciativa, seguridad en sí mismos y capacidad para moldearse a situaciones nuevas, (Bittar, M. 2008) por tal razón se hace pertinente lograr una mayor competitividad, alcanzar niveles de alto desarrollo y especializarse en una área de competencia con el fin de poder estar

acorde al ritmo de los cambios actuales y no ser excluido del entorno que los rodea.

Este entorno hace cada vez más complejas las demandas sobre el individuo; una consecuencia de estas demandas es el desequilibrio en la salud, puesto que al enfrentarse cada vez más a estos retos y exigencias del medio, se debe contar con una gran cantidad de recursos físicos y psicológicos que, de no tenerlos, se pueden generar un sin número de síndromes psicológicos entre los que se encuentra el Síndrome de Burnout o “del quemado”. El Síndrome de Burnout puede definirse como el resultado del estrés crónico que es típico de la cotidianidad del trabajo, especialmente cuando en éste existe excesiva presión, conflictos, pocas recompensas emocionales y poco reconocimiento (Maslach y cols. 2001 citado por Carlotto, Goncalves, Brazil, 2005); además se considera como relacionado a un tipo de estrés derivado principalmente del contexto asistencial y organizacional que se caracteriza por agotamiento, cinismo y baja auto eficacia (Gil-Montes, P. 2003 citado por Caballero, Abello, Palacio, 2007).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2007) este síndrome se considera un problema en el mundo profesional de la actualidad y afecta a diferentes profesionales que por lo general tienen contacto directo con las personas, por lo tanto necesitan altas dosis de entrega e implicación, esta situación genera ansiedad, depresión, frustración, poca autoestima, nerviosismo y soledad (Bittar, 2008).

Igualmente, este Síndrome produce alteraciones en los sistemas fisiológicos (en el sistema nervioso autónomo y el sistema inmune) como disfunciones psicofisiológicas caracterizadas por dolores de cabeza, problemas cardiovasculares, digestivos y sexuales, asimismo puede generar una inmunodepresión que aumenta el riesgo de infecciones, como la gripe e incrementa la probabilidad de desarrollar enfermedades inmunológicas. Además, los cambios cognitivos desarrollan una serie de sesgos o errores en la interpretación de la activación fisiológica, de la conducta, los pensamientos o de algunas situaciones, que a su vez llevan a adquirir una serie de temores irracionales y alteraciones emocionales (Bittar, 2008).

El síndrome de Burnout es uno de los principales problemas psicológicos en el ámbito laboral, inicialmente ha sido estudiado en contextos asistenciales en donde los trabajadores tienen contacto directo con las personas, luego se pasó a estudiarlo en otros contextos laborales, sin embargo muy recientemente se vio la necesidad de investigar dicho Síndrome en contextos no laborales, ya que, los retos y demandas no sólo se remiten a los trabajadores sino también a personas como los estudiantes universitarios quienes se ven enfrentados a diferentes exigencias propias del contexto educativo, es el caso del trabajo de Pines, et. al. (1981) (citado por Barraza, 2008), que ubica este síndrome tanto en trabajadores como en personas que no lo son, pero que se ven enfrentadas a otro tipo de exigencias que dan lugar a desarrollar el Síndrome de Burnout.

En recientes investigaciones se considera que los estudiantes llegan a padecer o manifestar el Síndrome de Burnout; desde el enfoque teórico-conceptual de Pines, et. al. (1981) (Citado por Barraza, Gutiérrez, Ceniceros, 2009) se afirma que este Síndrome se desarrolla por personas que no están expuestas al medio laboral, en este caso los estudiantes universitarios quienes se ven enfrentados a otro tipo de demandas. Lo anterior sustentado en que las personas que comienzan una carrera superior se enfrentan a una responsabilidad mayor, cursos y docentes que les exigen y asignan diversas actividades, como sustentar trabajos grupales, presentar informes, llevar a cabo prácticas, trabajos de investigación y exámenes con una exigencia elevada; todos estos elementos constituyen situaciones de evaluación y es importante que sean exitosas, pues facilitan el paso al siguiente semestre o una entrada más rápida a la vida profesional (Vélez y Roa, 2005).

En este sentido, el estudiante universitario se expone a un sinnúmero de retos, decisiones, problemas y exigencias de diferente índole proporcionados por el contexto educativo, en donde la formación, el aprendizaje y el rendimiento académico son aspectos que pueden constituirse en fuentes de estrés. Cuando el estudiante no se logra adaptar a los eventos de estrés, podría desencadenar sensaciones de no poder dar más de sí mismo (agotamiento) y responder con una actitud negativa de autocrítica, desvalorización y pérdida del interés en valor y

trascendencia del estudio (cinismo), lo cual podría incrementar sus dudas acerca de la capacidad para realizarlo (autoeficacia personal) (Gil, 2001); estas manifestaciones son un indicador de Burnout y generan un impacto negativo no solo en la salud (Viñas y Chaparrós, 2000), sino también en el rendimiento académico de dichos estudiantes.

De esta manera la población estudiantil universitaria es vulnerable al desarrollo del Síndrome de Burnout, además, este síndrome de quemarse por los estudios podría ocasionar depresión, malestar psicosocial e incluso el abandono de los mismos (Salanova, Martínez, Bresó, Llorens, y Grau, 2005).

Frente a esta problemática y considerando que las investigaciones sobre el Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios son muy escasas y además que el departamento de Nariño aún no cuenta con información suficiente acerca de éste, por tanto se evidencia la necesidad de contextualizarlo, y a través de esta investigación aportar al conocimiento y profundización del tema en la región y para ello se plantea como objetivo determinar la relación entre las características sociodemográficas, las variables académicas y las manifestaciones del Síndrome de Burnout en los estudiantes de pregrado de la Universidad de Nariño, sede Pasto. En este sentido, este estudio aporta al conocimiento del Síndrome de Burnout dentro de la población universitaria, permitiendo identificar la cronicidad de la sintomatología del Síndrome de Burnout, además, contribuye a crear propuestas de mejoramiento de la calidad de vida de los estudiantes y a la disminución de la deserción estudiantil.

