

BURNOUT Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS ANTE PANDEMIA DE COVID-19

Ángel Esteban Torres-Zapata
Addy Leticia Zarza-García
Gloria Esther Acevedo Olvera
Teresa de Jesús Brito-Cruz*

Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Autónoma del Carmen, México.

*Correo-e: tbrito@pampano.unacar.mx

RESUMEN

Introducción. En el contexto educativo, el burnout surge de la presunción de presiones y sobrecargas propias de la labor académica, percibidas por actores de la comunidad educativa. Los estudiantes, al igual que cualquier trabajador, mantienen una relación de compensación directa e indirecta con la institución educativa, como apoyos económicos, becas, reconocimientos o premios. *Objetivo:* Valorar la presencia de burnout entre los alumnos, como un factor que puede incidir en el rendimiento académico. *Materiales y métodos.* Estudio con enfoque cuantitativo, alcance exploratorio, descriptivo y diseño no experimental-correlacional, muestreo por conveniencia. Se utilizó la escala unidimensional del burnout estudiantil (EUBE). Para el procesamiento y análisis de la información se utilizó el programa SPSS v.22.0. *Resultados.* La población compuesta por 114 estudiantes universitarios, constituida por 64.91 por ciento del género femenino y 35.09 por ciento del masculino (n=40). En relación al burnout académico el 93.86 por ciento de los sujetos estudiados se encuentra dentro del rango leve, el 3.51 por ciento moderado y el 0.88 por ciento profundo. El componente comportamental fue superior, con un 85.96 por ciento, el actitudinal corresponde al 46.49 por ciento sin una correlación estadísticamente significativa ($p \geq 0.05$) entre el síndrome de burnout y el rendimiento académico. *Conclusiones.* La totalidad de la población presenta burnout, la mayoría en el grado leve, con mayor preponderancia en el indicador comportamental; el género no se relacionó con la incidencia de burnout, ya que ambos géneros presentaron niveles bajos. No se encontraron relaciones estadísticamente significativas que expliquen el bajo rendimiento académico vinculado a Burnout en esta población evaluada.

Palabras claves: Síndrome de Burnout, rendimiento académico, escala unidimensional, COVID-19.



ABSTRACT

Introduction. In the educational context, burnout arises from the presumption of academic work pressures and overloads, perceived by all actors in the educational community. Students, like any worker, maintain a relationship of direct and indirect compensation with the educational institution, such as financial support, scholarships, awards or prizes. *Objective.* To assess the presence of burnout among students, as a factor that can affect academic performance. *Materials and methods.* A quantitative approach, exploratory, descriptive scope and non-experimental-correlational design study was conducted. A convenience sampling was employed. The unidimensional scale of student burnout (EUBE) was used. For data processing and analysis, the SPSS v.22.0 program was used. *Results:* The population composed of 114 university students, constituted by 64.91 percent of the female gender and 35.09 percent of the male gender (n=40). In relation to academic burnout, 93.86 percent of the subjects studied are within the mild burnout range, 3.51 percent within the moderate burnout range and 0.88 percent showed a deep burnout range. The behavioral component was higher, with 85.96 percent, the attitudinal component corresponds to 46.49 percent. There is no statistically significant correlation ($p > 0.05$) between burnout syndrome and academic performance. *Conclusions.* The entire population presents burnout, the majority in a mild degree, with a greater preponderance in the behavioral indicator; gender was not related to the incidence of burnout, since both genders presented low levels. No statistically significant relationships were found to explain the low academic performance linked to Burnout in this evaluated population.

Keywords: Burnout Syndrome, Academic Performance, Unidimensional Scale, COVID-19.

INTRODUCCIÓN

El síndrome de burnout es uno de los grandes problemas sociales que trae consigo la inmediatez de la vida moderna, además de ciertos factores como los altos niveles de competitividad e inseguridad laboral, las exigencias del medio, los cambios en los enfoques de la vida y las costumbres, todo ello contribuye al desarrollo de una creciente angustia, agotamiento emocional, trastornos físicos, psicológicos y sociales (Maticorena-Quevedo, Anduaga-Beramendi y Beas, 2016). Se ha considerado al burnout, como un síndrome ocupacional que traspasó a lo educativo, es multifactorial, formado por una tríada de síntomas basados en altos niveles de desgaste emocional, despersonalización y poca eficacia. El desgaste emocional se define como, la saturación y cansancio emocional, causado por la alta carga de trabajo. La despersonalización refleja

el apego personal o el grado en el que, el profesional trata a los demás de manera impersonal (Rosales y Rosales, 2014), quienes sufren esta afectación refieren experimentar menos emociones e incluso, insensibilidad frente a las dificultades ajenas. Por último, poca eficacia, significa la percepción de incompetencia y valoración negativa constante frente a todo lo realizado por uno mismo (Lee et al., 2020).

En lo académico o estudiantil, el burnout surge de la presunción de que los estudiantes, específicamente universitarios, se encuentran con presiones y sobrecargas propias de la labor educativa. Los estudiantes, como cualquier trabajador, mantienen una relación de compensación directa e indirecta con la institución de adscripción, evidenciada en apoyos económicos, becas, reconocimientos o premios (Guillén-Graf et al., 2019). El tránsito de un nivel educativo a otro por lo general, trastoca la esfera personal, la social e indudablemente la académica. La universidad genera nuevas exigencias que, junto con las expectativas de futuro se incrementa la sensación de estrés. Además, este periodo coincide con el paso de la adolescencia a la adultez, así como procesos de independencia y desapego familiar, que conllevan a asumir más responsabilidades, la organización del tiempo, de nuevas tareas y lo que implica adaptarse a un nuevo medio escolar. Además, algunos estudiantes se ven obligados a tener una actividad laboral remunerada para poder hacer frente los gastos económicos (Medeiros, 2018).

