

## PREVALENCIA DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES DE NIVEL MEDIO SUPERIOR

---

Recibido: 10 de mayo de 2009

Aceptado: 25 de mayo de 2009

---

*Dolores Gutiérrez Rico*  
([lolitarico@hotmail.com](mailto:lolitarico@hotmail.com))

---

Doctora en Ciencias de la Educación; actualmente se desempeña como Profesora Investigadora en la Universidad Pedagógica de Durango.

---

### Resumen

El presente estudio tiene como objetivos:

- Establecer el nivel del Síndrome de Burnout que manifiestan los alumnos de preparatoria del Centro Universitario Promedac.
- Identificar las conductas del Síndrome de Burnout que presentan con mayor frecuencia los alumnos de preparatoria del Centro Universitario Promedac.
- Determinar si las variables: género, edad y semestre, establecen diferencias significativas en el Síndrome de Burnout presente en los alumnos de preparatoria del Centro Universitario Promedac.

El estudio es no experimental, descriptivo y transeccional. Para la recolección de la información se utilizó la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil. El universo del estudio fueron los estudiantes del CU Promedac del nivel medio superior, tomando una muestra representativa de 201 estudiantes. Los resultados obtenidos reflejan que en los estudiantes de preparatoria del CU Promedac, presentan un burnout leve, sin embargo de acuerdo a la media global que es de 1.81 se encuentra en los límites hacia lo moderado. Se encontró una diferencia significativa en la variable género siendo las mujeres las que presentan mayor burnout, en cuanto edad los estudiantes de 15-16 y 17 -18 son los más altos en este síndrome, y en cuanto a grado de estudio

presentaron diferencia significativo los estudiantes de segundo y cuarto semestre.

Palabras claves: Síndrome de Burnout, estudiantes.

### Abstract

This study aims to:

- Establish the level of the burnout syndrome that show high school students of the University Center Promedac.
- Identify the behaviors of burnout syndrome presenting with increased frequency of high school students of the University Center Promedac.
- Determine whether the variables: gender, age and six months, significant differences in the burnout syndrome in the school students of the University Center Promedac.

The study is not experimental, descriptive and transectional. To collect information using the Student Burnout Unidimensional Scale. The universes of the study were students from the CU Promedac upper level, taking a representative sample of 201 students. The results show that high school students in the CU Promedac have a mild burnout, however, according to the overall average is 1.81 which is situated on the edge towards the moderate. There was a significant difference in gender with women showing higher burnout, as students age 15-16 and 17 -18 are the highest in this syndrome, and in terms of degree of the study showed significant difference students in second and fourth semester.

Key words: Burnout síndrome, students

### Introducción

La importancia de esta investigación, radica en el sentido de que constantemente se mantiene a los alumnos sometidos a un conjunto de estresores que en algún momento pueden desencadenar reacciones de desánimo, desgastamiento emocional, enojo, frustración, etc.

En la actualidad se ha centrado el interés en diversos estudios relacionados a lo que se ha mencionado, es decir, a los generadores de estrés, o bien a un desgastamiento emocional o físico en los estudiantes y trabajadores. Esto pudiera ser por la sociedad tan caótica en que vivimos, ya que se tienen temores, o existe déficit económico, desempleo, problemas familiares, de autoestima en fin, el hombre está a merced de su propio equilibrio emocional y quiérase o no trasciende en la tranquilidad de las personas, sin importar edad, o función social.

Dentro de los autores que más han estudiado este síndrome está la psicóloga social Cristina Maslach (1981), quien calificó a las personas que sufrían agotamiento o pérdida progresiva de energía, como afectados de sobrecarga emocional o síndrome del Burnout. Esta autora lo describe como un síndrome que puede ocurrir entre individuos que trabajan con personas y que se manifiesta en tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal:

- a) *El agotamiento emocional* hace hincapié a que el sujeto en un momento de su vida siente sensaciones de sobre esfuerzo físico y hastío emocional.
- b) La *despersonalización* hace referencia al desarrollo de actitudes que la persona puede presentar al verse sometido a una carga laboral o de estudio estresante y adopta actitudes y respuestas cínicas hacia las personas que les rodean, sean empleados, alumnos, maestros, etc.
- c) La *reducida realización personal* implica la pérdida de confianza en la realización personal y la presencia de un autoconcepto bajo.

