

UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

CARRERA DE MEDICINA Y CIRUGÍA

*Tesis para optar por el grado académico de
Licenciatura en Medicina y Cirugía*

**FACTORES DE RIESGO PARA
DESARROLLO DE SÍNDROME DE
BURNOUT EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS: UNA REVISIÓN
SISTEMÁTICA 2013-2023**

GABRIELA LÓPEZ CHAVES

2024

TABLA DE CONTENIDOS

ÍNDICE DE CONTENIDO	
ÍNDICE DE TABLAS	
ÍNDICE DE FIGURAS	
DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
RESUMEN	
CAPÍTULO 1: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	10
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	11
1.1.1. Antecedentes del problema	11
1.1.2. Delimitación del problema	15
1.1.3. Justificación	15
1.2. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	16
1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	17
1.3.1. Objetivo General	17
1.3.2. Objetivos específicos	17
1.4. ALCANCES Y LIMITACIONES	17
1.4.1. Alcances de la investigación	17
1.4.2. Limitaciones de la investigación	18
CAPÍTULO 2: MARCO TEÓRICO	19
2.1. GENERALIDADES DEL SÍNDROME DE BURNOUT	20
2.1.1. Historia del Síndrome de Burnout	20
2.1.2. Definiciones	23
2.2. ETIOPATOGENIA DEL SÍNDROME DE BURNOUT	25
2.2.1. El estrés y su relación con el Burnout	25
2.2.2. Modelos explicativos del síndrome de Burnout	26
2.2.3. Factores de riesgo	28
2.3. MANIFESTACIONES CLÍNICAS	31
2.4. DIAGNÓSTICO	32
2.4.1. Maslach Burnout Inventory	32
2.5. CONSECUENCIAS	34
2.5.1. Envejecimiento acelerado	34

2.5.2.	Mortalidad	34
2.5.3.	Enfermedades cardiovasculares.....	34
2.5.4.	Diabetes Mellitus tipo 2.....	34
2.5.5.	Función inmunitaria y microinflamación	35
CAPÍTULO 3: MARCO METODOLÓGICO		36
3.1.	ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN	37
3.2.	TIPO DE INVESTIGACIÓN	37
3.3.	UNIDADES DE ANÁLISIS U OBJETOS DE ESTUDIO	37
3.3.1.	Área de estudio	38
3.3.4.	Muestra	39
3.3.5.	Búsqueda y selección de estudios.....	40
3.3.6.	Criterios de exclusión e inclusión.....	40
3.4.	INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS	41
3.5.	DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	41
3.6.	OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES	42
3.7.	PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	43
3.8.	ORGANIZACIÓN DE DATOS	44
3.9.	ANÁLISIS DE DATOS.....	44
CAPÍTULO 4: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS		45
4.1.	RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	46
4.2.	CARACTERÍSTICAS DE LOS ESTUDIOS ESCOGIDOS	46
4.3.	ESTUDIOS INCLUIDOS EN LA INVESTIGACIÓN	46
CAPÍTULO 5: DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS		52
5.1.	DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	53
5.1.1.	Factores de riesgo académicos asociados al Síndrome de Burnout	53
5.1.2.	Factores de riesgo extraacadémicos asociados al Síndrome de Burnout	55
5.1.3.	Características de los factores de riesgo asociados al Síndrome de Burnout.....	56
CAPÍTULO 6: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....		58
6.1.	CONCLUSIONES.....	59
6.2.	RECOMENDACIONES.....	60
BIBLIOGRAFÍA		61
GLOSARIO Y ABREVIATURAS.....		69

ANEXOS	71
DELARACIÓN JURADA.....	72
CARTA DEL TUTOR.....	73
CARTA DEL LECTOR.....	74
AUTORIZACIÓN DEL CENIT.....	75

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1	42
Tabla N° 2	43
Tabla N° 3	43
Tabla N° 4	47

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Diagrama de flujo PRISMA.....	39
---	----

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a mi familia: a mis abuelitos Hugo e Ileana, a quienes debo en mayor medida cualquier mérito o logro, pues ellos han sido siempre la piedra angular de mi vida; a mis hermanos Víctor y Priscilla, quienes son mis confidentes, mis mejores amigos y quienes han prestado su apoyo incondicional siempre; a mi mamá, Mariela, por su amor incondicional y todo su apoyo; a mi tía, la Dra. Ileana Chaves, porque es fuente de apoyo inagotable, y a quien admiro profundamente, y a mi prima Daniela, a quien amo como a una hermana y que siempre ha sido generosa conmigo, buscando siempre solventar mis necesidades; a mis bisabuelas Hada Luz y Teresa, quienes le dan brillo a mi vida a través de su apoyo y amor; a mis amados tíos, Ronald y Lorena, quienes han impulsado mis sueños y me han ayudado a convertirme en una mejor persona cada día, a ellos agradezco además, todo el apoyo y confianza que me han brindado.

También, dedico esta tesis a la familia que yo escogí, a mi novio Bernal, quien ha sido mi cómplice y mejor amigo, su apoyo y amor han sido fundamentales para mí. A mis suegros, Ana Yancy y Bernal, por su constante motivación, palabras de aliento y soporte.

Finalmente, pero siendo Él el más importante, dedico mi tesis a Dios, toda la gloria de mis logros sea siempre para mi Señor Jesús.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a mi tutor, el Dr. Allan Rímola, por su guía experimentada, su interés en mi proyecto y toda la valiosa retroalimentación que me brindó.

RESUMEN

El Síndrome de Burnout es un fenómeno de la psicología que se ha asociado principalmente a ocupaciones remuneradas; sin embargo, la evidencia más reciente es concluyente en que, el Síndrome de Burnout podría no limitarse a solo al ámbito profesional, sino que, guardaría estrecha relación, en este caso, con el estudio.

La presente revisión sistemática tiene como objetivo determinar los factores de riesgo asociados al desarrollo de Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios, durante el período 2013-2023.

Para ello, se dirigió una búsqueda sistemática de artículos publicados en Pubmed y Scielo en idioma español e inglés. Se seleccionaron, mediante el método PRISMA once estudios transversales de diferentes países que identificaron factores de riesgo asociados a SBO en estudiantes universitarios.

Se identificaron factores de riesgo académicos y extraacadémicos. Los principales factores de riesgo académicos identificados fueron: el estrés académico, la percepción de falta de apoyo por parte de las autoridades universitarias, ser estudiante de una ciencia de la salud y la percepción de un ambiente competitivo mas no cooperativo.

