

SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES DE CULTURA FÍSICA

Burnout Syndrome in students of Physical Education

Yury Rosales Ricardo *, <https://orcid.org/0000-0002-0525-2405>

Vinicio Caiza Ruiz, <https://orcid.org/0000-0002-9181-5699>

Sonia Álvarez Carrión, <https://orcid.org/0000-0002-9439-2257>

Universidad Nacional de Chimborazo, Ecuador

*Autor para la correspondencia email: yuryrr82@gmail.com

Para citar este artículo: Rosales Ricardo, Y., Caiza Ruiz, V. y Álvarez Carrión, S. (2024). Síndrome de Burnout en estudiantes de Cultura Física. *Maestro y Sociedad*, (Número Especial Vinculación Sociedad y Educación), 53-56. <https://maestroysociedad.uo.edu.cu>

RESUMEN

Introducción: El estudio del Burnout en estudiantes universitarios es una línea de investigación novedosa y muy reciente. El objetivo de esta investigación es determinar los niveles de síndrome de Burnout en estudiantes de Cultura Física y Ciencias Médicas de Holguín. **Material y métodos:** Se realizó un estudio transversal durante septiembre 2012 y febrero de 2013. Se aplicó el Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS), validándose en una muestra total de 487 estudiantes, de Medicina (288), Estomatología (64) y Cultura Física (135) de Holguín, utilizando un muestreo aleatorio estratificado. **Resultados:** El sexo femenino (agotamiento: 30.4%, ineficacia: 8.7%, cinismo: 8.7%), sexo masculino (32.1%, 23.2% y 12.5% respectivamente). Predominó el agotamiento en ambos sexos (31.9%), seguido de la ineficacia (20.7%) y el cinismo (11.9%). **Discusión:** Los estudios realizados en este sentido han estado dirigidos a la confirmación de la incidencia del síndrome en estas muestras pre profesionales. **Conclusiones:** En los de Cultura Física no hay diferencias significativas entre ambos sexos en cuanto a los niveles de síndrome de Burnout.

Palabras clave: Síndrome de Burnout, estudiantes universitarios, salud mental.

ABSTRACT

Introduction: The study of Burnout in university students is a novel and very recent line of research. The objective of this research is to determine the levels of Burnout syndrome in students of Physical Culture and Medical Sciences in Holguín. **Material and methods:** A cross-sectional study was carried out during September 2012 and February 2013. The Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) was applied, validating it in a total sample of 487 students, from Medicine (288), Stomatology (64). and Physical Culture (135) of Holguín, using stratified random sampling. **Results:** Female sex (exhaustion: 30.4%, ineffectiveness: 8.7%, cynicism: 8.7%), male sex (32.1%, 23.2% and 12.5% respectively). Exhaustion predominated in both sexes (31.9%), followed by ineffectiveness (20.7%) and cynicism (11.9%). **Discussion:** The studies carried out in this sense have been aimed at confirming the incidence of the syndrome in these pre-professional samples. **Conclusions:** In Physical Culture there are no significant differences between both sexes in terms of levels of Burnout syndrome.

Keywords: Burnout syndrome, university students, mental health.

Recibido: 19/10/2023 Aprobado: 4/12/2023

INTRODUCCIÓN

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. Las instituciones de educación superior suelen ser lugares altamente estresantes; en dichas instituciones los alumnos se enfrentan de manera cotidiana a una serie de demandas que bajo su propia valoración se constituyen en situaciones generadoras de estrés, estas situaciones cuando son prolongadas y frecuentes pueden conducir al síndrome de Burnout.

En relación con otros tipos de estudiantes, en el universitario estas situaciones se pueden incrementar pues los programas de estudios de la mayoría de las carreras están considerablemente cargados en volumen de contenido, horas clase, mucho tiempo de autoestudio y realización de trabajos independientes además del proceso de creación de conocimiento y retroalimentación importante que ocurre en este nivel de enseñanza. Todo esto puede combinarse con los problemas personales, propios de cada estudiante.