Los estudiantes universitarios como cualquier profesional, añaden a sus procesos académicos, el trabajo bajo presión y la sobrecarga en las tareas académicas (Guillén-Graf et al., 2019). Es aquí donde se puede hablar propiamente del síndrome de burnout académico, pues hace referencia a los mecanismos adaptativos del sujeto en términos de estrés académico (Álvarez-Pérez y López-Aguilar, 2021). En la actualidad, son pocos los profesionales y estudiantes que pueden escapar a esta amenaza, la mayoría de ellos adquiere las competencias que les permitirán lograr los objetivos académicos en su formación, mientras otros estudiantes presentan dificultades que se reflejan en indicadores de deficiencia académica, éstos son los que generalmente, experimentan una alta carga de estrés durante su proceso formativo y no lo logran sobrellevar (Chau et al., 2019; Pinho et al., 2021). Generalmente los estudiantes que sufren mayores niveles de burnout pertenecen a las áreas biológicas, de la salud, educación y psicosociales, debido al estrés que implica la responsabilidad de tener otras vidas a su cuidado (Tlili et al., 2020).

Existen una vasta compilación de estudios que indican que el desarrollo de burnout en los profesionales de la salud inicia en la formación académica. Los estudiantes del área de la salud, en comparación con individuos del mismo rango de edad de la población general, tienen una calidad de vida mental mucho menor; la vida profesional puede describirse como impredecible y, en ocasiones, no tienen control sobre muchos

detalles de ésta (Domínguez-González et al, 2017). Condiciones como una inconformidad con el ambiente de estudio, relaciones negativas con sus superiores, el tipo de apoyo que brindan las escuelas o facultades, los cambios constantes de rotaciones y las características personales del individuo, contribuyen a que se presente este fenómeno. Particularmente, durante las practicas (hospitalarias, comunitarias, servicios de alimentación, entre otras), que implican guardias nocturnas y menos horas de sueño, los estudiantes tienen mayor riesgo de apreciarse con estas características (Castel, 2021).

Son muchos los factores que contribuyen a la aparición del burnout en los estudiantes universitarios, en los últimos dos años por la pandemia derivada del COVID-19, se ha observado una tendencia al alza en las manifestaciones de este síndrome, impactando en la salud mental y emocional de quienes lo padecen, por la ansiedad, depresión y estrés que se presentan (Salazar et al., 2021). La pandemia, además de las grandes afectaciones en el sector salud y en el ámbito económico, ha dejado huella en el sector educativo, modificando el entorno académico y social del estudiante universitario, debido principalmente a situaciones como la sobrecarga académica, problemas de conectividad a internet, exposición constante a dispositivos, fatiga física, entre otros (Seperak-Viera, Fernández-Arata y Domínguez-Lara, 2021). De este modo, los estudiantes universitarios se posicionaron como grupo de riesgo en lo que a salud mental respecta, con consecuencias tales como la aparición y desarrollo del síndrome de Burnout y la intención de abandono a su estatus de alumnos (Tlili et al., 2020).

En el contexto estudiado, el agotamiento se percibe por el cansancio emocional, el sentimiento de estar exhaustos y la tensión por estudiar, siendo que, durante la pandemia por Covid-19, el miedo a padecer la enfermedad y el agotamiento emocional fueron los factores con mayor influencia en la reprobación y abandono escolar (Shah et al., 2020). Las consecuencias son perceptibles y existe una clara amenaza que, en un futuro inmediato, muchos jóvenes van a tener serias dificultades para continuar sus estudios. En la educación en general, el tránsito abrupto e inesperado de una enseñanza presencial a una virtual obligó que profesores y alumnos, realizaran una adaptación rápida y forzada, suponiendo en todos los casos, un incremento de las horas de dedicación a las actividades académicas, tensión en el trabajo, dudas y dificultades para aprender en este nuevo escenario, entre otras situaciones (Pinho et al., 2021).

Para el alumnado, esto se ha visto agravado por las condiciones poco favorables en las que ha tenido que aprender como es el aislamiento, dependencia, pérdida de referentes del aula, privación del clima de respaldo social, falta de apoyo de los compañeros, mayores dificultades para ser atendido por el profesorado, pérdida de la oportunidad de resolver dudas de manera inmediata como ocurría en las clases presenciales de aula



(Danet, 2021), aunado a la falta de recursos de muchos de ellos para hacer frente a esta nueva situación, como la escasez de medios telemáticos, dispositivos compartidos por diferentes miembros de la familia, mala calidad de las conexiones virtuales, entre otros (Álvarez-Pérez y López-Aguilar, 2021).

Durante el desarrollo de la pandemia por la presencia de la COVID-19 en México, la población en general ha experimentado cambios que envisten la salud mental de toda la población (Shah et al., 2020), reflejado en la presencia e incremento de los trastornos de ansiedad y depresión, así como la experimentación de sentimientos de soledad, desmotivación e incluso burnout, entre otros (Álvarez, 2020) propiciando con ello un impacto psicológico en sus vidas a partir del aislamiento social y el confinamiento aunado a los cambios en el sistema educativo mexicano que impacta a la población estudiantil.

