

## **Síndrome de Burnout en estudiantes de maestría en pedagogía del Instituto Campechano**

### **Esmeralda de los Angeles Marin Pech**

Licenciada en Educación Primaria – Docente del Colegio Xail,  
Estudiante de la Maestría en Pedagogía del Instituto Campechano, México.

Email: [esmeemarin@gmail.com](mailto:esmeemarin@gmail.com)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9939-3099>

### **Rosa Ofelia Jiménez Molina**

Licenciada en Arquitectura – Docente de artes plásticas del Colegio Xail, Estudiante de la  
Maestría en Pedagogía del Instituto Campechano, México.

Email: [rojm.23@gmail.com](mailto:rojm.23@gmail.com)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0112-2195>

### **Leslie Amayrani Rosas Dzul**

Licenciada en Gerontología – Docente en el Colegio de Estudios Científicos y Tecnológicos, Estudiante de la Maestría en Pedagogía del Instituto Campechano, México.

Email: [gerontologa\\_leslierosas@hotmail.com](mailto:gerontologa_leslierosas@hotmail.com)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9946-5320>

### **Verónica Magdalena Dzul Mendoza**

Licenciada en Trabajo social – Trabajadora social en el Centro de Solidaridad Juvenil, A.C,  
Estudiante de la Maestría en Modelos de Atención a la familia del Instituto Campechano,  
México.

Email: [veronicadzul64@gmail.com](mailto:veronicadzul64@gmail.com)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-7144-3931>

### **Miguel Ysrrael Ramírez Sánchez**

Doctor en Educación – Profesor investigador de la Universidad Internacional Iberoameri-

cana y Profesor de posgrado en el Instituto Campechano, México.

Email: [miguelyramirez@hotmail.com](mailto:miguelyramirez@hotmail.com)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3045-5391>Autor 1

Recepción: 30 marzo 2019

Aprobado: 30 junio 2019

### Resumen

Cada vez es más común el hecho de que las personas lleguen a presentar el *Síndrome de Burnout* no sólo en el ámbito profesional, sino también en el contexto académico universitario. En este artículo se determina la cantidad y porcentaje de alumnos de maestría en pedagogía del Instituto Campechano que lo presentan, para ello se manejó como instrumento de recolección de datos la traducción del test *MBI-Student Survey (MBI-SS)*, el cual es uno de los más usados y confiables para este tipo de investigaciones. El instrumento de recolección se aplicó al total de la población de 26 alumnos de la maestría en pedagogía en un tiempo promedio de 20 minutos, en un ambiente controlado y conocido, aplicado en sus respectivas aulas. Es importante mencionar que para la interpretación de los resultados se utilizaron los datos normativos del *MBI-General Survey (MBI-GS)*, de la nota técnica NTP-732 del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, lo cual es completamente válido para la interpretación del MBI-SS. Los resultados arrojados por el estudio realizado para este artículo indican que solo una persona de los veintiséis alumnos pertenecientes a la población total presenta el *Síndrome de Burnout*, lo que representa una minoría no significativa con el 3.85%.

**Palabras clave:** Síndrome de burnout; Estudiantes universitarios; Agotamiento; Cinismo; Eficacia profesional.

## Abstract

The fact that people are presenting *Burnout* syndrome is becoming increasingly common, not only in the professional field, but also in the educational environment of universities. This article determines the amount and percentage of students of master's degree in pedagogy from the Instituto Campechano, presenting it, so the translation of the test was used as an instrument of data collection test MBI-Student Survey (MBI-SS), which is one of the most reliable and used tests for this kind of research. The collection instrument was applied to the total population of 26 students of the master in pedagogy in average time of 20 minutes, in an environment controlled and known, applied in their respective classrooms. It is important to note that to interpret the results, we used the normative data of *MBI-General Survey (MBI-GS)*, *technical note NTP-732* from the Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, which is considered a valid option to MBI-SS interpretation. The results thrown by the study conducted for this article indicate that only a person of twenty six students belonging to the total population presents the Burnout Syndrome, which represents a non-significant minority with the 3.85%.

**Keywords:** Burnout Syndrome; University students; Exhaustion; Cynicism; Professional efficacy.

## Introducción

Este artículo tiene como objetivo dar a conocer los resultados obtenidos a través de la investigación realizada en el posgrado de Pedagogía del Instituto Campechano acerca de la incidencia del *Síndrome de Burnout* en los estudiantes. Abordando conocimientos específicos del tema desde la psicología y la medicina por lo que en el artículo se abordará el concepto de estrés laboral, sus síntomas y consecuencias para continuar con una completa descripción del cuadro clínico, factores desencadenantes y medidas de prevención del *Burnout*. Para orientar al lector sobre el desarrollo de este tipo de estrés.

## Antecedentes del *Síndrome de Burnout*

El vocablo en inglés, *Burnout* en su traducción al español como “quemado”, suele utilizarse como un término clínico que hace referencia al proceso de deterioro profesional o el síndrome de cansancio emocional (Gil-Montes, citado en Caballero Domínguez, Hederich, & Palacio Sañudo, 2010).

La investigación de este *Síndrome* se puede dividir en tres etapas de desarrollo de acuerdo con sus características, objetivos y metodologías; en la primera etapa se puede distinguir el enfoque clínico con un carácter exploratorio basado en experiencias laborales dedicadas al cuidado de la salud. La segunda etapa da inicio en los años 80 desde una perspectiva psicosocial, donde se concibe a este síndrome como un fenómeno desarrollado mediante la interacción del entorno laboral y el personal; la tercera etapa se refiere a la expansión de la población que puede ser afectada por el síndrome, considerando a los estudiantes como parte de ella (Caballero Domínguez, Hederich, & Palacio Sañudo, 2010).