Con respecto a los factores de riesgo extraacadémicos, se caracterizaron como: 1) factores de riesgo sociodemográficos, siendo más susceptibles a padecer SBO las mujeres, las personas mayores en edad y las personas de etnia afrodescendiente; 2) factores de riesgo psicológicos, asociando mayor prevalencia en personas con antecedentes de enfermedades mentales previas y con poca tolerancia al estrés; 3) factores de riesgo propios de la personalidad, donde se identificó que ser ambicioso se identificó como un factor de riesgo, debido a que sus altas

expectativas suelen no cumplirse a lo largo de la carrera universitaria; 4) factores de riesgo personales como vivir lejos del centro de estudio, pertenecer a una minoría social y trabajar para poder estudiar se asociaron ampliamente con el síndrome de Burnout; y 5) factores de riesgo interpersonales, los estudiantes que mostraron falta de apoyo social asociaron niveles más altos de Síndrome de Burnout.

Se recomienda la realización rutinaria de estudios transversales dedicados a identificar SBO entre estudiantes debido a su alta prevalencia, en especial entre estudiantes de carreras universitarias.

Abstract

The Burnout Syndrome is a psychological phenomenon which is mainly associated with paid occupations; nevertheless, recent evidence concludes in the fact that Burnout Syndrome could not be limited to only the professional ambit, but would have a close relationship, in this case, with being an university student.

The present systematic review aims to determine the risk factors associated with the development of Burnout Syndrome in university students, during the period of 2013-2023.

To this end, a systematic search was conducted for articles published in Pubmed and Scielo in Spanish and English. Eleven cross-sectional studies from different countries that identified risk factors associated with Burnout Syndrome in university students were selected using the PRISMA method.

Academic and extra-academic risk factors were determined. The main academic risk factors identified were: academic stress, the perception of a lack of support from university authorities,

being a student of a health science, and the perception of a competitive but not cooperative environment.

Regarding extra-academic risk factors, they were characterized as: 1) sociodemographic risk factors, where being a women, being older, and being black were more susceptible to suffer from Síndrome de Burnout; 2) psychological risk factors, with a higher prevalence associated with people with a history of previous mental illness and low tolerance to stress; 3) personality risk factors, where being ambitious was identified as a risk factor, since high expectations are often not met throughout the university career; 4) personal risk factors such as living far from the study center, belonging to a social minority, and working to be able to study were widely associated with Burnout Syndrome; y 5) interpersonal risk factors, with students who showed a lack of social support associated higher levels of Burnout Syndrome.

Routine cross-sectional studies to identify SBO among students are recommended due to its high prevalence, especially among college students.

CAPÍTULO 1: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1.1. Antecedentes del problema

1.1.1.1. Antecedentes nacionales

En Costa Rica, el síndrome de Burnout se ha estudiado poco, sin embargo, se ha evaluado principalmente entre trabajadores y estudiantes ciencias de la salud. En los últimos 10 años, se han publicado dos tesis que evalúan la prevalencia del síndrome de Burnout en personal y estudiantes de enfermería.

En el año 2013, Arias-Garro & Castro-Leitón, publican la tesis “Prevalencia del síndrome de *Burnout* y factores sociodemográficos y laborales asociados en enfermeros (as) profesionales del Hospital Nacional de Niños durante el mes de Setiembre 2012”, donde se determina que la prevalencia de Síndrome de Burnout en enfermeros del Hospital Nacional de Niños es del 1,4%, donde un 30.3% de la población estudiada presenta un riesgo mediano de Burnout, o directamente son portadores del mismo (p.162).

En el año 2015, se desarrolla el proyecto de tesis llamado “Prevalencia del Síndrome de Burnout Académico en los y las estudiantes que cursan la carrera de Licenciatura en Enfermería, en la Universidad de Costa Rica durante el año 2014”, donde se observa que un 65% de los estudiantes de Enfermería de la Universidad de Costa Rica presentan alto riesgo de padecer síndrome de Burnout académico, y la prevalencia aumenta en estudiantes de último año (Bolaños-Reyes & Rodríguez-Blanco, 2015).

En un contexto más reciente, el “Estudio correlacional del síndrome Burnout Académico y el bienestar psicosocial en estudiantes universitarios en Costa Rica en el sistema público y privado”, publicado en el año 2023, concluye que, en general, los estudiante presentaban niveles

altos de agotamiento emocional, bajo nivel de cinismo y una alta eficacia académica, resultados que permanecen constantes independientemente de la profesión en que se estén formando, por lo que, la autora señala la posibilidad de que la carrera no tendría un rol modulador en el desarrollo del síndrome como establece otra literatura (Freitas, 2023).

En el año 2024, se publica el artículo “Consideraciones acerca del Síndrome del Burnout en el Estudiantado Universitario”, una revisión bibliográfica que permite analizar el impacto del Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios, su génesis y el impacto de la virtualidad en el desarrollo del síndrome. (Mora & Ruiz, 2024)

1.1.1.2. Antecedentes internacionales

Debido a que el síndrome de Burnout es especialmente prevalente en estudiantes universitarios de carreras de salud, y una de las complicaciones más severas de este es el suicidio, Pomavilla & Calle (2018) publican el estudio descriptivo y transversal “Riesgo suicida en universitarios de la carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Cuenca, extensión Cañar, Ecuador”, donde se observa que hasta un 44% de la muestra presenta ideación suicida, un 68% baja autoestima y desesperanza, y un 88% incapacidad de afrontamiento de emociones (p. 35).

En el año 2019, la Organización Mundial de la Salud caracteriza al Síndrome de Burnout como un síndrome de desgaste ocupacional y lo incluye en la onceava Revisión de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11) (Organización Mundial de la Salud, 2019).

Algunos autores sugieren que el Síndrome de Burnout en personal médico podría tener su génesis en la Escuela de Medicina, como concluye el estudio “Burnout in medical students before residency: A systematic review and meta-analysis”, publicado en el año 2019, donde se señala que uno de cada dos estudiantes de medicina sufre de Burnout incluso antes de cursar la residencia médica (Frajerman et al., 2019).

En el estudio “Burnout Académico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos”, publicado en el año 2020, concluye que un factor de riesgo importante para el desarrollo de Síndrome de Burnout Académico es ser independiente económicamente y trabajar concomitantemente a sus estudios, asociándose a mayor agotamiento físico y emocional (Guzmán et al., 2020).

“Assessment of burnout in medical students using the Maslach Burnout Inventory-Student Survey: a cross-sectional data analysis” es un estudio transversal, publicado en el año 2020, que implementa el uso de la Maslach Burnout Inventory-Student Survey para evaluar la prevalencia de Burnout en estudiantes de Medicina de la Universidad de Illinois (UICOM). En él, se concluye que los mayores predictores de agotamiento en estudiantes de medicina son: estar desfazado con el plan de estudios, ser mujer o demostrar mayor cinismo hacia su bienestar y carrera universitaria (Obregon et al., 2020).