Enfocándonos específicamente al burnout este podría propiciar desequilibrios en el estado físico y emocional del alumno universitario, debido al tiempo prolongado en menesteres académicos, a la mala alimentación y a la afección en la calidad de sueño (Ironsides et al., 2019), incidiendo en el aprovechamiento, rendimiento académico, abandono de estudios, trastornos fisiológicos y psicológicos, entre otras manifestaciones; por tanto, la identificación temprana del síndrome podrían evitar el desarrollo del estrés, abandono de estudios o, favorecer en el aprovechamiento escolar, el rendimiento académico y el promedio final (García-Flores et al., 2018 y Torres-Zapata et al., 2020). Las consecuencias del burnout en esta etapa pueden ser deshonestidad académica, comportamientos poco profesionales y un menor interés por actividades altruistas. Los estudiantes con burnout también suelen tener una opinión menos asertiva sobre el profesionalismo de sus compañeros y profesores, con impacto negativo en su proceso de aprendizaje (Medeiros, 2018). La falta de detección oportuna en la aparición de este síndrome también puede producir abuso de alcohol e intento de suicidio.

Existen una gran diversidad de factores que pueden influir en la presencia y desarrollo del burnout en los estudiantes universitarios, tales como aquellos que se relacionan con los aspectos socioeconómicos como las deudas adquiridas en relación con el costo del pago de los estudios o la inversión en el proceso de formación académica (Domínguez-González et al., 2017), dentro de los factores relacionados con la ejecución de la actividad o vida académica se puede encontrar la sobrecarga de trabajos escolares, falta de reconocimiento, horarios poco higiénicos, la interferencia familia-escuela, tomando en consideración el hecho de que si viven solos, o se encuentran bajo la condición de tener que trabajar y estudiar y condiciones sociodemográficas como la edad, el género, el estado civil y la presencia de hijos o menores a su cuidado, el consumo de drogas lícitas e ilícitas, los cuáles pueden ser considerados como desencadenantes del síndrome

de burnout (García-Flores et al., 2018; Álvarez-Pérez y López-Aguilar, 2021). Dentro del contexto anterior, es valioso identificar la presencia de burnout entre los alumnos, como un factor que puede incidir en el rendimiento académico; lo que permitirá generar estrategias de intervención desde la formación inicial de los futuros profesionales de la nutrición.

MATERIALES Y MÉTODOS

Bajo un enfoque cuantitativo se llevó a cabo la presente investigación siendo poseedor de un alcance exploratorio con delineación transversal correlacional. Se integraron a 114 estudiantes de nuevo ingreso a la Licenciatura en Nutrición, matriculados en una Universidad del sureste de México, siendo esta una muestra por conveniencia. Para llevar a cabo dicha investigación se consideraron los siguientes criterios de inclusión: estudiantes matriculados en el programa educativo, la aceptación voluntaria de participación en la investigación, asistencia a la reunión informativa; como criterios de exclusión, no estar inscritos en el curso de selección, no querer participar; y como criterio de eliminación, llenado incorrecto del instrumento.

La escala unidimensional del burnout estudiantil (EUBE), confeccionada y validada por Barraza y colaboradores en el 2008, de la Universidad Pedagógica de Durango, México, con un nivel de confiabilidad de 91 en alfa de Cronbach y de 90 en la confiabilidad por mitades según la fórmula de Spearman-Brown. Cuyo método de aplicación es de forma autoadministrada, la cual se encuentra integrada por 15 ítems que pueden contestarse mediante un escalamiento tipo Lickert de cuatro valores categoriales es el instrumento que es utilizado para establecer la prevalencia del síndrome de burnout entre los estudiantes de nuevo ingreso a la licenciatura en nutrición en esta investigación.

Cabe destacar que la escala se encuentra estructurada dos sub-dimensiones: la comportamental, integrada por diez ítems (con las aseveraciones 1, 2, 3, 4, 5, 7, 9, 11, 14 y 15), que aprecian conductas transitorias y permiten determinar el grado leve de burnout y, la dimensión actitudinal, que está integrada por cinco ítems (afirmaciones 6, 8, 10, 12 y 13), que aluden a un proceso prolongado en la presentación de los síntomas, por lo tanto, se identifica burnout de alto grado, es decir, moderado o profundo (Uribe y Illesca, 2017). Además, los ítems cuentan con homogeneidad y unidireccionalidad; los resultados en la relación de éstos y el puntaje global de la escala permiten afirmar que todos los ítems forman parte del burnout estudiantil (Domínguez-González et al., 2017).

El instrumento fue digitalizado y programado mediante la herramienta «Formulario de Google», para su aplicación la última semana del ciclo escolar febrero-junio 2021. A cada respuesta de la escala se le asignan los siguientes valores: 1 para nunca, 2 algunas veces, 3 casi siempre y 4 siempre; se obtiene el total de puntos, ya sea como variable individual o variable colectiva. Los puntajes se convierten a porcentaje y se interpreta con el baremo establecidos por Barraza; sin burnout de 0-25 por ciento, leve entre 26-50 por ciento, moderado de 51-75 por ciento y profundo desde 76 hasta 100 por ciento (Martínez y Chávez, 2019). Para determinar el rendimiento académico, se utilizó el promedio general de los participantes, que se obtiene de los resultados de las unidades de aprendizaje del primer ciclo escolar, estos resultados evalúan los saberes (Ser, Saber, Saber hacer), el valor numérico del promedio fue proporcionado por la institución educativa.

