
Estudio sobre la incidencia del síndrome de burnout en los niveles de bajo desempeño académico de estudiantes universitarios



Study on the incidence of burnout syndrome in the low academic performance levels of university students

Loor Ortíz, Shirley Liliana

 **Shirley Liliana Loor Ortíz** sloor@ucsg.edu.ec
Universidad Católica Santiago de Guayaquil,
Ecuador

Sinergias educativas
Grupo Compás, Ecuador
ISSN-e: 2661-6661
Periodicidad: Semestral
vol. 5, núm. 2, 2020
compasacademico@icloud.com

Recepción: 14 Marzo 2019
Aprobación: 24 Abril 2020

URL: <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/382/3821580001/index.html>



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-CompartirIgual 4.0 Internacional.

Resumen: El síndrome de Burnout es un conjunto de síntomas relacionados con desgaste y agotamiento en respuesta al estrés emocional y sus respectivas consecuencias, en nuestro medio aún no se tienen reportes de estudios realizados en los estudiantes de ciencias de la salud. **Objetivo.** Determinar la prevalencia del SB en los niveles de bajo desempeño académico de los estudiantes de carrera de Medicina de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil. **Materiales y método.** Estudio correlacional, cuantitativo. Por medio de un test auto-aplicado en estudiantes del V ciclo de la carrera de medicina de la facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil. Se definió SB según la positividad del test Maslach Burnout Inventory (MBI), además se midió otras variables socio-demográficas. **Resultados.** De los 74 estudiantes, la media de edades fue de 21 años (rango: 21-28 años), es el género femenino del universo estudiado, quien más se halla afectado por el Burnout. Puesto que son 42 estudiantes del género femenino que representan el 14% frente a 32 estudiantes de género masculino que representa el 8%. Las variables que aumentaron la frecuencia de SB fueron el cursar los dos últimos años previos a internado ($p < 0,001$); de igual manera, la mayor cantidad de horas de estudio 7 horas que representa el 31%. Los estudiantes con Burnout no sobrepasan el promedio de 8,84, presentan los promedio más bajo del curso, que están entre 7 y 7,99 siendo el porcentaje de 12% y 19% respectivamente. **Conclusión.** Se encontró una frecuencia alta de SB entre los estudiantes, se establece una relación de incidencia del Burnout con el desempeño académico bajo. Es importante conocer qué factores se encuentran relacionados, para poder prevenir e intervenir de manera acertada en la mejorar de los recursos emocionales de los futuros profesionales de la salud.

Palabras clave: Síndrome de Burnout, desempeño académico, desgaste, agotamiento, respuesta emocional.

Abstract: Introduction. Burnout syndrome is a set of symptoms related to burnout and exhaustion in the response to emotional stress and its consequences, in our environment there are still no reports of studies carried out in students of health sciences. **Objective.** To determine the prevalence of SB in the levels of low academic performance of the medical career students of the Catholic University of Santiago de Guayaquil. **Materials and**

method. Correlational, quantitative study. By means of a self-applied test in students of the V cycle of the medical career of the Faculty of Medical Sciences of the Catholic University of Santiago de Guayaquil. SB was defined according to the positivity of the Maslach Burnout Inventory (MBI) test, and other socio-demographic variables were measured. Results. Of the 74 students, the average age was 21 years (range: 21-28 years), it is the female gender of the universe studied, who is most affected by the Burnout. Since there are 42 female students representing 14% compared to 32 male students representing 8%. The variables that increased the frequency of SB were the last two years prior to internship ($p < 0.001$); likewise, the greatest number of study hours 7 hours, which represents 31%. The students with Burnout do not surpass the average of 8.84, present the lowest average of the course, which are between 7 and 7.99, being the percentage of 12% and 19% respectively. Conclusion. A high SB frequency was found among the students, establishing a relation of Burnout incidence with the low academic performance. It is important to know what factors are related, in order to prevent and intervene correctly in improving the emotional resources of future health professionals.

Keywords: Burnout syndrome, academic performance, burnout, exhaustion, emotional response.

