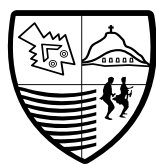


**03**

**Nivel de síndrome de burnout en  
estudiantes de una Universidad  
Privada de Ica, 2023**



---

## NIVEL DE SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE ICA, 2023

BURNOUT SYNDROME LEVEL IN STUDENTS OF A PRIVATE UNIVERSITY  
IN ICA, 2023

---

Alonso Antonio Rojas Dioses  
alonso.rojas@autonomadeica.edu.pe  
<https://orcid.org/0009-0002-4903-2575>

Paul Martin Ventura Escalaya  
paul.ventura@autonomadeica.edu.pe  
<https://orcid.org/0009-0001-6573-3331>

Janissa Yameli Atagua Yallico  
Janissa.atagua@autonomadeica.edu.pe  
<https://orcid.org/0009-0003-4613-8873>

Yuleysi Pariona Huamani  
Yuleysi.pariona@autonomadeica.edu.pe  
<https://orcid.org/0009-0007-3665-8217>

<sup>1</sup>Universidad Autónoma de Ica, Chincha, Ica - Perú

### Resumen

**Objetivo:** Determinar el efecto del síndrome Burnout en estudiantes de una universidad privada de Ica, 2023. **Metodología:** Para el estudio se utilizó un enfoque de investigación cuantitativo, de tipo aplicado, diseño no experimental y nivel descriptivo correlacional. El instrumento aplicado fue el cuestionario de Maslach (adaptado). **Participantes:** Se tuvo en cuenta una muestra de 76 estudiantes de una universidad de la región, valiéndose del método probabilístico como técnica de muestreo por conveniencia. **Resultados:** El 22.2% de las observaciones se clasifican como “Bajo”. El 45.8% de las observaciones se clasifican como “Medio”. El 31.9% de las observaciones se clasifican como “Alto”. Este tipo de análisis es útil para comprender cómo se distribuyen los datos en diferentes categorías y puede proporcionar información valiosa sobre la distribución general de una variable específica en un conjunto de datos. **Conclusiones:** Se concluye que 47% de estudiantes los cuales padecen tener el síndrome de burnout, también se determinó que algunos estudiantes que no lo padecen, sin embargo, que se sienten afectados por el esfuerzo y rendimiento, de las actividades académicas a realizar. **Palabras clave:** Burnout, Despersonalización, Agotamiento emocional.

## ABSTRACT

**Objective:** To determine the effect of Burnout syndrome in students of a private university in Ica, 2023. **Methodology:** For the study, a quantitative research approach was used, of an applied type, non-experimental design and correlational descriptive level. The applied instrument was the Maslach questionnaire (adapted). **Participants:** A sample of 76 students from a university in the region was taken into account, using the probabilistic method as a convenience sampling technique. **Results:** 22.2% of the observations are classified as "Low". 45.8% of the observations are classified as "Medium". 31.9% of the observations are classified as "High". This type of analysis is useful for understanding how data is distributed across different categories and can provide valuable information about the overall distribution of a specific variable in a data set. **Conclusions:** It is concluded that 47% of students who suffer from burnout syndrome, it was also determined that some students who do not suffer from it, however, who feel affected by the effort and performance of the academic activities to be carried out.

**Keywords:** Burnout, Depersonalization, Emotional exhaustion.

## INTRODUCCIÓN Y ANTECEDENTES

Hoy en día, las instituciones de educación superior suelen presentar cierto grado de complejidad. En estas instituciones, los estudiantes enfrentan muchos desafíos a diario según su evaluación y esa es la causa del estrés que se vienen evidenciando. Cuando son prolongadas y frecuentes, estas situaciones pueden conducir al síndrome. En las universidades estas situaciones se pueden incrementar pues los programas de estudios de la mayoría de las carreras están considerablemente cargados en volumen de contenido, horas de clase, mucho tiempo de autoestudio y realización de trabajos independientes. Todo esto puede combinarse con los problemas personales, propios de cada estudiante.

Es necesario reflexionar en torno al concepto de trabajo y a la actividad académica en estudiantes universitarios, para una mejor comprensión de la naturaleza y de los factores de riesgos y protectores asociados al burnout académico. (Caballero D. & Bresó, 2015).

