

EL SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DURANTE UNA SEMANA DE FESTEJOS. UN ESTUDIO EXPLORATORIO

Arturo Barraza Macías

Universidad Pedagógica de Durango, (México)

Resumen

La presente investigación se realizó para dar respuesta a los siguientes objetivos: Establecer el perfil descriptivo del Síndrome de Burnout que presentan alumnos de licenciatura durante una semana de festejos institucionales y Determinar si las variables: género, edad y relación de pareja, marcan una diferencia significativa con relación al nivel del Síndrome de Burnout que presentan alumnos de licenciatura durante una semana de festejos institucionales. Para el logro de estos objetivos se realizó un estudio exploratorio, transversal, correlacional y no experimental a través de la aplicación de la Escala Unidimensional del Burnout estudiantil a 90 alumnos de la Facultad de Psicología y Terapia de la Comunicación de la Universidad Juárez del Estado de Durango, en México. Sus principales resultados permiten afirmar la no presencia del Síndrome de Burnout y la prevalencia de los indicadores comportamentales.

Palabras claves: agotamiento, fatiga y alumnos de licenciatura.

Introducción

El Síndrome de Burnout empieza a estudiarse en profesionistas cuyo desempeño se caracteriza por una relación constante y directa con personas; en lo específico, los primeros estudios se orientaron a indagar este síndrome en diversas profesiones que mantenían una relación de ayuda con los beneficiarios del trabajo, entre estos primeros estudios destacaban las investigaciones con médicos, enfermeros y maestros, por mencionar solamente algunos.

Esta identificación identitaria del sujeto que manifiesta Síndrome de Burnout se debió principalmente a la fuerte presencia que ejercieron, en el desarrollo teórico de este campo de estudio, los trabajos de Maslach & Jackson (1981).

En la actualidad se puede observar que este síndrome es estudiado en médicos (Marrero & Grau, 2005), directivos escolares (Barraza, 2010), agentes de vialidad (Aranda, Pando, Salazar, Torres & Aldrete, 2010), enfermeras (Ballinas, Alarcón & Balseiro, 2009), deportistas (Tutte, Blasco & Feliu, 2006), docentes (Aris, 2009), secretarias (Manzano, 2001), dentistas (Campos, Trotta, Bonafé & Maroco, 2010), etc. por lo que se mantiene la tendencia a estudiar este síndrome en este tipo de profesionista; sin embargo, cada vez con mayor frecuencia se estudia este síndrome en personas no profesionistas o insertas en el ámbito laboral, p. ej. Amas de casa (González, Landero & Moral, 2009) o estudiantes (Preciado & Vázquez, 2010).

La atención del presente artículo está centrada en los estudiantes ya que se parte del supuesto de que los estudiantes de educación superior suelen presentar estrés ante las demandas que su institución les plantea y cuando este estrés se vuelve recurrente o permanente puede llegar a ocasionar en los alumnos el Síndrome de Burnout.

Para definir este tipo de síndrome, y a pesar de la tendencia casi hegemónica del enfoque conceptual tridimensional del Síndrome de Burnout de Maslach & Jackson (1981), en la presente investigación me adscribo al enfoque conceptual unidimensional de Pines, Aronson & Kafry (1981) que permiten definir al Síndrome de Burnout como un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo producido por el involucramiento prolongado en situaciones generadoras de estrés.

Este síndrome, abordado desde un enfoque unidimensional, ha sido estudiado por diversos autores que han demostrado la existencia de un perfil descriptivo consistente; este perfil se manifiesta en tres características centrales:

1) los alumnos encuestados presentan un nivel leve del Burnout, 2) este nivel se manifiesta con una predominancia de los indicadores comportamentales, y 3) en congruencia con estos resultados, las conductas que se presentan con mayor frecuencia son: Durante las clases me siento somnoliento y Antes de terminar las clases ya me siento cansado (Barraza, Carrasco & Arreola, 2009; Barraza, 2009; Gutiérrez, 2009 y 2010; y Vázquez & Rodríguez, 2009).

