

Factores de riesgo relacionados con el Síndrome Burnout académico en estudiantes de Enfermería profesional en práctica formativa: Artículo de revisión

Risk factors related to academic Burnout Syndrome in professional nursing students in formative practice: review article.

Ana M Cerón, Yudy Enríquez y Joan S Ramírez

Facultad de ciencias de la salud y el deporte, Fundación universitaria del área andina

Notas del autor

Ana M Cerón, Yudy Enríquez, Joan S Ramírez, Facultad de ciencias de la salud y el deporte, Fundación universitaria del área andina.

Cuenta con la revisión metodológica del asesor Diego Alonso Peña de la Facultad de ciencias de la salud y el deporte, Fundación Universitaria del Área Andina. Cualquier mensaje en relación con este trabajo, pueden comunicarse a la Facultad de ciencias de la salud y el deporte, Fundación universitaria del área andina, al correo:

aceron7@estudiantes.areandina.edu.co

yenriquez2@estudiantes.areandina.edu.co

jramirez240@estudiantes.areandina.edu.co

dpena56@areandina.edu.co

**Factores de riesgo relacionados con el Síndrome Burnout académico en estudiantes de
Enfermería profesional en práctica formativa**

**Risk factors related to academic Burnout Syndrome in professional nursing students in
formative practice: review article.**

Ana M Cerón, Yudy Enríquez, Joan S Ramírez

Facultad de ciencias de la salud y el deporte, Fundación universitaria del área andina

Asesor

Diego Alonso Peña

Notas del autor

Ana M Cerón, Yudy Enríquez, Joan S Ramírez, Facultad de ciencias de la salud y el deporte, Fundación universitaria del área andina. Cuenta con la revisión metodológica del asesor Diego Alonso Peña de la Facultad de ciencias de la salud y el deporte, Fundación Universitaria del Área Andina. Cualquier mensaje en relación con este trabajo, pueden comunicarse a la Facultad de ciencias de la salud y el deporte, Fundación universitaria del área andina, al correo: aceron7@estudiantes.areandina.edu.co, yenriquez2@estudiantes.areandina.edu.co, jramirez240@estudiantes.areandina.edu.co, dpena56@areandina.edu.co

Agradecimientos

Agradecemos primeramente a Dios, por la oportunidad de vivir, por permitirnos disfrutar de cada momento de vida y guiarnos por el camino que cada uno eligió por vocación de servicio como también poner a prueba nuestras capacidades y aplicarlas a diario; además a nuestro tutor, Diego Alonso Peña quien supervisó cada paso realizado con sus conocimientos y apoyo, nos guio a través de cada una de sus asesorías en este proyecto para que se cumpliera con los objetivos propuestos desde un principio, motivo por el cual deseamos expresar nuestros agradecimientos por hacer posible la realización de este estudio académico.

A cada uno de los integrantes de nuestras familias por brindarnos de manera individual desde sus posibilidades el apoyo en todo lo que corresponde a nuestra carrera y a las metas propuestas.

RESUMEN

Con el objetivo de describir los factores de riesgo del síndrome Burnout académico en estudiantes de enfermería profesional en práctica formativa, se realizó una revisión de la literatura de bases de datos Scielo, Lilac, Gale One Fire, Science Direct. Se utilizaron descriptores en salud (DeCS) como: Estudiantes de enfermería, agotamiento psicológico, burnout académico. Se utilizarán descriptores MeSH para la búsqueda en el idioma inglés como: Nursing students, psychological exhaustion, academic burnout. Se identificaron 14 artículos que cumplieran con los criterios de inclusión como artículos en inglés, español y portugués, disponibilidad on line de forma gratuita, todo tipo de artículos (Revisión, investigación, reflexión, temporalidad de los artículos publicados en los últimos 5 años. Los resultados muestran que; 7 factores de riesgo son 1. Alta exigencia académica, 2. Agotamiento físico y emocional, 3. Sobrecarga académica, 4. Inconvenientes con docente o autoridad de la institución, 5. Estrés, 6. Alteraciones del sueño, 7. Desequilibrio entre la vida laboral y personal. Conclusiones: Los resultados obtenidos revelan que los factores de riesgo que existen para desencadenar síndrome de burnout académico en todas las áreas son de alto índice en estudiantes de enfermería de último semestre en su práctica formativa en comparación con otras carreras es decir se percibe más agotamiento y estrés en su recta final donde pierden interés, importancia de su estudio, y le ponen menos entusiasmo al estar cerca de la meta por su cansancio físico y emocional.

Palabras clave: Síndrome, Burnout, Agotamiento, Estrés y afrontamiento.

ABSTRAC

With the objective of describing the risk factors of academic burnout syndrome in professional nursing students in formative practice, a literature review of databases Scielo, Lilac, Gale One Fire, Science Direct was carried out. Health descriptors (DeCS) were used such as: Nursing students, psychological burnout, academic burnout. MeSH descriptors will be used for the English language search such as: Nursing students, psychological exhaustion, academic burnout. Fourteen articles were identified that met the inclusion criteria such as articles in English, Spanish and Portuguese, free online availability, all types of articles (Review, research, reflection, temporality of articles published in the last 5 years. The results show that; 7 risk factors are 1. High academic demand, 2. Physical and emotional exhaustion, 3. Academic overload, 4. Inconvenience with teacher or authority of the institution, 5. Stress, 6. Sleep disturbances, 7. Imbalance between work and personal life. Conclusions: The results obtained reveal that the risk factors that exist to trigger academic burnout syndrome in all areas are of high index in nursing students in their last semester in their formative practice compared to other careers i.e. more exhaustion and stress is perceived in their final stretch where they lose interest, importance of their study, and they put less enthusiasm when they are close to the goal because of their physical and emotional fatigue.

Key words: Syndrome, Burnout, Burnout, Stress and coping.

CONTENIDO

1.	INTRODUCCIÓN	8
2.	PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA	9
3.	OBJETIVOS	11
3.1	OBJETIVO GENERAL	11
3.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	11
4.	JUSTIFICACIÓN	11
5.1	ANTECEDENTES	13
5.5	MARCO CONCEPTUAL	22
5.7	MARCO DISCIPLINAR	23
5.	METODOLOGÍA	27
6.1	TIPO DE ESTUDIO Y ENFOQUE	27
6.2	CRITERIOS	27
6.2.1	Inclusion:	27
6.2.2	De exclusion:	28
6.3	TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN	28
6.	RESULTADOS	28
7.1	Alta exigencia académica	31
7.2	Agotamiento físico y emocional	31
7.3	Sobrecarga académica	32
7.4	Estrés	32

7.5 Alteraciones del sueño.....	32
7.6 Desequilibrio entre la vida laboral y personal	32
7.7 Dificultades socioeconómicas.....	33
7. DISCUSIÓN.....	34
8. CONCLUSIONES	35
9. RECOMENDACIONES.....	37
10. REFERENCIAS	38

1. INTRODUCCIÓN

Desde hace algunos años se viene hablando sobre los cambios que han tomado las personas al tener que afrontar ciertas situaciones en el rol diario como estudiantes, al tener que encarar desafíos, exigencias y amenazas. Esto los obliga a una reacción como individuos para desarrollar una táctica necesaria que al final termina en un conflicto consigo mismo por el agotamiento emocional, la desfachatez, insolencia y el mismo descenso de la auto-eficiencia a lo cual se denomina el Síndrome de burnout. (Barreto Osama & Salazar Blanco, 2020). En el presente documento se exponen las dificultades relacionadas con el síndrome Burnout, el cual afecta el bienestar de los estudiantes; la sobrecarga toma un giro aún más pesado por los diversos contextos de los estudiantes, como lo es el vivir lejos de familia, trabajar y estudiar, y tener un hogar donde se debe responder por labores domésticos, tareas escolares con los hijos, el poseer corto tiempo para alimentarse, relaciones sentimentales disfuncionales, dificultades familiares, enfermedades generales, estas razones y quizá muchas otras condiciones son causantes de estrés y sobrecarga a los que el alumno está expuesto de manera permanente, dándole oportunidad de desencadenar el síndrome de burnout académico. Para la presente disertación se identificaron 14 artículos que cumplían con los criterios inclusivos en inglés, español y portugués, disponibilidad on line de forma gratuita, todo tipo de artículos (Revisión, investigación, reflexión, temporalidad de los artículos publicados desde 2018. Los hallazgos muestran que; 7 factores de riesgo son 1. Alta exigencia académica, 2. Agotamiento físico y emocional, 3. Sobrecarga académica, 4. Estrés, 5. Alteraciones del sueño, 6. Desequilibrio entre la vida laboral y personal.

2. PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA

(Barreto Osama & Salazar Blanco, 2020) describen que el agotamiento emocional (AE), es una consecuencia del Burnout académico, generando baja de energía, sentimientos de desgaste físico y emocional, sensación de frustración y fracaso. Los estudiantes de enfermería profesional en su último semestre pueden alcanzar diversos estados de ánimo donde predomina el estrés, agotamiento emocional con secuelas fisiológicas y psicológicas. La sobrecarga de actividades, el escaso tiempo para realizar los trabajos y evaluaciones, se consideran como situaciones amenazadoras, que generan desconcierto por no tener la herramientas necesarias o mecanismos de afrontamiento ante estas situaciones. (Pérez et al., 2020) menciona que el síndrome puede desencadenar un sin fin de sentimientos profundos de fracaso y destructivos, como respuesta a un nivel avanzado de estrés académico, sobre todo en el momento más avanzado, es decir, en su práctica formativa, afectando el aprendizaje y el rendimiento académico, afectando las relaciones interpersonales y creando sentimientos de disforia, dolor, llanto, enojo entre otras.

Está claro que, el burnout en el ámbito estudiantil se asocia a las estrategias emocionales de las personas en relación con las actividades universitarias, a cómo enfrentan el estrés y las responsabilidades en su proceso de formación y práctica clínica para finalizar la carrera de enfermería superior (Peña, 2020). En el ambiente universitario, los estudiantes sienten una gran presión por la cantidad de parciales, entregas de trabajos, proyectos de grado, competitividad académica, ansiedad, pánico a diversos compromisos en la misma semana o para el mismo día generando estrés negativo, es aquí cuando queda al descubierto la amenaza de tener que afrontar la realidad de la mejor manera posible en el ambiente estudiantil.

Según la (The World Health Report. Burnout según la OMS., 2019) el síndrome de Burnout a nivel global es una alteración relacionada con un desgaste emocional y/o físico, se caracteriza por debilitar las actividades diarias, su capacidad y motivación, generando baja productividad, reduciendo el

rendimiento individual de cada persona; situación que afecta a los estudiantes de Enfermería, sumado a la carga académica y las presiones en el área hospitalaria. Con relación a los factores de riesgo (Bitran et al., 2019) refiere que esta patología se desarrolla inicialmente de manera personal creando insomnio en el individuo, situación que exagera malos comportamientos, afectando las relaciones sociales, generando un desbalance entre su cotidianidad, llevándolo a complicaciones e incluso desarrollar patologías mentales o comportamentales que de no recibir un tratamiento oportuno terminan con la vida del individuo, generando sentimientos de desprotección hacia muchas demandas presentadas en su contexto educativo, dados por la amenaza, angustia, disconfort psicológico, y en algunas ocasiones un factor económico.

Conviene señalar que, durante la formación académica, a medida que avanzan los currículos universitarios las exigencias son más altas, deben enfocar sus competencias en tecnología avanzada de programas digitales, con el agravante que el tiempo es escaso y limitado para la entrega de compromisos. Otra exigencia es el dominio de un segundo idioma, por consiguiente, la sobrecarga académica toma un giro aún más pesado por los diversos contextos de los estudiantes, el vivir lejos de familia, trabajar y estudiar, tener un hogar, donde se debe responder por labores domésticos, tareas escolares con los hijos, el poseer corto tiempo para alimentarse, escaso de descanso, relaciones sentimentales disfuncionales, dificultades familiares, enfermedades generales, estas razones y quizá muchas otras condiciones son causantes de estrés y sobrecarga a los que el alumno está expuesto de manera permanente” (Pérez et al., 2020)

Esta patología es un tema controversial, que tiene una connotación tanto física, psicológica y emocional en estudiantes de enfermería, repercutiendo en el desempeño académico, logro de metas y objetivos propuestos, en consideración a este fenómeno diversos estudios lo han definido como una situación que puede hacerse presente no solo en los ámbitos académicos sino también laborales propendiendo a un desgaste en las personas. De otro modo, el burnout académico surge en una

transición de las condiciones del ser humano en la búsqueda sentida de mejorar sus habilidades cognitivas y de superación profesional, pero en ese proceso hay una intersección y multicausalidad de variables complejas en torno al estudiante.

Para (Cárdenas et al., 2019) al comparar evidencias demostraron que el nivel de estrés y desequilibrio, lo cual tiene consecuencias negativas no solo en el área laboral sino también en el área educativa. Con relación a lo anterior se establece como pregunta orientadora: **¿Cuáles son los factores de riesgo que pueden desencadenar el síndrome de burnout académico en estudiantes de enfermería en su práctica formativa?**

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GENERAL

Describir los factores de riesgo del síndrome Burnout académico en estudiantes de enfermería profesional en práctica formativa.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

3.2.1 Determinar la prevalencia de los factores de riesgo en los estudiantes de enfermería profesional en práctica formativa.

3.2.2 Analizar los factores de riesgo del síndrome burnout académico en correlación con Modelo de adaptación de Roy Callista.

3.2.3 Describir la correlación entre estrategias de afrontamiento del síndrome de burnout académico en estudiantes de enfermería de práctica formativa

4. JUSTIFICACIÓN

(Walburg, 2014) establece que, en los escenarios universitarios, el estudiante se ve obligado a desarrollar mecanismos de afrontamiento individual, como respuesta a un estrés inducido por

una condición académica. A través de los años los estudiantes atraviesan por diferentes cambios en el ámbito académico, laboral, económico, familiar y social, lo cual genera la necesidad de fortalecer competencias personales y psicológicas, y es ahí donde las universidades deben crear estrategias de afrontamiento y apoyo psicológico, disminuyendo el impacto de la salud de los estudiantes, por otro lado identificando el síndrome de burnout académico con tiempo, se podría crear estrategias de afrontamiento y esto ayudaría a diseñar programas en salud desde diferentes áreas. (Barreto Osama & Salazar Blanco, 2020).

El afrontamiento está relacionado con el equilibrio interno y las demandas externas, (Descriptores En Ciencia De La Salud, 2017), describir las estrategias de afrontamiento en el ámbito educativo, es de vital importancia, ya que tiene una relación en el bienestar, adaptación y mejoras en el contexto universitario. Los mecanismos de afrontamiento son maneras asertivas de sortear las situaciones problema (Barreto Osama & Salazar Blanco, 2020).

(Vizoso-Gómez & Arias-Gundín, 2018) describe la importancia de tomar acciones pertinentes frente al tema, como esbozar programas de prevención y promoción para fortalecer habilidades cognitivas, personales y emocionales para evitar la deserción estudiantil, ofertando soporte y orientación para los estudiantes en el ámbito académico y laboral.

Con esta investigación se pretende describir los factores de riesgo en los estudiantes de enfermería para hacer un aporte importante donde el síndrome de burnout no tienda a naturalizarse como una situación propia de la academia, sino con el fin de permitir que el estudiante en pro del construccionismo personal, y con un enfoque desde la inteligencia emocional, desarrolle mecanismos de afrontamiento específicos para mitigar el impacto de las cargas académicas durante el tiempo del ejercicio estudiantil, de esta manera y desde la formación de la disciplina de enfermería, apuntar hacia el autocuidado.

MARCO REFERENCIAL

5.1 ANTECEDENTES

(Cárdenas et al., 2019) en su estudio cuantitativo, descriptivo, transversal y correlacional, titulado “Prevalencia de estrés académico y síndrome Burnout en estudiantes de enfermería, cuyo objetivo principal fue determinar presencia del Estrés Académico y Síndrome Burnout en estudiantes, determinó que el estrés entre los estudiantes, se deriva de un exceso de tareas y trabajos escolares, de igual forma se hallan algunas prácticas inoportunas en el afrontamiento, fuertes dolores de cabeza, migrañas con afectación alimentaria.

De otro modo, en un estudio cuantitativo a nivel relacional, sobre factores de protección y riesgo, en educadores, publicado en Chile, por Marcela (Bitran et al., 2019) , cuyo objetivo fue identificar los factores de riesgo y defensa de burnout de estudiantes de diferentes facultades , se demostró que existen factores de riesgo como alta auto-exigencia y competitividad, no tolerancia a la frustración, vulnerabilidad y aislamiento social. Por consiguiente, dentro del marco institucional se encuentra alta exigencia académica, inflexibilidad curricular y evaluación con objetivos cognitivos, que pueden promover la progresión del síndrome.

De modo similar, en un estudio cuantitativo a nivel relacional, titulado “Estrés, ansiedad y depresión relacionado con burnout estudiantil en alumnos de enfermería” publicado, por Monreal et. al (2021) cuyo objetivo fue la determinación de la correlación existente de las variables estrés, ansiedad y depresión y el síndrome burnout, se concluyó que el 43,8 % de los estudiantes mostraron estrés, el 35,2 % ansiedad y el 49,2 % depresión y el 73,44 % presentó síndrome de burnout leve.

Por otro lado, en un estudio cualitativo a nivel relacional, titulado “Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud” publicado por (Barreto Osama & Salazar Blanco, 2020) cuyo objetivo principal fue referir el AE (Agotamiento Emocional) en estudiantes universitarios, con una muestra de 175 universitarios de psicología (44,6%), enfermería (32%) y medicina (23,4%), se establece como un factor de riesgo la insuficiente participación en actividades recreativas y culturales, red de apoyo social inestable, que propician una posición negativa, bajo compromiso de los estudiantes con sus actividades, creencias de poca capacidad y baja percepción de su conocimiento.