En un contexto peruano, al igual que en muchos otros países, el síndrome de Burnout en estudiantes universitarios es un problema que ha ido ganando reconocimiento y relevancia en los últimos años. Algunos de los principales problemas y desafíos asociados al Burnout en estudiantes universitarios en Perú incluyen. Cargas académicas intensas: En Perú, al igual que en otros países, los estudiantes universitarios a menudo

enfrentan cargas académicas pesadas y exigentes. Los programas de estudio pueden ser intensivos y demandar una gran cantidad de tiempo y esfuerzo para cumplir con los requisitos académicos. Falta de apoyo y recursos: Muchos estudiantes pueden sentir que no cuentan con el apoyo adecuado por parte de sus instituciones educativas para manejar el estrés y las presiones académicas. La falta de servicios de asesoramiento y orientación puede dificultar la búsqueda de ayuda para lidiar con el Burnout. Desafíos económicos: La situación económica de algunos estudiantes puede ser un factor de estrés adicional. La preocupación por los costos de la educación, el transporte y otros gastos puede contribuir al desgaste emocional. Ayala (2021). Realizo la tesis titulada: Estilos De Afrontamiento Y Burnout Académico En Estudiantes Universitarios De Una Universidad Nacional De Lima Metropolitana. Universidad Autónoma del Perú, para optar el título profesional de licenciada en Psicología, , el estudio corresponde a enfoques cuantitativos y descriptivos con diseño no empírico y rango de correlación; La muestra de estudio estuvo compuesta por 224 estudiantes de una universidad nacional del área de Lima metropolitana, la técnica de recolección de datos utilizada fue encuesta y su instrumento fue el cuestionario The Burnout Scale of Uniway Students para la variable Burnout y el cuestionario de adolescentes. . Los principales resultados del estudio mostraron que el 41,5% de los estudiantes presentaron altos niveles de fatiga, mientras que el 29,5% mostró altos niveles de estrés y el 29% una reducción de las enfermedades. Finalmente, los investigadores confirmaron que existía una relación significativa entre los cambios en el nivel educativo, lo que implica que los cambios en la exposición al sol fueron positivos.

Vallejos (2021), quien desarrollo la tesis titulada: Compromiso Académico y Síndrome de Burnout Académico en Estudiantes de una Universidad Nacional de Lima. Universidad Cesar Vallejo, para optar el grado académico de Doctor en educación, metodológicamente el estudio es de tipo básica, de nivel correlacional, diseño no experimental, de corte transversal, la muestra de estudio estuvo conformada por 196 universitarios, tanto del sexo masculino como femenino, la técnica de recolección de datos que se empleo fue la encuesta y sus instrumentos los cuestionarios, tanto de la primera como de la segunda variable. En cuanto a los resultados obtenidos, Se determinó que el 52.6% (103) de los estudiantes se encontraban en la media en integridad académica, el 22.4% (44) en la alta y el 25% (49) en la baja, dependiendo de la magnitud del incendio. ,obtuvieron los siguientes resultados: el 8,2% (16) presentó un nivel muy alto y/o riesgo asociado a muerte, el

13,8% un nivel alto, el 48,5% un nivel moderado y el 29,6% un nivel bajo. Finalmente, el estudio concluyó que existe una relación positiva entre las dos variables, reconociendo la significancia de (0.330), por otro lado, existe una relación fuerte y significativa entre la integridad académica y el rendimiento académico.

**Comentario:** El punto de partida es directamente relevante para este estudio porque la estabilidad está determinada por el conocimiento y el estrés, por lo que los resultados son muy útiles para hacer las cosas de manera diferente a los resultados de este estudio. Actualmente se viene observando que, muchos de los estudiantes se ven afectados por este síndrome académico ha sido significativo dado que se ha visto el incremento de ello por los diferentes acontecimientos que se han vivido en el país y fuera de ello por el cambio rotundo al desarrollar actividades académicas accediendo a través de plataformas digitales a clases, sin conocer a sus compañeros más allá del detrás de una pantalla del monitor, explicar el incremento del síndrome de burnout académico incide mucho en las consecuencias que traen consigo ellas, desde el estrés académico el cual influye en su desempeño profesional, cabe mencionar que muchos de los estudiantes pueden llegar a postergar sus actividades académicas porque sienten haber llegado al tope de su exigencia académica el cual genera un cuadro de desgaste profesional, razón por la cual, el estudio desarrollado se orienta en responder ¿Cuál es el efecto del síndrome Burnout en estudiantes de una universidad privada de Ica, 2023?.