Ante este perfil descriptivo, la pregunta obligada es ¿por qué el Síndrome de Burnout se presenta con un nivel leve entre los estudiantes? Una posible explicación al respecto se puede encontrar en estas tres hipótesis provisionales:

a) Los alumnos de educación media superior y superior tienen sus clases organizadas por semestres, que en la práctica se traduce en cuatro o máximo cinco meses de trabajo efectivo, por lo que las situaciones estresantes provocadas por los profesores, en lo particular, o la institución, en lo general, solo tienen esa duración y después desaparecen; a diferencia de ellos los profesionistas abordados en otros estudios trabajan en una organización donde su trabajo es permanente y un estresor no suele desaparecer con facilidad.

b) En caso de que un maestro altamente estresante les sea repetido a los estudiantes, de un semestre a otro, surge, o continua, una tendencia a la adaptación por lo que el estrés se aminora.

c) A diferencia de los profesionistas involucrados en el ámbito laboral los alumnos gozan de mayores períodos vacacionales, sin contar las suspensiones de clases por uno u otro motivo; esta situación permite a los alumnos tomar un respiro de las situaciones estresantes que los aquejan.

En el marco de esta tercera hipótesis es que se plantea la presente investigación, ya que se decidió estudiar el Síndrome de Burnout en estudiantes

durante una, de las varias, suspensiones que se realizan en las diferentes instituciones para diversos festejos. Para su desarrollo este estudio se concreta en los siguientes objetivos:

Establecer el perfil descriptivo del Síndrome de Burnout que manifiestan alumnos de licenciatura durante una semana de festejos institucionales.

Determinar si las variables: género, edad y relación de pareja, marcan una diferencia significativa con relación al nivel del Síndrome de Burnout que presentan alumnos de licenciatura durante una semana de festejos institucionales.

Método

La presente investigación, de tipo exploratorio, correlacional, transversal y no experimental, se realizó con una muestra no probabilística de alumnos de la Licenciatura en Psicología de la Facultad de Psicología y Terapia de la Comunicación de la Universidad Juárez del Estado de Durango. En total se encuestaron 90 alumnos, tanto del turno matutino como del vespertino.

La distribución de los alumnos encuestados, según las variables sociodemográficas que constituyeron el background de la encuesta, fue la siguiente:

- El 40% pertenecen al género masculino y el 60% al femenino.
- La edad mínima es de 18 años y la máxima de 36 años, siendo el promedio de 21 años.
- El 43.7% manifiesta tener una pareja estable, mientras que el 56.3% informa que en ese momento no tienen una pareja estable.

Para la recolección de la información se utilizó la Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil (Barraza, 2011); este instrumento fue utilizado en las cinco investigaciones que sirven como antecedente directo a la presente investigación (Barraza, et al., 2009; Barraza, 2009; Gutiérrez, 2009 y 2010; y Vázquez & Rodríguez, 2009).

Esta escala consta de 15 ítems que pueden ser contestados mediante un escalamiento tipo lickert de cuatro valores: nunca, algunas veces, casi siempre y siempre. La distribución de los ítems según las dimensiones establecidas fue la siguiente:

- Indicadores comportamentales: ítems 1, 2, 3, 4, 5, 7, 9, 11, 14 y 15
- Indicadores actitudinales: ítems 6, 8, 10, 12 y 13

Esta escala reportó originalmente una confiabilidad de .91 en alfa de cronbach y de .89 en la confiabilidad por mitades, según la fórmula de Spearman-Brown; así mismo, en su proceso de validación se obtuvieron evidencias de validez basada en la estructura interna a través de los procedimientos denominados: análisis de consistencia internas, análisis de grupos contrastados y análisis factorial (Barraza, 2011)

En la presente investigación la escala presentó una confiabilidad de .89 en alfa de cronbach y de .88 en la confiabilidad por mitades, según la fórmula de Spearman-Brown; estos resultados pueden ser valorados como muy buenos según la escala de valoración propuesta por De Vellis (en García, 2006). Así mismo, se realizó el análisis de consistencia interna (tabla 1) que mostró que todos los ítems correlacionaron positivamente (con un nivel de significación de .00) con el puntaje global obtenido por cada encuestado; este resultado, aunado a los altos niveles de confiabilidad, permite confirmar la homogeneidad y

consistencia interna del proceso de medición desarrollado a través de este instrumento.