En 1974, Freudenberger observa en su trabajo como voluntario que la mayoría de los trabajadores después de un largo periodo de tiempo dentro del Free Clinic de Nueva York especializado en toxicómanos, presentaban una continua pérdida de energía, falta de interés que llegaba al agotamiento, desmotivación y, tenían síntomas de ansiedad y depresión (Mingote, Moreno, González, & Garrosa, citado en Carlin, & Garcés de los Fayos Ruiz, 2010). Al describir dicho patrón en la conducta eligió utilizar la palabra *Burnout* debido a su uso referente a los cambios producidos por el consumo crónico de diferentes sustancias tóxicas y a individuos que a pesar de su esfuerzo no obtenían resultados.

Desde esta perspectiva Freudenberger define al *Burnout* como un sentimiento de fracaso y una vida diaria agotada debido a un exceso en el uso de energía, recursos personales o mentalidad del trabajador (Carlin, & Garcés de los Fayos Ruiz, 2010).

Posteriormente en 1976, Maslach a través de un estudio que realizó sobre la respuesta emocional en empleados cuya profesión se enfoca a la filantropía, eligió el mismo término

(*Burnout*) usado por abogados asociado a la disminución gradual de responsabilidad y el desinterés de sus compañeros por su labor diaria (Maslash, & Jackson, citados en Carlin, & Garcés de los Fayos Ruiz, 2010).

Maslash y Jackson en 1981 lo describen como el cansancio emocional que origina la desmotivación y a su vez desarrolla sentimientos de pérdida e inadecuación, identificándolo como un síndrome de tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal (Tutte Vallerino & Garcés de los Fayos Ruiz, 2010). De igual forma, Gil-Monte y Peiró en 1997 exponen al estrés laboral como un proceso interno donde se conjuntan sentimientos, saberes y actitudes de aspecto negativo para la persona ya que implica problemas psicofisiológicos teniendo como resultado un daño para él y la institución.

En 2002, Peris destaca una alteración en el ser humano por el exceso o la pérdida de estructura en la parte cognitiva elevado del límite de su capacidad, abordado desde el trabajo, cuando el estrés laboral se encuentra por encima de las capacidades de la persona puede ocasionar un nivel alto de agotamiento impidiéndole continuar con sus actividades (Carlin, & Garcés de los Fayos Ruiz, 2010).

En investigaciones posteriores, el *Síndrome de Burnout* es considerado por Molina Linde y Avalos Martínez como un hecho que parece contrario a la lógica desde el ámbito de atención en salud, mientras que Maslach y Leiter lo asocian con los rasgos propios del trabajo desde la sobrecarga laboral, la incipiente participación y apoyo de la comunidad, y los casos de injusticia que se presentan en el desarrollo de este (Carlin, & Garcés de los Fayos Ruiz, 2010).

### **Factores de riesgo, signos y síntomas del Síndrome *Burnout***

Los factores de riesgo psicosociales generadores del *Burnout* se definen como toda interacción nociva en la salud de una persona, que conlleve a un daño, ya sea ambiental, físico, social, emocional y psicológico. López Palomar, García Cueva y Pando Moreno (2016) explican que, en el *Síndrome de Burnout*, un factor de riesgo importante que afecta a la pobla-

ción en general es el estrés laboral, mencionado como todo desgaste físico y psicológico en el ambiente de trabajo de una persona que exceda sus capacidades y recursos.

En el *Síndrome de Burnout* existen factores de riesgo que predisponen a trabajadores encargados de brindar un servicio de atención directa a personas, ya sea hacia alumnos, pacientes o clientes, a presentar signos y síntomas que favorezcan el desarrollo del síndrome. Jiménez, Frutos y Blanco (2011) mencionan la utilización de la tecnología como factor de riesgo, ya que las personas que no presentan un amplio conocimiento y familiarización sobre las nuevas tecnologías manifiestan una constante presión por el uso de ellas. Otro factor importante es el exceso de trabajo, en donde personas que sufren de sobrecarga laboral y una constantemente fluidez de actividades durante su jornada, así como de escasos descansos, exigencias por parte del patrón, falta de tiempos de socialización y esparcimiento, provocan síntomas de estrés.

En el caso de los trabajadores que presentan *Burnout* laboral, estos desarrollan estrés a niveles de cumplimiento con su trabajo, pero existe otro grupo de población importante que igualmente presenta síntomas de estrés en su área de labor como son los estudiantes. El *Burnout* académico conocido como estrés en el estudiante, es caracterizado por presentar diariamente situaciones que impliquen presión académica durante el transcurso del ciclo escolar, este es más notable en estudiantes del área de salud que se encuentran en constantemente exigencia y estrés en hospitales donde brindan servicios de atención de salud a pacientes, y sumando que, en su deber como alumno, tienen que cumplir con requisitos en la institución educativa (Arias-Gundín, & Vizozo Gómez, 2018).

Rodríguez Ramírez, Guevara Araiza y Viramontes Anaya (2017) argumentan que el estrés se está convirtiendo en una enfermedad que ataca constantemente a la población mexicana, afectando a más de 19, 000 personas en el siglo XXI, que han sufrido consecuencias de infartos y muertes de hasta 0.5% del interno bruto, influyendo negativamente en su comportamiento y desempeño laboral. Algunos de estos cambios son originados por los llamados estresores, que se definen como todos los factores o agentes negativos externos que

causan un daño o desbalance en la persona, estos al haber un incremento, ponen en riesgo a la persona causando signos y síntomas en el *Burnout*.