Como parte de las recientes investigaciones internacionales se tiene Llanes et al. (2022), quienes ejecutaron el estudio titulado: Burnout: Efectos del confinamiento en estudiantes universitarios en México. Revista de ciencias sociales. Artículo científico.

Metodológicamente el estudio es de tipo no experimental, de enfoque cuantitativo, nivel descriptivo. La población de estudio incluyó a estudiantes detenidos durante el otoño de 2020, según la modalidad en línea de la Universidad Autónoma de Tamaulipas en diferentes niveles y trayectorias; y la muestra estuvo compuesta por un total de 184 estudiantes seleccionados no aleatoriamente. La herramienta de recolección de datos utilizada fue la Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS), un instrumento de 15 ítems.

La investigación concluyó que, existen diferentes condicionantes con respecto a los efectos presentados por el burnout, esto analizado con la finalidad de establecer mejora para evitar este tipo de síndrome en los estudiantes.

**Comentario:** Los resultados obtenidos en el estudio servirán para contrastar los análisis al-

canzados en la investigación, presentando que el 17.9% de estudiantes presentan síndrome de burnout.

Alvarez y Lopez (2021), quienes ejecutaron el estudio titulado: El Burnout Académico Y La Intención De Abandono De Los Estudios Universitarios En Tiempos De Covid-19. Revista mexicana de investigación educativa. Artículo científico. Metodológicamente, el estudio es de tipo no experimental, de enfoque cuantitativo y de corte transversal. La población de estudio fue conformada por estudiantes universitarios, con una muestra de 475 estudiantes de la Universidad la Laguna. Los instrumentos de recolección de información que se emplearon fueron el Cuestionario de Burnout Académico Universitario y Bergen Burnout Indicator (bbi-15). La investigación concluyó que, existe relación positiva entre ambas variables de estudios en donde los efectos directos, indirectos y totales entre las variables es de un 0.71%.

**Comentario:** Los resultados obtenidos en el estudio permitirán establecer mejoras las cuales permitan incidir sobre el síndrome de burnout con la finalidad de evitar esto influya directamente en los estudiantes.

## **PROBLEMA /OBJETIVOS.**

### **Problema general**

¿Cuál es el efecto del síndrome Burnout en estudiantes de una universidad privada de Ica, 2023?

### **Objetivo general**

Determinar el efecto del síndrome Burnout en estudiantes de una universidad privada de Ica, 2023

### **Objetivos Específicos**

- Identificar el efecto del cansancio emocional en estudiantes de una universidad privada de Ica, 2023
- Determinar el efecto de la despersonalización en estudiantes de una universidad privada de Ica, 2023
- Describir el efecto de la realización personal en estudiantes de una universidad privada de Ica, 2023

## **MARCO CONCEPTUAL /CONCEPTUALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.**

### **Síndrome de Burnout**

Con respecto al síndrome de Burnout, como deja bien sentado Caballeros et al: El tipo de estrés es crónico y severo, relacionado con lo que le sucede al empleado o estudiante antes del evento como resultado de la interacción de factores que afectan a la organización o gestión. (2015, p. 432).

El síndrome de burnout es, “La combinación de egocentrismo y baja eficacia académica puede predecir bajas expectativas académicas”. (Martínez et al., 2005, p.27).

El síndrome de Burnout, también conocido

como síndrome de desgaste profesional o síndrome del trabajador quemado, es una respuesta al estrés laboral crónico que se caracteriza por un conjunto de síntomas físicos, emocionales y cognitivos asociados al agotamiento y la falta de energía en individuos que trabajan en profesiones que implican interacciones con otras personas y altos niveles de responsabilidad. Fue descrito inicialmente en el contexto laboral, pero también se ha observado en otros ámbitos, como en estudiantes universitarios, como mencionamos anteriormente.