En relación a los síntomas que se asocian con el Burnout, un estudio de investigación cuantitativa de tipo explicativa y transversal, titulado “Burnout académico y síntomas relacionados con problemas de salud mental en universitarios colombianos” publicado en 2017, por Ailed Marengo Escuderos, cuyo objetivo es identificar la participación de las dimensiones del síndrome de burnout académico y las problemáticas de salud mental, con una muestra de 204 estudiantes, a quienes se les aplicó el maslach burnout inventory student survey y el inventario de síntomas 90-R. Para Ailed marengo (2017) este estudio demostró que a mayor agotamiento emocional y biológico, mayor probabilidad de alteraciones de salud mental; ahora mismo la severidad a un nivel del burnout es correspondiente a las dificultades en la salud mental; dentro del escenario de causas para el síndrome de burnout están la depresión, ansiedad, hostilidad y comportamientos poco saludables como fumar y dietas no saludables.

MARCO DE ANTECEDENTES HISTORICOS

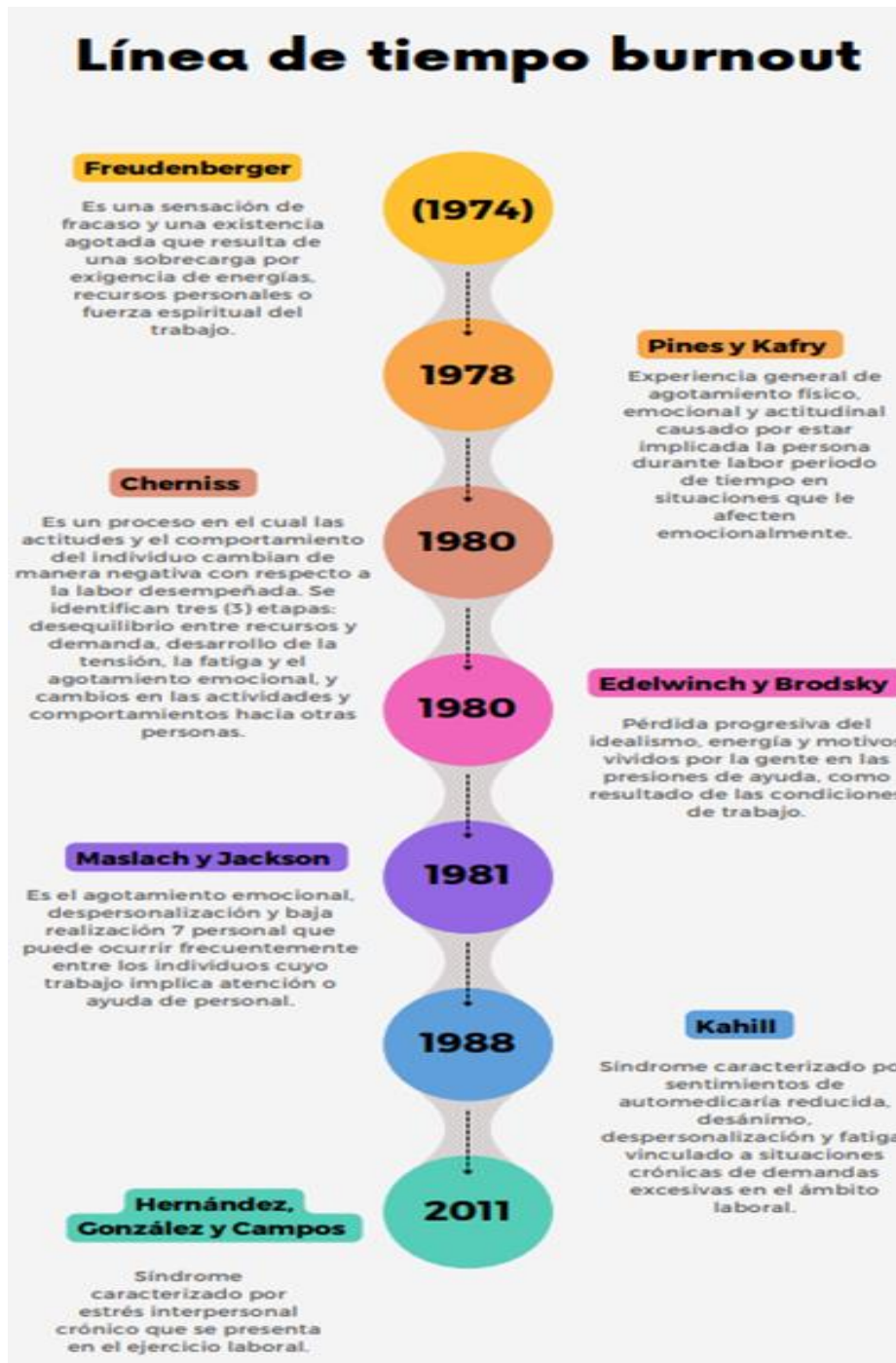
Es pertinente, explorar los diversos conceptos, postulados y orígenes del burnout en los diferentes contextos tanto organizacional como asistencial donde nació este concepto y dio pie a los diversos modelos y teorías en lo que refiere a este síndrome.

El término Burnout en una traducción simple y propia hace referencia a “quemado”, (Caballero Domínguez et al, 2009), término que se ha utilizado para describir manifestaciones de las personas en estados de desgaste, llegando a tener correlación en aspectos profesionales o del ámbito emocional del ser humano, en algunas literaturas del 1961 se encuentra que Graham Greens quien da a conocer la historia de un arquitecto atormentado y con un vaciamiento emocional quien decide abandonar su profesión por ende apartarse de la selva africana, pero no queda aquí, a través de la historia, van surgiendo necesidades sobre el cómo diagnosticar el síndrome de burnout y que ya estandarizados en determinados continentes es donde se empieza a dar respuesta.

El término por primera vez fue referido por el psiquiatra Freudenberger en 1974, (Schaufeli, 2017), en algunas observaciones que detallo en el personal que laboraba en una clínica para drogadictos en New York, notando que el personal luego de un tiempo, presentaba cambios en las actitudes frente a su trabajo, como desempeño bajo en los cargos, y que esos cambios se hacían evidentes en las personas mostrando una desmotivación, cambios en la atención de los pacientes, menos empatía y sensibilidad del cuidado, baja de energía, síntomas como ansiedad y depresión, convirtiéndose en personas más apáticas y menos sociables. De otro modo, para 1976 la psicóloga Maslach, adopta el concepto y los postulados de Freudenberger, definiéndolo como “una alteración con dimensiones que se caracteriza por la despersonalización del individuo, el extenuación emocional, y una baja percepción personal” relacionadas con manifestaciones clínicas derivadas de la exposición a riesgos psicosociales, se presenta principalmente en personas que ejercían profesiones asociadas al servicio y al cuidado articulado en torno a la relación entre proveedor y receptor. Por otra parte, numerosos teóricos definieron el concepto de este término como se presentan en la tabla 1, (Gutiérrez, 2020), por lo cual, hoy en día la sociedad investigativa cuenta con diversos referentes; gracias a ello, se ha

dado respuesta al contexto y/o término del síndrome de Burnout, todo esto permite que se cuente con un cuantioso número de definiciones que se pueden aplicar a diferentes entornos de acuerdo al aspecto que se quiera tener, en este caso para nuestro estudio de síndrome de burnout en estudiantes de enfermería en práctica formativa, se halla con que los datos son aún limitados en este enfoque, pero a su vez en los estudios ya existentes son en su mayoría nutridos con información valiosa y aportada por la misma comunidad.

Tabla 1. Línea de tiempo Conceptos sobre burnout. Fuente: elaboración propia tomado y adaptado de (Gutiérrez, 2020)



Hacia 1976, surgieron los primeros estudios investigativos, (Gutiérrez, 2020) la primera etapa fue de exploración, para Freudenberg y Maslach en sus estudios con profesionales de la salud, encontraron características en estos individuos como: apatía, distanciamiento emocional entre otros aspectos, luego de un tiempo se realizaron estudios en otro tipo de profesionales, por lo que Maslach y Jackson en 1978 desarrollan el instrumento MBI human services, diseñado para la evaluación del Burnout.

La segunda fase de la de investigación, se conoció como etapa psicosocial, iniciada hacia los 80, en el cual, en el desarrollo del Burnout, se empiezan a tener en cuenta aspectos que involucra acciones correlacionadas entre las características propias del individuo y su contexto del campo laboral, el cual sirvió de precursor para evaluar otro tipo de poblaciones en diferentes contextos laborales, por lo cual se adaptaron y modificaron ítems del instrumento de Maslach, el cual da origen al (Maslach & Jackson, 1981). “El Maslach Burnout Inventory - General Survey (MBI-GS)”, con cambios que trata de abarcar ciertas diversidades en las personas y que son importantes tener en cuenta para medir el impacto del síndrome en el individuo.