En este orden de ideas, la relevancia del estudio del fenómeno Burnout entre los estudiantes universitarios y la detección precoz de niveles sintomáticos significativos, constituye un indicador de posibles dificultades futuras, en los planos de éxito académico o profesional y una oportunidad excelente de intervención temprana en programas de promoción de estilos de vida saludable en el ámbito educativo, de manera que se contribuya al mejoramiento del bienestar y calidad de vida de los estudiantes, y prevención de factores de riesgo para el manejo del agotamiento estudiantil y el posterior desarrollo del Síndrome de Burnout.

El estudio se llevo a cabo mediante la aplicación de la escala Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI-SS) y un cuestionario sociodemográfico y de variables académicas. La escala está compuesta por 15 ítems, inicia con las instrucciones “Piensa en cómo te has sentido en relación con tus estudios durante el último año y contesta las siguientes preguntas”, además tiene 3 categorías: a) Agotamiento emocional b) Cinismo y c) Eficacia académica.

METODOLOGÍA

La investigación parte desde el enfoque empírico analítico, además se propone un estudio de carácter descriptivo de corte transversal.

Técnicas e instrumentos:

Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI-SS). La escala Maslach Burnout Inventory- Student Survey (MBI-SS) está diseñada para medir Burnout en estudiantes, además esta compuesta por 15 ítems, consta de tres dimensiones, así: a. Agotamiento emocional, 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. b. Cinismo, evalúa la actitud negativa del estudiante frente a sus estudios, evidenciada por la autocrítica, desvalorización, pérdida del interés y de la trascendencia y valor frente al estudio, y c. Competencia percibida, evalúa la percepción del estudiante sobre la competencia en sus estudios.” (Caballero, Abello, Palacios, 2007).

Población:

La población está conformada por estudiantes de pregrado de los diferentes programas académicos matriculados en el periodo A del 2009 de la Universidad de Nariño, sede Pasto. El tamaño de la muestra es de 438 estudiantes, la muestra poblacional es de tipo probabilístico.

Plan de análisis de datos:

Para la obtención de las estimaciones, se utilizó el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS 13.0).

RESULTADOS

Para buscar evidencia de confiabilidad, en este caso de consistencia interna, se aplicó la fórmula del coeficiente de alpha de Cronbach obteniendo un valor de confiabilidad de 0,86 para el componente agotamiento emocional indicador que según la tabla de interpretación cualitativa evidencia una correlación fuerte; 0.74 para el componente cinismo que según la tabla significa correlación significativa y 0.71 para el componente eficacia académica evidenciando correlación significativa.

Descripción de los datos del total de la muestra:

200 personas pertenecen al género masculino (46%) y 238 al género femenino (54%). Para los datos de la variable edad, se organizaron 3 rangos, de 15 a 18 años, de 19 a 25 años y de 26 a 45 años. 315 personas (72%) tienen entre los 19 y 25 años, 70 personas (16%) se encuentran entre los 15 y 18 años, y 53 personas (12%) están entre los 26 y 45 años. En referencia al estado civil, el 94% es soltero (a), siendo este el porcentaje predominante. El 3% en Unión Libre el 2% está casado, y el 1% separado.

El 89% no tiene hijos y el 11% si tiene hijos, de las personas que tienen hijos, el 83% tienen un hijo, el 11% tiene dos hijos, 4% tiene cuatro hijos y el 2% tiene tres hijos. En cuanto a trabajo, el 91% de la muestra no trabaja y el 9% si trabaja.

El 78% de la muestra pertenece a la zona urbana y el 22% a la rural. Con respecto al estrato socioeconómico, el 43% de la muestra pertenece al estrato dos, el 28% al estrato tres, el 22% al estrato uno, el 4% al estrato cuatro, el 2% pertenece al estrato cero y el 1% al estrato cinco. Del total de la muestra, el 53% escogió la carrera como primera opción, para el 45% fue segunda opción y para el

4% tercera opción. Con relación a la jornada de estudio la que predominó fue la diurna con un 93%, y la nocturna con un 7%.

| Variables | Categorías | Porcentajes |
|------------------------|-------------|-------------|
| Genero | Masculino | 46% |
| | Femenino | 54% |
| Edad | 15 a 18 | 16% |
| | 19 a 25 | 72% |
| | 26 a 45 | 12% |
| Estado civil | Soltero | 94% |
| | Unión libre | 3% |
| | Casado | 2% |
| | Separado | 1% |
| Hijos | No | 89% |
| | Si | 11% |
| Numero de hijos | 1 | 83% |
| | 2 | 11% |
| | 3 | 2% |
| | 4 | 4% |
| Trabajo | Si | 91% |
| | No | 9% |
| Zona | Urbana | 78% |
| | Rural | 22% |
| Estrato socioeconómico | 0 | 2% |
| | 1 | 22% |
| | 2 | 43% |
| | 3 | 28% |
| | 4 | 4% |
| | 5 | 1% |
| Opción de la carrera | Primera | 53% |
| | Segunda | 45% |
| | tercera | 4% |
| Jornada de estudio | Diurna | 93% |
| | Nocturna | 7% |

Tabla 1. Descripción de los datos del total de la muestra.