Es importante destacar que el síndrome de Burnout no es una simple fatiga o estrés temporal relacionado con el trabajo o estudio, sino que implica una condición más grave y persistente que afecta la salud física y mental de la persona afectada. El Burnout puede interferir significativamente en la vida laboral, académica y personal del individuo, y puede requerir intervenciones adecuadas para su manejo y tratamiento. La prevención temprana, el apoyo emocional y el acceso a recursos de salud mental son fundamentales para abordar esta condición y promover el bienestar de quienes la experimentan.

Dimensiones del síndrome de Burnout: Para dimensionar la variable se hará uso de las siguientes dimensiones. **Dimensión 1. Cansancio emocional:** Esta dimensión se ha asociado con la debilidad física y mental que perjudica a los afectados. Las personas con fatiga crónica suelen sentirse frustradas y abrumadas en el trabajo o la escuela porque no pueden realizar sus actividades diarias. **Dimensión 2. Despersonalización:** Significa sentirse negativo, alienado e impersonal en el trabajo, con clientes, compañeros, actividades relacionadas con el trabajo o estudios. Las personas con trastornos de ansiedad suelen ser cínicas y retraídas, lo que puede afectar sus relaciones. **Dimensión 3. Realización personal:** Esto se refiere a una baja evaluación del propio valor y logros en el trabajo o la escuela. Las personas con trastorno de personalidad leve pueden sentir que no cumplen con sus expectativas personales o profesionales, o que su trabajo o educación son limitados. **Estrés académico**

Según Parra et al. (2018), “el estrés estudiantil es la reacción normal que se presenta cuando el estudiante se ve enfrentado a las exigencias del entorno educativo (pruebas, trabajos, presentaciones, etc.)”(p.48).

Cabe mencionar que el estrés estudiantil es un factor determinante el cual consiste es una reacción que se genera de manera interna, el cual puede llegar a un límite de colapso generando un nivel de gravedad en el estudiante de no ser detectado y sobre todo limitado en un periodo determinado, cabe mencionar que los estudiantes

al presentar grados y/o niveles de estrés pueden optar por abandonar estudios académicos por el desgaste que manifiestan tener con las diferentes actividades académicas.

### **Burnout estudiantil**

Es conceptualizado como el “El cansancio y el agotamiento a nivel emocional por falta de motivación llevan a sentirse inadecuado e incompetente en la universidad” (Barraza, 2011, p. 56).

### **METODOLOGÍA**

La investigación se desarrolla bajo un enfoque cuantitativo, partiendo de datos evidenciables, pues para (Hernández et al., 2014) La investigación cuantitativa está respaldada por análisis estadístico después de la recopilación de datos para probar hipótesis y demostrar la aplicabilidad de la teoría o el comportamiento. Además, un enfoque más holístico que siga un proceso sistemático, bien planificado e interpretativo, basándose en el derecho internacional o las realidades del tema de estudio, estaría más en consonancia con las demandas contemporáneas de la investigación. El estudio también explica que, dado que existen variables individuales, definidas en el resultado de sus mediciones o valores estadísticos, las relaciones se definen en el análisis de estas mediciones para demostrar relaciones estadísticas infinitas. Evaluación de la hipótesis.

Este tipo de estudio, conocido como estudio retrospectivo, implica el momento de los eventos, evaluando las relaciones estadísticas entre los cambios más importantes y lo que sucedió en las comunidades donde ocurrieron esos cambios. (Hernández et al., 2014). El diseño utilizado en este estudio no fue experimental y determinó que los temas específicos o diferentes estudiados por los investigadores no se vieran afectados o alterados en las circunstancias específicas que habían ocurrido; la investigación se realizó de manera cíclica en términos de tiempo ya que los datos y la información se van recopilados y analizados simultáneamente. La población estudiantil y muestra estuvo compuesta por 76 estudiantes de la universidad. El esquema no es posible porque puedes elegir eventos, sesiones u otros eventos para lograr diferentes objetivos. Para la distribución de los instrumentos se empleó la técnica de muestreo de tipo censal, es decir, el tamaño de la muestra es equivalente al tamaño de la población. (Hernández et al., 2014).