En otra postura Cherniss (1980) enfatiza la importancia del trabajo, como antecedente, en la aparición de este síndrome, y lo define de la siguiente forma: son los cambios personales negativos que ocurren a lo largo del tiempo en trabajadores con actividades laborales frustrantes o con excesivas demandas; el concepto que presenta este autor estaría vinculado a un proceso triple siendo el estrés, la respuesta emocional a corto plazo, y los cambios en actitudes y conductas (enfrentamiento defensivo), los componentes de tal situación.

Otro de los enfoques que analiza este síndrome es el de Pines, Aronson y Kufry (1981) estos autores ubican como variable central el agotamiento ya sea físico, emocional y mental; por un lado, el agotamiento físico se caracteriza por fatiga, agotamiento corporal, sensación de destrucción y abatimiento. Por otra parte, se encuentra lo referente a lo emocional, y éste se compone de situaciones de sensación de depresión, agotamiento emocional, y en lo que respecta a lo mental, está formado por sentimientos de infelicidad, inutilidad y rechazo, falta de ilusión y resentimiento hacia las personas.

Este es el enfoque que se toma como base para la presente investigación.

El estudio del Síndrome de Burnout ha sido desarrollado mayormente en el ámbito laboral; entre los estudios realizados en este ámbito destacan los relacionados con la salud y el deporte ya que es ahí en donde dieron inicio los primeros estudios de este síndrome; ejemplos de este tipo de investigaciones son los estudios realizados por Martín, Campos, Jiménez y Martínez (2007) y Quiroz y Saco (2003).

El estudio realizado por Martín et. al. (2007) denominado *Calidad de vida y estrés laboral: la incidencia del Burnout en el deporte de alto rendimiento*

*madrileño* tenía como propósito evaluar la presencia del burnout en el colectivo de los profesionales del alto rendimiento deportivo. En la recolección de la información se utilizó el Maslach Burnout Inventory; entre sus principales resultados cabe destacar que el 37,25% de los encuestados manifiesta un alto nivel de burnout.

El trabajo de Quiroz y Saco (2003), denominado *Factores asociados al síndrome burnout en médicos y enfermeras del nacional sur este de salud del cusco* tenía como objetivos determinar la prevalencia del Síndrome Burnout y determinar si existe asociación entre el síndrome Burnout y los factores denominados: variables sociodemográfica, problemas familiares, motivación para el trabajo, satisfacción personal, insatisfacción laboral y auto percepción del desempeño laboral. Utilizaron como instrumentos de investigación diversos cuestionarios estructurados especialmente confeccionados para el presente estudio. Entre sus principales resultados destaca la prevalencia del burnout en un grado bajo en el 79.7% de médicos y en el 89% de enfermeras.

Es importante mencionar que también se detectó que existen estudios ubicados en el ámbito laboral educativo, como son:

Cordeiro, et. al. (2007), realizaron un estudio entre los docentes de la zona educativa de la Bahía de Cádiz. Las razones que impulsaron a la realización del estudio parten de la preocupación sobre qué está ocurriendo en la institución escolar y qué variables están interviniendo con unos resultados tan negativos en la salud laboral de los docentes, y como consecuencia en el medio escolar.

El estudio de Barraza, et. al. (2007) denominado *Síndrome de Burnout: un estudio comparativo entre profesores y médicos de la ciudad de Durango*; tiene como objetivo identificar el nivel del Síndrome de Burnout que presentan los profesores y los médicos de la ciudad de Durango; determinar las variables sociodemográficas que establecen una diferencia significativa en el nivel del Síndrome de Burnout que presentan los profesores y médicos de la ciudad de Durango; y establecer los aspectos del Síndrome de Burnout en que presentan similitudes y diferencias los profesores y los médicos de la ciudad de Durango. Las conclusiones que reportan son la presencia de un nivel leve de burnout en profesores y médicos de la ciudad de Durango. Las variables sociodemográficas estudiadas no marcan diferencias en el nivel de burnout que presentan profesores y médicos de la ciudad de Durango.