Entre los signos y síntomas del *Burnout* que desarrolla la persona son: comportamiento alterado, aislamiento, irritación, desmotivación, falta de concentración, cambios emocionales, daño en las esferas familiar, personal y social, negatividad y cambios físicos como dolor de cabeza, cansancio y presión elevada. Estos síntomas se han ido desarrollando con más frecuencia en docentes, personal de salud en el ámbito laboral, y en estudiantes del área de la salud en el estudiantil, pues estos al estar más centrados en brindar un servicio de atención a las personas, dejan de lado su salud mental, física y social por cumplir con su trabajo, provocando el desarrollo de los primeros síntomas del *Burnout* como irritabilidad y depresión (Rodríguez Ramírez, Guevara Araiza, & Viramontes Anaya, 2017).

### **Síndrome de *Burnout* Estudiantil**

Los organismos de formación superior suelen ser lugares altamente estresantes considerando que, en éstas instituciones estudiantiles, los programas de estudios de la mayoría de las carreras están considerablemente cargados en volumen de contenido, horas de clase, tiempo dedicado al estudio en casa y la realización de trabajos de manera independiente, así como el tiempo dedicado a realizar diversas tareas personales; y al igual que cualquier trabajador, mantienen un vínculo de compensación directa e indirecta con la entidad universitaria, evidenciada en apoyos económicos, becas, reconocimientos o premios; en consecuencia, los alumnos suelen presentar presiones y cargas de trabajo propias de la labor académica que bajo su propia valoración se constituyen en situaciones generadoras de estrés puesto que se asemejan a las de un trabajador formal, por lo tanto, cuando estas situaciones son prolongadas y frecuentes pueden ocasionar el *Síndrome de Burnout* (Rosales, & Rosales, 2013).

Algunos estudiantes suelen desarrollar competencias que coadyuven a afrontar las exigencias académicas y en el cumplimiento de sus objetivos, mientras que a otros alumnos suelen complicarse el desarrollo de estas competencias, registrándose así en indicado-

res de elevada mortalidad académica; por lo cual, suelen experimentar una carga de estrés durante su proceso formativo; y de esta manera, llegan a sentirse imposibilitados para transformar las circunstancias problemáticas, lo que trae como resultado la práctica de comportamientos de escape o evasión como formas de afrontamiento que no son necesariamente las apropiadas en este escenario es necesario recalcar que los problemas que no se resuelven, crecen y se acompañan de un transcurso acumulativo de intranquilidad amplificado (Borquéz, citado en Caballero Domínguez, Hederich, & Palacio Sañudo, 2010). Lo anterior puede favorecer a suscitar sensaciones de no poder dar más de sí mismo, tanto física como psíquicamente, una actitud de negación, detracción, desvalorización, pérdida del interés del resultado, del valor frente al estudio y dudas crecientes acerca de potencial o capacidad para realizarlo (Gil-Montes citado en Caballero Domínguez, Hederich, & Palacio Sañudo, 2010). La aparición simultánea de estas manifestaciones es conocida como *Síndrome de Burnout* académico.

López-Pozos (2014) menciona que el *Síndrome de Burnout* en estudiantes tiene tres grupos de manifestaciones fundamentales que son las psicosomáticas, conductuales y emocionales. Al hablar de manifestaciones psicosomáticas nos referimos a algún trastorno psicológico que genere una consecuencia física, y que provoque alguna secuela en el organismo, como, por ejemplo, cefaleas, fatiga crónica, alteraciones gastrointestinales, alteraciones cardiovasculares dolores abdominales y musculares, alteraciones respiratorias y del sueño, alteraciones dermatológicas y menstruales y disfunciones sexuales. Otra manifestación es la conductual, es decir el comportamiento, en ella se refleja el ausentismo escolar incapacidad de relajarse, malas conductas alimentarias, abuso de drogas, fármacos y alcohol. Y por último se encuentran las manifestaciones emocionales, ello se refiere al compuesto de reacciones orgánicas que experimenta una persona cuando responden a ciertos estímulos externos como la falta de motivación, Impaciencia, irritabilidad, deseos de abandonar los estudios y el trabajo, dificultad para concentrarse como consecuencia de la ansiedad experimentada, depresión, y baja autoestima.

La disertación del síndrome ha tenido un extenso desarrollo y ha aportado al enten-



diminución de los procesos de estrés asistencial, organizacional y académico, con miras a mejorar la calidad de vida de los empleados y estudiantes.

Para conocer las causas que originan el *Burnout* estudiantil es de suma importancia comprender las variables predictoras que se han propuesto para el estudio de este. Aunque el mayor número de investigaciones se centran en el ámbito laboral y no académico, Caballero, Bresó y González (2015) mencionan tres grupos de variables que se asocian a la ocurrencia de este síndrome en el área laboral, pero que de igual manera se relacionan con el Síndrome de *Burnout* estudiantil; factores organizacionales, sociales y del individuo.

Aunque los estudiantes no son considerados trabajadores formales con alguna retribución salarial; desde un punto psicológico son comparables a cualquier empleado que realiza actividades diversas para alcanzar un objetivo beneficioso. En el alumno existe una constante evaluación por parte de sus profesores, así como el trabajador con su jefe al ser evaluado constantemente durante su jornada, si bien, el primero no recibe una compensación monetaria por su participación en entrega de tareas, presentación de exámenes y proyectos, este es beneficiario con la oportunidad de obtener un estatus de reconocimiento ante la institución educativa y a la obtención de una beca. (Caballero, Bresó, & González, 2015).