**Tabla 1.**

Ficha técnica

Datos

Instrumento	Cuestionario
Técnica	Cuestionario de Mach
Autores	Rojas Alonso, Ventura Paul, Atagua Janissa, Pariona Yuleysi (Adaptado)
Número de ítems	12
Población	76 estudiantes universitarios
Validación interna	Alfa de Cronbach
Validación externa	V de Aiken
Fecha de inicio	14 de junio 2023
Fecha de fin	21 de junio 2023
Lugar	Universidad Autónoma de Ica
Docente responsable	Guillermo Romani Pillpe

Fuente: Elaboración propia

**Validez y confiabilidad del Cuestionario del síndrome de Burnout:** Respecto a la validez interna del cuestionario MACH presentada por estudiantes universitarios para la aplicación correspondiente, se han realizado las adaptaciones correspondientes, este instrumento presentado con 12 ítems, los cuales estuvieron distribuidos por cada una de las dimensiones establecidas.

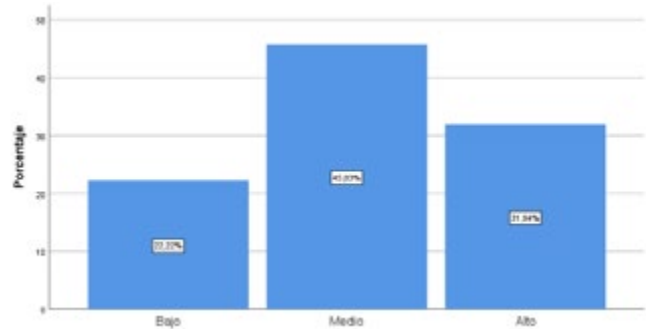
**RESULTADOS**

Este parece ser un análisis estadístico que muestra la distribución de una variable categórica en tres categorías: “Bajo”, “Medio” y “Alto”. A continuación, te proporciono una interpretación de los resultados presentados en la tabla: Frecuencia: Es la cantidad de observaciones o casos que pertenecen a cada categoría. En este caso, se han recopilado datos de 76 observaciones. Porcentaje: Representa la proporción de cada categoría en relación con el total de observaciones (76). Los porcentajes se presentan como valores decimales y porcentajes redondeados. Porcentaje válido: En el contexto de este análisis, podría referirse a los porcentajes redondeados a una cifra significativa. Porcentaje acumulado: Es la suma acumulativa de los porcentajes válidos a medida que avanzamos en las categorías. En este caso, podemos ver que el 22.2% de las observaciones pertenecen a la categoría “Bajo”, el 68.1% a la categoría “Medio” y el 100% a la categoría “Alto”, lo que significa que no hay observaciones que caigan fuera de estas tres categorías.

Dimensión 1		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	17	22.22	22.2	22.2
	Medio	36	45.83	45.8	68.1
	Alto	23	31.94	31.9	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

**Figura 1**

Interpretación de los resultados: El 22.2% de las observaciones se clasifican como “Bajo”. El 45.8% de las observaciones se clasifican como “Medio”. El 31.9% de las observaciones se clasifican como “Alto”. Este tipo de análisis es útil para comprender cómo se distribuyen los datos en diferentes categorías y puede proporcionar información valiosa sobre la distribución general de una variable específica en un conjunto de datos.



En este caso, también se trata de un análisis estadístico que muestra la distribución de una variable categórica en tres categorías: “Bajo”, “Medio” y “Alto”, para la Dimensión 2.