Análisis estadístico de los resultados:

Para determinar la prevalencia del síndrome de Burnout, primero se hizo necesario establecer un criterio que permitiera determinar que puntuaciones indicarían presencia de Burnout y cuáles no. Para esto se realizó una normalización de los datos, es decir, se tuvo en cuenta el promedio (42.38) de las puntuaciones generales en el Maslach Burnout Inventory - Student Survey, obtenidas por todos los participantes del estudio (suma de las puntuaciones en cada una de las manifestaciones) y la desviación estándar (11) de la misma, asignando las puntuaciones de la siguiente manera: ausencia de Burnout = puntuaciones por debajo de una desviación estándar positiva, es decir, puntuaciones menores a 53.38; y presencia de Burnout: puntuaciones superiores a una desviación estándar positiva, lo que equivale a puntuaciones iguales o mayores a 53.38.

Para el componente agotamiento emocional el promedio fue 11,4 y la desviación estándar 6,7, por lo tanto puntuaciones iguales y menores a 18 significan ausencia de agotamiento emocional; y puntuaciones mayores a 18 equivalen a presencia de este componente. Para el componente cinismo el promedio fue 5.3 y la desviación estándar 4.8, es decir que puntuaciones menores o iguales a 10 muestran ausencia de cinismo; y puntuaciones mayores a 10 presencia de cinismo. Finalmente, para el componente autoeficacia académica el promedio fue 25,6 y la desviación estándar 6,9, por lo tanto puntuaciones menores o iguales a 32 equivalen a ausencia de autoeficacia académica; y puntuaciones mayores a 32 significan presencia de autoeficacia académica.

Con base en lo anterior se encontró que en el 15,5% (68) de la muestra hay presencia del Síndrome de Burnout y en el 84,5% (470) restante ausencia de Burnout. Ver figura 1.

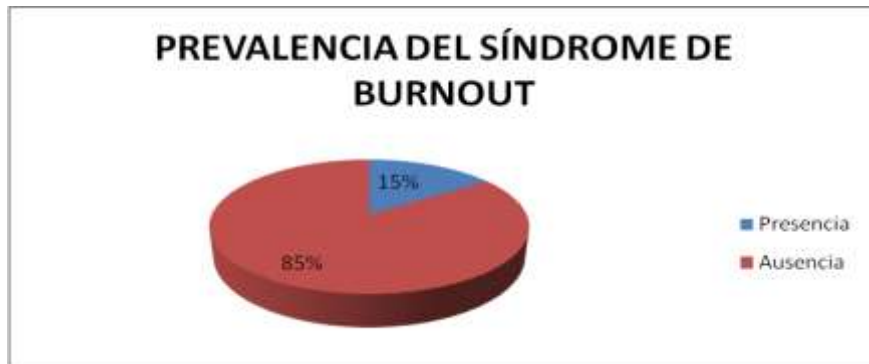


Figura 1. Prevalencia del Síndrome de Burnout en la muestra

La figura 2 muestra que el 18,7% presenta agotamiento emocional, el 14,4% manifiesta cinismo y el 0,2% se percibe autoeficaz académicamente.

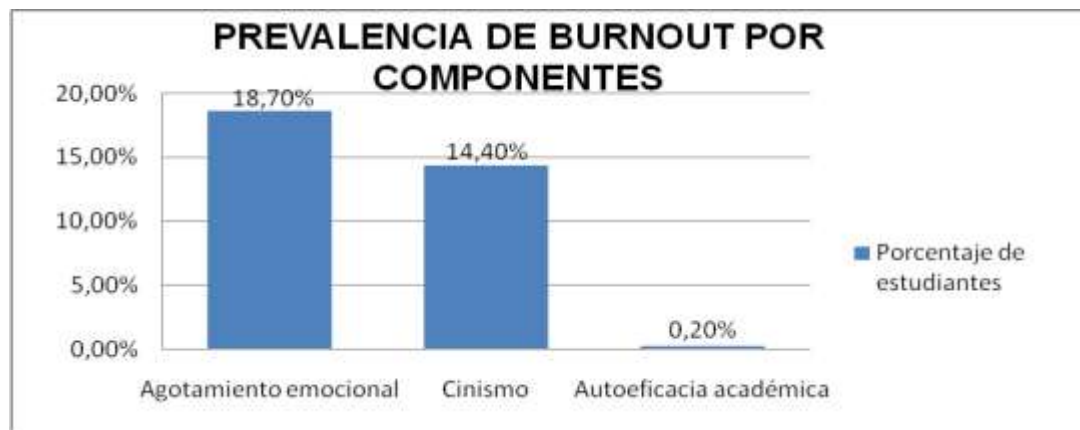


Figura 2. Prevalencia del Síndrome de Burnout por componentes.

Síndrome de Burnout y características sociodemográficas:

Para el género masculino el 43,4% presenta Burnout y para el femenino 41,2% manifiesta el Síndrome. Se evidencia presencia de Burnout en el 10,3 % de los sujetos entre los 19 a 25 años, en el 4,1% de la muestra de edades entre los 15 y 18 años y en el 1,8% de los estudiantes entre 26 a 45. Con respecto al estado civil, el 15,3% de los estudiantes soltero presentan Burnout, el 0,2% de los sujetos que permanecen en un unión libre manifiestan Burnout, de los estudiantes casados, separados y viudos ninguno presenta Burnout.

El 14,6% de los estudiantes de la muestra que no tienen hijos presentan Burnout y el 0,9% de los sujetos que tiene hijos manifiestan el Síndrome. En

cuanto a los estudiantes que trabajan el 12% se vieron afectados por el Burnout y el 3,4% de los participantes que no trabajan.