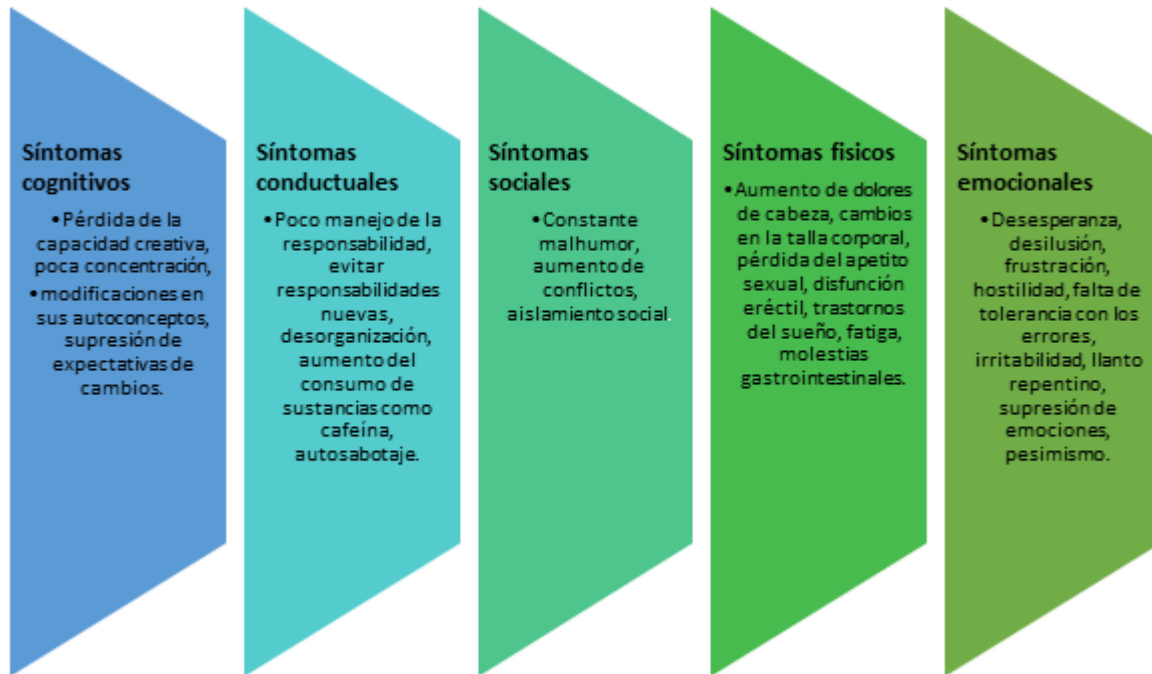
En la tercera etapa de la investigación, se da hacia el año 96, en la cual consideran que toda población podría llegar a tener una susceptibilidad al Burnout, y ésta fue primordial, pues se tiene en cuenta la población en el contexto estudiantil en relación a la formación académica, es desde este enfoque que se comienzan a dar los indicios del “Burnout académico”, cabe anotar que en esta etapa se centró en 2 grupos, aquellos estudiantes de áreas de la salud como enfermería y medicina, y el otro grupo de las diversas carreras ofrecidas por las diferentes instituciones educativas, de otro modo fue importante esta línea, pues permitió la mejora y desarrollo de otro instrumento (Galán & Giner, 2011), el cual también tuvo que ser adaptado y nace “Burnout Inventory-Student Survey”, cuestionario diseñado para población de estudiantes universitarios. Los estudios realizados con este instrumento mostró resultados que

prendieron alarmas, pues mucha de la población objeto de estudio, en la evaluación mostraron variables como el desinterés, auto-sabotaje en lo académico y agotamiento, así mismo otra destacada variable encontrada, fue los cuestionamientos en lo que concierne al valor del estudio, que puede ser clasificado dentro del cinismo y los sentimientos de carencia de las competencias, el cual podría señalar, aspectos de una percepción baja de confianza de las personas para el logro de resultados, en otras palabras la “déficit de autoeficacia”.

La cuarta etapa en la investigación del burnout, está enfocada a estudiar una forma opuesta de este síndrome, el cual ha sido denominado (Martos, Molero, Gázquez, & Barragán, A. B. (2018). “engagement”, este término se ha adaptado, para incorporar estados de una multidimensional en las personas en lo que concierne a características afecto-cognitivas, es decir, todo aquello que hace referencia al entorno que es favorecedor de buenos estados de ánimo en la persona, como un mecanismo adaptativo que genera motivación, frente a las labores a ejecutar.

De otro modo el Burnout, puede confundirse con otras patologías emocionales tales como, ansiedad y depresión, pero la diferencia entre estas y el síndrome, es que este último se podría considerarse como una secuela del estrés, aunque también desde el área psicológica, puede ser analizado por las consecuencias que este tiene y afectan la calidad de vida de la persona, representada en manifestaciones fisiológicas, pudiendo ser permanentes debido a la gravedad de estas.

Figura 2. Síntomas del síndrome de burnout. Fuente: elaboración propia tomado de (Gutiérrez, 2020)



De acuerdo con lo anterior, esta serie de manifestaciones o síntomas en las diversas dimensiones ser humano, indican que el Burnout produce complicaciones, aunque estas variaciones, no han sido tomadas como un diagnóstico médico, sino que se ha tomado como un estado disruptivo generado por una situación temporal que altera los estados funcionales del sistema nervioso.

5.3. Dimensiones del burnout asistencial

a. Agotamiento emocional: Considerado el síntoma más incuestionable del síndrome, (Prada, Navarro & Domínguez 2020). y en el que los estudio realizados, se reporta en un alto porcentaje, así como el que más se analiza, este se manifiesta como una extensión del estrés en relación al síndrome y que se da a largo plazo.

b. Despersonalización

Esta dimensión, (Salazar, 2019). Se produce cuando la persona en su intento de poner un distanciamiento entre su persona y el cliente o persona en relación de atención, se genera una insensibilidad o indiferencia hacia el otro.

c. Reducción de realización personal

Esta dimensión, (Rosas, Covarrubias, Villalobos, Muñoz-Chacón, & O'Connor, 2020). es muy compleja en su definición y concepto, puesto que es vista como una función, en relación de las dos anteriores mencionadas, si la persona se ha expuesto a situaciones que le generan agotamiento emocional y despersonalización, es muy probable que terminará por afectar su autoestima y por ende llegar a sentimientos de baja realización personal, así mismo una autoevaluación negativa de sí mismo.

5.4 Dimensiones del burnout no asistencial

a. Agotamiento emocional

Este se ha definido, (Prada, Navarro & Domínguez 2020). sin hacer hincapié en los aspectos emocionales, aunque es una replicación que se encuentran en el “Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey”, está más enfocada al trabajo, pero sin una referencia propia de la atención a pacientes o clientes, se sigue simbolizando el cansancio y la fatiga.

b. Cinismo

Esta dimensión, (Guzmán & Romero, 2020). entra a reemplazar a la despersonalización, hace referencia a la indiferencia y el distanciamiento frente a la labor que se está haciendo, de otro modo representa una condición defensiva ante las demandas que provienen según el contexto.

c. Eficacia profesional

Esta concierne a la realización personal, (Rodríguez, Benavides, Ornelas, & Jurado, 2019), pero está enfocada en aspectos laborales, aunque se han tomado en cuenta los modelos de “autoeficacia de Bandura” y los modelos de las expectativas de resultados.

5.5 MARCO CONCEPTUAL

A continuación, se establecen los conceptos más relevantes relacionados con síndrome burnout académico los cuales fueron extraídos de Descriptores En Ciencia De La Salud, 2017.

a. Agotamiento: Reacción de estrés excesivo al entorno ocupacional o profesional. Puede caracterizarse por sentimientos de agotamiento emocional y físico, unido a un sentimiento de frustración y fracaso.

b. Estrés: El efecto desfavorable de los factores ambientales (estresantes) en las funciones fisiológicas de un organismo. El estrés fisiológico prolongado sin resolver puede afectar la homeostasis del organismo, y puede conducir al daño o a afecciones.

c. Dificultades: Afecciones caracterizadas por una discrepancia significativa entre el nivel percibido de intelecto de un individuo y su capacidad para adquirir un nuevo lenguaje y otras habilidades cognitivas. Estos pueden resultar de condiciones orgánicas o psicológicas.

d. Depresión: Reacciones de inadaptación a estresores psicosociales identificables que ocurren dentro de un corto tiempo después de la aparición del estresor. Ellas se manifiestan a través de daño en el funcionamiento social y ocupacional o a través de síntomas (depresión, ansiedad, etc.) que son en excesivos comparados con una reacción normal y esperada al estresor.

e. Afrontamiento: Un estado de equilibrio entre las necesidades internas y las exigencias externas y los procesos utilizados en el logro de esta condición.

f. Ansiedad: sentimientos emociones de temor, aprensión y desastre inminente pero no incapacitantes como con trastornos de ansiedad.

g. Salud Mental: Bienestar emocional, psicológico y social de un individuo o grupo.

h. Hostilidad: Tendencia a sentir ira hacia una persona o grupo y de procurar perjudicar a esta persona o grupo.