Los registros se exportaron del Formulario de Google Drive a una base de datos en Excel, la información se procesó y analizó con el software SPSS versión 20. Siendo la estadística descriptiva, el método estadístico utilizado determinar la prevalencia de burnout entre los alumnos mediante la extracción de porcentajes, frecuencias, medias, desviación estándar y la aplicación del diagrama de Box Plot, para el establecimiento de la correlación entre el burnout y el rendimiento académico se empleó la prueba de Pearson. Para las consideraciones éticas de la investigación, antes del inicio de la investigación, se solicitó formalmente autorización a la coordinación de nutrición, presentando el objetivo general y los propósitos particulares del estudio. Posteriormente, se sometió a valoración ante el comité de ética de la facultad de ciencias de la salud, obteniendo un dictamen positivo al descartarse conflictos de interés (número de referencia 2553).

El 100 por ciento de los estudiantes fueron informados sobre la finalidad de la investigación, asegurando en todo momento el anonimato y la confidencialidad de las informaciones. Se les solicitó el consentimiento informado de manera verbal para participar en el estudio. El estudio fue coordinado por el grupo disciplinar «Nutrición Aplicada y Educación».

RESULTADOS

La población de estudio estuvo compuesta por 114 estudiantes de nuevo ingreso, de la licenciatura en nutrición, la edad media fue de 18.01 años ± 0.81 , en su mayoría del género femenino (64.91 por ciento, $n=74$), mientras que el género masculino representó el 35.09 por ciento ($n=40$). En relación con el burnout académico en la población de estudio, el 93.86 por ciento se observó dentro del rango leve, el 3.51 por ciento moderado y el 0.88 por ciento profundo. El nivel leve de burnout académico es el que se expresó con mayor preponderancia, comportamental (85.96 por ciento) y actitudinal (46.49 por ciento). Al analizar a los

estudiantes encuestados, según la distribución del nivel de Burnout de acuerdo con el sexo se observó predominio en los varones (tabla 1).

TABLA 1. DISTRIBUCIÓN DEL NIVEL DE BURNOUT ACADÉMICO Y SUS DIMENSIONES EN FUNCIÓN AL GÉNERO

NIVEL DE BURNOUT ACADÉMICO	GENERAL			FEMENINO			MASCULINO		
	\bar{x}	F	%	\bar{x}	F	%	\bar{x}	F	%
SIN BURNOUT (0-25%)	25.0	2	1.75	25.0	2	2.70	0.00	0	0.00
LEVE (26-50%)	37.7 ±5.4	107	93.86	37.6 ±5.2	71	95.95	37.92 ±5.78	36	90.00
MODERADO (51-75%)	55.8 ±2.8	4	3.51	0.0	1	1.35	55.77 ±2.83	4	10.00
PROFUNDO (76 A 100%)	90.0	1	0.88	0.0	0	0.00	0.00	0	0.00
<i>INDICADOR COMPORTAMENTAL</i>									
NO PRESENTA (0-25%),	25.0	2	1.75	25.0	44	59.46	25.0	15	37.5
LEVE (26-50%)	40.9 ±5.9	98	85.96	33.8 ±5.4	29	39.19	33.9 ±3.5	24	60.0
MODERADO (51-75%)	56.9 ±3.6	13	11.40	0.0	0	0.00	60.0	1	2.50
PROFUNDO (76 A 100%)	85.0	1	0.88	100.0	1	1.35	0.0	0	0.00
<i>INDICADOR ACTITUDINAL</i>									
NO PRESENTA (0-25%)	25.0	59	51.75	25.00	2	2.70	0.00	0	0.00
LEVE (26-50%)	33.9 ±4.6	53	46.49	41.40 ±5.98	67	90.54	39.8 ±5.57	31	77.50
MODERADO (51-75%)	60.0	1	0.88	53.80 ±1.25	4	5.41	58.3 ±3.39	9	22.50
PROFUNDO (76 A 100%)	100.0	1	0.88	85.00	1	1.35	0.00	0	0.00

NOTA: PARA EL P VALOR SE COMPARARON LAS MEDIAS ENTRE LOS SEXOS (FEMENINO .003 Y MASCULINO .004) CON PRESENCIA DEL BURNOUT, SE OBSERVÓ QUE LA MEDIA FUE MÁS ALTA EN EL GRUPO FEMENINO Y FUE ESTADÍSTICAMENTE SIGNIFICATIVA.
 FUENTE: ELABORACIÓN PROPIA

Las características del síndrome de burnout estudiantil que más se presentan en los alumnos encuestados corresponden a los siguientes supuestos: «antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado» (2.06); «durante las clases me siento somnoliento» (1.89); «creo que estudiar hace que me sienta agotado» (1.89) y «el tener que asistir diariamente a clases me cansa». Cabe señalar que, las conductas que se presentaron con mayor frecuencia son las que integran el aspecto comportamental: «antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado» (2.06). En tanto, en el ámbito actitudinal, las medias correspondientes fueron más bajas. Los escenarios menos indicados por los alumnos encuestados son los siguientes: «no me interesa asistir a clases» (1.08), «no creo terminar con éxito mis estudios» (1.18), «el asistir a clases se me hace aburrido» (1.20), «me desilusionan mis estudios» (1.27) y «cada vez me siento más frustrado por ir a la escuela» (1.29) como se observa en la tabla 2.