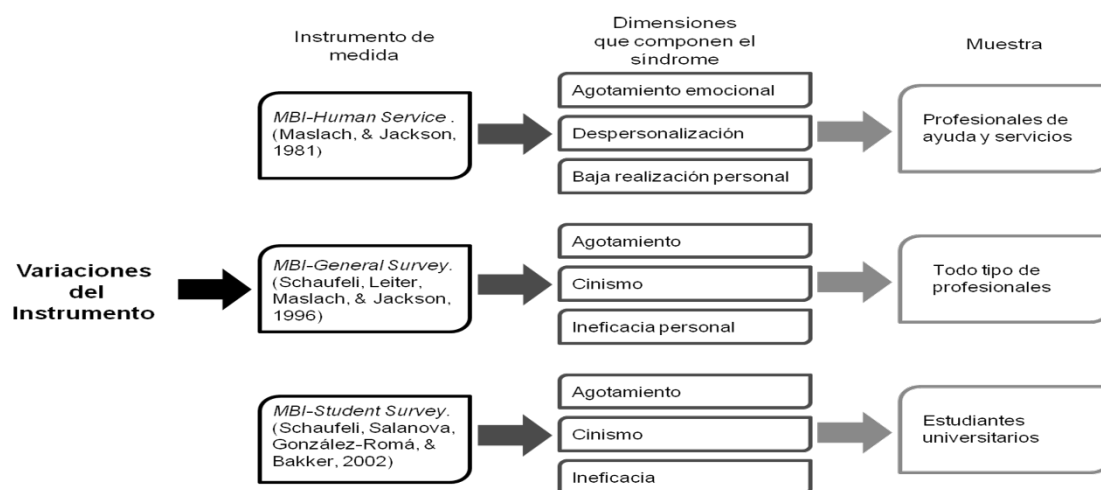
Entre los estudios realizados del *Burnout* académico, los estudiantes lo presentan a causa de factores de riesgo que reflejan un agotamiento físico y emocional por el exceso de actividades escolares, sentimientos de incompetencia, desánimo, presión económica y familiar, distanciamiento ante sentimientos de derrota realización personal, ineficacia académica, falta de descanso, insomnio, carencia de actividades sociales frecuentes y la incertidumbre ante la aplicación de sus estudios en el campo laboral.

### **Validación del Instrumento de Síndrome de *Burnout***

Debido a que este artículo se enfoca en el último, en este apartado se examina la validación factorial del *MBI-Student Survey* (MBI-SS), así como la consistencia de las escalas que

plantea y los datos normativos que utiliza para la interpretación de los resultados, para ello es necesario explicar los cambios que ha tenido el instrumento original hasta llegar al MBI-SS, ya que Como se ha mostrado en apartados anteriores del artículo existen diversos tipos de instrumentos de medición del *Síndrome de Burnout*, siendo el más utilizado el de *MBI-Human Services* elaborado por Maslach y Jackson en 1981 el cual se enfoca en profesionales del área de ayuda y servicios, en base a este instrumento en 1996 nuevamente Maslach y Jackson en colaboración con Schaufeli y Leiter hicieron una nueva versión del instrumento antes citado llamado *MBI-General Survey* ahora diseñado para detectar el *Síndrome de Burnout* en todo tipo de profesionales y en 2002 Schaufeli, Salanova, González-Romá y Bakker realizaron otra adaptación del instrumento original para su uso dentro del contexto académico conocido como *MBI-Student Survey* (Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales España & Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, 2005).

El *MBI-General Survey* (MBI-GS) es una forma sintetizada del *MBI-Human Services* que consiste en 16 ítems que evalúan dos de los factores de la versión original: agotamiento y baja eficacia profesional, sin hacer referencia al contexto de las actitudes negativas relacionadas con la demanda de los pacientes y el sufrimiento, para verlo desde el punto de vista de las relaciones con el trabajo, provocando que la escala de la despersonalización del instrumento original cambiara a cinismo para incluir las emociones negativas de indiferencia hacia el trabajo en general (Martínez, citado en Hederich-Martínez, & Caballero Domínguez, 2016).



**Figura 1.** Instrumentos para medir el *Síndrome de Burnout*. Adaptado del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales de España (2005).

Ahora en base a esta nueva versión, para el uso del instrumento dentro del contexto académico Schaufeli, Salanova, González-Romá y realizaron una variación que funciona en el ámbito educativo en 2002, dirigido específicamente a los estudiantes universitarios generando el MBI-SS, todo esto partiendo de la idea de que la actividad académica de los estudiantes es igual a la de un trabajador.

Con todo lo anterior Hederich-Martínez y Caballero-Domínguez, (2016) determinaron que tanto los trabajadores como los estudiantes presentaban los factores de agotamiento, y cinismo tomándolo como el desinterés respecto a las actividades académicas y el valor de sus estudios, además de presentar un sentimiento de incompetencia como estudiante lo cual denominaron como autoeficacia negativa, sin embargo debido a estos cambios se tuvo que hacer una validación de este nuevo instrumento, para lo cual fue necesario la evaluación de las características psicométricas de del MB-SS por lo que los autores antes mencionados examinaron las características psicométricas en una muestra de 161 estudiantes procedentes de Portugal, Holanda y España, los cuales arrojaron como resultado una estructura de factores acorde al agotamiento, cinismo y autoeficacia con una alta confiabilidad de agotamiento, entre 0.74 y 0.80; cinismo, entre 0.79 a 0.86 y autoeficacia entre 0.67 y 0.76.