INTRODUCCIÓN

El síndrome de Burnout es un conjunto de síntomas relacionados con desgaste y agotamiento en respuesta al estrés emocional y sus respectivas consecuencias. Las secuelas producen tanto afecciones físicas como psíquicas, afectando los resultados de su desempeño académico, repercutiendo de manera negativa en las instituciones, debido al incremento de conflictos interpersonales. La definición del síndrome de Burnout, no se encuentra en el DSM-V, ni en el CIE 10, usualmente se lo describe como una forma poco adecuada de afrontar el estrés crónico. Los estudios demuestran que el estrés es una respuesta natural del organismo a situaciones de desafío, trauma o a una novedad.

Cuando ésta respuesta se mantiene de forma prolongada en el tiempo, se llega a una situación clínica a la que se denomina estrés crónico y puede tener importantes secuelas para la salud física y mental de quién lo padece. Las causas pueden ser numerosas, pero básicamente puede decirse que son aquellas situaciones no resueltas que se mantienen durante semanas, meses e incluso años sin tratar de buscar una solución al problema que lo genera. Lo peor, si no se controla, el estrés se llega alcanzar un nivel de ansiedad patológico que ocasiona importantes trastornos en el organismo. La vida actual con sus exigencias, consumen energía física y mental, reduciendo en el ser humano, su grado de compromiso y dedicación, tornándolos negativos en relación a sus conquistas personales.

Tiene como base de referencia la clasificación en tres grupos definidos, en el primero la referencia sería mantener el término original sin traducción al castellano, el segundo grupo intenta hacer una traducción del término para captar la imagen y poder englobar el término original, el tercer grupo lo enmarca en el término estrés. El síndrome de Burnout fue declarado en el año 2000 por

la Organización Mundial de la Salud como un factor de riesgo laboral por su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida. De allí la necesidad de no pasar por altos sus manifestaciones sintomáticas.

El Síndrome de Burnout (SB) ha sido estudiado en gran cantidad de poblaciones de profesionales en diversas áreas del quehacer humano, pero en el medio local aún no se tienen reportes en los estudiantes de ciencias de la salud, resulta importante efectivamente, hacer una recopilación que permita comprender la manera como se dan las relaciones de sobrecarga-estrés. De esta manera sería posible conocer la prevalencia de SB, los factores asociados a su origen, a sus efectos y posibles soluciones. Hoy el Burnout se ha manifestado inclusive a la formación dentro de un campo previo a la inserción profesional, lo que podría traer consecuencias drásticas.

Algunos estudiantes consiguen desplegar las capacidades imprescindibles requeridas en su proceso formativo para la consecución de los objetivos académicos en algunos casos solo logran el mínimo necesario, otros no consiguen alcanzarlo mientras que otros jóvenes presentan dificultades serias que sólo se registran en indicadores de elevado abandono académico. En esta última situación, ¿los estudiantes generalmente experimentan una alta carga de estrés durante su proceso formativo?. (Rosales, Y., Rosales, F., 2013).

(Rosales, Y., Rosales, F., 2013) dice que es necesario comprender, que lo que hace que el síndrome aparezca es de conocimiento público, está relacionado en el área de la sanidad, enfocado sobre todo en aquellos profesionales de la salud, la última literatura informa que ahora no solo afecta a los profesionales que trabajan en el área de salud sino que también se presenta en estudiantes de esta carrera, como se puede apreciar en la cita de ¿El estudio del Burnout en estudiantes universitarios es una línea de investigación novedosa y muy reciente. Los estudios realizados en este sentido han estado dirigidos a la confirmación de la incidencia del síndrome en estas muestras pre profesionales.?

Varios estudios demuestran que el SB puede afectar a los estudiantes de medicina, como resultado de clima de constante presión que estos tienen por el ritmo y las exigencias de las jornadas de estudio, relacionándose incluso con una mayor ansiedad, estrés y depresión^{3-5,8-10}. Lo que puede traer como consecuencia el deterioro en la salud mental de los estudiantes durante su formación académica. Se pueden presentar variantes en dichas cifras de acuerdo a las particularidades de cada grupo, en relación directa con su entorno y la manera como afronta las dificultades en el cotidiano de su proceso de formación profesional y personal.