5.6 MARCO ETICO

Se da a conocer consideraciones y lineamientos que permiten el diseño de todo el contenido del documento, tanto su implementación como la difusión de investigaciones de manera respetuosa y responsable con el tema de interés, por otro lado, buscan resguardar a las personas que participan de ella.

Se relaciona en esta investigación la ley 23 del 28 de enero de 1982 que habla sobre derechos de autor, donde gozaran de una buena protección para sus obras, se va a citar de forma clara con la norma que se requiera en el momento, toda obra, idea o contenido no pueden ser objetos de apropiación se debe dar a conocer de dónde proviene la información, el escritor debe conservar los derechos de autor siempre.

5.7 MARCO DISCIPLINAR

A continuación, se relaciona la teoría de Sor Callista Roy el modelo de adaptativo, el cual se considera pertinente al estudio.

El síndrome de burnout académico es un tema extenso el cual es de mucho interés para el profesional de enfermería en su práctica formativa (Acosta, Lapeira & Osorio 2021), el individuo experimenta situaciones difíciles como lo es el afrontar los diferentes factores de riesgo relacionados con el rendimiento de una jornada académica. Después de haber realizado una revisión se considera pertinente para el trabajo de investigación relacionar este síndrome con alguna de las teorías de

enfermería la cual pueden reforzar las características y también mejorar las condiciones de los estudiantes en cuanto a la manera correcta de afrontar el estrés que genera el proceso académico.

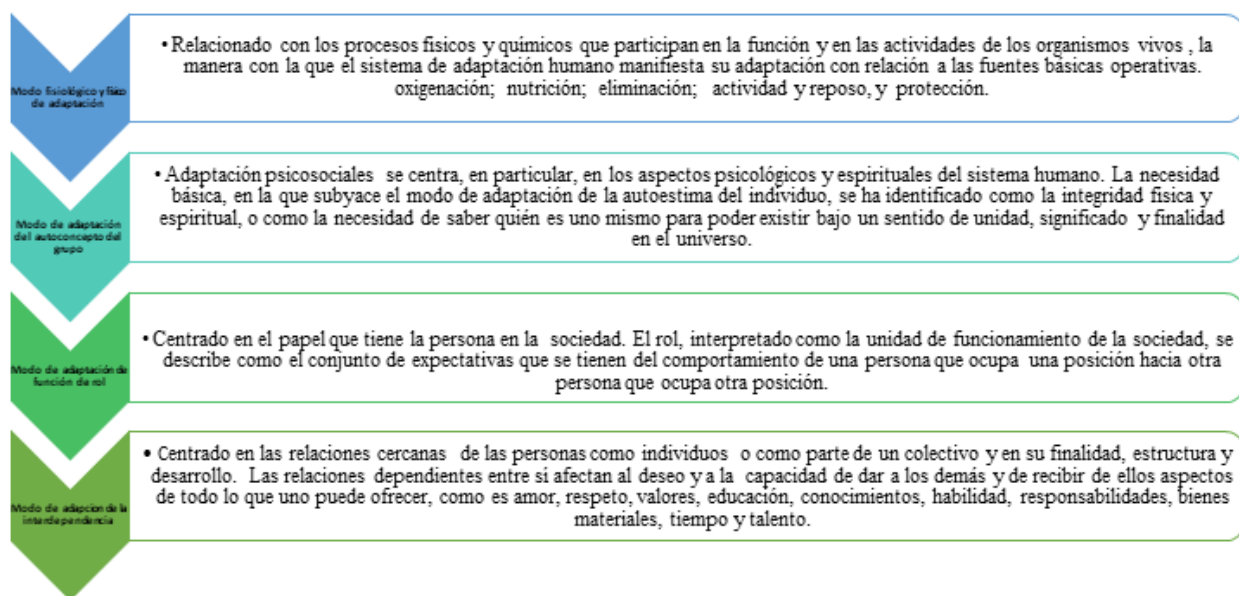
La teorista célebre Sor Callista Roy da a conocer el modelo de adaptación donde muestra un sistema de agrupación que funciona como un todo, el cual vela por un propósito actuando por el bienestar de cada persona de manera autónoma donde los procesos de afrontamiento son estrategias propias adquiridas por el individuo en el entorno donde se encuentra, de este modo, el estudiante puede crear métodos por medio del aprendizaje, experiencias propias estimulando poco a poco habilidades para desenvolverse en la facultad, por eso aumentan las respuestas de adaptación fomentando la buena integridad. (Raile Alligood & Marriner Tomey, 2011). Roy definió detalladamente el concepto de su modelo de adaptación para usarlo y aplicarlo no solo en el pasado sino también en la actualidad; se trata, del proceso y los resultados que se generan gracias a la capacidad de pensar y sentir como persona, donde más allá de crear un sistema, lucha por captar los estímulos que le brinda el entorno para así lograr un equilibrio físico y mental.

Por otro lado, los orígenes del modelo de la teoría de Roy, hace mención de los postulados de la psicofísica de Harry Helson, en donde se comprenden aspectos de ciencias sociales hasta los postulados de las conductas del ser humano, de otro modo, en los apartados de la teoría de Helson, hacen referencia a que las respuestas a la adaptación del individuo, están en relación a una función de los estímulos recibidos, así como los niveles de adaptación.

De forma similar para Roy, el modelo se centra en la adaptación de las personas, es decir, la personas como un sistema abierto recibe unos estímulos tanto externos del contexto en el que se encuentre como también de su zona permanente, y ese nivel de adaptabilidad estará correlacionada con los efectos que producirán esos entornos, (Flores & Huanca, 2021), es decir, no será lo mismo los

estímulos para un estudiante de un nivel socioeconómico bajo que ingresa becado a una institución privada, que un estudiante de estrato socioeconómico alto en el mismo entorno. Las personas conseguirán una adaptación en torno a los cambios que se producirán en este. De otro modo, Roy postula 4 modelos de adaptación como se muestra en la figura 1.

Figura 1. Modelos de adaptación de Roy. Fuente: elaboración propia, tomado y adaptado de (Raile & Marriner, 2011).



Por otro lado, estos modelos de adaptación de la persona en correlación al sistema regulador se fusionan para formar una intersección, cuya finalidad es la adaptación del individuo frente a situaciones que ponen en desequilibrio su estabilidad física, psicológica y social, que puede aplicarse los mecanismos de adaptación por las situaciones que genera el síndrome de burnout académico. De otro modo, se busca que esos mecanismos sean estabilizadores de la persona, con el propósito de mantener una regulación de sus acciones. No obstante, el modelo de Roy, adaptado al contexto del burnout en los

estudiantes, permitirá establecer estrategias para mitigar el impacto que este síndrome produce en la persona, es decir se busca que el individuo fortalezca mecanismos de adaptación frente a esas situaciones de desequilibrio, ajustando el proceso como enfermeros a fortalecer 6 secuencias de esta teoría:

- Realizar evaluación de las conductas mostradas de acuerdo a los modos de adaptación.
- Evaluar qué estímulos se presentan en relación a las conductas y realizar clasificación de estas dimensiones focales, de contexto o las residuales.
- Presentar una reflexión o establecer un diagnóstico del curso de adaptación de la persona.
- Establecer objetivos que ayuden a fomentar los mecanismos de adaptación.
- Establecer las intervenciones encaminadas a controlar los estímulos que propendan al fomento de la adaptación.
- Realizar evaluación del cumplimiento de los objetivos alcanzados para tal propósito en este caso estrategias de adaptación al burnout.

5. METODOLOGÍA

Esta revisión se realizó a partir de la búsqueda en bases de datos indexadas más relevantes como:

Scielo, Lilac, Gale One Fire, Science Direct. Se utilizaron descriptores en salud (DeCS) (español e inglés)

como: Estudiantes de enfermería, agotamiento psicológico, burnout académico. Además, se utilizarán

descriptores MeSH para la búsqueda en el idioma inglés como: Nursing students, psychological

exhaustion, academic burnout.

6.1 TIPO DE ESTUDIO Y ENFOQUE

La construcción de la pregunta de investigación se realizó de acuerdo con el acrónimo PICO para

estudios cualitativos: Paciente/Población (P), Intervención/Fenómeno de interés (I), Contexto (Co)

Descripción	Abreviación	Componentes de la pregunta
Población	P	Estudiantes de enfermería en práctica formativa
Interés/fenómeno de interés	I	Factores de riesgo que desencadenan el Burnout Académico
Contexto	Co	Entorno académico

6.2 CRITERIOS

6.2.1 Inclusion:

Artículo en inglés, español y portugués.

Disponibilidad on line de forma gratuita.

Todo tipo de artículos (Revisión, investigación, reflexión)

Temporalidad: Artículos publicados en los últimos 5 años.

6.2.2 De exclusion:

No tienen relación con la pregunta de investigación.

Que no estén en un contexto de enfermería profesional.