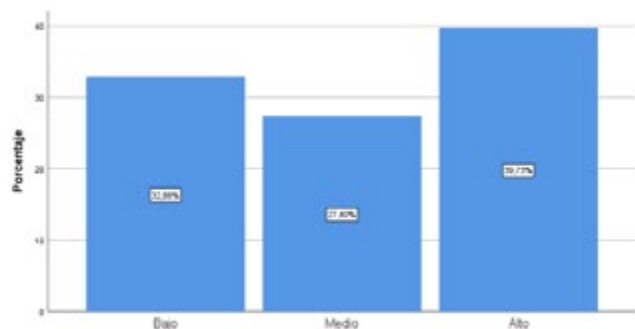
A continuación, se realiza una interpretación de los resultados presentados en la tabla: Frecuencia: Es la cantidad de observaciones o casos que pertenecen a cada categoría. En esta dimensión, se han recopilado datos de 76 observaciones. Porcentaje: Representa la proporción de cada categoría en relación con el total de observaciones (76). Los porcentajes se presentan como valores decimales y porcentajes redondeados. Porcentaje válido: En el contexto de este análisis, también podría referirse a los porcentajes redondeados a una cifra significativa. Porcentaje acumulado: Es la suma acumulativa de los porcentajes válidos a medida que avanzamos en las categorías. En este caso, podemos ver que el 32.9% de las observaciones pertenecen a la categoría “Bajo”, el 60.3% a la categoría “Medio” y el 100% a la categoría “Alto”, lo que significa que no hay observaciones que caigan fuera de estas tres categorías.

**Tabla Dimensión 2**

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	24	32.6	32.9
	Medio	21	27.4	60.3
	Alto	31	39.7	100.0
Total		76	100.0	

Figura 2

En la figura 2, Interpretación de los resultados: El 32.9% de las observaciones se clasifican como “Bajo” en la Dimensión 2. El 27.4% de las observaciones se clasifican como “Medio” en la Dimensión 2. El 39.7% de las observaciones se clasifican como “Alto” en la Dimensión 2. Al igual que en el análisis anterior, este tipo de información es útil para entender cómo se distribuyen los datos en diferentes categorías para una dimensión específica y puede proporcionar una visión general sobre la distribución de la variable categórica en estudio.



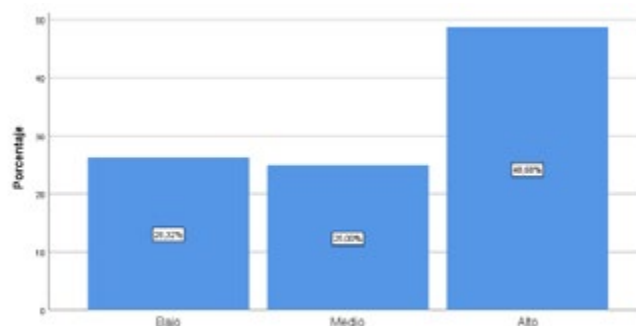
En este análisis estadístico, se muestra la distribución de una variable categórica en tres categorías: “Bajo”, “Medio” y “Alto”. A continuación, realizo la interpretación de los resultados presentados en la tabla: Frecuencia: Es la cantidad de observaciones o casos que pertenecen a cada categoría. En este caso, se han recopilado datos de 76 observaciones. Porcentaje: Representa la proporción de cada categoría en relación con el total de observaciones (76). Los porcentajes se presentan como valores decimales y porcentajes redondeados. Porcentaje válido: En el contexto de este análisis, podría referirse a los porcentajes redondeados a una cifra significativa. Porcentaje acumulado: Es la suma acumulativa de los porcentajes válidos a medida que avanzamos en las categorías. En este caso, podemos ver que el 26.3% de las observaciones pertenecen a la categoría “Bajo”, el 51.3% a la categoría “Medio” y el 100% a la categoría “Alto”, lo que significa que no hay observaciones que caigan fuera de estas tres categorías.

Tabla  
Dimensión 3

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	20	26,3	26,3	26,3
	Medio	19	25,0	25,0	51,3
	Alto	37	48,7	48,7	100,0
	Total	76	100,0	100,0	

Figura 3

En la figura 3, Interpretación de los resultados: El 26.3% de las observaciones se clasifican como “Bajo”. El 25.0% de las observaciones se clasifican como “Medio”. El 48.7% de las observaciones se clasifican como “Alto”. Este análisis proporciona información sobre cómo se distribuyen los datos en diferentes categorías y permite tener una idea general de la distribución de la variable categórica en estudio en relación con las tres categorías mencionadas. Es importante tener en cuenta estos resultados al realizar cualquier interpretación o toma de decisiones basadas en estos datos.