Con respecto a la zona municipal, el 10,9% de los estudiantes que permanecen a la zona urbana manifiestan el Síndrome y de la zona rural el 4,3%. En cuanto al estrato socioeconómico, el 5,9% de la muestra perteneciente al estrato dos presenta Burnout, el 4,8% del estrato tres, el 3,6% del estrato uno, el 1,8% del estrato cero, el 0,4% del estrato cinco y el 0,2% del estrato cuatro manifiestan el Síndrome. En cuanto a la jornada de estudio; el 14,8% de los estudiantes que se encuentran en la jornada diurna presentan Burnout y el 0,6% de los estudiantes de la jornada nocturna.

| Variables | Categorías | Porcentajes del síndrome de Burnout |
|------------------------|-------------------|--|
| Genero | Masculino | 43.4% |
| | Femenino | 41.2% |
| Edad | 15 a 18 | 4.1% |
| | 19 a 25 | 10.3% |
| | 26 a 45 | 1.8% |
| Estado civil | Soltero | 15.3% |
| | Unión libre | 0.2% |
| | Casado | 0% |
| | Separado | 0% |
| Hijos | No | 14.6% |
| | Si | 0.9% |
| Trabajo | Si | 12% |
| | No | 3.4% |
| Zona | Urbana | 10.9% |
| | Rural | 4.3% |
| Estrato socioeconómico | 0 | 1.8% |
| | 1 | 3.6% |
| | 2 | 5.9% |
| | 3 | 4.8% |
| | 4 | 0.2% |
| | 5 | 0.4% |
| Jornada de estudio | Diurna | 14.8% |
| | Nocturna | 0.6% |

Tabla 2. Síndrome de Burnout y características sociodemográficas.

Análisis de datos con la técnica T Student.

Con el propósito de identificar aquellas variables sociodemográficas y académicas que estaban asociadas a diferencias en la presencia y en las manifestaciones del Burnout se aplicó la técnica T student para muestras independientes en el programa estadístico SPSS que permite establecer la comparación entre las medias de dos poblaciones independientes (los individuos de una de las poblaciones son distintos a los individuos de la otra) tales como género, zona municipal, jornada de estudio, entre otros; además se aplicó la prueba Kolmogorov-Smirnof que permite el análisis estadístico de la normalidad de los datos obtenidos del T student.

Haciendo referencia al género masculino se obtuvo una media de 43.39 y para el femenino de 41,18, lo que permite apreciar que los puntajes de la muestra del género masculino son más altos; según los resultados arrojados por la técnica estadística T Student se observa un puntaje T de 2.09 y con un nivel de significancia menor a 0.05 (0.036); por lo anterior es preciso decir que el género masculino se asocia a la aparición del Síndrome de Burnout. Además se verificó la distribución de normalidad de la técnica T student a través de la prueba Kolmogorov-Smirnof (7,6) obteniendo normalidad de las poblaciones que se comparan.

Con relación a los componentes del Síndrome de Burnout el género masculino obtuvo una media de 26,19 en el componente autoeficacia académica y el género femenino 24,89, lo que permite apreciar que los puntajes en este componente de la muestra del género masculino son más altos, según los resultados arrojados por la técnica estadística T Student se observa un puntaje T de 1.9 y con un nivel de significancia menor a 0.05 (0.048); por lo anterior es preciso decir que el género masculino se asocia positivamente al componente autoeficacia académica. Además se verificó la distribución de normalidad de la técnica T student a través de la prueba Kolmogorov-Smirnof (7,6) obteniendo normalidad de las poblaciones que se comparan.

Con respecto a los componentes del Síndrome de Burnout y la zona municipal urbana se obtuvo una media de 25,95 en el componente autoeficacia académica y de 24,94 para la zona rural en dicho componente; según los resultados arrojados por la técnica estadística T Student se observa un puntaje T de 2.02 y con un nivel de significancia menor a 0.05 (0.043); por lo anterior es preciso decir que la zona urbana se asocia positivamente al componente autoeficacia académica; igualmente se verificó la distribución de normalidad de la técnica T student a través de la prueba Kolmogorov-Smirnof (1,8) obteniendo normalidad de las poblaciones que se comparan.

En cuanto a los componentes del Síndrome de Burnout y la jornada de estudio diurna se obtuvo una media de 11,68 en el componente agotamiento emocional y de 8,68 para la jornada nocturna en dicho componente; según los resultados arrojados por la técnica estadística T Student se observa un puntaje T de 2.41 y con un nivel de significancia menor a 0.05 (0.016); por lo anterior es preciso decir que la jornada diurna se asocia positivamente al componente agotamiento emocional; así mismo se verificó la distribución de normalidad de la técnica T student a través de la prueba Kolmogorov-Smirnof (2,04) obteniendo normalidad de las poblaciones que se comparan.

Finalmente y con referencia a los componentes del Síndrome de Burnout y la jornada de estudio diurna se obtuvo una media de 25,40 en el componente autoeficacia académica y de 28,23 para la jornada nocturna en dicho componente; según los resultados arrojados por la técnica estadística T Student se observa un puntaje T de -2.21 y con un nivel de significancia menor a 0.05 (0.028); por lo anterior es preciso decir que la jornada diurna se asocia positivamente al componente autoeficacia académica; además se verificó la distribución de normalidad de la técnica T student a través de la prueba Kolmogorov-Smirnof (11,23) obteniendo normalidad de las poblaciones que se comparan.