Antigüedad mayor a 5 años

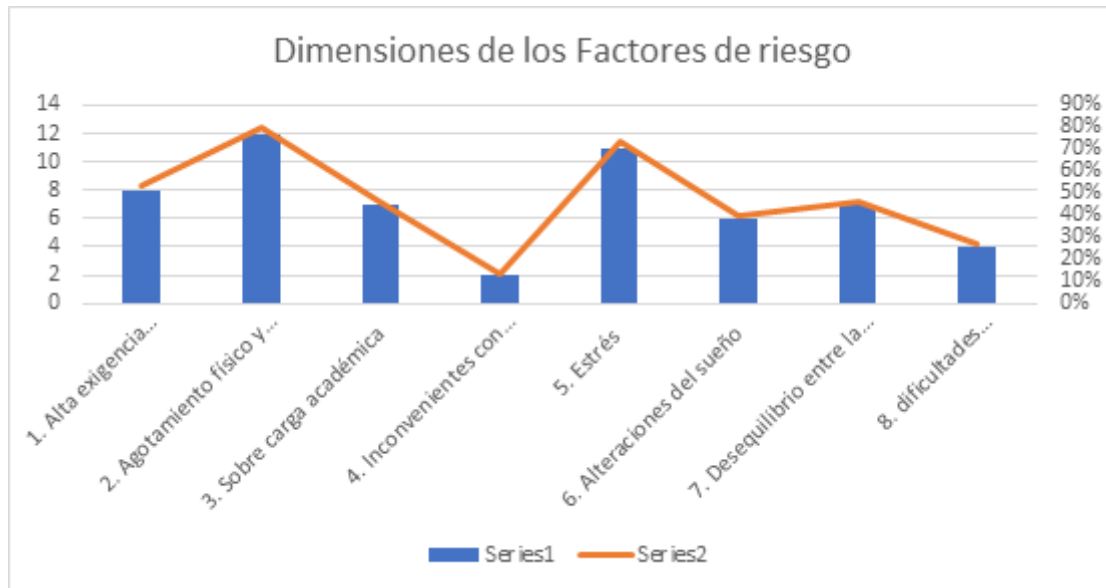
6.3 TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Para la recopilación de la información, se diseñó matriz con los siguientes criterios: Número de artículo, nombre de, año, autor, objetivo, población, metodología, resultados y link.

6. RESULTADOS

Al realizar la depuración de los artículos y utilizando la metodología descrita, se identificaron 14 artículos que cumplan con los criterios inclusivos, así mismo se desarrolló una matriz con 7 dimensiones, distribuidas en los factores de riesgo. Esto permitirá cumplir con los objetivos propuestos por el estudio, además se realizó una clasificación por categorías de las dimensiones con el fin de identificar aquellos artículos en cuanto a las similitudes en número de frecuencias y prevalencia por cada dimensión. Así mismo se desarrolló una tabla de tendencia de síntesis de artículos sobre burnout académico que van desde el 2017 hasta 2021, donde los artículos publicados en 2019 tienen mayor proporción.

Tabla 1. Dimensiones de los factores de riesgo. Fuente: elaboración propia



Evidencia de los porcentajes de prevalencia más predominantes entre los artículos seleccionados. como lo es; El agotamiento físico y emocional con un 80%, El estrés con un 75% y la Alta exigencia académica casi con un 50%.

Tabla 2. Hallazgos investigativos. Fuente elaboración propia.

NOMBRE ARTICULO	AUTORES	RESULTADOS						
		1. Alta exigencia académica	2. Agotamiento físico y emocional	3. Sobre carga académica	4 Estrés	5. Alteraciones del sueño	6. Desequilibrio entre la vida laboral y personal	7. dificultades socioeconómicas,
Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud	Doris Amparo Barreto Ossa, Henry Augusto Salazar Elanco	X	X	x	x		x	x
Burnout en la formación de profesionales de la salud en Chile: Factores de protección y riesgo, y propuestas de abordaje desde la perspectiva de los educadores	c Nuria Pedrals, Guadalupe Echeverría, Claudia Vergara, Attilio Rigotti, Klaus Puschel	x	x	x	x		x	
Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia	Irma Yolanda Castillo Ávila, Arleth Barrios Castillo, Luis R. Alvis Estrada	x		x	x		x	x
Burnout académico y síntomas relacionados con problemas de salud mental en universitarios colombianos	Ailed Marengo Escuderos, Yuly Suárez Colorado, Jorge Palacio Sañudo		X			x		
Burnout académico. Factores influyentes en estudiantes de enfermería	Jorge Antonio Avecillas Cacho, Israel Mejía Rodríguez, José Ivo Oscar Contreras Ericeño, Ángela María Quintero de Contreras	x	x	X	x			
Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería 2019	Yolima Judith Llorente Pérez, Jorge Luis Herrera Herrera, Diana Velizpa Hernández Galvis, Maite Padilla Gómez, Candelaria Isabel Padilla Choperena	x	x		x		x	x
Prevalencia de estrés académico y síndrome Burnout en estudiantes de tercer y cuarto año de enfermería en una Universidad Privada, 2018.	Contreras Sandoval, Sara-Bravo Cárdenas, Alejandra-Nicolas Eon, Geraldine- Osse Parra, Ornella3	x		X	x			
Inteligencia emocional y su relación con el Síndrome de Burnout, estrés percibido y compromiso en una muestra de estudiantes universitarios de la ciudad de Arica.	Percy L. Alvarez-Cabrera, Mayckol E. Castillo-Araya, Francisca A. Cerezo-Robles y Melani L. Fernández-Nave.		x		x	x		
Burnout y engagement en estudiantes universitarios de enfermería	Cristina Liebana-Presa, M ^a Elena Fernández-Martínez, Ana M ^a Vázquez-Casares, Ana Isabel López-Alonso, M ^a Aurora Rodríguez-Borrego	x		x	x			
Prevalencia de di síndrome de burnout en los estudiantes de la carrera de enfermería de la universidad central del ecuador	Luzmila de Jesús Carvajal Andrade Belán del Rocío Logacho Villacis Ramiro Rogelio Rojas Jaramillo		x			x		
Estrés, ansiedad y depresión relacionado con burnout estudiantil en alumnos de enfermería en universidad pública	Maria Isabel Manriquez Monreal, Kassandra Guadalupe Veloz Muñoz, Esmeralda Jeanette Pérez, Rocha, Aracely Martínez Cruz, Ramiro Altamira Camacho		x		x	x		
La salud general percibida y su asociación al síndrome de burnout académico e ideación suicida en universitarios colombianos	Maria Paola Jiménez Villamizar - Carmen Cecilia Caballero Domínguez	x	x	x	x	x	x	x
El Burnout Académico Percibido en Universitarios; Comparaciones por Género	Judith M. Rodríguez-Villalobos, Elia V. Benavides, Marudotha Ornelas y Perla J. J		x				x	
Burnout, daytime sleepiness and sleep quality among technical-level Nursing students	Kavanna Vidotti Amaral, Maria José Quina Galdino, Júlia Trevisan Martins		x		x	x		

En la presente descripción se analiza cada una de las categorías, las cuales surgieron de la revisión integral de fuentes de datos de investigación, se fragmentan por unidad para su respectivo análisis, construyendo una herramienta clave para la recopilación como muestra en (Tabla 2). Se establecen siete categorías como factores de riesgo en su orden las cuales son: 1. Alta exigencia académica, 2. Agotamiento físico y emocional, 3. Sobrecarga académica, 4. Estrés, 5. Alteraciones del sueño, 6. Desequilibrio entre la vida

laboral y personal y 7. dificultades socioeconómicas. Estas categorías se analizaron según su concepto y relación en el origen de la investigación.

7.1 Alta exigencia académica

La alta exigencia académica es un factor múltiple desencadenante para generar condiciones hacia la entrada del síndrome de burnout académico como lo puede llegar hacer agotamiento físico, fatiga mental y emocional por otro lado para (Bitran, 2019) existen unos subgrupos enfocados a lo social, individual e institucionales, este último con una mayor incidencia y cual se atribuye una alta exigencia académica, donde su identificación al momento de abordarlo llega hacer en ocasiones susceptibles de modificar y a su vez dependen o de la interacción docente-estudiante. Esta segmentación ayuda a mirar de manera más clara y comprometida ciertos factores de riesgo.

7.2 Agotamiento físico y emocional

En la actualidad existen factores predisponentes que pueden desencadenarse en el agotamiento físico, como lo es el tener una mala calidad del sueño puede repercutir en el apropiado proceso funcional tanto físico como mental de los estudiantes, conllevando a más consecuencias a mediano y largo plazo. Para (Barreto & Salazar, 2019) se percibe un resultado psicológico acerca del agotamiento mental y emocional, la causante primaria es originada por diferentes responsabilidades académicas, esto implica una gran dedicación mental para el individuo de manera continua, involucra atención, comprensión memoria y razonamiento el cual lo lleva a cometer errores el su ejercicio como estudiante.

7.3 Sobrecarga académica

En diversas investigaciones podemos observar que los altos niveles de burnout están asociados con el compromiso académico en estudiantes de Enfermería, seguido de agotamiento emocional, desgaste biológico, afectación en la salud y deficiencias relacionales y cognitivas.