La finalidad de este estudio es aportar con datos descriptivos vigentes acerca de la influencia del SB en los estudiantes de la carrera de Medicina, de igual manera contribuir a la prevención y control en este grupo que se encuentran en alto riesgo, para así evitar complicaciones graves que afecten su estado y equilibrio emocional.

MATERIALES Y MÉTODOS

En método de estudio es correlacional, cuantitativo. Por medio de un test auto-aplicado en estudiantes del V ciclo de la carrera de medicina de la facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil. Se

definió SB según la positividad del test Maslach Burnout Inventory (MBI), además se midió otras variables socio-demográficas.

Se realizó un muestreo no probabilístico proporcional al V ciclo de estudios, se tomó el tamaño muestral de 74 estudiantes. El universo de estudiantes escogidos se realizó teniendo como criterios de inclusión los siguientes: estudiantes que por primera vez conjugan la experiencia de actividades teórico-prácticas, manejo de una elevada carga horaria compartida en clases teóricas en la universidad y prácticas en hospitales dentro y fuera de la urbe, se encuentran en proceso de transición y adaptación y su trato y primer contacto con pacientes en las diferentes áreas de salud, grado de movilidad desde la universidad hacia los hospitales y viceversa, el horario de clases de 7h:00 hasta las 22h:00 y en ocasiones hasta las 23h:00 de lunes a viernes y los días sábados de 7h:00 a 14h:00.

Para la recopilación de datos se desarrolló una encuesta, la primera parte del test incluía variables socio-demográficas (edad, género, el tener pareja y variables académicas (año académico en curso, cantidad de horas que le dedica al estudio fuera del horario de clases). La segunda parte del cuestionario midió el SB, a través del Maslach Burnout Inventory (MBI), instrumento validado al español.. Esta herramienta consta de 22 ítems diferentes que exploran cada uno de los tres componentes del SB: cansancio emocional (CE), despersonalización (DP) y baja realización personal (BRP). La subescala de CE está formada por 9 ítems, la DP por 5 ítems y la BRP por 8 ítems. Cada ítem consta de 6 alternativas, con una puntuación del 0 al 6; se tomó en cuenta las instrucciones de dicho test para la clasificación como positivo o negativo para el SB.

El M.B.I. ha sido modificado de acuerdo a sus fases de experimentación. Inicialmente se utilizaron 47 ítems que eran respondidos sobre dos continuos de medida formados por la frecuencia y la intensidad de los sentimientos. Luego de una serie de revisiones, se seleccionaron primero 25 elementos que contribuían mucho mejor a las dimensiones obtenidas, y quedó reducida a 22 ítems. Se observó que los resultados eran muy similares cuando se analizaban de manera aislada, razón por la que los autores consideraron únicamente la continua frecuencia, creándose la versión actual. Los elementos están correspondidos de manera afirmativa, hacen referencia a las actitudes, emociones y sentimientos del sujeto evaluado y pueden ser valorados entre 0 y 6, de tal forma de 0 hace referencia a que lo expuesto no ocurre nunca y que 6 sucede todos los días, dejando el resto de puntuaciones intermedias para las frecuencias de aparición situadas entre estos dos extremos. Esta herramienta es la más empleada para medir el SB y es utilizada en la mayoría de las investigaciones académicas, los 22 ítems que lo conforman se presentan a continuación según la adaptación con estructura tridimensional. La intensidad de los sentimientos. Luego se seleccionaron primero 25 elementos que contribuían mucho mejor a las dimensiones obtenidas, y se redujo a 22 ítems.

Se aplicaron las encuestas en los salones de clase, solicitando el permiso al directora de la carrera inicialmente y luego al docente respectivo, para lo cual se mantuvo una conversación inicial para explicar el motivo del estudio y el carácter voluntario y anónimo de su participación en el estudio. A los estudiantes se les informó sobre el objetivo de la investigación y se especificó sobre la confidencial de la información obtenida por medio de las mismas. El estudio se centraría en

realizar la valoración en épocas de estrés generalizado durante sus jornadas de estudios y de prácticas académicas

RESULTADOS

Se encuestó a 74 estudiantes de medicina de 2 paralelos, teniendo la totalidad de los estudiantes evaluados del V ciclo de la carrera. Tabla 1.