Es importante señalar que a pesar de que este instrumento originalmente se diseñó en inglés ya se ha traducido al español en muchas ocasiones para su aplicación en poblaciones latinoamericanas y españolas (Aguilar-Bustamante, & Riaño-Hernández, 2013; Boada-Grau, Merino-Tejedor, Sánchez-García, Prizmic-Kuzmica, & Vigil-Colet, 2015; Merino, Delgadillo, & Caballero, 2013; Moyano & Riaño-Hernández, 2013; citado en Hederich-Martínez, & Caballero-Domínguez, 2016), en donde los resultados siempre muestran una estructura trifactorial igual a la del MBI-SS y niveles buenos de fiabilidad en cada es-

Es importante mencionar que siguiendo las ideas de Hederich-Martínez y Caballero-Domínguez (2016) no hay estudios sobre los baremos y datos normativos para el MBI-SS, por lo que en general se utilizan los datos normativos de la nota técnica NTP-732 del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo de España, donde se definen los niveles del *Burnout* conforme a los percentiles resultados en una muestra de trabajadores españoles de varias profesiones, de tal forma que en el primer cuartil se agrupan los valores bajos en cada una de las dimensiones, en el segundo y tercero los valores intermedios para que en último y cuarto los valores altos. Llegando a la conclusión de que una persona presenta el *Síndrome de Burnout* sólo si muestra valores altos en los factores de agotamiento y cinismo y bajos en autoeficacia.

## Objetivo

Analizar la incidencia del *Síndrome de Burnout* en alumnos de la maestría en Pedagogía del Instituto Campechano.

## Metodología

La investigación fue abordada desde un enfoque cuantitativo, derivado del propósito de la misma. La problemática observada, permitió su abordaje como estudio de tipo descriptivo, y para ello, se establecieron patrones de comportamiento, así como para la recolección de datos. El diseño de esta investigación implicó, además de la recolección, el análisis de los datos, con los cuales se logra exponer con precisión las dimensiones del fenómeno, suceso, comunidad, contexto o situación, Hernández, Fernández y Baptista (2014), en este caso, el del *Síndrome de Burnout*.

Se trató de una investigación de tipo transversal, debido a que los datos fueron recabados en marzo del 2019, dichos datos fueron recolectados en un tiempo único, y sin la manipulación deliberada de las variables; lo que se busca, es la descripción de éstas y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado.

El supuesto de investigación se basó en que los alumnos de la maestría en pedagogía

presentan los síntomas del *Burnout* y para probarlo se empleó la medición numérica y el análisis estadístico, para así centrar la definición de una realidad social estudiada desde una representación externa y objetiva.

La población estudiada consta de 31 alumnos matriculados en la maestría en Pedagogía, de los cuales ocho son hombres y veintitrés mujeres. Esta población se caracteriza por su estado civil en: 11 casados, 2 uniones libres y 18 solteros; quienes a su vez 10 tienen hijos. Además, podemos encontrar que 30 de ellos trabajan y 10 provienen de otros municipios del estado.

Para efectos de dicha investigación se utilizó un instrumento basado en el modelo "MASLACH *BURNOUT* INVENTORY- STUDENT SURVEY (MBI-SS), diseñado y validado por Schaufeli, Salanova, González-Romá y Bakker, al cual se le realizó una traducción y adaptación de los 16 ítems del cuestionario, esto por los autores de este estudio.

El cuestionario es de aplicación colectiva, pero de resolución individual, está organizado por 16 preguntas en una escala de tipo Likert que evalúa los sentimientos y actitudes de los estudiantes universitarios hacia el agotamiento emocional, la autoeficacia y cinismo.

## Resultados

La investigación se llevó a cabo en el horario escolar con la autorización de la Dirección General de Maestría e Investigación, a un total de veintiséis estudiantes matriculados en la Maestría en Pedagogía del Instituto Campechano. Para efectos del proyecto fue importante realizarlo en un ambiente cerrado y común para los estudiantes; cada grupo tuvo un tiempo promedio de veinte minutos para su resolución de manera personal como se muestra en la figura 2.

En el análisis de los resultados se tomaron en cuenta las tres dimensiones del *Síndrome de Burnout*: agotamiento, cinismo y eficacia profesional, basados en el MBI-SS de Schaufeli, Salanova, González-Romá y Bakker. De la misma forma se utilizaron frecuencias de tiempo establecidas con valores del 0 al 6, desde nunca a siempre.



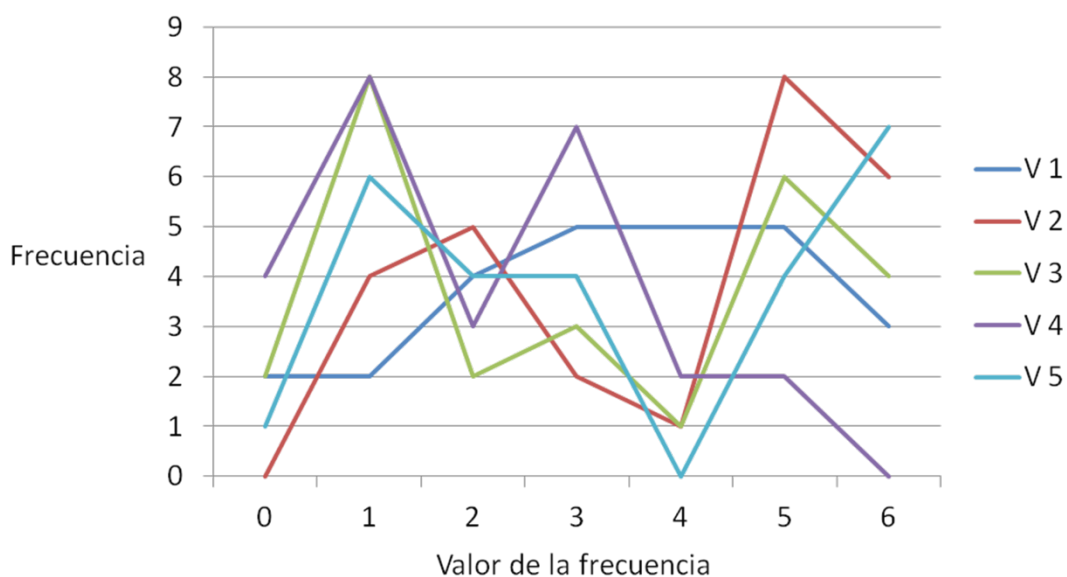
**Figura 2.** Aplicación del Instrumento MBI-SS en el grupo B de la maestría en Pedagogía.