Durante la pandemia de COVID-19, ocurre un aumento en la prevalencia de síndrome de Burnout en estudiantes universitarios. Las carreras que mostraron mayor aumento fueron las relacionadas a ciencias médicas. En el año 2021, se lleva a cabo el estudio multinacional europeo “Nursing students, mental health status during COVID-19 quarantine: evidence from three European countries”, donde se determina que el impacto de la pandemia fue negativo para la salud de estudiantes de enfermería, con una prevalencia especialmente alta de depresión en españoles (Patelarou et al., 2021).

En el año 2021, se publica el Metaanálisis y Revisión Sistemática “Prevalence of burnout among university students in low- and middle-income countries”, que determina que casi un tercio de los estudiantes universitarios de países con ingresos medio-bajos experimentan Síndrome de

Burnout, y reconoce la necesidad de habilitar herramientas que permitan identificar la prevalencia de Burnout en poblaciones universitarias de dichos países (Kaggwa et al., 2021).

El estudio “Students’ Burnout at University: The Role of Gender and Worker Status”, publicado en el año 2022, aplica la herramienta Burnout Assessment Tool–Core Symptoms short version (BAT-C-Short version) a 494 estudiantes universitarios italianos para evaluar la prevalencia de Síndrome de Burnout, y su asociación con el género y el trabajo. En él, se concluye que las mujeres son más propensas a sufrir desgaste emocional asociado a los estudios pues, en general, tienen más compromiso con sus estudios (Fiorilli et al., 2022).

De acuerdo con la American Psychological Association (APA), en el artículo “Burnout and stress are everywhere” publicado en el año 2022, durante el año 2021 se publicaron los resultados de la APA’s 2021 Work and Well-being Survey, aplicada a 1501 trabajadores estadounidenses adultos, donde se concluye que un 79% de los encuestados había experimentado estrés relacionado al trabajo en el último mes. Casi 3 de cada 5 de los entrevistados reporta impacto negativo de dicho estrés en su desempeño laboral (Abramson, 2022).

En el año 2022, la Organización Mundial de la Salud (OMS) junto con la Organización Internacional de Trabajo (OIT) solicitan nuevas medidas para abordar los problemas de salud mental en el trabajo, pues se estima que cada año 12000 millones de días de trabajo se pierden debido a problemas de salud mental como la depresión y la ansiedad asociados al trabajo. (Organización Mundial de la Salud & Organización Internacional del Trabajo, 2022)

En relación a las consecuencias psicológicas relacionadas a la pandemia por COVID-19, se registra un aumento de Síndrome de Burnout (así como de otros trastornos mentales) entre

estudiantes de medicina debido a múltiples factores (como metodología de aprendizaje en línea, estrés académico, soledad, miedo a infección, entre otros), tal y como se concluye en el estudio “The prevalence and risk factors of mental problems in medical students during COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis”, publicado en el año 2023 (Peng et al., 2023).

“Burnout and depression in college students” es un estudio publicado en el año 2024, en el cual se evalúa a 1096 estudiantes universitarios chinos, utilizando dos instrumentos, el Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) para evaluar la prevalencia de síndrome de Burnout entre encuestados, y el Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) para la identificación de síntomas de depresión. En él, se concluye que existe una alta comorbilidad entre síndrome de Burnout y depresión en la población encuestada (Wang et al., 2024).

1.1.2. Delimitación del problema

La presente investigación incluye a estudiantes universitarios de cualquier edad, ambos sexos y cualquier país, que pertenezcan a estudios realizados entre el período de 2013 a 2023, esto con la finalidad de determinar los factores de riesgo más prevalentes.

1.1.3. Justificación

El Síndrome de Burnout es un fenómeno asociado a la realización de una profesión u oficio. Sin embargo, más recientemente se han dirigido una serie de investigaciones, como las de autores como Schaufeli et al., 2002 o Armstrong & Reynolds, 2020 que identifican la presencia de síndrome de Burnout asociado a actividades académicas, y no exclusivamente a la realización de un trabajo.

A pesar de no ser considerado un trastorno mental, el síndrome de Burnout constituye un factor de riesgo para el desarrollo de patologías como: depresión, ideación suicida, síntomas físicos, y

condiciones potencialmente mortales como cardiopatías, tal y como documenta Bayes et al., 2021. Además, este padecimiento afecta directamente la calidad del servicio brindado a las personas y aumenta las posibilidades de que ocurran errores en la práctica de un oficio.

Es debido a que el síndrome de Burnout suele iniciar durante los estudios universitarios, que dirigir investigaciones orientadas a la detección temprana de síndrome de Burnout puede evitar el desarrollo de este padecimiento en la vida profesional; además, la identificación de factores de riesgo facilita la toma de decisiones en favor del estudiante, que le permitan desenvolverse con mayor efectividad en su rol académico.

En el caso del presente proyecto, la identificación de factores de riesgo asociados al desarrollo del síndrome de Burnout en estudiantes universitarios permitirá conocer cuáles grupos de estudiantes presentan mayor vulnerabilidad. A través del análisis estadístico de las características demográficas, económicas y educativas se buscará la identificación de grupos y factores de riesgo que puedan ser abordados tempranamente.

Esta investigación está motivada por el interés de favorecer el bienestar mental de las futuras generaciones de profesionales. La salud mental de los profesionales y estudiantes está en estrecha relación con su desempeño académico, aprendizaje y calidad de su trabajo.

1.2. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuáles son los factores de riesgo asociados al desarrollo de Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios?

1.3.OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. Objetivo General

Determinar los factores de riesgo asociados al desarrollo de Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios, durante el período 2013-2023

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar los principales factores de riesgo asociados a carga académica que contribuyen al desarrollo de Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios.
- Describir los factores de riesgo para el desarrollo de Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios relacionados a características extraacadémicas, tales como características sociodemográficas, culturales y económicas.
- Caracterizar los factores de riesgo implicados en el desarrollo del Síndrome de Burnout.

1.4. ALCANCES Y LIMITACIONES

1.4.1. Alcances de la investigación

Durante la elaboración de la presente revisión sistemática, se consigue cumplir con los objetivos planteados, logrando recopilar evidencia primaria sobre prevalencia de síndrome de Burnout en estudiantes universitarios, de diferentes carreras y en distintos contextos, así como los principales factores de riesgo asociados. Esto permite la recolección de datos que ayuden a la generación de evidencia de alta jerarquía sobre los posibles factores de riesgo asociados al desarrollo del síndrome de Burnout y su importancia.