Con el fin de sintetizar la información relacionada con las variables sociodemográficas y académicas que se asocian positivamente a la presencia del Síndrome de Burnout o a alguno de sus componentes, a continuación la tabla 3

presenta un resumen de los datos obtenidos con la aplicación de la técnica T Student, el nivel de significancia estadística y la prueba Kolmogorov-Smirnof.

| VARIABLE | ASOCIADA A | MEDIA | T STUDENT | NIVEL DE SIGNIFICANCIA | PRUEBA KOLMOGOROV-SMIRNOF |
|----------------------------|--------------------------------------|-------|-----------|------------------------|---------------------------|
| Género masculino | La presencia del síndrome de Burnout | 43,39 | 2,09 | 0,036 | 7,6 |
| Género masculino | Autoeficacia académica | 26,19 | 1,9 | 0,048 | 7,6 |
| Zona municipal urbana | Autoeficacia académica | 25,95 | 2,02 | 0,043 | 1,8 |
| Jornada de estudios diurna | Agotamiento emocional | 11,68 | 2,41 | 0,016 | 2,04 |
| Jornada de estudios diurna | Autoeficacia académica | 25,40 | 2,21 | 0,028 | 11,23 |

Tabla 3. Datos Técnica T student.

DISCUSIÓN

Analizando los valores de confiabilidad de la escala Maslach Burnout Inventory – Student Survey obtenidos a través del coeficiente del alpha de Cronbach, se observa que el componente agotamiento emocional obtuvo una correlación fuerte, es decir una consistencia interna de 0,86, el componente cinismo 0,74 y 0,71 para el componente eficacia académica, estos dos últimos valores evidencian correlación significativa; los datos mencionados anteriormente son similares a los que obtuvieron Caballero, et, al. (2007) en una muestra de estudiantes de Barranquilla a quienes fue aplicada la escala, estos autores encontraron que en agotamiento emocional la consistencia fue satisfactoria ($\alpha=0,72$), en cinismo la consistencia interna fue $\alpha= 0,71$ y en el componente

autoeficacia académica fue de $\alpha = 0,79$; es decir que la Escala Maslach Burnout Inventory – Student Survey produce resultados consistentes y coherentes.

Con respecto a la prevalencia se evidenció que el 15,5% de la muestra presenta el Síndrome de Burnout; según Fernández, y Rusiñol, (2003) esto se relaciona por una parte, con los problemas psicológicos más frecuentes que padecen los estudiantes como trastornos de ansiedad, estrés académico, ansiedad, estado y rasgo, y por otra parte con el temor a la evaluación y tensión asociada a situaciones en las que el estudiante requiere absorber una gran cantidad de información en un tiempo limitado, así mismo, a insatisfacción social y dificultades económicas, familiares y falta de espacios de recreación, todos estos elementos facilitan la aparición del Síndrome de Burnout en los estudiantes universitarios.

Otro aspecto al que se enfrentan los estudiantes y que influye significativamente en la presencia de Burnout es la necesidad de mantener un rendimiento académico adecuado, considerado como el cumplimiento de las metas, logros u objetivos establecidos en el programa o asignatura que cursan (Caballero, et, al. 2007). Así mismo, los jóvenes que comienzan una carrera superior se enfrentan a una responsabilidad mayor, cursos y docentes que les exigen y asignan diversas actividades, como sustentar trabajos grupales, presentar informes, llevar a cabo prácticas, trabajos de investigación y exámenes con una exigencia elevada. Todos estos elementos constituyen situaciones de evaluación en las que es importante que sean exitosos, pues facilitan el paso al siguiente semestre o una entrada más rápida a la vida profesional (Vélez y Roa, 2005)¹⁵. Caballero, C. Abello, R. Palacios, J. (2007), es decir que el porcentaje de estudiantes antes mencionado evaluó que no puede hacer frente a dichas situaciones y desarrolló el Síndrome de Burnout.

En cuanto a los componentes del Burnout, se ha considerado que el agotamiento emocional y el cinismo son el “corazón” de este Síndrome. Para la muestra de la Universidad de Nariño el 18,7% presenta agotamiento emocional, es decir que estas personas no se logran adaptar a los eventos de estrés y desencadenan sensaciones de no poder dar más de sí mismo (Salanova, et, al.

2005); el 14,4% de la muestra manifiesta cinismo, estos estudiantes responden con una actitud negativa de autocrítica, desvalorización y pérdida del interés, de la trascendencia y valor frente al estudio; y un mínimo porcentaje de la muestra se percibe autoeficaz académicamente (0,2%), mientras que el 99,8% dudan acerca de la capacidad para realizar sus estudios (Gil-Montes, 2001 citado por Caballero, et. al. 2007)¹⁸; según Olaz (2001) citado por Caballero, et. al. (2007)¹⁹ la autoeficacia influye en la elección de actividades, en las conductas, en los patrones de pensamiento y en las reacciones emocionales; determina el esfuerzo que invierten las personas en una actividad, como también cuán perseverantes serán frente a los obstáculos, permitiendo así que el sujeto sea el productor de su propio futuro y no un simple predictor. Algunas teorías y modelos señalan que el Burnout se desarrolla a partir de sentimientos de ineficacia o crisis de autoeficacia (Salanova, et. al. 2005 citado por Caballero, et. al. 2007).

Por otro lado, Gil Monte y Peiró (1997) citado por Manzano, (2002) han definido las variables facilitadoras del síndrome de quemarse como “aquéllas de carácter personal que tienen una función facilitadora o inhibidora de la acción que los estresores que ejercen sobre el sujeto”. Dentro de este grupo de variables se encuentran las de carácter demográfico. Algunas de las más estudiadas a lo largo de la literatura relativa al Síndrome de Burnout han sido: edad, sexo y estado civil. Entre los aspectos sociodemográficos del síndrome de Burnout descritos en la literatura no parece existir un acuerdo unánime entre los diferentes autores aunque si existe un determinado nivel de coincidencia para algunas variables.