El instrumento contiene 15 ítems, de los cuales los primeros 5 hacen referencia a la dimensión de “agotamiento” y cuyo puntaje más alto es 30. En esta dimensión se resalta la cantidad de alumnos que eligió cada valor ,tal como se muestra en la tabla 1 y la figura 3: el código V1 correspondiente al ítem 1 “Me siento emocionalmente agotado por mis estudios”, V2 al ítem 2 “Me siento cansado al final del día de la universidad (maestría)”, V3 al ítem 3 “Me siento cansado cuando me levanto y tengo que afrontar otro día en la universidad (maestría)”, V4 al ítem 4 “Estudiar y asistir a clases es estresante para mí” y V5 al ítem 5 “Me siento estresado por mis estudios”.

**Tabla 1.**

*Valores obtenidos en la dimensión de agotamiento.*

| <b>Factor</b>      | <b>Código</b> | <b>Frecuencia</b> |          |          |          |          |          |          | <b>Total de alumnos</b> |
|--------------------|---------------|-------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------------------|
|                    |               | <b>0</b>          | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>3</b> | <b>4</b> | <b>5</b> | <b>6</b> |                         |
| <b>AGOTAMIENTO</b> | V 1           | 2                 | 2        | 4        | 5        | 5        | 5        | 3        | 26                      |
|                    | V 2           | 0                 | 4        | 5        | 2        | 1        | 8        | 6        | 26                      |
|                    | V 3           | 2                 | 8        | 2        | 3        | 1        | 6        | 4        | 26                      |
|                    | V 4           | 4                 | 8        | 3        | 7        | 2        | 2        | 0        | 26                      |
|                    | V 5           | 1                 | 6        | 4        | 4        | 0        | 4        | 7        | 26                      |



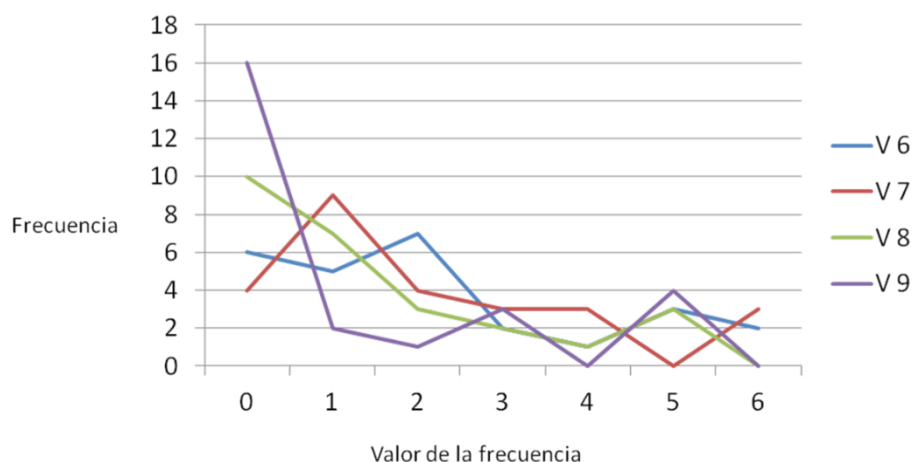
**Figura 3.** Gráfica de los valores obtenidos en la dimensión de agotamiento.

Para la dimensión de “cinismo” se estructuran 4 ítems, cuyo puntaje más alto es 24. En la tabla 2 y figura 4 se muestra la cantidad de alumnos que respondieron a cada valor de frecuencia: el código V6 es el ítem 6 “Me he vuelto menos interesado en mis estudios desde que entre a la universidad (maestría), el V7 corresponde al ítem 7 “Me he vuelto menos entusiasta sobre mis estudios”, el V8 al ítem 8 “Me he vuelto más cínico acerca del potencial de uso de mis estudios” y V9 al ítem 9 “Dudo de la importancia de mis estudios”.

**Tabla 2.**

*Valores obtenidos de la dimensión de cinismo.*

| Factor  | Código | Frecuencia |   |   |   |   |   |   | Total de alumnos |
|---------|--------|------------|---|---|---|---|---|---|------------------|
|         |        | 0          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |                  |
| CINISMO | V 6    | 6          | 5 | 7 | 2 | 1 | 3 | 2 | 26               |
|         | V 7    | 4          | 9 | 4 | 3 | 3 | 0 | 3 | 26               |
|         | V 8    | 10         | 7 | 3 | 2 | 1 | 3 | 0 | 26               |
|         | V 9    | 16         | 2 | 1 | 3 | 0 | 4 | 0 | 26               |



**Figura 4.** Gráfica de los valores obtenidos en la dimensión de cinismo.

La última dimensión hace referencia a la “eficacia profesional” abarcando un total de 6 ítems cuyo puntaje más alto es 36. En la tabla 3 y figura 5 se presentan la cantidad de alumnos por frecuencia dada; el código V10 es el ítem 10 “Puedo resolver eficazmente los problemas que surgen de mis estudios”, el V11 relacionado al ítem 11 “Creo que contribuyo eficazmente a la clase que atiendo”, el V12 al ítem 12 “En mi opinión, soy buen estudiante”, V13 al ítem 13 “Me siento estimulado cuando logro mis metas en el estudios, el V14 al ítem 14 “He aprendido muchas cosas interesantes durante el curso de mis estudios” y V15 al ítem 15 “Durante la clase me siento confiado y soy eficaz terminando las cosas”.