1.4.2. Limitaciones de la investigación

Durante la realización de la presente revisión sistemática, se experimentaron una serie de limitaciones, tales como: carencia de bases de datos con énfasis en estudios sobre psicología, psiquiatría y neurociencias de acceso gratuito; ausencia de bibliografía en español y falta de estudios orientados a universidades latinoamericanas; escasez de estudios de más de 5 años de antigüedad; y exceso de bibliografía orientada a la carreras de ciencias de la salud, pero poca evidencia orientada a estudiantes de otras carreras universitarias.

w

CAPÍTULO 2: MARCO TEÓRICO

2.1. GENERALIDADES DEL SÍNDROME DE BURNOUT

2.1.1. Historia del Síndrome de Burnout

A principios de los años setenta, nace el concepto de síndrome de Burnout en los Estados Unidos, como una forma de describir los fenómenos experimentados en profesionales de áreas sociales (Olivares-Faúndez, 2017).

Según Lovo (2020), la primera vez que se utilizó el término Burnout data del año 1961, cuando Graham Green publica la obra titulada “a burn-out case”. Esta novela narra la historia de un arquitecto que, abrumado por su profesión, decide marcharse a la selva africana (p. 112).

Uno de los primeros reportes documentados de agotamiento asociado a una profesión data de 1971, realizado tres años antes de que se llevar a cabo la primera descripción del síndrome de Burnout. Durante las décadas de los sesenta y setenta, los controladores de tráfico aéreo estadounidenses habían reportado un tipo de fatiga ocupacional asociada al aumento de tráfico aéreo y el poco personal disponible. Esto desembocó en accidentes aéreos provocados por errores humanos (Samra, 2018).

En 1973, la Administración Federal de Aviación solicitó a la Escuela de Medicina de la Universidad de Boston el desarrollo de una cohorte prospectiva, que siguió a 416 controladores aéreos por tres años. El estudio identificó presencia de agotamiento asociado al trabajo, y un aumento en la incidencia, conforme pasaba el tiempo, de hipertensión arterial, así como de problemas psiquiátricos (Samra, 2018).

Herbert J. Freudenberger, psicólogo germano-americano, fue la primera persona en emplear la palabra “*Burn-out*”, término anglosajón que se traduce como “*quemarse*”, para describir el fenómeno de cansancio emocional asociado a una profesión (Rholetter, 2023).

El doctor Freudenberger utilizó esta expresión, inicialmente de manera coloquial, para describir los fenómenos emocionales experimentados por los voluntarios de la Clínica Gratuita de San Marcos, ubicada en Nueva York, los cuales él atendía como psicólogo. La Clínica Gratuita de San Marcos, junto con otras clínicas de la época, servían para la atención de personas en situación de calle y adictos a las drogas (Schaufeli, 2017).

Más que un académico, Freudenberger fue un psicoanalista cuyo trabajo se centraba en la práctica, y no tanto en la investigación propiamente, de modo que, su prioridad fue tratar y prevenir el Burnout (Schaufeli, 2017). A pesar de ello, Freudenberger llevó a cabo algunos estudios durante la década de los setenta, donde observó que sus pacientes más idealistas eran especialmente vulnerables a sufrir cansancio físico y emocional, hasta el punto de tornarse cínicos y distantes (Rholetter, 2023).

A mediados de los años setenta, la profesora Cristina Maslach, psicóloga social, junto con sus colegas, de manera independiente y simultánea, descubren este fenómeno mientras entrevistaban a trabajadores de servicios humanos. En las entrevistas, Maslach descubrió que, los entrevistados usualmente aquejaban cansancio emocional, además expresaban sentir rechazo hacia sus clientes o pacientes, experimentando como resultado, crisis en su competencia laboral (Schaufeli, 2017).

A diferencia de Freudenberger, Maslach llevó a cabo múltiples investigaciones sobre síndrome de Burnout. Es a ella a quien se le atribuye la creación del método diagnóstico más utilizado, y las principales teorías sobre este fenómeno (Schaufeli, 2017). Maslach realizó múltiples estudios en empresas, y concluyó que el síndrome de Burnout es una respuesta prolongada al estrés de trabajo, considerándola una enfermedad laboral emergente (Olivares-Faúndez, 2017).

Entre sus principales postulados, la profesora Maslach plantea que este fenómeno es un síndrome caracterizado por la presencia de tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. (Rholetter, 2023)

En 1981, Christina Maslach y Susan Jackson, publicaron el Maslach Burnout Inventory (MBI). El MBI es un inventario que se desarrolló para evaluar los tres componentes del Síndrome de Burnout: cansancio emocional, despersonalización y poca realización personal. La versión actual, está conformada por veintidós ítems, que se dividen dentro de las tres subescalas mencionadas anteriormente (Olivares Faúndez, 2017).

Inicialmente, el Síndrome de Burnout fue un fenómeno considerado exclusivo de profesiones sociales como la educación, la medicina o la psicología, de modo que, en sus primeras versiones, el MBI fue diseñado para aplicarse exclusivamente en profesionales de estos sectores. Actualmente, y a través de las evidencias recolectadas en más de cinco décadas de investigación, se ha logrado determinar que no solo los profesionales de áreas sociales o trabajadores pueden sufrir el Síndrome de Burnout, sino también padres de familia, cuidadores de personas con discapacidad o adultos mayores y, estudiantes (Schaufeli, 2017).

En el año 2002, Wilmar B. Schaufeli et al., mediante la adaptación del MBI-GS, crearon el MBI-Student Survey (MBI-SS), un instrumento con la finalidad de evaluar el síndrome de Burnout entre estudiantes. Esta herramienta utiliza el modelo genérico propio del MBI-GS debido a que no mide el síndrome de Burnout en relación con otras personas, así como los problemas inherentes a las recompensas, y permite evaluar el cansancio asociado a las demandas de estudio, el cinismo o actitud desinteresada por el estudio, y sentimiento de incompetencia como estudiante (Schaufeli et al., 2002).

En el año 2016, Hederich-Martínez & Caballero-Domínguez, adaptaron el MBI-SS al idioma español y al contexto colombiano. Ellos realizaron un estudio para validar el instrumento, donde se realiza un análisis factorial de los elementos que lo conforman. Ellos determinan que, catorce de los quince ítems que conforman el MBI-SS tienen puntajes de extracción superiores a .4, el ítem sobrante fue retirado de la herramienta adaptada, por presentar un nivel de comunalidad muy bajo (p.6).