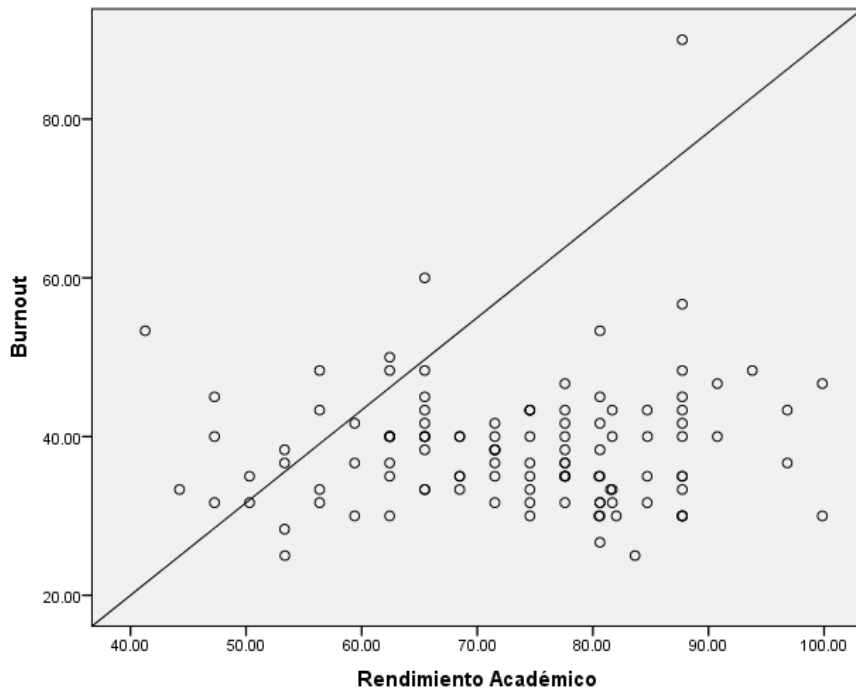
TABLA 2. ESCALA UNIDIMENSIONAL DEL BURNOUT ESTUDIANTIL EUBE:
 MEDIA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR DE LOS ÍTEMS POR GÉNERO

ÍTEMS	GENERAL	FEMENINO	MASCULINO
	\bar{X}	\bar{X}	\bar{X}
1. EL TENER QUE ASISTIR DIARIAMENTE A CLASES ME CANSA	1.85±0.58	1.74±0.51	2.05±0.67
2. MIS PROBLEMAS ESCOLARES ME DEPRIMEN FÁCILMENTE	1.68±0.60	1.76±0.62	1.53±0.53
3. DURANTE LAS CLASES ME SIENTO SOMNOLIENTO	1.89±0.56	1.85±0.49	1.98±0.59
4. CREO QUE ESTUDIAR HACE QUE ME SIENTA AGOTADO	1.89±0.57	1.82±0.57	2.00±0.63
5. CADA VEZ ME ES MÁS DIFÍCIL CONCENTRARME EN LAS CLASES	1.46±0.62	1.42±0.63	1.53±0.62
6. ME DESILUSIONAN MIS ESTUDIOS	1.27±0.58	1.28±0.63	1.25±0.49
7. ANTES DE TERMINAR MI HORARIO DE CLASES YA ME SIENTO CANSADO	2.06±0.63	1.96±0.53	2.25±0.73
8. NO ME INTERESA ASISTIR A CLASES	1.08±0.35	1.07±0.37	1.10±0.30
9. CADA VEZ ME CUESTA MÁS TRABAJO PONERLE ATENCIÓN AL MAESTRO	1.29±0.57	1.36±0.57	1.43±0.62
10. EL ASISTIR A CLASES SE ME HACE ABURRIDO	1.2±0.47	1.11±0.47	1.28±0.44
11. SIENTO QUE ESTUDIAR ME ESTÁ DESGASTANDO FÍSICAMENTE	1.58±0.62	1.53±0.62	1.45±0.59
12. CADA VEZ ME SIENTO MÁS FRUSTRADO POR IR A LA ESCUELA	1.29±0.52	1.26±0.51	1.35±0.53
13. NO CREO TERMINAR CON ÉXITO MIS ESTUDIOS	1.18±0.51	1.12±0.44	1.28±0.62
14. SIENTO QUE TENGO MÁS PROBLEMAS PARA RECORDAR LO QUE ESTUDIO	1.69±0.57	1.76±0.50	1.85±0.66
15. CREO QUE ESTUDIAR ME ESTÁ DESGASTANDO EMOCIONALMENTE	1.54±0.61	1.55±0.61	1.53±0.29

FUENTE: ELABORACIÓN PROPIA

Al analizar la asociación entre el síndrome de burnout y el rendimiento académico de los estudiantes del primer año de la licenciatura en nutrición, se observa que no existe una correlación estadísticamente significativa ($p \geq 0.05$). Por tanto, no se podría afirmar que la presencia de burnout determine o afecte el rendimiento académico en los estudiantes (figura 1).

FIGURA 1. RELACIÓN ENTRE EL SÍNDROME DE BURNOUT Y REDIMIENDO ACADÉMICO



FUENTE: ELABORACIÓN PROPIA



DISCUSIÓN

Este estudio propone analizar la relación entre el síndrome de burnout y el rendimiento académico, de los estudiantes del primer semestre de la licenciatura en nutrición, periodo en el cual generalmente, los alumnos se enfrentan a cambios a nivel personal, académico y social, por las nuevas exigencias que incrementan la sensación de estrés (Comella et al., 2021). Desde el punto de vista unidimensional, el Síndrome de Burnout se define como un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo, que se da por el involucramiento prolongado a situaciones generadoras de estrés; condición que tiene un impacto importante en la población estudiantil mundial (Álvarez-Pérez y López-Aguilar, 2021).