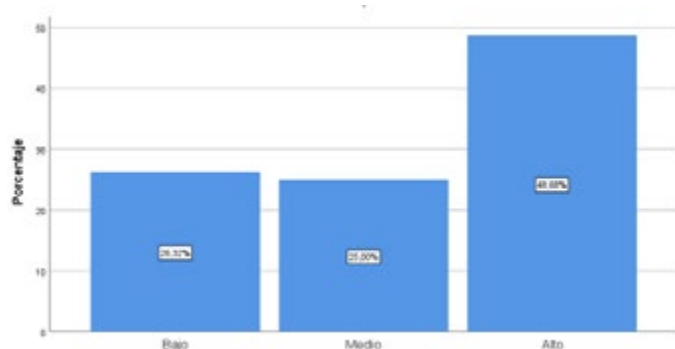
El análisis presentado muestra la distribución de una variable categórica en tres categorías: “Bajo”, “Medio” y “Alto”. A continuación, se realiza la interpretación de los resultados presentados en la tabla: Frecuencia: Es la cantidad de observaciones o casos que pertenecen a cada categoría. En este caso, se han recopilado datos de 76 observaciones. Porcentaje: Representa la proporción de cada categoría en relación con el total de observaciones (76). Los porcentajes se presentan como valores decimales y porcentajes redondeados. Porcentaje válido: Es el porcentaje redondeado a una cifra significativa. Porcentaje acumulado: Es la suma acumulativa de los porcentajes válidos a medida que avanzamos en las categorías. En este caso, podemos ver que el 26.3% de las observaciones pertenecen a la categoría “Bajo”, el 51.3% a la categoría “Medio” y el 100% a la categoría “Alto”. Esto significa que no hay observaciones que caigan fuera de estas tres categorías.

Tabla  
Variable

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
válido	Bajo	20	26,3	26,3	26,3
	Medio	19	25,0	25,0	51,3
	Alto	37	48,7	48,7	100,0
	Total	76	100,0	100,0	

Figura 4

En la figura 4, Interpretación de los resultados: El 26.3% de las observaciones se clasifican como “Bajo”. El 25.0% de las observaciones se clasifican como “Medio”. El 48.7% de las observaciones se clasifican como “Alto”. En resumen, el mayor porcentaje de observaciones se encuentra en la categoría “Alto”, seguido de cerca por la categoría “Bajo”. La categoría “Medio” tiene el menor porcentaje de observaciones. Este tipo de análisis es útil para entender cómo se distribuyen los datos en diferentes categorías y puede proporcionar información valiosa para la toma de decisiones o la comprensión de ciertos comportamientos o características dentro del conjunto de datos en cuestión.



## DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Los resultados fueron contrastados con otras investigaciones, donde tenemos a Barradas (Barradas et al., 2017), para demostrar que existe una relación directa entre sus variables, debo mencionar que es parte de un sistema de enfermedad, escribir una historia descriptiva de la enfermedad débil de un estudiante, presentada por un estudiante de psicología y administración. Dos universidades públicas en Veracruz, México; Vizoso (Vizoso et al., 2016), el objetivo de este estudio es conocer las principales fuentes de estrés percibidas por los estudiantes universitarios en el contexto académico y analizar las relaciones de estos estresores con el burnout académico y el rendimiento, la eficacia y el rendimiento se predicen por la preocupación por las deficiencias metodológicas y por la falta de participación. Por otro lado, los efectos de la intervención humana impactan negativamente en el rendimiento y la productividad. Para reducir el estrés y la fatiga y mejorar el rendimiento de los estudiantes, es necesario considerar posibles intervenciones.

Finalmente, Llanes (Llanes, Perez, Reyes y Cervantes, 2022), sostienen que el burnout de los estudiantes en formación es el resultado de una serie de factores personales y relacionales, así como de las condiciones institucionales en las que reciben su formación académica. A nivel personal y relacional, la falta de sueño, la sobrecarga académica, el desequilibrio entre la vida personal y

académica, la evitación de mecanismos de afrontamiento, una crisis importante en la carrera académica, la baja autoeficacia, la autonomía frente a las crecientes responsabilidades profesionales, los derechos insuficientes, etc. tiene un impacto.