2.1.2. Definiciones

A través del tiempo transcurrido desde su descubrimiento, el Síndrome de Burnout ha recibido diferentes nombres, entre ellos se destacan: fatiga de compasión, Burnout ocupacional, síndrome de trabajo excesivo, síndrome del quemado, síndrome de desgaste ocupacional, Síndrome de quemarse por trabajo, entre otros.

La definición de Burnout fue el primer reto para los investigadores, como relatan Maslach & Leiter (2017) en el libro “The Handbook of Stress and Health”. Esta primera etapa estuvo marcada por mucha investigación de campo para poder obtener una descripción adecuada del fenómeno (p. 37).

Maslach et al., (1996), en la tercera edición del Maslach Burnout Inventory Manual, definieron al Burnout como: “síndrome psicológico de cansancio físico emocional, despersonalización, y reducida realización personal, que ocurre en individuos que trabajan en organizaciones de servicio” (p. 192).

Un análisis más detallado y actualizado del fenómeno, propio de las múltiples investigaciones realizadas a través del tiempo, reveló que el síndrome de burnout es una experiencia psicológica negativa, caracterizada por actitudes, motivaciones, sentimientos y expectativas, donde el

individuo que la sufre padece de estrés, disforia, disfunción en sus labores, preocupación, e incluso puede acabar provocando consecuencias negativas. (Maslach & Leiter, 2017)

Aunque la definición más aceptada es la por la doctora propuesta Christina Maslach, otros autores como Gil-Monte & Peiró, citado por Lovo (2020), definen al Síndrome de Quemarse por Trabajo como una respuesta al estrés laboral prolongado, donde el individuo experimenta sentimientos, cogniciones y actitudes que general alteraciones psicofisiológicas (p.112).

Por su parte, la Clasificación Internacional de Enfermedades, undécima revisión (CIE-11), en su versión en español, emplea el término Síndrome de Desgaste Ocupacional para referirse al Burnout. Lo define como un síndrome resultante del estrés laboral crónico, que se caracteriza por las tres dimensiones descritas por Maslach. Señala que es un síndrome relacionado al trabajo, y no debe utilizarse fuera de ese contexto (Organización Mundial de la Salud, 2019).

A pesar de la inclusión del término Síndrome de Desgaste Ocupacional en el CIE-10, este no se considera una enfermedad como tal, sino un factor de riesgo para múltiples complicaciones (Organización Mundial de la Salud, 2019) y, es por ello, que este fenómeno no se encuentra descrito ni definido en el Manual Diagnóstico de Psiquiatría, edición 5 (DSM-V) de la Sociedad Americana de Psiquiatría (Saborío-Morales & Hidalgo-Murillo, 2015).

Aunque el síndrome de Burnout está descrito principalmente, y a veces exclusivamente, en un contexto laboral, este se ha observado en distintos ámbitos no laborales, incluido el académico.

Para ello, se ha acuñado el término Síndrome de Burnout Académico, definido como: “trastorno prolongado, caracterizado por el agotamiento que afecta la capacidad y motivación relacionada con el estudio, provocando un bajo rendimiento académico y, que afecta física y mentalmente

otros aspectos de la vida, manifestado por tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal” (Ardiles-Irarrázabal et al., 2022).

2.2. ETIOPATOGENIA DEL SÍNDROME DE BURNOUT

2.2.1. El estrés y su relación con el Burnout

El síndrome de Burnout tiene su génesis en el estrés. El estrés es una respuesta normal adaptativa ante agentes o situaciones potencialmente peligrosas, favoreciendo el instinto de huida. En condiciones óptimas, el individuo es capaz de adaptarse al agente estresor (a esto se le conoce como “eustrés”) (Lovo, 2020).

En el contexto actual, los estresores de mayor importancia suelen asociarse al entorno laboral y, pueden llegar a prevalecer a través del tiempo (Lovo, 2020)

A nivel fisiológico, cuando se percibe un agente o situación estresante, la información es recopilada por el tálamo. El tálamo, a su vez, activa la corteza prefrontal y el sistema límbico, encargados de la memoria a corto plazo, la atención y la comparación con experiencias previas. La respuesta generada alcanza estructuras como la amígdala y el hipocampo, activando el complejo hipotálamo hipofisiario, que dan origen a una serie de respuestas hormonales propias del estrés (Lovo, 2020).

Lovo (2020), describe que el síndrome general de adaptación ante el estrés presenta tres fases:

1. **La alerta:** El eje hipotálamo-hipófisis-glándula suprarrenal, estimula la producción de epinefrina. La epinefrina es una hormona que genera estímulos simpáticos como aumentar el estado de vigilancia, la frecuencia cardíaca y produce vasoconstricción (p. 114).

2. **La defensa:** Ocurre en situaciones donde el estresor permanece presente mucho tiempo. Las glándulas suprarrenales secretan cortisol, encargada de mantener niveles de glicemia constantes, permitiendo que las reservas de energía sean suficientes para llevar a cabo una respuesta (p.114).
3. **Agotamiento:** Es la tercera y última etapa, y solo aparece cuando las otras dos fases no se resuelven. Las alteraciones hormonales propias del estrés crónico son las causantes de los síntomas físicos y psicológicos (p.114).

2.2.2. Modelos explicativos del síndrome de Burnout

Del modelo secuencial de Leiter y Maslach (1988), surgió el Modelo Procesual de Leiter, citado por García et al. (2022) que postula la teoría de que el síndrome de Burnout es el resultado del proceso de desequilibrio entre el estresor y los mecanismos compensatorios del individuo que lo sufre (p. 4577).

El fallo para conseguir el eustrés es responsable del desarrollo de las tres dimensiones del Burnout descritas por Maslach: inicia con cansancio emocional, seguido de despersonalización, y finalmente, concluye con baja realización personal (García et al., 2022)

Domínguez et al., (2024) explican las diferentes etapas del síndrome de Burnout, propuestas por Edelwich y Brodsky en 1980, estas son las siguientes:

1. **Etapa de idealismo y entusiasmo:** Constituye la etapa inicial. Se caracteriza por ser una fase de alta energía en el trabajo, acompañada de expectativas irrealistas. Esto conlleva a que la persona lleve una carga excesiva de trabajo autoimpuesta (p. 95).
2. **Etapa de estancamiento:** Es el resultado de la falta de realización personal, asociada al poco cumplimiento de las expectativas poco realistas propias de la fase de idealismo y

entusiasmo. Esta etapa se caracteriza por disminución en las actividades desarrolladas, debido a la falta de entusiasmo (p. 95-96).