Considerando que aunque la edad no parece influir en la aparición del Síndrome (Atance, 1997), en esta muestra se presenta Burnout en el 10,3 % de los sujetos entre los 19 a 25 años, en el 4,1% de la muestra de edades entre los 15 y 18 años y en el 1,8% de los estudiantes entre 26 a 45, estos datos demuestran que puede existir un periodo de edad más sensible a padecer el Síndrome debido a que habría unos años en los que los estudiantes serían especialmente vulnerables a éste, en este caso entre los 19 y 25 años (Atance, 1997); sin embargo un alto porcentaje de estudios (Rosenthal, Schmid y Black, 1989; Leatt y Schneck, 1980; Farber, 1984; citados por Manzano, 2002) han

obtenido evidencia empírica a favor de una relación negativa entre la edad de los sujetos y el grado de Burnout por ellos experimentado.

Examinando los datos según el género se encontró que para el género masculino hay más porcentaje de afectados por el Síndrome (9,5%) que para el femenino (6%) aunque según estudios de Maslach y Jackson (1986) citado por Atance, (1997) serían principalmente las mujeres el grupo más vulnerable, debido a la doble carga de trabajo que conlleva la práctica académica y la tarea familiar así como la elección de determinadas especialidades profesionales que prolongarían el rol de mujer. Además, Gil Monte y Peiró, (1997) explican que las mujeres presentan manifestaciones del síndrome debido a los procesos de socialización planteados para los roles masculino y femenino y la interacción de los mismos con los perfiles y requerimientos de las diferentes ocupaciones. Por lo general, en la cultura se dice que la mujer, dentro de su rol femenino, debe integrar habilidades en sus relaciones interpersonales y cuidar a otros, por el contrario, el hombre dentro de su rol masculino maneja la tendencia de no expresar sus emociones y orientarse objetivamente a un logro específico.

A pesar de las explicaciones teóricas las cuales concluyen que las personas del género femenino son más vulnerables a presentar Burnout, la técnica T student (2.09) y la significación estadística 0.036 mostraron que el género masculino se asocia a la aparición del Síndrome de Burnout; asimismo el género masculino se asocia positivamente al componente autoeficacia académica (T student: 1.9 y significancia estadística 0.048), es decir que las personas de este género se perciben menos autoeficaces que las del género femenino.

Con respecto al estado civil, el porcentaje más alto de presencia de Burnout fue para los solteros (15,3%); en consecuencia, Atance, (1997) ha asociado el Síndrome más con las personas que no tienen pareja estable, frente a este hallazgo no existen explicaciones teóricas; los investigadores de este tema no han profundizado al respecto, más bien se han centrado en los sujetos que permanecen casado afirmando que las personas que conviven con su pareja presentan menor grado de Burnout que los que viven solos (Linn, Yager, Cope y Leake, 1986 citado por Manzano, 2002); este resultado puede deberse a que los

sujetos con pareja probablemente poseen una estabilidad emocional-afectiva mayor. El hecho de poder exteriorizar emociones y sentimientos, recibiendo apoyo de la pareja, alivia el malestar y relaja al sujeto. Poder analizar un problema junto a otra persona en la que se confía tal vez permita aumentar el control sobre dicho problema, al saber cómo actuar cuando vuelva a presentarse (Manzano, 2002).

En este mismo orden el 14,6% de los estudiantes de la muestra que no tienen hijos presentan Burnout y el 0,9% de los sujetos que tienen hijos manifiestan el Síndrome, es decir que la existencia o no de hijos hace que estas personas puedan ser más resistentes al síndrome, debido a la tendencia generalmente encontrada en los padres, a ser personas más maduras y estables, y la implicación con la familia y los hijos hace que tengan mayor capacidad para afrontar problemas personales y conflictos emocionales; y ser más realistas, con la ayuda del apoyo familiar (Atance, 1997).

En cuanto a los estudiantes que trabajan el 12% se vieron afectados por el Síndrome de Burnout y el 3,4% de los participantes que no trabajan manifestaron Burnout, estos porcentaje se deben principalmente a que los estudiantes que trabajan se ven enfrentados no sólo a las demandas de la Universidad sino también a las presiones propias del lugar de trabaja (Bittar, 2008).

Con respecto a la zona municipal, el 10,9% de los estudiantes que pertenecen a la zona urbana manifiestan el Síndrome y de la zona rural el 4,3%; la literatura referente a Burnout no hace ninguna diferenciación sobre la zona de procedencia sin embargo en esta investigación se encontró que la zona urbana se asocia positivamente al componente autoeficacia académica (T student: 2,02 y nivel de significancia estadística 0.043), es decir que quienes viven en la zona urbana se perciben más autoeficaces académicamente que aquellos que provienen de la zona rural.

Analizando los datos relacionados con la jornada de estudio se encontró que el 14,8% de los estudiantes que se encuentran en la jornada diurna presentan Burnout y el 0,6% de los estudiantes de la jornada nocturna manifiestan el Síndrome; y aunque no existe literatura al respecto, la técnica T student (2.41) con nivel de significación 0.016 mostró que la jornada diurna se asocia positivamente

al componente agotamiento emocional y al componente autoeficacia académica (T student: -2.21, significación estadística 0.028), es decir que los estudiantes que estudian durante el día se sienten más agotados emocionalmente y se perciben menor eficaces académicamente.

Para finalizar se hace necesario exponer que el síndrome de Burnout puede disminuir significativamente la calidad de vida de los estudiantes universitarios, por lo tanto, es preciso prestar atención a las diferencias que se han presentado en este estudio, el cual en esencia demuestra que características sociodemográficas están asociadas a niveles altos en la manifestación de agotamiento emocional y bajos niveles de autoeficacia académica del síndrome de Burnout, hallazgo que se convierte en un insumo de indiscutible utilidad para guiar una intervención eficaz en este contexto.