Los estudiantes de la licenciatura en nutrición, destacan en sus enunciados de visión y misión, que serán los futuros profesionales quienes aplicarán la ciencia de los alimentos y nutrición, para promover la alimentación correcta, la salud y prevenir enfermedades, optimizando el estado de nutrición, de la salud de individuos, grupos, comunidades y poblaciones (Torres-Zapata et al., 2020). Durante sus estudios, mantienen una carga académica compleja, al estudiar los diferentes ejes de formación (hospitalaria, comunitaria, servicios de alimentación, deportiva, tecnología alimentaria, etc.).

El síndrome de burnout en estudiantes del área de la salud, ha sido estudiado principalmente, en las etapas consideradas como críticas durante la formación académica, es decir, en las practicas o ciclos clínicos, comunitarios, servicio social (Lee et al., 2020). El estudio que se presenta es uno de los primeros realizados en estudiantes del primer ciclo de la licenciatura en nutrición, durante el confinamiento por la pandemia COVID-19, utilizando la escala EUBE, este factor es relevante, pues la prevalencia del síndrome de burnout en el ámbito académico varía ampliamente, dependiendo entre otras variables, del instrumento que se utilice, los criterios para diagnosticarlo y la carrera o especialidad que curse el estudiante (Danet, 2021).

Los resultados observados en el presente trabajo investigativo, permiten afirmar que el 100 por ciento de los estudiantes encuestados presentan Síndrome de Burnout Estudiantil, sin embargo, la mayoría se estima en un grado leve (93.83 por ciento), similar al 92.5 por ciento reportado por Domínguez-González et al., (2017); también como los resultados de Comella et al., (2021) con 90.6 por ciento, pero, inferior a lo descrito por Uribe y Illesca, (2017) que fue un 73.4 por ciento. Es decir que, de manera general, los resultados obtenidos en este estudio, sobre el nivel leve del burnout académico, coinciden con lo planteado por diversas investigaciones. De esta manera, se muestra que la sobrecarga ante las demandas estudiantiles, representa un riesgo latente para el desarrollo de esta condición en los académicos (Bolaños y Rodríguez, 2016). La presencia del síndrome en los



estudiantes, puede estar relacionado con el paso de un nivel educativo medio superior a un nivel superior, donde las exigencias *per se* son mayores, además, se presentan nuevos retos debido a la madurez e independencia propia de la edad (Chau et al., 2019).

Uno de los elementos de interés en el estudio del burnout, es en relación al género, ya que según los datos obtenidos en este estudio, el género no está relacionado con la incidencia de burnout, pues en ambos géneros la mayoría presenta niveles bajos del síndrome (femenino 95.95 por ciento y masculino 90 por ciento), en contraposición a los hallazgos en otros estudios realizados con estudiantes de carreras del área de la salud, que refieren mayor frecuencia de burnout en mujeres, como los informes presentados por el grupo de Barradas et al., (2017), quienes identificaron burnout leve y moderado en un porcentaje considerablemente mayor en el género femenino en comparación con el género masculino. Por otro lado, los resultados de este trabajo se asemejan a lo reportado por Domínguez-González et al. (2017).

En relación a los indicadores que forman parte de EUBE, se destaca en este ejercicio que el indicador actitudinal presenta una ocurrencia más baja (48.25 por ciento), que el comportamental (98.24 por ciento). Resultados similares a lo reportado por Uribe y Illesca, (2017) con 100 por ciento en el elemento comportamental y 80.7 por ciento en el actitudinal. El comportamiento esperado en los estudiantes del nivel superior respecto a las expectativas construidas en el marco del desarrollo de la etapa de la formación académica es el hecho de que el futuro de su desarrollo profesional y su proyecto de vida se ve impactado directamente en la adquisición de buenos resultados académicos.

La asociación entre el burnout académico y el rendimiento académico no es clara, es posible encontrar estudios que señalan la ausencia de relación, mientras que otros estudiosos del tema encuentran claras asociaciones entre ambos aspectos, entre estos últimos, algunos describen el bajo desempeño como una variable predictora del síndrome y otros como una consecuencia del mismo, sin embargo, los dos enfoques son aceptables y posiblemente existen interacciones mutuas entre ellos (Gómez et al., 2015). Dentro de las diversas investigaciones en el marco del burnout académico, existe dentro de la comunidad del conocimiento gran variabilidad en los resultados respecto a la prevalencia de burnout académico, dejando entrever discrepancias con base a las características de la muestra, los grados académicos cursados y por supuesto los sistemas educativos de cada una de las universidades en relación con la construcción de su malla curricular entre otros aspectos (Comella et al., 2021).

Es necesario desarrollar investigaciones sobre el burnout en la población estudiantil, debido a que además de afectar las notas cuantitativas de rendimiento y las actividades propias de la vida estudiantil, puede influir

negativamente en el rendimiento académico en el sentido más amplio (Castel, 2021). En el presente estudio, no se observan relaciones estadísticamente significativas que expliquen el bajo o alto rendimiento académico, tal como lo muestra el trabajo de Comella et al., (2021), Martínez y Chávez, (2019), García-Flores et al., (2018) y Caballero, Abello, y Palacio, (2007), sin embargo, Bolaños y Rodríguez (2016), afirman que existe una relación entre el burnout con el “promedio notas”, puesto que los bajos niveles de atención y concentración, impactan directamente sobre el índice de reprobación. Las implicaciones de un alto índice de reprobación son graves, que pueden asociarse con la deserción escolar y la calidad educativa (Torres-Zapata et al., 2020), lo que permite entender al burnout no como una dificultad de las personas, sino como el resultado de un ambiente estresante.