3. **Etapa de apatía:** Esta etapa se considera el núcleo del Burnout. En esta etapa, la persona experimenta apatía, pérdida de interés e incumple con actividades. Se caracteriza porque la persona comienza a presentar problemas emocionales, físicos y de comportamiento, de modo que, puede incluso llegar a generar abandono laboral y evitación de responsabilidades (p. 96).
4. **Etapa de distanciamiento:** En esta última etapa, la persona presenta frustración crónica hacia su profesión, manifestándose como distanciamiento emocional y desvaloración profesional. En esta etapa, la evitación a desafíos y clientes es mucho más frecuente. A pesar de ello, el individuo suele tratar de no arriesgar su puesto de trabajo, siendo la remuneración el factor principal (p. 96).

Otro modelo descriptivo de las fases del Burnout es el citado por Arias-Garro & Castro-Leitón (2013), propuesto por Cherniss en 1982, quien describió tres fases del síndrome:

- a. **Fase de estrés:** Consiste en la incapacidad de adaptarse al estrés de las demandas laborales (p.53).
- b. **Fase de agotamiento:** Siendo el agotamiento el principal síntoma, el trabajador desarrolla sentimientos de preocupación, ansiedad y tensión como consecuencia del estrés prolongado (p.53).
- c. **Fase de afrontamiento defensivo:** Se caracteriza por cambios conductuales y de actitud, donde se destaca la despersonalización y el cinismo hacia sus labores y el trato a sus clientes (p.53).

2.2.3. Factores de riesgo

Todos los modelos del burnout teorizan que siempre hay elementos causales implícitos asociados desarrollo de este síndrome. Maslach & Leiter (2017) señalan que existen factores tanto del individuo como de la situación que provocan el desarrollo del fenómeno (p.44).

A través del tiempo, y con el auge de los estudios transversales y longitudinales sobre burnout alrededor del mundo y en distintas profesiones, se ha podido identificar una plétora de factores de riesgo. A través del análisis de estos, Maslach & Leiter identificaron seis dominios claves asociados al desarrollo del síndrome de Burnout:

- a) **Carga de trabajo:** La causa más común identificada suele ser el exceso de trabajo; la enorme demanda de trabajo suele afectar, especialmente, la dimensión de agotamiento que, según los modelos estructurales, suele asociarse a afectación de las otras dos dimensiones del síndrome. La fatiga asociada suele guardar relación con la incapacidad del individuo de poder desarrollar sus labores a cabalidad, ya sea por cantidad de trabajo, como por la calidad del trabajo a realizar (Maslach & Leiter, 2017).
- b) **Control:** Es la percepción del individuo de control sobre las decisiones relativas a su labor, su autonomía profesional y para acceder a los recursos que requiere para realizar su trabajo satisfactoriamente (Maslach & Leiter, 2017).

Cuando existe un conflicto de roles, es decir, cuando las autoridades demandan tareas contradictorias, el control del individuo se ve mermado. Otro factor asociado a la pérdida de sensación de control es la ambigüedad de control, donde existe ausencia de dirección del trabajo. Existe una estrecha relación documentada entre el conflicto y ambigüedad de roles con la fatiga (Maslach & Leiter, 2017).

- c) **Recompensa:** Las recompensas, ya sean sociales, monetarias o personales intrínsecos (como el orgullo), suelen guardar estrecha relación con las expectativas. Cuando la recompensa es insuficiente favorece el agotamiento. La falta de reconocimiento por parte de los clientes, compañeros o superiores, así como personas externas, producen una sensación de devaluación del trabajo realizado, y suele asociarse con sensación de ineficiencia (Maslach & Leiter, 2017).
- d) **Comunidad:** Hace referencia a la calidad general de la interacción social en el trabajo. Se ha descubierto que la falta de apoyo por parte de los jefes suele asociarse a agotamiento, debido al impacto de estos en la carga laboral; por su parte, cuando existen problemas en relación con compañeros guarda una relación más estrecha con menor satisfacción en la eficacia, relacionada a la evaluación experta que brindan sus pares (Maslach & Leiter, 2017).
- e) **Equidad:** Hace referencia a la sensación de que las decisiones que se toman son justas y equitativas. Estudios han demostrado que las personas suelen considerar que una decisión sea justa mucho más que la favorabilidad del resultado. La equidad y justicia en la toma de decisiones guarda estrecha relación con la sensación de inclusión en la comunidad, debido a que son capaces de exponer sus puntos, discutir ideas y recibir trato cortés (Maslach & Leiter, 2017).
- f) **Valores:** Aunque la evidencia no es tan grande, los resultados de los estudios parecen señalar una relación entre el papel de los valores en la predicción de niveles de agotamiento y compromiso. Los valores son todos aquellos ideales y motivaciones que atraen a una persona a determinada labor, y suele ir más allá de la recompensa (Maslach & Leiter, 2017).

Los conflictos de valores, en donde el individuo se siente forzado a realizar labores que no se adaptan a sus valores o se le solicita desempeñar tareas no éticas suelen asociarse a agotamiento (Maslach & Leiter, 2017).

Aunque Maslach y Leiter abarcan seis dominios generales, los factores de riesgo suelen variar dependiendo de la profesión que realice el individuo, el país donde trabaja, las condiciones de salud (pandemia de COVID-19), entre otros.

En el caso del Síndrome Burnout Académico, se han descrito múltiples factores asociados al desarrollo de este síndrome en estudiantes, tanto de medicina como de enfermería.

Frajerman et al. (2019) en el estudio “Burnout in medical students before residency: A systematic review and meta-analysis”, que evaluó una serie de estudios transversales en diferentes países de Europa, determina que los principales factores de riesgo en estudiantes de medicina incluyen: el plan de estudios y su asociación con la competencia, los exámenes, el costo de los estudios, las condiciones hospitalarias, carga de trabajo, exposición a sufrimiento y muerte de pacientes, y también se identificaron factores externos, como las condiciones de vida propias del país (guerra, terrorismo, pobreza, entre otros) (p. 40).

Por su parte, la investigación “Factors related to the appearance and development of burnout in nursing students: a systematic review and meta-analysis” concluye que los factores académicos que guardan más relación con el desarrollo del síndrome de Burnout son: encontrarse avanzado en el plan de estudios, no haber tenido a la carrera de Enfermería como primera opción de estudio, poca calidad y flexibilidad de estudio, poca interacción y apoyo por parte de los profesores y realizar actividades extraacadémicas o trabajar. (Veland-Soriano et al., 2023)

2.3. MANIFESTACIONES CLÍNICAS

La profesora Christina Maslach describió tres dimensiones afectadas por el síndrome:

- **El agotamiento:** La dimensión del agotamiento también es descrita como desgaste, pérdida de energía, cansancio, debilitamiento y fatiga (Maslach & Leiter, 2017). Se caracteriza por la disminución o pérdida de recursos emocionales, asociado a sensación de cansancio asociada al trabajo (Domínguez et al., 2024).
- **El cinismo:** Originalmente llamado “despersonalización”, son las actitudes negativas, la preocupación, irritabilidad y pérdida de idealismo (Maslach & Leiter, 2017). Está descrita como una respuesta fría e impersonal hacia el trabajo, compañeros de trabajo y personas que reciben el servicio (Domínguez et al., 2024).
- **La ineficiencia:** Fue llamada en sus inicios “baja realización personal”, y se asocia a poca productividad, moral baja e incapacidad de resolver tareas (Maslach & Leiter, 2017).