Como se puede observar, con los ejemplos descritos hasta ahora, la mayoría de los estudios sobre el Síndrome de Burnout se refieren al ámbito laboral, sin embargo, en lo referente al burnout en estudiantes se localizaron muy pocos, uno de ellos es el de Barraza, Carrasco y Arreola (2009) denominado *Burnout estudiantil. Un estudio exploratorio*; este estudio se convirtió en el principal antecedente de esta investigación ya que de él se tomó el instrumento diseñado por los investigadores, a partir de la perspectiva de Pines, Aronson y

Kufry (1981), el cual se centra exclusivamente en la dimensión del agotamiento emocional por lo que los autores lo denominaron Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil. Este instrumento consta de 15 ítems, presentó una confiabilidad en Alpha de Cronbach de .86 y fue sometido a validez de consistencia interna y de grupos contrastados, lo que permitió demostrar la homogeneidad y direccionalidad única de los ítems.

Cano (2005) realiza el estudio Burnout en estudiantes universitarios; en donde tiene como objetivo el detectar la presencia del síndrome del burnout en los estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias Económicas y de Administración. La recolección de los datos se obtiene mediante encuesta, basada en un cuestionario destinado a diagnosticar el síndrome en tres niveles: Agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

Obtuvieron como resultados que el 17% de la población estudiada padece de este síndrome, de cuyo total el 40% son mujeres y el 60% son hombres.

Otro estudio es el realizado por González y Landero (2007), Realizan un cuestionario que permita evaluar con confiabilidad el nivel de burnout en estudiantes universitarios. Por lo que a través de su estudio *Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios: Propiedades psicométricas en una muestra de México*. Tuvieron como objetivo confirmar la estructura unifactorial de la Escala de Cansancio Emocional, en una muestra de estudiantes de México, así como valorar su asociación con estrés, autoestima y ansiedad. El estudio se realizó con una muestra de 506 estudiantes de psicología de dos universidades del norte de México. Los resultados confirman la estructura unifactorial de la escala, consistencia interna adecuada y correlaciones significativas con estrés, ansiedad y autoestima.

Como se puede ver, el campo de estudio sobre burnout tiene un fuerte impacto en el ámbito de la educación superior, por lo que el estudio de Borda et al (2006) *Síndrome de Burnout en estudiantes de internado del Hospital Universidad del Norte*, tuvieron como interés el establecer el comportamiento y los factores de riesgo asociados al Síndrome de Burnout en estudiantes de último año de medicina en el internado rotatorio I y II, en el Hospital Universidad del Norte. Se tomaron como muestra a 55 estudiantes, tomaron como técnica la encuesta autodiligencia anónima sobre características sociodemográficas, laborales y la escala Maslach.

Los resultados que obtuvieron es que el Burnout es bajo en los internos. Encontraron tendencia a la asociación entre las relaciones con el equipo de trabajo y los grados de agotamiento emocional y de realización personal.

Con lo anterior queda claro que en el ámbito de los estudiantes también se refleja el burnout; sin embargo los estudios que más se encontraron fueron en

el ámbito del nivel superior, lo que da como resultado que por edad y exigencias propias de una edad productiva puede generar desgaste emocional, estresores, entre otros. Sin embargo en el nivel de educación media superior no se ha encontrado estudio alguno que dé cuenta sobre la situación que prevalece en cuanto al burnout.

El antecedente más cercano es el estudio que se realizó en el nivel de secundaria por la autoría de quien desarrolla el presente estudio, el cual se encuentra en prensa, Gutiérrez (2009) *El burnout estudiantil en educación secundaria*. En el cual fue sorprendente encontrar que el burnout que presentan los estudiantes de segundo y tercer grado se encuentra en los límites de moderado, ya que la media de burnout moderado es de 2.0 encontrando la media general en los encuestados en un burnout de 1.90.