La vertiente que se estudia es la generalización del síndrome al ámbito académico estudiantil de pregrado, y surge de la presunción de que los estudiantes universitarios, al igual que cualquier profesional, se encuentran con presiones y sobrecargas propias de la labor académica. Uribe (2017), señala que los estudiantes al igual que cualquier trabajador, mantienen una relación de compensación directa e indirecta con la institución universitaria, evidenciada en apoyos económicos, becas, reconocimientos o premios. Esta presunción permite investigar las respuestas del individuo ante la tensión y sus implicaciones en su sensación de bienestar frente a los estudios (Moreno-Jiménez, Bernardo et al, 2008) . La operacionalización del burnout académico ha sido posible a partir de la estandarización del MBI-GS en estudiantes universitarios, lo cual dio origen al cuestionario de Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) de Schaufeli, Martínez, Marques, Salanova & Bakker (2002).

Su aplicación demostró la presencia de una proporción importante de jóvenes que reflejan agotamiento por las demandas del estudio, además de actitudes de desinterés, autosabotaje frente a las actividades académicas y dudas acerca del valor del estudio (cinismo) y sentimiento de incompetencia como estudiantes (autoeficacia) (Moreno, Bernardo *et al*, 2008; Pereda *et al*, 2009).

Por último, hay que decir que todo esto parte de un insuficiente estudio integrador de Burnout que se produce en los estudiantes universitarios que limita las posibilidades de diagnóstico y control del mismo y por tanto su estabilidad psicosomática.

Objetivo: Determinar los niveles de síndrome de burnout en estudiantes de cultura física.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se realizó un estudio transversal durante septiembre 2012 y enero 2013. Se aplicó el Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) que fue validado para diagnosticar SB en sus tres dimensiones académicas (agotamiento, cinismo e ineficacia) en una muestra total de 135 estudiantes de cultura física de Holguín-Cuba, utilizando un muestreo aleatorio estratificado con participación proporcional. Según resultados se aplicaron puntos de corte en terciles, primer tercio sin SB, el segundo con SB moderado y el tercero con SB profundo.

RESULTADOS

En estudiantes de cultura física en cambio hubo una gran similitud entre ambos sexos, sexo femenino (agotamiento: 30.4%, ineficacia: 8.7%, cinismo: 8.7%), sexo masculino (32.1%, 23.2% y 12.5% respectivamente). Predominó el agotamiento en ambos sexos (31.9%), seguido de la ineficacia (20.7%) y el cinismo (11.9%) (Tablas 1 y 2).

Tabla 1. Prevalencia del Burnout carrera Cultura Física

Dimensión	Hembras	%	Varones	%
Agotamiento	7	30.4	36	32.1
Cinismo	2	8.7	14	12.5
Ineficacia	2	8.7	26	23.2

Tabla 2. Desglose por año. Estudiantes con burnout moderado o profundo. Carrera Cultura Física

Dimensión	1ro	%	2do	%	3ro	%	4to	%	5to	%	Total	%
Agotam.	3	30.0	12	30.0	16	40.0	4	20.0	8	32.0	43	31.9
Cinism.	0	0	0	0	16	40.0	0	0	0	0	16	11.9
Inefic.	2	20.0	4	10.0	16	40.0	4	20.0	2	8.0	28	20.7

DISCUSIÓN

La prevalencia del síndrome de Burnout, en el ámbito académico, varía ampliamente, lo cual dependerá, entre otras variables, del instrumento que se utilice, de los criterios para diagnosticarlo y de la carrera o especialidad que se encuentre cursando el estudiante. En general, se encuentra gran información de la prevalencia del

burnout en estudiantes que parten del contexto laboral. Desde esta perspectiva, se encuentran estudios que señalan la prevalencia del síndrome teniendo en cuenta, de forma separada, sus diferentes dimensiones. Un ejemplo de este tipo de trabajos es el presentado por Acioli & Beresin (2007), quienes señalan que los estudiantes de la Facultad de Enfermería del Hospital Israelí Albert Einstein, presentan Burnout de la siguiente manera: 73.51% padece de agotamiento emocional, 70.56% de despersonalización y 76% de baja realización personal (Dominguez *et al.*, 2021).