CONCLUSIONES

Cabe destacar que esta investigación, además de ser consecuente con los objetivos del Programa de Psicología de la Universidad de Nariño los cuales apoyan el bienestar y desarrollo psicológico de los individuos, grupos y comunidades de la región haciendo énfasis en la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, también contribuyó al fortalecimiento de la línea de investigación Psicología y Salud en relación con el Síndrome de Burnout, puesto que se identificaron los niveles sintomáticos significativos y permitirá la estructuración de programas de intervención desde la promoción de estilos de vida saludable en el ámbito educativo y la prevención de factores de riesgo. Asimismo esta investigación es pionera en identificar el Síndrome de Burnout en estudiantes universitario de la región, ya que estudios previos se han centrado principalmente en los profesionales de ayuda y en otro tipo de profesionales, de la misma manera permitió hacer una detección precoz de los niveles sintomáticos significativos y se constituye en un indicador de posibles dificultades futuras, en los planos de éxito académico o profesional.

En este orden de ideas, Se deben realizar estudios dirigidos a la evaluación y detección de las estrategias de afrontamiento que manejan los estudiantes

universitarios, para observar la relación de estas con los puntajes en prevalencia de Burnout y algunas de sus manifestaciones. Además es necesario focalizar y analizar otras variables personales, familiares, sociales y académicas que permitan diseñar programas efectivos y ajustados a las necesidades de la población estudiantil de la Universidad de Nariño. Teniendo en cuenta que el 15,5% de la muestra poblacional presenta el Síndrome de Burnout, se deben diseñar diferentes programas de prevención y/o intervención del síndrome de Burnout en la Universidad de Nariño para evitar la incidencia o la aparición de nuevos casos, que permitan además mejorar la calidad de vida y la salud mental de los estudiantes y asegure la permanencia de los mismos en la institución.

Lo anterior se debe desarrollar con base en el objetivo primordial del Sistema de Bienestar Universitario y de la Unidad de Salud Estudiantil de la Universidad de Nariño, el cual busca contribuir al desarrollo integral del individuo mediante el fortalecimiento de procesos permanentes y dinámicos (Plan Marco de Desarrollo Institucional Universitario, Acuerdo 043 de 1998 del Consejo Superior Pasto: Universidad de Nariño).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Atance, J. (1997). Aspectos epidemiológicos del Burnout en personal sanitario. Dirección provincial de salud Guadalajara, México. [En Internet] disponible en: http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-7271997000300008. [Abril, 2009].
- Atance, J. (1997). Aspectos epidemiológicos del Burnout en personal sanitario. Dirección provincial de salud Guadalajara, México. [En Internet] disponible en: http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-7271997000300008. [Abril, 2009].
- Atance, J. (1997). Aspectos epidemiológicos del Burnout en personal sanitario. Dirección provincial de salud Guadalajara, México. [En Internet] disponible en: http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-7271997000300008. [Abril, 2009].
- Atance, J. (1997). Aspectos epidemiológicos del Burnout en personal sanitario. Dirección provincial de salud Guadalajara, México. [En Internet] disponible

en: http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-7271997000300008. [Abril, 2009].

Atance, J. (1997). Aspectos epidemiológicos del Burnout en personal sanitario. Dirección provincial de salud Guadalajara, México. [En Internet] disponible en: http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57271997000300008. [Abril, 2009].

Barraza, A. (2008). Burnout estudiantil: Un enfoque unidimensional. Universidad pedagógica de Durango; Durango; México. [En Internet] disponible en: <http://www.psicologiacentifica.com/bv/psicologia-389-1-burnout-estudiantil-un-enfoque-unidimensional.html> [Abril, 2009].

Barraza, A. Gutiérrez, D. Cenicerros, D. (2009). Alumnos y profesores en perspectiva. Universidad pedagógica de Durango. [En Internet] disponible en: <http://www.upd.edu.mx/librospub/libros/aluprofe.pdf#page=68>. [Abril, 2009].

Bittar, M. (2008). Investigación sobre "Burnout y estilos de personalidad en estudiantes universitarios". Mendoza; Argentina. [En Internet] Disponible en: www.uib.es/catedra_iberamericana/investigaciones/documents/bittar/bittar.pdf. [Abril, 2009]

Bittar, M. (2008). Investigación sobre "Burnout y estilos de personalidad en estudiantes universitarios". Mendoza; Argentina. [En Internet] Disponible en: www.uib.es/catedra_iberamericana/investigaciones/documents/bittar/bittar.pdf. [Abril, 2009]

Bittar, M. (2008). Investigación sobre "Burnout y estilos de personalidad en estudiantes universitarios". Mendoza; Argentina. [En Internet] Disponible en: www.uib.es/catedra_iberamericana/investigaciones/documents/bittar/bittar.pdf. [Abril, 2009]

Bittar, M. (2008). Investigación sobre "Burnout y estilos de personalidad en estudiantes universitarios". Mendoza; Argentina. [En Internet] Disponible en: www.uib.es/catedra_iberamericana/investigaciones/documents/bittar/bittar.pdf. [Abril, 2009]

Caballero, C. Abello, R. Palacios, J. (2007). Relación del Burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. Universidad Simón Bolívar y Universidad del Norte, Barranquilla, Colombia. [En Internet] disponible en:

www.urosario.edu.co/medicina/apl/documentos/Vol25N2/07_RelazBurnout_aplVo25N2.pdf. [Abril, 2009].

Caballero, C. Abello, R. Palacios, J. (2007). Relación del Burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. Universidad Simón Bolívar y Universidad del Norte, Barranquilla, Colombia. [En Internet] disponible en: www.urosario.edu.co/medicina/apl/documentos/Vol25N2/07_RelazBurnout_aplVo25N2.pdf. [Abril, 2009].