7.4 Estrés

En diversas investigaciones se puede entender que el Síndrome de burnout se deduce por la progresividad del estrés puesto que existe una variedad enorme de factores estresantes como el ajustar las acciones laborales, las numerosas tareas evaluativas, la alta carga horaria, como es mencionado por los autores en el ámbito interinstitucional conlleva a que las relaciones docente-alumno en prácticas profesionales en los servicios de salud, se vean afectadas por los altos índices de estrés derivados del miedo a cometer acciones perjudiciales para la vida del paciente, (Amaral et al., 2021).

7.5 Alteraciones del sueño

Las afecciones en el sueño, constituye un factor de riesgo para presentar baja eficacia académica, en comparación con aquellos con buena calidad de sueño. cabe mencionar que el sueño es una necesidad básica para el descanso esto se deberá analizar con mucha más profundidad ya que se constituye desde lo fisiológico un factor de riesgo para cualquier ejercicio profesional y académico.

7.6 Desequilibrio entre la vida laboral y personal

En investigaciones se puede entender que al referirse a factores relaciones con el Síndrome de burnout y el desequilibrio entre la vida laboral y personal, se percibe de un comportamiento no adecuado del “desequilibrio entre la vida laboral y personal”, podrían llegar a alterar un factor importante que no solo termina en estrés, dado que desencadena una reacción multifactorial donde el individuo al dar una

respuesta objetiva a su vida laboral y personal no logra con facilidad un cumplimiento y esto deriva al estrés.

7.7 Dificultades socioeconómicas

En otras investigaciones se puede entender que las características socioeconómicas del individuo son factores subyacentes relacionados con el síndrome de burnout académico, las cuales afectan además las relaciones sociofamiliares, el desempeño profesional y académico, y el equilibrio psicológico coherentes con el bienestar y salud mental.

Por último, se destaca que a pesar que los aspectos económicos son importantes para la consecución de metas profesionales, la población encuestada mostró en una proporción baja como un factor o condición de riesgo para la progresión del burnout académico, de otro modo, otro hallazgo interesante en lo que refiere a los inconvenientes con los docentes o autoridad institucional es una proporción baja, por lo que se denota que los docentes tiene una relación empática con los estudiantes así como las instituciones.

7. DISCUSIÓN

Con esta revisión de artículos, se puede confirmar una tendencia que va en crecimiento en lo que concierne al tema del burnout, no sólo en los ámbitos académicos, sino también en otros escenarios, estas publicaciones han demostrado, una serie de condiciones y factores de riesgo, en los cuales los estudiantes están expuestos, que de otro modo, estas categorías muestran una tendencia crecientes algunas más que otras, y que afectan de manera exponencial aspectos físicos y psicológicos, sin embargo, esta revisión se enfocó en estudiantes de enfermería en práctica formativa, con un número limitado de estudios para evaluar de manera crítica, logrando conseguir los objetivos propuestos del estudio. En lo que respecta a la selección de los artículos, este deja una buena perspectiva, pues se tuvieron en cuenta artículos en un rango de fechas recientes, por lo que nos deja ver las nuevas tendencias y cambios en las generaciones de los jóvenes, así como esos nuevos comportamientos y que tan afectados se ven en los diferentes aspectos socioemocionales en la incursión de la vida universitaria.

Por otro lado, los análisis realizados de la matriz, demostraron que la totalidad de los estudios fueron de tipo cuantitativo, de corte observacional, 1 estudio, 2 de tipo cualitativo, 3 exploratorios, el cual al haber una variedad de los tipos de investigación podrían existir sesgos o subestimar información en relaciones causas y efectos que pueden llevar a confundir los objetivos de la revisión sistemática, sin embargo, cabe aclarar independiente de las apreciaciones, que es importante mejorar constantemente en los análisis correlacionales y tener en cuenta los comportamientos de las nuevas generaciones así como los mecanismos de afrontamiento hacia las situaciones y los sistemas de apoyo en las instituciones universitarias hacia la parte académica como medir el uso de esos mecanismos de bienestar para el estudiantes al interior de las instituciones educativas.

Al mismo tiempo se articula dentro del estudio como fomentar la adaptación de los alumnos en cada una de las etapas de su proceso educativo, se considera el modelo de Sor Callista Roy como una herramienta valiosa, útil e importante para el marco de formación académica en el departamento de enfermería, por sus conceptos de persona, salud, enfermedad, entorno, adaptación y las actividades de enfermería por ello, se estima que el plan de estudio enfocado en este modelo contribuye de manera significativa y apoya al afrontamiento de los factores desencadenantes del síndrome de burnout demostrando ampliamente su utilidad basados en la perspectiva del modelo de Roy por sus propuestas y lo bien que encajan en el proceso de aprendizaje de los futuros enfermeros.

Se considera que el presente estudio debe dar una respuesta coherente y acorde a las necesidades de los estudiantes, por lo que da lugar a futuras líneas de investigación que sustenten el afrontamiento y el autocuidado como objeto propio de la disciplina de la enfermería. La Práctica final es la Evidencia y en unos fundamentos teóricos científicos de la sobrecarga por lo que saber qué hacer en la recta final es la clave. no permitir que nada delimite los valores, pensamientos y comportamientos, sobre todo el crecimiento personal.

8. CONCLUSIONES

Después de leer y analizar los resultados obtenidos en esta revisión bibliográfica, concluimos que se le ha dado respuesta a la pregunta orientadora de esta investigación, donde en primer lugar la mayoría de los estudiantes están pasando por agotamiento físico y emocional, en segundo lugar presentan estrés, en relación a los modelos de adaptación propuestos por la teoría de Roy, los Estímulo focal internos o externos generado por el burnout académico, conlleva a desencadenar consecuencias fisiológicas y psicológicas, de tal manera que se hace necesario generar estrategias positivas sobre el control de las emociones, y potencializar el apoyo de los sistemas de salud. De otro modo los Estímulos contextuales, como aquellos factores del entorno que se le presentan en la persona, por las dificultades económicas,

inconvenientes con los docentes o autoridad institucional, la alta exigencia académica, sobrecarga académica, dificultades socio-familiares, demanda de tareas de las asignaturas teóricas y prácticas, horarios, relación con los compañeros, competitividad entre compañeros, forma de evaluación de los profesores genera unas condiciones de adaptación negativas pudiendo llevar a los estudiantes a un aislamiento social, apatía e incluso uso de sustancias psicoactivas, para ello es importante generar espacios recreativos y lúdicos para esparcimiento en las instituciones educativas.

De manera similar, los Estímulos residuales, provocan unos efectos no muy definidos en la situación del momento, es decir los estudiantes desarrollan síntomas peculiares como agotamiento físico, estrés, desequilibrio entre lo personal y laboral, alteraciones del sueño, preocupación o nerviosismo, agotamiento, cinismo e ineficacia, síntomas relacionados con problemas de salud mental, depresión y tristeza, malestar en su salud general, ideación suicida, y la ineficacia académica que afectará de manera negativa el individuo en su búsqueda de crecimientos y construcción profesional, es así que al potencializar las estrategias de afrontamiento activas, resolutivas, religiosas, ludoterapia, grupos focales, terapias alternativas, apoyo de bienestar universitario lograr mitigar el impacto que este síndrome genera en la población académica.

Los resultados obtenidos revelan que los factores de riesgo que existen para desencadenar síndrome de burnout académico en todas las áreas son de alto índice en estudiantes de enfermería de último semestre en su práctica clínica en comparación con otras carreras es decir se percibe más agotamiento y estrés en su recta final donde pierden interés, importancia de su estudio, y le ponen menos entusiasmo al estar cerca de la meta por su cansancio físico y emocional. Resultados que en general concuerdan con estudios similares.

Esto da a conocer cómo los estudiantes utilizan diversas estrategias para sacar adelante su carrera pese a infinitos eventos que ocurren en la trayectoria, ante los cuales experimentan altos niveles

de estrés incluyendo su salud mental, su bienestar psicológico y la satisfacción con su desempeño académico. Por otra parte, al analizar detalladamente los antecedentes del síndrome de burnout académico se pueden identificar los diversos factores normativos, personales y laborales que se relacionan con el burnout. Desde esta perspectiva, cuanto mayor sea el burnout, mayor será la percepción de factores negativos frente al contexto organizacional universitario.

9. RECOMENDACIONES

Es primordial la caracterización socio-demográfica y epidemiológicamente de las poblaciones objeto de estudio, como también tener en cuenta variables de apoyo, carga laboral vs carga académicas, planes y/o Curriculum académicos, para realizar análisis bivariado o multivariados evaluando los efectos en la población.

Al tener un análisis de causa-efectos poder desarrollar e implementar las estrategias que propendan a ayudar al estudiante en la mejora de los mecanismos de afrontamiento, explorando alternativas desde la institución académica como el acompañamiento docente. Sería interesante que en las instituciones promuevan la salud y los estilos de vida saludables, enseñando a los estudiantes sobre el autocuidado de la salud, prevención de enfermedades ya que esto implicaría mejores resultados académicos y repercutirá en un bienestar personal y en el cuidado de los estudiantes. De otro modo, es importante conocer los mecanismos de apoyo de las instituciones educativas, divulgación de programas, nivel de utilización por los estudiantes, fortalecimientos en temas de autoayuda, líderes de apoyo, y como es el impacto de estos programas en los contextos reales de los estudiantes.