Tabla 1
Resultados de la aplicación del inventario

Cuestionarios	#	Porcentaje
Repartidos	74	100%
Contestados	74	100%
TOTAL	74	100%

Encuesta aplicada a estudiantes del V ciclo de la Facultad de Medicina de la U.C.S.G.

En relación al cuestionario socio-demográfico, las variables empleadas fueron: género: hombre o mujer. Debido a que hay estudios que indican que es posible que el síndrome afecte más a la mujer que al hombre. La edad: rango de edades de entre 21 y 28 años. Este dato también está implicado en los estudios de Burnout, y cambio en relación a los contextos, a veces es la juventud la que esta predispuesta, en otras ocasiones es lo contrario lo que muestra la vulnerabilidad al síndrome. Estado Civil: con relación de pareja, sin relación de pareja. La relación de pareja también ha sido vinculada a la presencia del síndrome, ya que puede ser un sistema de apoyo y soporte. La presencia o ausencia de un sistema o red de apoyo predispone o no al síndrome. Horas diarias dedicadas al estudio teórico: entre 5 y 8 horas diarias. El tiempo dedicado es una de los variables que sugiere el monto de ansiedad que representa la carga curricular teórica.

Horas diarias dedicadas al estudio para las prácticas: entre 3 a 8 horas diarias. El tiempo dedicado es una de los variables que sugiere el monto de ansiedad que representa la carga de prácticas clínicas. Promedios académicos de estudiantes en el ciclo en curso. Son los resultados académicos los promedios se encuentran entre 7 y 10, siendo el siete el mínimo para aprobar la materia.

Este inventario evalúa el Síndrome de Burnout a partir de tres dimensiones: Cansancio emocional, Despersonalización y Realización personal. El M.B.I. ha sido modificado de acuerdo a sus fases de experimentación. Inicialmente se utilizaron 47 ítems que eran respondidos sobre dos continuos de medida formados por la frecuencia y la intensidad de los sentimientos. Luego de una serie de revisiones, se seleccionaron primero 25 elementos que contribuían mucho mejor a las dimensiones obtenidas, y quedó reducida a 22 ítems.

Los resultados suelen ser muy similares cuando se analizaban de manera aislada, razón por la que los autores consideraron únicamente la continua frecuencia, creándose la versión actual. El MBI es, el cuestionario más usado para medir el síndrome y es utilizado en la mayoría de las investigaciones académicas, los 22 ítems que lo conforman se presentan a continuación según la adaptación con estructura tridimensional.

TABLA 2

Distribución en función de la escala del inventario de Maslach según número de ítems

Items	#
Cansancio emocional	9
Despersonalización	5
Realización personal	8
TOTAL	22

Encuesta aplicada a estudiantes del V ciclo de la Facultad de Medicina de la U.C.S.G.

Los sujetos que presentan síndrome de Burnout serán aquellos que puntúen alto en Despersonalización y Cansancio Emocional, y que obtengan puntuaciones bajas en Realización personal. El Burnout es el resultado acumulativo positivo del Cansancio emocional y Despersonalización, y negativo de la Realización personal. El manual de adaptación española del MBI (Seisdedos, 1997) incluye tablas de baremos, obtenidas de una muestra normativa formada por 1138 casos, para poder comparar e interpretar las puntuaciones directas obtenidas tras la aplicación de cuestionario.

Dichas tablas baremos permiten la conversión de las puntuaciones directas en dos escalas de valor universal: la de los centiles (escala ordinal que va desde 1 a 99) y la escala típicas (cuya media vale 50 y su desviación típica es de 20 unidades). En el manual original de Maslach y Jackson se emplearon las categorías baja (centiles del 1 a 33), media (del 34 al 66) y alta (del 67 al 99) para clasificar la variabilidad de los resultados. Con este criterio normativo para la interpretación construyeron una tabla con las principales muestras. Siguiendo el mismo criterio el Manual de la revisión española (Seisdedos, 1997) recoge esta clasificación y los estadísticos básicos con sus muestras.