Tabla 1.
Resultados del Análisis de Consistencia Interna

No.	Ítems	r de Pearson	Nivel de significación
1	El tener que asistir diariamente a clases me cansa	.702	.000
2	Mis problemas escolares me deprimen fácilmente	.658	.000
3	Durante las clases me siento somnoliento	.670	.000
4	Creo que estudiar hace que me sienta agotado	.571	.000
5	Cada vez me es más difícil concentrarme en las clases	.687	.000
6	Me desilusionan mis estudios	.531	.000
7	Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado	.683	.000
8	No me interesa asistir a clases	.629	.000
9	Cada vez me cuesta más trabajo ponerle atención al maestro	.643	.000
10	El asistir a clases se me hace aburrido	.660	.000
11	Siento que estudiar me está desgastando físicamente	.737	.000
12	Cada vez me siento más frustrado por ir a la escuela	.752	.000
13	No creo terminar con éxito mis estudios	.355	.001
14	Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio	.555	.000
15	Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente	.688	.000

La aplicación de este instrumento se llevó a cabo el tercer día de la semana comprendida del 14 al 18 de marzo del año 2011; en su aplicación se contó con el apoyo de cuatro alumnas de esta escuela: Anahí Citlalli Barraza Cárdenas, Andrea Carolina Ortega Núñez, Andrea Sarellano Galarza y Mikol Paola del Río Ramírez. En esta semana, en que se aplicó el instrumento, se llevó a cabo, en dicha institución, una semana de festejos, entre los que sobresalen la elección de la reina y la elevación a rango de facultad de la escuela. Para su aplicación no se modificaron las instrucciones originales que hacen referencia al momento presente cuando se pregunta por cada uno de los ítems.

El análisis de resultados se realizó en dos momentos. En un primer momento, a través de la media aritmética, transformada posteriormente en porcentaje, se efectuó el análisis descriptivo en tres niveles: conductas del

Burnout (ítems), tipos de indicadores del Síndrome de Burnout (dimensiones) y Síndrome de Burnout (variable). En un segundo momento se realizó el análisis de diferencia de grupos sin atribución causal y el análisis correlacional, lo que permitió relacionar el nivel Síndrome de Burnout con las variables sociodemográficas ya establecidas; en este tipo de análisis se utilizaron los estadísticos t de Student y el r de Pearson y la regla de decisión fue $p < .05$. Todos los análisis se realizaron con el programa SPSS versión 15.

Resultados

Los resultados obtenidos en cada uno de los ítems que conforman la EUBE se presentan en la tabla 2.

Tabla 2.

Porcentaje de presencia de cada uno de los ítems de la EUBE

No. Ítems	Porcentaje
1 El tener que asistir a clases me cansa	23%
2 Los problemas relacionados con mis estudios me deprimen fácilmente	18%
3 Durante las clases me siento somnoliento	24%
4 Creo que estudiar hace que me sienta agotado	17%
5 Cada vez me es más difícil concentrarme en las clases	17%
6 Me desilusionan mis estudios	9%
7 Antes de terminar las clases ya me siento cansado	22%
8 No me interesa asistir a clases	13%
9 Cada vez me cuesta más trabajo ponerle atención al maestro	18%
10 El asistir a clases se me hace aburrido	19%
11 Siento que estudiar me está desgastando físicamente	13%
12 Cada vez me siento más frustrado por ir a la escuela	9%
13 No creo terminar con éxito mis estudios	7%
14 Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio	18%
15 Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente	12%

Como se puede observar, los ítems que se presentan con menor frecuencia (primer cuartil $< 12\%$) son: Me desilusionan mis estudios, Cada vez me

siento más frustrado por ir a la escuela y No creo terminar con éxito mis estudios, mientras que los que se presentan con mayor frecuencia (cuarto cuartil >19%) son: El tener que asistir a clases me cansa, Durante las clases me siento somnoliento y Antes de terminar las clases ya me siento cansado.