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

### Conclusiones

Se puede concluir señalando que el síndrome de Burnout estudiantil, genera cierto grado de acogida por parte de los estudiantes, quienes no se encuentran preparados para poder contrarrestar este síndrome presentado.

Se evidencia una confirmación de presencia del síndrome de burnout el cual permite analizar cuáles son las dimensiones influyentes en relación con la variable.

### Recomendaciones

- Se recomienda disponer de talleres de actividades recreativas para que los estudiantes no sientan cierto grado de presión y que no todo el desarrollo de una actividad es académico, sino que dentro de nuestra casa de estudios hay ciertos horarios que desligan ese tipo de tareas el cual sea aglomerado para el estudiante.
- Los responsables de las aulas que son los docentes universitarios, deben ser el primer equipo que influya dentro de las diferentes señales que vienen dando los estudiantes, esto con la finalidad de no hacer carga montón con actividades académicas de manera individual, sino proponer estrategias las cuales permitan realizar un trabajo en equipo con sus otros compañeros, para que entre todos puedan alcanzar el objetivo.
- Se recomienda a las universidades un seguimiento oportuno con profesionales especializados para poder tratar este tipo de síndromes el cual puede estar a cargo de psicólogos egresados de nuestra casa de estudios.

**Conflicto de intereses:** Ninguno.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvarez, P. & Lopez, 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.  
<https://www.redalyc.org/journal/140/14068995002/14068995002.pdf>
- Ayala, D. (2021). Estilos De Afrontamiento Y Burnout Académico En Estudiantes Universitarios De Una Universidad Nacional De Lima Metropolitana. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú].  
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1599/Ayala%20Pinto%2c%20Doris%20Magali.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



- Barradas, M., Trujillo, P., Sanchez, A. y Lopez, J. (2017). Burnout estudiantil en universitarios veracruzanos. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*. 7 (14). <https://www.redalyc.org/pdf/4981/498153999002.pdf>
- Barraza, A. (2011). Validación psicométrica de la escala unidimensional del burnout estudiantil. *Revista Intercontinental de Psicología Educación*, 13(2), 51-74.  
Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80220774004>
- Caballero, C., Bresó, E. y Gonzales, O. (2015). Burnout en estudiantes universitarios. *Rev. Psicología desde el Caribe*. 32 (3); 424-441. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21342681007>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación (6ta. Edici). McGraw-Hill/Interamericana Editores. <https://www.uca.ac.cr/wpcontent/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Llanes, A., Perez, P., Reyes, M. y Cervantes, M. (2022). Burnout: Efectos del confinamiento en estudiantes universitarios en México. *Rev. Ciencias Sociales*. 28 (3); 69-79. <https://www.redalyc.org/journal/280/28071865005/28071865005.pdf>
- Martínez, I. & Marques, A. (2005). Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas. *Rev. Aletheia*. (21); 21-30. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=115013476003>
- Parra, J., Rodríguez, D., Rodríguez, M. y Díaz, V. (2018). Relación entre estrés estudiantil y reprobación. *Revista Salud Uninorte*. 34 (1); 47-57. <https://www.redalyc.org/journal/817/81759538005/81759538005.pdf>
- Uribe, J., López, P., Pérez, C., García, A. (2014). Síndrome de desgaste ocupacional (Burnout) y su relación con salud y riesgo psicosocial en funcionarios públicos que imparten justicia en México, D.F. *Acta de Investigación Psicológica*, 4(2) 1554-1571.  
doi: 10.1016/S2007-4719(14)70393-X.
- Vallejos, M. (2021). Compromiso Académico y Síndrome de Burnout Académico en Estudiantes de una Universidad Nacional de Lima. [Tesis de posgrado, Universidad Cesar Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/65463/Vallejos\\_FMA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/65463/Vallejos_FMA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Vizoso, C. & Arias, O. (2016). Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios y su relación con el burnout y el rendimiento académicos. *Rev. Anuario de Psicología*. 46 (2); 90-97. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=97049408006>