Es necesario seguir investigando sobre el burnout e identificar otras líneas y enfoques de análisis, como el estrés académico, inteligencia emocional, reprobación y deserción escolar, entre otras. Es importante resaltar que la reducida participación de la población en este estudio se ha convertido en una limitante aunado a la posibilidad de un sesgo en relación con el nivel de confiabilidad de las respuestas con base al nivel de honestidad por parte de los alumnos al momento de responder las preguntas de los instrumentos.

CONCLUSIONES

De acuerdo con los resultados obtenidos, es posible observar que la totalidad de la población presenta algún grado de burnout académico, en su mayoría de tipo leve y en el aspecto comportamental. No es posible suponer asociación alguna entre el género y la incidencia de burnout, pues en ambos géneros se manifiestan cifras similares. Tampoco se observaron relaciones estadísticamente significativas que expliquen el bajo y alto rendimiento académico. Respecto a la investigación educativa, el burnout académico abre nuevos horizontes de interés, ya que, a partir de los resultados presentados, se vislumbran matices de análisis con otras variables, con una perspectiva clínica que permita establecer y detectar las comorbilidades asociadas al síndrome y, su relación con el rendimiento académico. Por último, es necesario identificar otros aspectos, como los propios de la personalidad, de tipo familiar y sociales o académicos, que permitan establecer protocolos de actuación y programas de intervención efectivos y oportunos para la población estudiantil.

REFERENCIAS

- ÁLVAREZ, L. (2020). Efectos en la salud mental durante la pandemia del coronavirus. *Derecho y Realidad*, 18(36), 203-218. <https://doi.org/10.19053/16923936.v18.n36.2020.12164>
- ÁLVAREZ-PÉREZ, P. & LÓPEZ-AGUILAR, D. (2021). El burnout académico y la intención de abandono de los estudios universitarios en tiempos de COVID-19. *Revista mexicana de investigación educativa*, 26(90), 663-689. Disponible en http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662021000300663&lng=es&tlng=es.
- BARRADAS, M., TRUJILLO, P., SÁNCHEZ, A., & LÓPEZ, J. (2017). Burnout estudiantil en universitarios veracruzanos / Student Burnout in Veracruz University Students. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 7(14), 15 - 33. <https://doi.org/10.23913/ride.v7i14.267>
- BOLAÑOS REYES, N., & RODRÍGUEZ BLANCO, N. (2016). Prevalencia del Síndrome de burnout académico en el estudiantado de Enfermería de la Universidad de Costa Rica. *Enfermería actual en Costa Rica*, (31). <https://doi.org/10.15517/revenf.v0i31.24519>
- CABALLERO D., ABELLO LL, & PALACIO S, (2007). Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 25(2),98-111. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79925207>
- CASTEL, A. (2021). El burnout del profesional: ¿Cómo evolucionará en tiempos de crisis? *Revista de la Sociedad Española del Dolor*, 28(1), 7-8. <https://doi.org/10.20986/resed.2021.3906/2021>
- CHAU, S. W., LEWIS, T., NG, R., CHEN, J. Y., FARRELL, S. M., MOLODYNKI, A., & BHUGRA, D. (2019). Wellbeing and mental health amongst medical students from Hong Kong. *International Review of Psychiatry*, 31(7-8), 626-629. <https://doi.org/10.1080/09540261.2019.1679976>
- COMELLA, A., CASAS-BAROY, J., COMELLA-COMPANY, A., GALBANY-ESTRAGUÉS, P., PUJOL, R., & MARC-AMENGUAL, J. (2021). Burnout y rendimiento académico: Efecto de la combinación de la actividad laboral remunerada e iniciar los estudios de grado universitario. *Retos*, 41, 844-853. <https://doi.org/10.47197/retos.v41i0.85971>
- DANET, A. (2021). Psychological impact of COVID-19 pandemic in western frontline healthcare professionals. A systematic review. *Medicina Clínica (English Edition)*, 156(9), 449-458. <https://doi.org/10.1016/j.medcle.2020.11.003>
- DOMÍNGUEZ-GONZÁLEZ, A. D., VELASCO-JIMÉNEZ, M. T., MENESES-RUIZ, D. M., GUZMÁN VALDIVIA-GÓMEZ, G., & CASTRO-MARTÍNEZ, M. G. (2017). Síndrome de burnout en aspirantes a la carrera de medicina. *Investigación en Educación Médica*, 6(24), 242-247. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.11.007>
- GARCÍA-FLORES, V. A., VEGA RODRÍGUEZ, Y. E., FARIAS FRITZ, B. L., AMÉSTICA-RIVAS, L. R., & ABURTO GODOY, R. A. (2018). Factores Asociados al burnout Académico en Estudiantes de Internado Profesional de Fonoaudiología. *Ciencia & trabajo*, 20(62), 84-89. <https://doi.org/10.4067/s0718-24492018000200084>
- GÓMEZ H, P., PÉREZ V, C., PARRA P, P., ORTIZ M, L., MATUS B, O., MCCOLL C, P., TORRES A, G., & MEYER K, A. (2015). Academic achievement, engagement and burnout among first year medical students. *Rev Med Chil*.143(7), 930-937. <https://doi.org/10.4067/s0034-98872015000700015>
- GUILLÉN-GRAF, A. M., FLORES-VILLALBA, E., DÍAZ-ELIZONDO, J. A., GARZA-SERNA, U., LÓPEZ-MURGA, R. E., AGUILAR-ABISAD, D., MUÑOZ-LOZANO, J. F., & RENTERÍA GARCÍA, L. (2019). Incremento de síndrome de