Los resultados de otro estudio indican que los estudiantes que trabajan se perciben más autoeficaces y dedicados que quienes no lo hacen. Asimismo, no se presentaron diferencias en el promedio académico ni en el número de vacaciones realizadas y semestres perdidos entre los dos grupos de estudiantes, pero, las personas que no trabajan han perdido mayor número de exámenes. (Caballero, 2010)

La preocupación de las universidades por ofrecer una enseñanza de calidad supone considerar todas las variables implicadas en el proceso enseñanza-aprendizaje. En este sentido, es importante la identificación de los obstáculos y facilitadores que los estudiantes encuentran en el cumplimiento de sus tareas y la relación de éstos con el bienestar psicológico y desempeño académico. Otra situación encontrada es que existen muy pocos estudios sobre la incidencia del burnout en estudiantes de Cultura Física, que lo caractericen y diagnostiquen en este grupo particular. Esta se ha estudiado fundamentalmente en estudiantes de medicina, enfermería, psicología y magisterio en ese orden de relevancia y número (Moreno *et al.*, 2001; Cano y Martín, 2005; Gutiérrez, 2009; Moreno, 2009; Vázquez, 2010; Rosales, 2012).

En estudiantes de cultura física y deportes sólo se encontró el realizado por el profesor Moreno González (2009) en estudiantes de educación física y deportes de la universidad del Tolima, Colombia. Aquí los resultados obtenidos fueron: síndrome de Burnout mediano en el sexo femenino, en la categoría Despersonalización; con respecto a edades los de menor edad resultó ser el más afectado. Se observó que la dimensión más afectada en los hombres aunque baja fue cansancio emocional, seguido por la dimensión despersonalización, en cuanto el área realización personal fue baja tanto en hombres como en mujeres. Es decir, que se queda a nivel de diagnóstico con los instrumentos que actualmente se aplican.

En la actualidad se le concede gran importancia, específicamente en las áreas del deporte, la educación y de la salud. No obstante, hay algunos investigadores cubanos que han trabajado y realizado investigaciones acerca del Burnout (Valadez *et al.*, 2019).

En el 2003 la revista Cubana de Salud Pública publicó un artículo del Doctor Héctor Román que nos habla del Burnout en los profesionales de la salud de los niveles primarios y secundarios de atención, destacando en este artículo un estudio realizado en los centros médicos del país aplicando un inventario de comportamiento para indagar los niveles de Burnout presentes en los profesionales de la medicina y destacando en este sus más enmarcados signos y síntomas de Burnout. En caso de estudiantes es aún más escasa. En un estudio realizado en estudiantes trabajadores de enfermería, en Cienfuegos, Cuba, el personal de enfermería tuvo una alta predisposición a padecer el Síndrome de Burnout, sobre todo cuando es estudiante universitario (Barco, 2008)

En otro realizado en la Universidad de Ciencias Médicas de Holguín, Cuba la mayoría de los estudiantes fueron diagnosticados con Síndrome de Burnout leve, siendo el sexo femenino el más golpeado. (Rosales-Ricardo, 2012). Aquí se escogieron aleatoriamente 70 estudiantes de primer año, 35 de cada sexo (85 % de la población de los estudiantes de primer año de medicina de la sede central), a los que se les aplicó el instrumento Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil. El sexo femenino (sin Burnout 0, Burnout leve 25, Burnout moderado 10, Burnout profundo 0), fue el de mayor incidencia de Burnout en comparación con los varones (sin Burnout 10, Burnout leve 24, Burnout moderado 1, Burnout profundo 0). Hubo un predominio del Burnout leve en ambos sexos.