TABLA 3

Distribución en función del género

Género	#	Porcentaje
Mujeres	42	57%
Hombres	43	43%
TOTAL	74	100%

Encuesta aplicada a estudiantes del V ciclo de la Facultad de Medicina de la U.C.S.G.

Género.

Presencia de una mayor participación del género femenino con el 57% que corresponde a 42 estudiantes del género femenino y un 43% de estudiantes del género masculino.

TABLA 4

Distribución en función del rango de edad

Edad	#	Porcentaje
21-22	39	53%
23-24	25	34%
25-28	10	13%
TOTAL	74	100%

Encuesta aplicada a estudiantes del V ciclo de la Facultad de Medicina de la U.C.S.G.

La muestra elegida proporciona los siguientes resultados divididos en tres rangos de edades: de 21 a 22 años el 53%, de 23 a 24 el 34% y de 25 a 28 años el 13% del total de los estudiantes del universo.

TABLA 5
Distribución en función a las horas diarias dedicadas al estudio teórico

Horas de Estudio	#	Porcentaje
3 horas diarias	14	17%
4 horas diarias	17	21%
5 horas diarias	10	22%
6 horas diarias	13	16%
8 horas diarias	20	24%
TOTAL	74	100%

Encuesta aplicada a estudiantes del V ciclo de la Facultad de Medicina de la U.C.S.G.

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes del V ciclo de la Facultad de Medicina de la U.C.S.G.

Horas diarias dedicadas al estudio teórico.

Se ha dividido la muestra en grupos por la cantidad de horas diarias que le dedican al estudio teórico, los resultados obtenidos fueron: el 17% de los estudiantes dedican 3 horas diarias, el 21% dedican 4 horas diarias, el 22% de los estudiantes dedican 5 horas diarias, el 16% dedican 6 horas diarias y el 24% dedican 8 horas diarias a sus estudios.

TABLA 6
Distribución en función a los promedios académicos

Promedios	#	Porcentaje
7 a 7.99	4	5%
8 a 8.99	48	65%
9 a 10	22	30%
TOTAL	74	100%

Encuesta aplicada a estudiantes del V ciclo de la Facultad de Medicina de la U.C.S.G.

Promedios académicos.

La distribución de los resultados en cuenta a los promedios académicos obtenidos por los estudiantes al término del ciclo/semestre A-2014 fue de 65% con promedios de 8 a 8.99 puntos, el 30% con promedios de 9 a 10 puntos y el 5% con 7 a 7,99 puntos por cada estudiante que participó en el universo

TABLA 7
Distribución en función a los promedios según el género masculino y femenino

Promedios	#	Porcentaje	Promedios	#	Porcentaje
Género Femenino			Género Masculino		
7 a 7.99	2	5%	7 a 7.99	2	6%
8 a 8.99	25	59%	8 a 8.99	23	72%
9 a 10	15	36%	9 a 10	7	22%
TOTAL	42	100%	TOTAL	32	100%

Encuesta aplicada a estudiantes del V ciclo de la Facultad de Medicina de la U.C.S.G.

DISCUSIÓN

El objetivo planteado, determinar la prevalencia del SB en los niveles de bajo desempeño académico de los estudiantes de carrera de Medicina de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, reveló la correlación entre las variables seleccionadas para el estudio.

A partir de las correlaciones realizadas y una vez aplicada la herramienta del MBI, al total de los estudiantes del universo escogido, se puede concluir e identificar la presencia del 22% del total del universo del síndrome de Burnout (nivel extremo) que en el género femenino representa el (14%). Los estudiantes con Burnout extremo son los que tienen los promedios más bajos de 7 a 8 y los demás, su promedio máximo alcanza hasta el puntaje 8,54. Ninguno llegó a tener un promedio mayor, siendo el promedio del curso 9,78 el más alto. Finalmente se determinó que los factores sociodemográficos (edad, género, relación de pareja, con quién reside, dedicación exclusiva al estudio o cuantas horas dedican al estudio teórico adjuntado el práctico y promedios académicos), si son elementos que influyen a desarrollar la presencia del síndrome dentro del grupo de estudiantes tomados para el estudio.