- burnout en estudiantes de Medicina tras Su primer mes de rotación clínica. *Educación Médica*, 20(6), 376-379. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2018.09.003>
- IRONSIDE, K., BECKER, D., CHEN, I., DANIYAN, A., KIAN, A., SAHEBA, N., & HOLLANDER, R. (2019). Resident and Faculty Perspectives on Prevention of Resident Burnout: A Focus Group Study. *The Permanente Journal*, 23(18), 18-25. <https://doi.org/10.7812/tpp/18-185>
- LEE, K. P., YEUNG, N., WONG, C., YIP, B., LUK, L. H., & WONG, S. (2020). Prevalence of medical students' burnout and its associated demographics and lifestyle factors in Hong Kong. *PLOS ONE*, 15(7), e0235154. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0235154>
- LIU, H., YANSANE, A. I., ZHANG, Y., FU, H., HONG, N., & KALENDERIAN, E. (2018). Burnout and study engagement among medical students at sun Yat-sen University, *China. Medicine*, 97(15), e0326. <https://doi.org/10.1097/md.00000000000010326>
- MARTÍNEZ, G., & CHAVEZ, J. (2019). Estudio unidimensional del síndrome del agotamiento y su impacto en el rendimiento escolar en alumnos. Caso de estudio: Programa de Negocios Internacionales de FACPYA, UANL. *Daena: International Journal of Good Conscience*, 14(1), 261-278. [http://www.spentamexico.org/v14-n1/A13.14\(1\)205-223.pdf](http://www.spentamexico.org/v14-n1/A13.14(1)205-223.pdf)
- MATICORENA-QUEVEDO, J., ANDUAGA-BERAMENDI, A., & BEAS, R. (2016). Burnout syndrome among medical students in Mexico: Considerations about its measurement with the Maslach Burnout Inventory. *Medwave*, 16(04), e6446-e6446. <https://doi.org/10.5867/medwave.2016.04.6446>
- MEDEIROS, J. (2018). Burnout in medical students: The impact of lifestyle and health behaviours in development of burnout. *Mental Health & Human Resilience International Journal*, 2(1). <https://doi.org/10.23880/mhrij-16000114>.
- PINHO, R. D., COSTA, T. F., SILVA, N. M., BARROS-AREAL, A. F., SALLES, A. D., OLIVEIRA, A. P., RASSI, C., VALERO, C. E., GOMES, C. M., MENDONÇA-SILVA, D., OLIVEIRA, F., JOCHIMS, I., RANULFO, I., NEVES, J. D., OLIVEIRA, L., DANTAS, M. N., ROSAL, M., SOARES, M., KURIZKY, P., ... AMADO, V. M. (2021). Mental health and burnout syndrome among postgraduate students in medical and multidisciplinary residencies during the COVID-19 pandemic in Brazil: Protocol for a prospective cohort study. *JMIR Research Protocols*, 10(1), e24298. <https://doi.org/10.2196/24298>
- ROSALES, Y. R., & ROSALES, F. R. (2014). Hacia UN estudio bidimensional del Síndrome de burnout en estudiantes universitarios. *Ciência & Saúde Coletiva*, 19(12), 4767-4775. <https://doi.org/10.1590/1413-812320141912.18562013 SCOPUS>
- SALAZAR GÓMEZ, J. F., DOLORES RUIZ, E., VALDIVIA RIVERA, M. DE J., HERNÁNDEZ CÁRDENAS, M., & HUERTA MORA, I. R. (2021). Síndrome de burnout en estudiantes de educación superior tecnológica del campus Tierra Blanca en tiempo de covid-19. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(22). <https://doi.org/10.23913/ride.v11i22.896>
- SEPERAK-VIERA, R., FERNÁNDEZ-ARATA, M., & DOMINGUEZ-LARA, S. (2021). Prevalence and severity of academic burnout in college students during the COVID-19 pandemic. *Interacciones: Revista de Avances en Psicología*. <https://doi.org/10.24016/2020.v7.199>
- SHAH, K., CHAUDHARI, G., KAMRAI, D., LAIL, A., & PATEL, R. S. (2020). How essential is to focus on physician's health and burnout in coronavirus (COVID-19) pandemic? *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.7538>



- TLILI, M. A., AOUICHA, W., SAHLI, J., TESTOURI, A., HAMOUDI, M., MITRAOUI, A., BEN DHIAB, M., CHELBI, S., AJMI, T., BEN REJEB, M., & MALLOULI, M. (2020). Prevalence of burnout among health sciences students and determination of its associated factors. *Psychology, Health & Medicine*, 26(2), 212-220. <https://doi.org/10.1080/13548506.2020.1802050>
- TORRES-ZAPATA, Á. E., RIVERA DOMÍNGUEZ, J., FLORES LÓPEZ, P., GARCÍA REYES, M. D., & CASTILLO TREJO, D. A. (2020). Reprobación, síntoma de deserción escolar en licenciatura en Nutrición de la Universidad Autónoma del Carmen. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 10(20). <https://doi.org/10.23913/ride.v10i20.602>
- URIBE T., M. Á., & ILLESCA P., M. (2017). Burnout en estudiantes de enfermería de Una universidad privada. *Investigación en Educación Médica*, 6(24), 234-241. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.11.005>