10. REFERENCIAS

Acosta-Salazar, D., Lapeira-Panneflex, P., & Osorio-Duran, E. (2021). Afrontamiento y tolerancia al estrés académico en situación de confinamiento según Calixta Roy. *Duazary*, 18(3).

<https://doi.org/10.21676/2389783x.4260>

Alligood, M. R., & Rodríguez Monforte, M. (2018). Modelos y teorías en enfermería. *Modelos y Teorías En Enfermería*, 2018, ISBN 978-84-9113-339-1, Págs. 323-338.

Alvarez, P., Castillo-Araya, M., Cerezo-Robles, F., & Fernández-Ñave, M. (2018). Inteligencia emocional y su relación con el síndrome de Burnout, estrés percibido y compromiso en una muestra de estudiantes universitarios de la ciudad de Arica. *Ajayu Órgano de Difusión Científica Del Departamento de Psicología UC BSP*, 16(2).

Barreto Osama, D., & Salazar Blanco, H. A. (2020). Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud. *Universidad y Salud*, 23(1).

<https://doi.org/10.22267/rus.212301.211>

Biblioteca Virtual en Salud. (2017, mayo 18). DeCS. Retrieved September 29, 2022, from

https://decs2020.bvsalud.org/como_citar_el_DeCS.htm

Bitran, M., Zúñiga, D., Pedrals, N., Echeverría, G., Vergara, C., Rigotti, A., & Puschel, K. (2019).

Burnout en la formación de profesionales de la salud en Chile: Factores de protección y riesgo, y propuestas de abordaje desde la perspectiva de los educadores. *Revista Médica de Chile*, 147(4).

<https://doi.org/10.4067/s0034-98872019000400510>

Caballero, C., Heredich, C., & Palacio, J. (2010). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición Academic burnout: delineation of the syndrome and. Revista Latinoamericana de Psicología, 42(1). <https://doi.org/ISSN 0120-0534>

Cárdenas, B., Bon, N., & Parra, O. (2019). Prevalencia de estrés académico y síndrome Burnout en estudiantes de tercer y cuarto año de enfermería en una Universidad privada, 2018. XVIII Congreso de La Sociedad Cubana de Enfermería 2019 Prevalencia, 3.

Castillo, I., Barrios, A., & Alvis, L. (2018). Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. Redalyc, 20(2).

Comella, A., Casas-Baroy, J.-C., Comella-Company, A., Galbany-Estragués, P., Pujol, R., & Marc-Amengual, J.-M. (2021). Burnout y rendimiento académico: efecto de la combinación de la actividad laboral remunerada e iniciar los estudios de grado universitario (Burnout and academic performance: effect of the combination of remunerated jobs and starting university degree stu. Retos, 41. <https://doi.org/10.47197/retos.v41i0.85971>

Congreso de la República de Colombia. (2018). Por la cual se modifica la Ley 23 de 1982 y se establecen otras disposiciones en materia de derecho de autor y derechos conexos. Congreso de Colombia.

Flores Chalco, E. A., & Huanca Mamani, L. G. (2021). Factores psicosociales y síndrome de burnout académico en estudiantes del quinto año de la Facultad de Enfermería, UNSA Arequipa-

- Galán, F., Sanmartín, A., Polo, J., & Giner, L. (2011). Burnout risk in medical students in Spain using the Maslach Burnout Inventory-Student Survey. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 84(4). <https://doi.org/10.1007/s00420-011-0623-x>
- Gutiérrez, J. (2020). SÍNDROME DE BURNOUT Y BURNOUT ACADÉMICO: UNA REVISIÓN DE SU HISTORIA, CONCEPTOS E IMPLICANCIA EN AMÉRICA Y EUROPA. *Akrab Juara*, 5(1).
- Jimenez Villamizar, M. P., & Caballero Dominguez, C. C. (2020). La salud general percibida y su asociación al síndrome de burnout académico e ideación suicida en universitarios colombianos. *Psicogente*, 24(45). <https://doi.org/10.17081/psico.24.45.3878>
- Liebana, C., Fernandez M, Vasquez A, Lopez A, & Rodriguez M. (2018). Burnout y engagement en estudiantes universitarios de enfermería. *Revista electrónica trimestral de enfermería [revista en Internet]* 2018 [acceso 20 de octubre de 2018]; 17(50): 131-152. *Enfermería Global*, 50.
- Manriquez, M., Veloz, G., Pérez, E., Martínez, A., & Altamira, R. (2021). Estrés ansiedad y depresión relacionada con burnout estudiantil en alumnos de enfermería en universidad pública. *Garnata* 91, 24.
- Martínez Pérez, A. (2010). El síndrome de Burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*, 0(112). <https://doi.org/10.15178/va.2010.112.42-80>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior*, 2(2), 99-113.

Martínez Pérez, A. (2010). El síndrome de Burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*, 0(112). <https://doi.org/10.15178/va.2010.112.42-80>

Martos, Á., Pérez-Fuentes, M. del C., Molero, M. del M., Gázquez, J. J., Simón, M. del M., &

Barragán, A. B. (2018). Burnout y engagement en estudiantes de Ciencias de la Salud. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 8(1).

<https://doi.org/10.30552/ejihpe.v8i1.223>

Montoya-Restrepo, L. A., Uribe-Arévalo, A. E., Uribe-Arévalo, A. J., Montoya-Restrepo, I. A., &

Rojas-Berrio, S. P. (2021). BURNOUT ACADÉMICO: IMPACTO DE LA SUSPENSIÓN DE ACTIVIDADES

ACADÉMICAS EN EL SISTEMA DE EDUCACIÓN PÚBLICA EN COLOMBIA. *Panorama*, 15(29).

<https://doi.org/10.15765/pnrm.v15i29.2319>

Osorio, M., Parrello, S., & Prado, C. (2020). Burnout académico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Enseñanza e Investigación En Psicología*, 2(55).

Pérez, Y. J. L., Herrera, J. L. H., Yelipza, H. G. D., Gómez, M. P., & Choperena, C. I. P. (2020). Estrés académico en estudiantes de un programa de Enfermería - Montería *Revista Cuidarte*. Tesis, 2019.

Prada Chapoñan, R., Navarro-Loli, J. S., & Dominguez Lara, S. (2020). Personalidad y agotamiento

emocional académico en estudiantes universitarios peruanos: un estudio predictivo. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 14(2).
<https://doi.org/10.19083/ridu.2020.1227>

Rodríguez-Villalobos, J. M., Benavides, E. v., Ornelas, M., & Jurado, P. J. (2019). El Burnout Académico Percibido en Universitarios; Comparaciones por Género. *Formación Universitaria*, 12(5). <https://doi.org/10.4067/s0718-50062019000500023>

Rosas-Navarro, J. M., Covarrubias-Castillo, S. A., Villalobos-Lizardi, J. C., Muñoz-Chacón, D. A., & Bazúa O'Connor, R. (2020). Association between Burnout Syndrome and medical training by specialty in first-year residents. *Salud Mental*, 43(5). <https://doi.org/10.17711/sm.0185-3325.2020.031>

Salazar Banda, S. J. (2019). Cansancio emocional, la despersonalización, la realización personal y su relación con el desarrollo del síndrome de burnout en los profesionales de la salud del sistema de transporte asistido de emergencia Essalud octubre-diciembre 2016.

Schaufeli, W. B. (2017). Burnout: A short socio-cultural history. In *Burnout, Fatigue, Exhaustion: An Interdisciplinary Perspective on a Modern Affliction* (pp. 105–127). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-52887-8_5

Tam Phun, E., & Santos, C. B. dos. (2010). El consumo de alcohol y el estrés entre estudiantes de segundo año de enfermería. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 18(spe).
<https://doi.org/10.1590/s0104-11692010000700003>

The World Health Report. Burnout según la OMS. (2019). La OMS reconoce como enfermedad el burnout o “síndrome de estar quemado” Asamblea Ginebra. OMC.

Tessa G, R. (2015). Factores estresores percibidos por los estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Católica del Uruguay en la práctica clínica. *Revista Colombiana de Enfermería*, 10(10). <https://doi.org/10.18270/rce.v10i10.577>

Vidal Ledo, M. J., Alfonso Sánchez, I., Zayas Mujica, R., Borrell Saburit, A., Castellanos Gallardo, I., & Rodríguez Perojo, K. (2013). Biblioteca virtual en salud. *Revista Cubana de Educación Médica Superior*, 27(2). <https://doi.org/10.7705/biomedica.v19i1.1001>

Vizoso-Gómez, C., & Arias-Gundín, O. (2018). Resiliencia, optimismo y burnout académico en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 11(1). <https://doi.org/10.30552/ejep.v11i1.185>

Walburg, V. (2014). Burnout among high school students: A literature review. *Children and Youth Services Review*, 42. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2014.03.020>