Caballero, C. Abello, R. Palacios, J. (2007). Relación del Burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. Universidad Simón Bolívar y Universidad del Norte, Barranquilla, Colombia. [En Internet] disponible en: www.urosario.edu.co/medicina/apl/documentos/Vol25N2/07_RelazBurnout_aplVo25N2.pdf. [Abril, 2009].

Caballero, C. Abello, R. Palacios, J. (2007). Relación del Burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. Universidad Simón Bolívar y Universidad del Norte, Barranquilla, Colombia. [En Internet] disponible en: www.urosario.edu.co/medicina/apl/documentos/Vol25N2/07_RelazBurnout_aplVo25N2.pdf. [Abril, 2009].

Caballero, C. Abello, R. Palacios, J. (2007). Relación del Burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. Universidad Simón Bolívar y Universidad del Norte, Barranquilla, Colombia. [En Internet] disponible en: www.urosario.edu.co/medicina/apl/documentos/Vol25N2/07_RelazBurnout_aplVo25N2.pdf. [Abril, 2009].

Caballero, C. Abello, R. Palacios, J. (2007). Relación del Burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. Universidad Simón Bolívar y Universidad del Norte, Barranquilla, Colombia. [En Internet] disponible en: www.urosario.edu.co/medicina/apl/documentos/Vol25N2/07_RelazBurnout_aplVo25N2.pdf. [Abril, 2009].

Caballero, C. Abello, R. Palacios, J. (2007). Relación del Burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. Universidad Simón Bolívar y Universidad del Norte, Barranquilla, Colombia. [En Internet] disponible en: www.urosario.edu.co/medicina/apl/documentos/Vol25N2/07_RelazBurnout_aplVo25N2.pdf. [Abril, 2009].

Carlotto, M. Goncalves, S. Brazil, A. Predictores del Síndrome de Burnout en estudiantes de un curso técnico de enfermería. Diversitas. [En Internet]

disponible en: http://www.scielo.unal.edu.co/scielo.php?pid=s1794-99982005000200008yscript=sci_arttextylng=es [Abril, 2009].

Fernández, J., y Rusiñol, J. (2003). Economía y Psicología: costes por el bajo rendimiento académico relacionado con la ansiedad ante los exámenes y las pruebas de evaluación. [En Internet] Disponible en: <http://www.uoc.edu/dt/20128/index.html>. [Abril, 2009]

Gil, P. 2001. El síndrome de quemarse por el trabajo (Síndrome de Burnout): Aproximaciones teóricas para su explicación y recomendaciones para su intervención. Universidad de Valencia, Valencia, España. [En Internet] disponible en: [http://www.psicologiacentifica.com/bv/psicologiapdf-78-el-sindrome-de-quemarse-por-el-trabajo-\(sindrome-de-burnout\)-aproximaciones-teor.pdf](http://www.psicologiacentifica.com/bv/psicologiapdf-78-el-sindrome-de-quemarse-por-el-trabajo-(sindrome-de-burnout)-aproximaciones-teor.pdf). [Abril, 2009].

Gil-Monte, P. y Peiró J. (1997). Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse. Madrid: Editorial Síntesis S.A. [Abril, 2009].

Manzano, G. (2002). Burnout y engagement en un colectivo preprofesional de estudiantes universitarios. Boletín de Psicología, No. 74. Universidad de la Rioja. [En Internet] disponible en: <http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N74-4.pdf> [Abril, 2009].

Manzano, G. (2002). Burnout y engagement en un colectivo preprofesional de estudiantes universitarios. Boletín de Psicología, No. 74. Universidad de la Rioja. [En Internet] disponible en: <http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N74-4.pdf> [Abril, 2009].

Manzano, G. (2002). Burnout y engagement en un colectivo preprofesional de estudiantes universitarios. Boletín de Psicología, No. 74. Universidad de la Rioja. [En Internet] disponible en: <http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N74-4.pdf> [Abril, 2009].

Manzano, G. (2002). Burnout y engagement en un colectivo preprofesional de estudiantes universitarios. Boletín de Psicología, No. 74. Universidad de la Rioja. [En Internet] disponible en: <http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N74-4.pdf> [Abril, 2009].

Salanova, M. Martínez, I. Bresó, E. Llorens, S. y Grau, R. (2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. Universidad de Murcia, Murcia, España. [En Internet] disponible en: <http://www.wont.uji.es/wont/downloads/articulos/nacionales/2005SALANOVA11AN.pdf> . [Abril, 2009].

Salanova, M. Martínez, I. Bresó, E. Llorens, S. y Grau, R. (2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores

del desempeño académico. Universidad de Murcia, Murcia, España. [En Internet] disponible en:
<http://www.wont.uji.es/wont/downloads/articulos/nacionales/2005SALANOVA11AN.pdf> . [Abril, 2009].

Vélez, A. y Roa, C. 2005. Factores asociados al rendimiento en estudiantes de medicina. Universidad de Rosario, Bogotá, Colombia. [En Internet] disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/edu/v8n2/original1.pdf>. [Abril, 2009].

Vélez, A. y Roa, C. 2005. Factores asociados al rendimiento en estudiantes de medicina. Universidad de Rosario, Bogotá, Colombia. [En Internet] disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/edu/v8n2/original1.pdf>. [Abril, 2009].

Viñas, F. y Chaparrós, P. (2000). Afrontamiento del periodo de exámenes y sintomatología somática autoinformada en un grupo de estudiantes universitarios. Universidad de Girona, Girona, España. [En Internet] disponible en:
<http://www.neurologia.tv/revistas/index.php/psicologiacom/article/view/653/629/>. [Abril, 2009].