Los objetivos de investigación del presente estudio son:

- Establecer el nivel del Síndrome de Burnout que manifiestan los alumnos de preparatoria del Centro Universitario Promedac.
- Identificar las conductas del Síndrome de Burnout que presentan con mayor frecuencia los alumnos de preparatoria del Centro Universitario Promedac.
- Determinar si las variables: género, edad y semestre, establecen diferencias significativas en el Síndrome de Burnout presente en los alumnos de preparatoria del Centro Universitario Promedac.

### Metodología

El tipo de estudio que se llevó a cabo fue:

- No experimental porque, de acuerdo a Briones (1982), son especialmente apropiados para investigaciones descriptivas y relacionales, es decir, investigaciones en las cuales se desea establecer las correlaciones y asociaciones que puede haber entre diversas variables.
- Transeccional con relación al tiempo en que se recolectó la información por que el instrumento se aplicó a la población por única vez.
- Descriptivo porque de acuerdo a Hernández (2003) este tipo de estudio tiene como propósito estudiar la relación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables.

Para la recolección de la información se utilizó la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (Barraza et. al., 2009).

El universo del estudio fueron los estudiantes del CU Promedac del nivel medio superior, tomando una muestra representativa de 201 estudiantes.

Se sometió a un proceso estadístico, en el que se obtuvo una confiabilidad de .90 ( alpha de cronbach). Es importante mencionar que en la investigación de Barraza et al, (2009) la confiabilidad del instrumento es de .84, de igual forma en el estudio de Gutiérrez (2009) la confiabilidad es de .84, se pudiera pensar que la confiabilidad en este estudio responde al hecho de que el número de estudiantes es de una mayor población, o tal vez por la edad y nivel de estudio en el que se encuentran.

En cuanto al análisis de las variables sociodemográficas, se desprende que el 41% son hombres y el 57% son mujeres. La edad que presentan está distribuida en un porcentaje del 50% de 15 y 16 años, un 47% en edad de 17 a 18 años, y un 2.5% de 19 y 20 años.

La distribución porcentual en cuanto a grado escolar es: 2º semestre la muestra fue del 37 %, en 4º semestre 34% y en 6º semestre 28%.

## Resultado

Los resultados obtenidos en cada uno de los ítems que comprende la escala son los siguientes:

De acuerdo al análisis descriptivo para obtener la media por variable empírica, dá como resultado que los ítems arriba de la media general fueron:

<i>El tener que asistir diariamente a clases me cansa</i>	2.16
<i>Durante las clases me siento somnoliento</i>	2.23
<i>Creo que estudiar hace que me sienta agotado</i>	1.92
<i>Cada vez me es más difícil concentrarme</i>	1.95
<i>Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado</i>	2.18
<i>El asistir a las clases se me hace aburrido</i>	1.99

Para el análisis de la media general descriptiva, se utilizaron los baremos:

No presenta	0 a 1
Leve	1.1 a 2
Moderado	2.1 a 3
Profundo	3.1 a 4

La media global de los resultados es de 1.81 lo cual indica que se encuentran en un nivel leve con tendencia a los límites del burnout moderado.

En cuanto al análisis de diferencias de grupo con la variable género resultó que existe diferencia significativa, siendo los ítems que obtuvieron menor al criterio .05 los siguientes:

*Mis problemas escolares me deprimen fácilmente.  
Durante las clases me siento somnoliento.  
Siento que estudiar me está desgastando físicamente.  
Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio  
Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente*

De acuerdo a la media descriptiva y en base a las variables empíricas, en donde se encontró diferencia significativa, se percibe que en el género femenino es donde se presenta con más intensidad el burnout.

En cuanto la variable edad, se detectó diferencia significativa en los siguientes ítems:

*El tener que asistir diariamente a clases me cansa  
Mis problemas escolares me deprimen fácilmente  
Durante las clases me siento somnoliento  
Creo que estudiar hace que me sienta agotado  
Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado  
Siento que estudiar me está desgastando físicamente  
Cada vez me siento más frustrado por ir a la escuela  
Creo que estudiar me esta desgastando emocionalmente*

Tomando como análisis estadístico el subset del alpha, la variable edad marca diferencia significativa en los ítems arriba mencionados; los alumnos de 15-16 y 17-18 años presentan con mayor frecuencia esta conducta.