Las manifestaciones del síndrome de Burnout pueden fluctuar según los diferentes grados de severidad: en casos leves, se suele asociar cansancio, dificultad para despertarse y malestar; en casos moderados, se puede presentar recelo, aislamiento y negativismo; en casos graves, el ausentismo, la aversión, el abuso de drogas y estupefacientes, y la respuesta enlentecida son síntomas observables. En cuadros especialmente severos, se pueden observar complicaciones graves como: el colapso, la aparición de cuadros psiquiátricos, el aislamiento total, e incluso, el suicidio (Lovo, 2020)

Existen más de cien síntomas asociados al Burnout (Arias-Garro & Castro-Leitón, 2013) y, en términos generales, se pueden agrupar en tres grupos:

- **Psiquiátricas:** Suele caracterizarse por un deterioro progresivo del estado psicológico del paciente. Existe asociación con depresión y ansiedad crónicas, así mismo puede existir una disfunción familiar, cambios en el carácter, adicciones e, incluso, puede complicarse con suicidio (Lovo, 2020).

Algunos de los síntomas experimentados pueden incluir: fatiga, hostilidad, odio e irritabilidad, dificultad para expresarse adecuadamente o para el manejo de las emociones, aburrimiento, impaciencia, ansiedad, desorientación y síntomas depresivos (Lovo, 2020).

- **Cognitivos:** Los síntomas cognitivos se asocian a cambios en el pensamiento, conducta y comportamiento. En este, hay pérdida de valores, desorientación, desaparición de expectativas, modificación del autoconcepto, pérdida de creatividad, cinismo, distracción y criticismo aumentado. Además, el individuo que sufre Burnout puede presentar crisis de ausentismo, dejar de lado las responsabilidades, autosabotaje, desvalorización, desorganización, sobre implicación, la no toma de decisiones y el abuso de alcohol, tabaco, café y drogas (Lovo, 2020).
- **Somáticos:** Se han descritos síntomas tales como, jaquecas, palpitaciones, hipertensión, diarrea, insomnio, dolor precordial, asma, catarros frecuentes, alteraciones menstruales, fatiga crónica, lumbalgias, cervicalgias y alergias (Lovo, 2020).

2.4. DIAGNÓSTICO

2.4.1. Maslach Burnout Inventory

El Maslach Burnout Inventory, fue un instrumento desarrollado por Maslach et. al., en el año 1981. El MBI fue la primera medida del agotamiento que se basó en un programa integral de investigación psicométrico (Maslach & Leiter, 2017).

Este instrumento está conformado por 22 ítems, que valoran en una escala de frecuencia de siete grados las tres dimensiones del síndrome, que se encuentran representadas en las tres subescalas: Agotamiento Emocional (Emocional exhaustion) (9 ítems), Despersonalización (Depersonalization) (5 ítems) y baja Realización Personal (Personal accomplishment) (8 ítems) (Olivares-Faúndez, 2017).

En la tercera edición de Maslach Burnout Inventory Manual (1996), se encuentran descritas tres versiones del MBI: (1) MBI-Human Services Survey (MBI-HSS), dirigido a profesionales de servicios humanos; (2) MBI-Educators Survey (MBI-ES), creado para evaluar Síndrome de Burnout en educadores; y MBI-General Survey (MBI-GS), que es la versión más actualizada del MBI y, es una versión más genérica, no exclusiva para profesionales (Olivares Faúndez, 2017).

El MBI, desde la perspectiva diagnóstica, provee al investigador puntuaciones que puede clasificar en un sistema de percentiles. Se considera que un percentil mayor a 66 se categoriza como alto; por el contrario, si el puntaje se encuentra en un percentil menor a 33, se considera bajo; sin embargo, si el resultado permanece en el intervalo de 33 y 66, se considera medio. De este modo, si un individuo presenta una categoría alta en dimensiones de agotamiento y despersonalización, y una categoría baja en eficacia profesional, se concluye que el sujeto tiene un riesgo muy elevado de estar padeciendo el síndrome de Burnout (Arias-Garro & Castro-Leitón, 2013).

2.5. CONSECUENCIAS

2.5.1. Envejecimiento acelerado

Bayes et al., (2021), citando el estudio de Zanaty et al. 2017, donde se descubrió que, mediante una comparación entre anestesiólogos y médicos de laboratorio, los anestesiólogos presentaban un mayor envejecimiento de la piel, mayor cantidad de radicales libres y telómeros más acortados, hallazgos asociados a estrés ocupacional (p. 7).

2.5.2. Mortalidad

El agotamiento general y el Burnout están relacionados con una mayor mortalidad. Se cree que los mecanismos probables incluyen enfermedades metabólicas, cardiovasculares, mecanismos inmunológicos e inflamatorios (Bayes et al., 2021).

2.5.3. Enfermedades cardiovasculares

El agotamiento emocional está relacionado con aumento en los niveles de colesterol y triglicéridos, por ello se cree que el estrés guarda estrecha relación con enfermedades cardiovasculares, especialmente la enfermedad coronaria (Bayes et al., 2021).

2.5.4. Diabetes Mellitus tipo 2

El Burnout se ha asociado a un riesgo aumentado de padecer Diabetes Mellitus tipo 2, las causas aún no son claras, pero se teoriza que la secreción de corticoesteroides y catecolaminas inducida por el estrés induce a la liberación de reactantes de fase aguda que contribuyen a provocar resistencia a la insulina (Bayes et al., 2021).

2.5.5. Función inmunitaria y microinflamación

La inflamación sistémica se refleja en aumento de los reactantes de fase aguda (*PCR*, *fibrinógeno*, entre otros), y citocinas proinflamatorias (como las interleucinas 6 y *1b*, así como el *Factor de Necrosis Tumoral-alfa*), así como disminuciones de las citocinas antiinflamatorias (como las *interleucinas 4 y 10*) (Bayes et al., 2021).