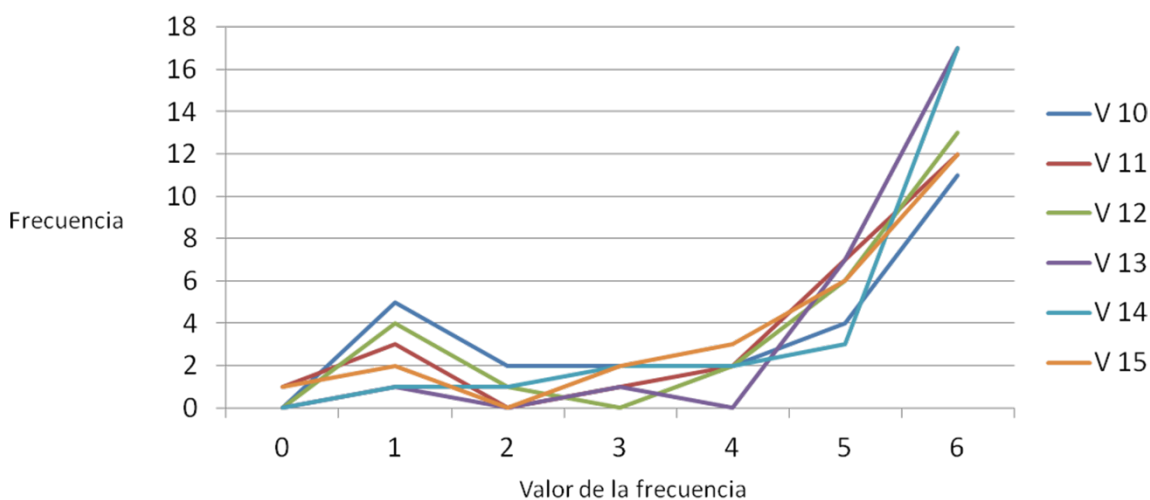
Una vez determinada la suma de los valores de frecuencia de cada estudiante, se obtiene como resultado la cantidad y porcentaje de alumnos con *Síndrome de Burnout* Estudiantil, a partir del criterio establecido por la nota técnica NTP-732 del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo de España que establece márgenes percentiles a través de la puntuación de las dimensiones y determina que al tener resultados altos en los factores de “Agotamiento” y “Cinismo”, así como un nivel bajo en “Eficacia Profesional” el alumno presenta el *Síndrome de Burnout* Estudiantil.

**Tabla 3.**

*Valores obtenidos de la dimensión de eficacia profesional.*



| Factor               | Código | Frecuencia |   |   |   |   |   |    | Total de alumnos |
|----------------------|--------|------------|---|---|---|---|---|----|------------------|
|                      |        | 0          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6  |                  |
| EFICACIA PROFESIONAL | V 10   | 0          | 5 | 2 | 2 | 2 | 4 | 11 | 26               |
|                      | V 11   | 1          | 3 | 0 | 1 | 2 | 7 | 12 | 26               |
|                      | V 12   | 0          | 4 | 1 | 0 | 2 | 6 | 13 | 26               |
|                      | V 13   | 0          | 1 | 0 | 1 | 0 | 7 | 17 | 26               |
|                      | V 14   | 0          | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 17 | 26               |
|                      | V 15   | 1          | 2 | 0 | 2 | 3 | 6 | 12 | 26               |



**Figura 5.** Gráfica de los valores obtenidos en la dimensión de eficacia profesional.

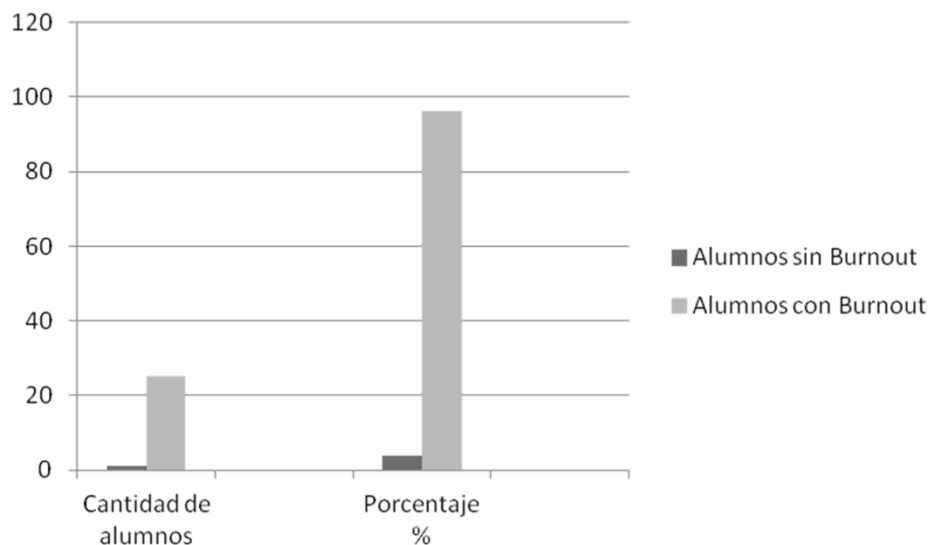
Por lo tanto, en la aplicación realizada a los estudiantes de la maestría en Pedagogía se obtuvo que el 96.15 % de estos no presenta el *Síndrome de Burnout* y el 3.85% sí, tal como se muestra en la tabla 4 y la figura 6.