En los varones se encontraron estudiantes sin Burnout y solo uno con moderado. En las hembras todas las estudiadas tenían Burnout y una parte considerable moderado. No se encontraron casos de Burnout profundo en ninguno de los sexos. Por tanto, los estudiantes estuvieron afectados en su mayoría por el Síndrome de Burnout. Las hembras estuvieron más afectadas que los varones. (Rosales-Ricardo, 2012).

CONCLUSIONES

En los de Cultura Física no hay diferencias significativas entre ambos sexos en cuanto a los niveles de síndrome de Burnout. De las tres dimensiones es el agotamiento el que más incide en ambos sexos de manera general, seguido de la ineficacia académica, el cinismo es muy poco significativo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Caballero Domínguez, C. C., Hederich, C., & Palacio Sañudo, J. E. (2010). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista latinoamericana de Psicología*, 42(1), 131-146.
2. Cabrera-Pivaral, C. E. (2009). Efecto de una intervención psicoeducativa para disminuir el Síndrome Burnout en personal de confianza de la Comisión Federal de Electricidad. *Salud Ment*; 32(3), 215-221.
3. Dominguez-Lara, S., Alarcón-Parco, D., Fernández-Arata, M., Tamayo-Agudelo, W., Bernal-Vargas, L., & Uscanga, Y. (2021). Invarianza factorial de una medida de burnout académico entre estudiantes universitarios de Perú, México y Colombia. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 13(3), 70-86.
4. Gutiérrez, D. (2009) Prevalencia del Síndrome de Burnout en estudiantes de nivel medio superior. *Investigación Educativa Duranguense*; 5(11):29-38. <http://www.redie.org/librosyrevistas/libros/investigaciones.pdf>
5. Maslach, C., Jackson, S. E., Leiter, M. P. (1996). *Maslach Burnout Inventory*. Consulting Psychologist Press.
6. Moreno, A. (2009). Síndrome de Burnout en estudiantes de educación física y deportes de la universidad de Tolima. *Revista EDU-Física*; 2(6).
7. Moreno-Jiménez, B. et al. (2008). Terminal versus non-terminal care in physician burnout: the role of decision-making processes and attitudes to death. *Salud Ment*; 31(2), 93-101.
8. Pereda-Torales, L. et al. (2009). Síndrome de Burnout en médicos y personal paramédico. *Salud Ment*; 32(5), 399-404.
9. Rosales-Ricardo Y. (2012) Estudio unidimensional del Síndrome de Burnout en estudiantes de Medicina de Holguín. *Rev. Asoc. Esp. Neuropsic*; 32(116): 521-545
10. Salanova Soria M, Martínez I, Bresó E, Llorens G. (2005) Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Anales de Psicología*; 21(1):170-180
11. Uribe, M. Á., & Illesca, M. (2017). Burnout en estudiantes de enfermería de una universidad privada. *Investigación en educación médica*, 6(24), 234-241.
12. Valadez Jimenez, A., Uribe Alvarado, J. I., Vacío Muro, M. D. L. Á., & Torres-López, T. M. (2019). Relación entre situaciones generadoras de estrés, burnout y afrontamiento en entrenadores deportivos. *Revista de psicología del deporte*, 28(2), 0161-168.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

Declaración de responsabilidad de autoría

Los autores del manuscrito señalado, DECLARAMOS que hemos contribuido directamente a su contenido intelectual, así como a la génesis y análisis de sus datos; por lo cual, estamos en condiciones de hacernos públicamente responsable de él y aceptamos que sus nombres figuren en la lista de autores en el orden indicado. Además, hemos cumplido los requisitos éticos de la publicación mencionada, habiendo consultado la Declaración de Ética y mala praxis en la publicación.

Yury Rosales-Ricardo, Vinicio Caiza-Ruiz y Sonia Álvarez-Carrión: Proceso de revisión de literatura y redacción del artículo.