Se observa que factores como el género (femenino), la edad 21 años (los más jóvenes), la dedicación exclusiva al estudio (no tener otra fuente de equilibrio para el uso del tiempo) sí inciden en cuanto a la presencia del Burnout, el factor que hace referencia a la relación de pareja en cambio, parece no ser un elemento relevante, con quien reside no aporta un elemento significativo puesto que la mayoría vive con sus padres y es difícil mediante ese dato hacer una correlación válida porque no hay referentes diferenciales. El tiempo dedicado a los estudios teóricos prácticos no establece una relación que manifieste ser un indicador de relevancia preponderante.

A diferencia de factores como la relación de pareja, la dedicación al estudio para las prácticas, el total de horas dedicadas al estudio que produzcan mayormente la presencia de síndrome de Burnout es indudable que avanza el síndrome, se hace poco probable una buena activación emocional del sujeto que le permita hacer frente a las crisis y conservar una conducta eficiente y la mente fría. Los niveles de bienestar y ajuste psicológico de los estudiantes de la carrera de Medicina pueden verse afectados de manera negativa no solo a nivel académico sino en otras dimensiones de su vida.

De allí que sea apremiante que la universidad ofrezca una enseñanza de calidad que considere todas las variables implicadas en el proceso enseñanza-aprendizaje, que velen por el bienestar integral de sus estudiantes. Otras variables asociada a lo académico son las características individuales de los estudiantes que deben tener en cuenta el cambio en el desempeño de roles, organización del tiempo, entre otras, teniendo en cuenta sus hábitos y necesidades que les corresponde a esta etapa de su vida. No se debe olvidar, que en la educación superior, se debe extender y optimizar los procesos de orientación, apoyo y seguimiento al estudiante, creando métodos de enseñanza más equitativo, reprogramando la línea a las nuevas necesidades y niveles de exigencias educativas, abriendo una mejor comunicación entre los docentes y los estudiantes para que se pueda optimizar la calidad de aprendizaje universitario.

En el escenario real, el balance es que ese factor, desarrollar la inteligencia emocional no está recibiendo la atención que merece, siendo el síndrome de Burnout solo manejable desde la perspectiva de darle herramientas que fortalezcan esta área: autoestima, motivación, auto motivación, autocontrol, asertividad, manejo de relaciones sociales, un nivel alto de comunicación, de organización de tiempo equilibrado, sentimiento de logro. Por el bienestar integral de los estudiantes esta área debe ser reforzada e incluida en las metas de la universidad dentro de la formación del estudiante para que alcance con éxito un proyecto de vida óptimo.

CONCLUSIONES

Es necesario tener presente, que todo grupo humano tiene sus particularidades y especificidades, de allí la necesidad de orientar y direccionar de manera especial, por ello se hacen las recomendaciones que permitan a este grupo de estudiantes, afrontar de manera efectiva todas demandas por las que transitan en la nueva era de la educación universitaria. Se debe partir de la elaboración de programas de intervención a nivel individual o grupal, orientadas a la mejora el bienestar general del estudiante, a más de otorgar recursos que le permitan proyectarse como el profesional competente que requiere la sociedad actual. Es vital e importante la prevención.

Así lo denuncia la Organización Mundial de la Salud (OMS) donde informa que para el 2021 la causa más importante de interferencia laboral será el estrés. Otra de las actividades que contribuyen y aportan en la mejoría del sujeto es promover tratamiento terapéuticos efectivos. El desarrollar propuestas de viajes continuos como mecanismos de elaboración, permitirá al estudiante el alejarse de los problemas, lo que usualmente transforma y mejora la situación personal. El evadir la rutina y el tedio, así como el alejarse de lo cotidiano es darse la oportunidad de conocer nuevas personas o lugares, el complacerse al observar nuevos paisajes y culturas, provoca sentimientos de bienestar que deben ser aprovechados.