**Tabla 4.**

*Síndrome de Burnout en estudiantes de la maestría en pedagogía.*

|                     | Alumnos sin <i>Bur-nout</i> | Alumnos con <i>Bur-nout</i> | Total de alumnos |
|---------------------|-----------------------------|-----------------------------|------------------|
| Cantidad de alumnos | 1                           | 25                          | 26               |
| Porcentaje %        | 3.85                        | 96.15                       | 100              |

Nota: Cantidad y porcentaje de alumnos con *Síndrome de Burnout*.



**Figura 6.** Gráfica de resultados finales.

## Conclusión

El Síndrome de *Burnout* es el proceso de deterioro profesional o síndrome de cansancio emocional, el cual presenta factores de riesgo psicosociales y se definen como toda interacción nociva en la salud de una persona, la cual conlleva a un daño ya sea ambiental, físico, social y psicológico; presentándose con mayor frecuencia en trabajadores.

Sin embargo existe otro grupo importante de población que de igual forma presenta los síntomas del estrés en su área de desarrollo, los cuales son los estudiantes, especialmente aquellos que cursan estudios universitarios, generando el Síndrome de *Burnout* académico también conocido como estrés en el estudiante, el cual se caracteriza por presentar diariamente situaciones que impliquen presión académica durante el transcurso del ciclo escolar ya que suelen presentarse presiones y cargas de trabajo propias de la labor académica que bajo la propia valoración del estudiante se constituyen en situaciones generadoras de mucho estrés.

Conforme a lo analizado previamente y al objetivo de la investigación, se determina que en la población de estudiantes del posgrado de Pedagogía del Instituto Campechano solo existe un porcentaje mínimo a tomar en cuenta con este síndrome. Se analizó desde los tres parámetros (cinismo, eficacia profesional y agotamiento) tomando en cuenta la frecuencia en la que perciben ciertas emociones al realizar actividades relacionadas con su rol de alumno, así como factores externos y personales que pueden intervenir en este proceso.

Con relación a las características de la población y el *Síndrome de Burnout*, el porcentaje que no lo presenta es causado por la alta satisfacción personal que presentan los estudiantes de posgrado, ya que del 100% de la población, el 96% son salarios y presentan estabilidad económica, y el 58% son solteros sin compromisos conyugales, estrés y agotamiento físico que sumen a su vida ante una responsabilidad matrimonial.

Es importante resaltar que este tipo de estudios enfocados al ámbito educativo en México, se han realizado en menor medida y en poblaciones pequeñas de estudiantes por lo que es necesario continuar estas investigaciones para una mejor comprensión de este síndrome desde la perspectiva del estudiante mexicano, así como de los factores externos que varían de acuerdo con la cultura del país y estructura educativa del mismo.

### Referencias

- Arias-Gundín, O., & Vizoso Gómez, C. (2018). Relación entre estrategias activas de afrontamiento, *Burnout* y engagement en futuros educadores. *Estudios sobre Educación*, 35, 409-427. doi: <http://dx.doi.org/10.15581/004.35.409-427>.
- Caballero D., C., Bresó, É., & González Gutiérrez, O. (2015). Burnout en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, 32 (3), 424-441. doi: <http://dx.doi.org/10.14482/psdc.32.3.6217>.
- Caballero Domínguez, C., Hederich, C., & Palacio Sañudo, J. (2010). El *Burnout* académico: delimitación del Síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42 (1), 131-146.

- Carlin, M., & Garcés de los Fayos Ruiz, E. J. (2010). El *Síndrome de Burnout*: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales De Psicología / Annals of Psychology*, 26(1), 169-180. Recuperado a partir de: <https://revistas.um.es/analesps/article/view/92171>.
- Hederich-Martínez, C., & Caballero-Domínguez, C. (2016). Validación del cuestionario Maslach *Burnout* Inventory-Student Survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano. *Revista CES Psicología*, 9(1), 1-15.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. (6ª Ed.). México: McGraw- Hill
- Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. (2005). *Síndrome de estar quemado por el trabajo "Burnout" (III): Instrumento de medición*. España: NTP. Recuperado de: [http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/701a750/ntp\\_732.pdf](http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/701a750/ntp_732.pdf)
- Jiménez, S., Frutos, R., & Blanco, L. (2011). Síndrome de Burnout: Estudio de la Prevalencia y Factores de Riesgo en los Profesionales de Enfermería de Atención Primaria de Ávila. *Revista de enfermería Castilla y León*, 3 (2), 13-24.
- Lopez Palomar, M., García Cueva, S., & Pando Moreno, M. (2016). Factores de riesgo psicosocial y Burnout en población económicamente activa de Lima, Perú. *Ciencia y Trabajo*, 6 (51), 164-169. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492014000300007>
- López-Pozos, C. (2014). Síndrome de Burnout estudiantil y género. *Ra Ximhai*, 10 (7), 185-202.
- Rodríguez Ramírez, J., & Guevara Araiza, A., & Viramontes Anaya, E. (2017). Síndrome de Burnout en docentes. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 8 (14), 45-67.
- Rosales, Y., & Rosales, F. (2013). Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estu-

dio. *Salud mental*, 36 (4), 337-345.

Tutte Vallerino, V., & Garcés de los Fayos Ruiz, E. (2010). Burnout en Iberoamérica: líneas de investigación. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 10 (1), 47-55.