Los indicadores comportamentales del burnout presentan un 18% de presencia en los estudiantes encuestados, mientras que los indicadores actitudinales presentan un 11% de presencia.

La variable Síndrome de Burnout se presenta con un nivel de 16% en los alumnos encuestados (interpretado a partir de un baremo de cuatro valores: de 0 a 25% no hay burnout, de 26% a 50% se presenta con un nivel leve, de 51 a 75% se presenta con un nivel moderado y de 76% a 100% con un nivel fuerte o profundo) por lo que se puede afirmar que los alumnos encuestados no presentan el Síndrome de Burnout;

Análisis de Diferencia de Grupos

Los resultados obtenidos en el análisis de diferencia de grupos entre el nivel de Síndrome de Burnout y el resto de las variables se presentan en la tabla 3. Como se puede observar ninguna de las tres variables estudiadas establece una diferencia significativa con relación al nivel con que se presenta el Síndrome de Burnout.

Tabla 3.
Resultados del análisis de diferencia de grupos

Variable	Nivel de Sig.
Género	.63
Edad	.86
Relación de pareja	.48

Discusión de Resultados

Los alumnos encuestados no presentan el Síndrome de Burnout, sin embargo si es posible identificar las conductas del Burnout que se presentan con mayor frecuencia, siendo éstas: El tener que asistir a clases me cansa, Durante las clases me siento somnoliento y Antes de terminar las clases ya me siento cansado. Así mismo, se puede observar que los indicadores comportamentales son los que se presentan con mayor frecuencia. En esta parte del perfil descriptivo se coincide plenamente con las investigaciones antecedentes (Barraza, et al., 2009; Barraza, 2009; Gutiérrez, 2009 y 2010; y Vázquez & Rodríguez, 2009), solamente se presenta la diferencia con relación al nivel con que se presentan cada una de las conductas, en lo particular, o de los indicadores, en general.

En el caso del análisis inferencial sucede lo mismo, esto es, ninguna de las tres variables sociodemográficas estudiadas establece una diferencia significativa con el nivel en que se presenta el Síndrome de Burnout; en este punto también se coincide plenamente con las investigaciones antecedentes.

Estos resultados confirman parcialmente la hipótesis subyacente de que el Síndrome de Burnout puede variar según el momento de aplicación del cuestionario, por lo cual se justifica plenamente este estudio y se abre una línea de investigación que se oriente a buscar resultados más concluyentes; no obstante, y de manera lógica y necesaria, se tiene que discutir la variable tarea con relación a las indicaciones que se les dan a los respondientes, ya que algunos cuestionarios que exploran el Síndrome de Burnout dan indicaciones

solicitándoles a los respondientes que tomen en cuenta para contestar los últimos treinta días, otros llegan a indicar que tomen en cuenta los últimos seis meses, y el cuestionario utilizado en la presente investigación pregunta en tiempo presente, por lo que vale la pena preguntarse ¿Cuál es la mejor forma de plantear estas indicaciones para dar respuesta a los cuestionarios sobre el Síndrome de Burnout?

La repuesta a esta interrogante trasciende los objetivos de la presente investigación, sin embargo, considerando el carácter exploratorio del presente estudio, se puede hipotetizar una respuesta que estaría sujeta a discusión y contrastación por parte de la comunidad de investigadores: el hecho de que este estudio haya reportado la no presencia del Síndrome de Burnout durante una semana de festejos, y a máximo cuatro días de no tener clases (el fin de semana y los dos primeros días de la semana de festejos), indica claramente que la mejor manera de explorar el Síndrome de Burnout es dar las indicaciones en tiempo presente, ya que todo parece indicar que el nivel del Síndrome de Burnout se puede mover al tener días de asueto o festejos.