Estas significativas recompensas tienden a mejorar el estado anímico, aunque sea de forma temporal. Se debe tener presente que el personal de la salud debe realizar controles psicológicos periódicos a los estudiantes, que advierta el estrés antes que se tienda a desarrollar una alta fragilidad física y o psíquica, de allí se identificará y diagnosticará precozmente la necesidad de fortalecer una actitud mental optimista que contrarreste la sensación de estrés. Desde otro ámbito, el aspecto personal y la proyección profesional, sin duda deben cubrir las expectativas propias de cada sujeto, de allí, que es indispensable, crear proyectos que trabajen constantemente en el proyecto de vida realista individual y laboral.

No se puede dejar de lado, la importancia de diseñar programas a rediseñar mallas de enseñanza aprendizaje de manera controlada y equitativa, así como acciones de prevención y de intervención dirigidos a amortiguar el impacto del Burnout, especialmente con aquellos estudiantes o población estudiantil con desempeño académico muy bajo. Los estudiantes deben proceder a ser informados por medios de programas de salud mental en campañas como educación preventiva (tanto psicológica como conductual) frente al síndrome. Se debe educar como resistir o enfrentar los conflictos.

Debe ser objetivo de la universidad, como toda institución, desear que sus estudiantes sean sujetos dispuestos y emprendedores, que sean activos y partícipes, que se apropien de sus responsabilidades y compromisos, que sean capaces de ejercer su futura profesión con honorabilidad y mucha ética. La presencia del Síndrome de Burnout no contribuye a este propósito. Se debe desarrollar en ellos, cómo futuros médicos, por medio de la inclusión en la enseñanza, estudios generales de contenidos que permitan un adiestramiento en habilidades sociales enmarcada en sus roles, funciones y accionar cotidiano y de manera especial en el desarrollo de una conducta asertiva, que le permita actuar conforme a sus intereses, protegerse sin dañar, decir y expresar sus ideas, cumplir responsable y eficientemente sus tareas. No hay que olvidar que este síndrome puede infectar peligrosamente a todos los miembros de un grupo o equipo produciendo un Burnout grupal, de allí, una vez más la importancia de tener presente vías de detección y prevención del mismo. Se debe subrayar además, la existencia de las diferencias en el género, pues los estudiantes del género masculino son los que están mayormente expuestos a los agentes estresantes del síndrome de Burnout.

Como aporte final luego de todos los datos, cifras y estudios realizados es necesario descubrir las mejores formas de prevenir y manejar esta situación al igual que entender más a fondo su importancia y resaltar la difusión de los hallazgos dentro de la institución, para que tienda a disminuir y conlleve a un mejor vivir no solo a nivel de la enseñanza académica en los salones de clases sino también a nivel personal y su relación con todas las actividades que como ser humano deberá desarrollar de manera integral.

Referencias

- Albán, J., & Calero, J. (2017). El rendimiento académico: aproximación necesaria a un problema pedagógico actual. *Revista Conrado*, 13(58), 123-220.
- Bughi AS, Sumcad J, Bughi S. (2006). Effect of brief behavioral intervention program in managing stress in medical students from two southern California universities. *Med Educ* 11 (7): 11-8
- Bramness JG, Fixdal TC, Vaglum P. (1991). Effect of medical school stress on the mental health of medical students in early and late clinical curriculum. *Act Psy Scand*; 84(1), 340-345.
- Caballero, C., Abello, R., & Palacio, J. (2007). Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 25(2), 98-111. <https://doi.org/10.1590/S1020-49892009000200007>
- Chávez SM, González SH, Velázquez EH, Acosta BJL, Bastián M del CS. (2016) Síndrome de Burnout y Salud Mental en Enfermeras de un hospital. *NURE Investig*; 12 (82)
- Dyrbye LN, Thomas MR, Shanafelt TD. (2006). Systematic review of depression, anxiety, and other indicators of psychological distress among U.S. and Canadian medical students. *Acad Med*; 81 (4): 354-73.
- Jamanca R. (2007). *Síndrome de Burnout en personal médico del Hospital Nacional Cayetano Heredia*. Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima, Perú.

- León CA. (1986). La higiene mental en el medio universitario. *Rev Colomb Psiquiatric*; 15(1), 143-63
- Román C, Ortiz F, Hernández Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Lat ibero med*; 13 (4): 17-26
- Rosales, Y., Rosales, F. (2013). Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. *Salud Mental*, 36(4), 337-345.