En lo referente a grado de estudio, se aplicó a los estudiantes de segundo, cuarto y sexto semestre, obteniendo una diferencia significativa, como se presenta en seguida:

*Mis problemas escolares me deprimen fácilmente  
Durante las clases me siento somnoliento  
Creo que estudiar hace que me sienta agotado  
Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado  
No me interesa asistir a clases  
Cada vez me cuesta más trabajo ponerle atención al maestro  
El asistir a las clases se me hace aburrido  
Siento que estudiar me esta desgastando físicamente  
Cada vez me siento más frustrado por ir a la escuela  
Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio  
Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente*

De acuerdo al análisis estadístico, se evidencia que los alumnos de segundo y sexto semestre son los que presentan con mayor intensidad el burnout.

## Conclusiones

De acuerdo a los resultados obtenidos se puede concluir, que los estudiantes de preparatoria del CU Promedac, presentan un burnout leve, sin embargo la media global, que es de 1.81, se encuentra en los límites hacia lo moderado.

Esto permite mostrar como hallazgo que el burnout se encuentra presente en el ámbito estudiantil, pues anteriormente estaba circunscrito a lo laboral. Las mujeres presentan mayor burnout, y esto es importante porque se vuelve a confirmar el hecho de que la mujer tiene un menor manejo de estrés, ya que son varias las responsabilidades que posiblemente se les encomiendan, aunadas al estudio.

Aunque no hubo diferencia significativa en la variable edad, se evidenció que en los rangos de 15 – 16 a 17- 18 fue donde se detectó mayor burnout.

El presente estudio dá pauta para realizar otras investigaciones que pudieran dirigirse a la explicación de los factores que influyen para la presencia del burnout entre los estudiantes.

## Referencias

- Barraza, A. Carrasco, R. y Arreola G. (2007) Síndrome de Burnout: un estudio comparativo entre profesores y médicos de la ciudad de Durango. *Investigación Educativa*, 3, (8), 57-65
- Barraza, A. Carrasco, R. y Arreola G. (2009), Burnout estudiantil. Un estudio exploratorio. En *Alumnos y profesores en perspectiva*, de Barraza A., Gutiérrez D. y Ceniceros D. I., Durango, Universidad Pedagógica de Durango.
- Borda, P. M & Navarro, L. E & Aun, A. E & Berdejo. P. H (2006). *Síndrome de Burnout en estudiantes de internado del Hospital Universal del Norte*. En <http://ciruelo.uninorte.edu.co/pdf>.
- Briones, G. (1982) *Métodos y técnicas de investigación para las ciencias sociales*. México: Trillas.
- Cano, L. G (2005) *Burnout en estudiantes universitarios*. En <http://www.monografias.com/trabajos31/burnout-universitarios/burnout-universitarios.shtml>
- Cordeiro, J. Guillén. Gala, F. *Educación primaria y Síndrome de Burnout. Situación de riesgo en los y las docentes de la Bahía de Cádiz*. En <http://www.intersindical.org>
- González, R. M & Landeros, H. R. (2007) Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios: Propiedades psicométricas en una muestra de México. *Anales de psicología*. 23, (2). En <http://dialnet.unirioja.es>.

- Gutiérrez, R. D. (2009) El síndrome de burnout en alumnos de educación secundaria. *Investigación Educativa Duranguense*, 5, (10), 26-35
- Martín M. Campos A., J. E. Jiménez y J. Martínez (2007) Calidad de vida y estrés laboral: la incidencia del Burnout en el deporte de alto rendimiento madrileño. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. En [http:// www. Cafyd.com/REVISTA/art5n607.pdf](http://www.Cafyd.com/REVISTA/art5n607.pdf)
- Maslach C, y Jackson S. (1981) *The measurement of experienced burnout*, *Journal of Social Issues*, (2), 99-113.
- Pines A., Aronson E. y Kufry D. (1981), *Burnout*, New York, USA, The Free Press.
- Quiroz, V. R, y Saco, M. S. (2003) *Factores asociados al síndrome burnout en médicos y enfermeras del nacional sur este de salud del cusco*. En [www. Sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/situa/2004\\_n23/factores.htm](http://www.Sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/situa/2004_n23/factores.htm).