Esta hipótesis debe considerarse con cautela y esencialmente indicativa, ya que hace falta realizar un estudio longitudinal que aborde momentos sucesivos de trabajo y de descanso para determinar si realmente el nivel de Síndrome de Burnout se mueve con estos períodos de descanso o en los resultados del presente estudio intervinieron variables contextuales.

Referencias

- Aranda, C.; Pando, M.; Salazar, J. G.; Torres, T. M. & Aldrete, M. G. (2010). Apoyo social como factor protector a la salud frente al síndrome de Burnout, en agentes de vialidad, México. *Revista Costarricense de Salud Pública*, 19(1), 18-24.
- Aris, N. (2009). Burnout Síndrome in educators. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 7(2), 829-848.

- Ballinas, A. G.; Alarcón, C. & Balseiro, C. L. (2009). Síndrome de Burnout en enfermeras de un centro médico. *Revista de Enfermería del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 1, 23-29.
- Barraza, A. (2009). Estrés Académico y Burnout Estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Psicogente*, 12(22), 272-283.
- Barraza, A. (2010). El Síndrome de Burnout en directivos escolares. *Avances en Supervisión Educativa*, 13, s/p.
- Barraza, A. (2011). Validación psicométrica de la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 13(21), 51-74.
- Barraza, A., Carrasco, R. & Arreola, M. G. (2009). Burnout Estudiantil. Un estudio exploratorio. En A. Barraza, D. Gutiérrez & D. I. Cenicerros (coord.), *Alumnos y Profesores en Perspectiva*. (pp. 68-84), Durango: Universidad Pedagógica de Durango.
- Campos, J. A. D. B.; Trotta, O. S. T.; Bonafé, F. S. S. & Maroco, J. (2010). Burnout em dentistas do serviço público: tero u não ter, eis a questão! *Revista de Odontologia DA UNESP*, 39(2), 109-114.
- García, C. H. (2006). La medición en ciencias sociales y en la psicología. En R. Landeros & M. González (comp.), *Estadística con SPSS y metodología de la investigación*, (pp. 139-166). México: Trillas.
- González, M. T.; Landero, R. & Moral, J. (2009). Cuestionario de Burnout para Amas de Casa: evaluación de sus propiedades psicométricas y del Modelo Secuencial de Burnout. *Universitas Psicológica*, 8(2), 533-544.
- Gutiérrez, D. (2009). El Síndrome de Burnout en alumnos de educación secundaria. *Investigación Educativa Duranguense*, 5(10), 26-35.
- Gutiérrez, D. (2010). Prevalencia del Síndrome de Burnout en estudiantes de Educación Media Superior. *Investigación Educativa Duranguense*, 5(11), 18-23.
- Manzano, G. (2001). Estrés Crónico Laboral Asistencial (Burnout) en las administraciones públicas. *Dirección y Organización*, 25, 148-159.
- Marrero, M. L. & Grau, J. (2005). Síndrome de Burnout en médicos que trabajan en unidades de cuidados intensivos neonatales. *Psicología y salud*, 15(1), 25-32.
- Maslach, C. & Jackson, S. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Social Issues*, 2, 99-113.
- Pines, A., Aronson, E. & Kafry, D. (1981). *Burnout*. New York, USA: The Free Press.
- Preciado, M. L. & Vázquez, J. MN. (2010). Perfil de Estrés y Síndrome de Burnout en estudiantes mexicanos de odontología de una universidad pública. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 48(1), 11.19.
- Tutte, V.; Blasco, T. & Feliu, J. C. (2006). Evolución de los índices de Burnout en un equipo femenino de baloncesto. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 6(1), 22-35
- Vázquez, J. C. & Rodríguez, M. E. (2009), Diagnóstico del Síndrome de Burnout en la comunidad académica de la Universidad del Valle de Atemajac campus Puerto Vallarta, *Revista UNIVallarta*, s/d.