Estudios han demostrado que, las personas con puntajes altos de Burnout, asocian un aumento en la inflamación sistémica, así como la microinflamación (Bayes et al., 2021).

CAPÍTULO 3: MARCO METODOLÓGICO

3.1. ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

La presente, es una revisión sistemática con enfoque mixto, debido a que, se analizan, identifican y sintetizan los datos conseguidos en estudios que apliquen los instrumentos estandarizados para el diagnóstico e identificación de factores de riesgo del síndrome de Burnout, y la caracterización de estos.

Debido pues a que, los resultados generalmente corresponden a información estadística numérica, la investigación podrá determinar la presencia de patrones repetitivos y relacionados al desarrollo de síndrome de Burnout y caracterizarlos, permitiendo una mejor comprensión análisis de estos.

Se realiza una revisión exhaustiva de plenitud de artículos y publicaciones de tipo investigación primaria publicados en el período que comprende los años 2013 a 2023.

3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN

El presente estudio corresponde a una revisión sistemática mixta que, mediante la revisión de investigaciones primarias pretende recopilar información con respecto a los distintos factores de riesgo asociados al desarrollo de síndrome de Burnout entre estudiantes universitarios.

Las revisiones sistemáticas son estudios que permiten la creación de nuevos conocimientos con la finalidad de responder una pregunta clínica específica. Este tipo de estudio permite recolectar, seleccionar, evaluar críticamente y resumir la evidencia recolecta (Moreno et al., 2018).

3.3. UNIDADES DE ANÁLISIS U OBJETOS DE ESTUDIO

Las unidades de análisis del presente proyecto de tesis contemplan a todas las personas universitarias que hayan participado en un estudio primario donde se identificara, a través de un

instrumento estandarizado, la prevalencia de síndrome de Burnout y los factores de riesgo asociados.

Para realizar la búsqueda y selección de artículos y publicaciones en los registros y bases de datos se utilizaron los siguientes criterios: deben haber sido publicados entre el período de 2013 a 2023, deben evaluar el síndrome de Burnout mediante un instrumento estandarizado o incluir estudios que utilicen estos instrumentos y, deben incluir una muestra que se encuentre cursando un grado universitario, independientemente de la carrera que curse, la edad, el sexo y el país al que pertenezca.

3.3.1. Área de estudio

El presente proyecto tiene como área de estudio fuentes secundarias, estudios primarios donde se identificara, a través de un instrumento estandarizado, la prevalencia de síndrome de Burnout y los factores de riesgo asociados que hayan sido publicados entre los años 2013-2013.

3.3.2. Fuentes de información

Las fuentes de información para la realización del presente estudio son primarias, y consisten en estudios primarios de diferentes formatos, que estén incluidos en las bases de datos PubMed y Scielo. En base a los resultados que arrojen los estudios, se podrá analizar, sintetizar y determinar los factores de riesgo más importantes.

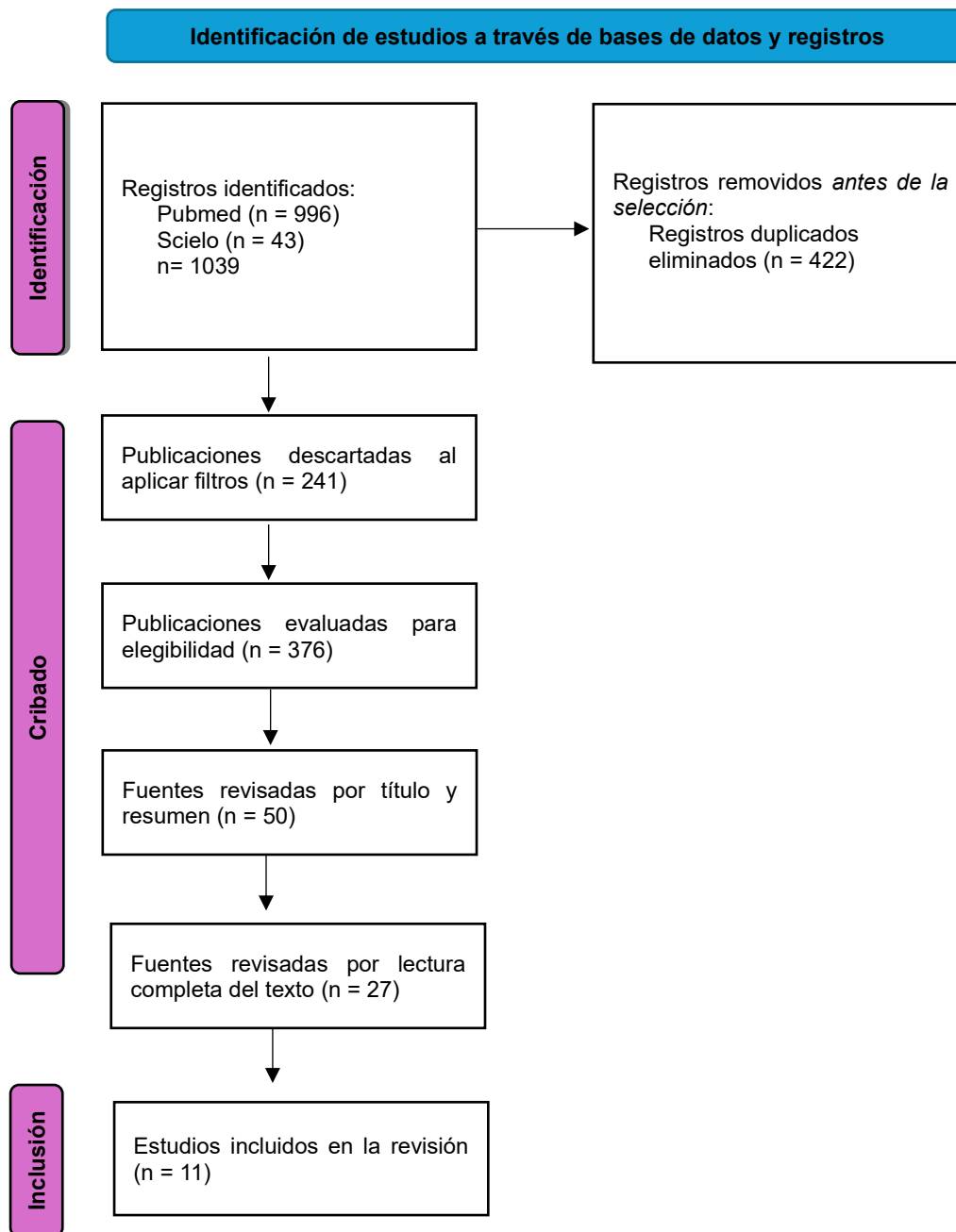
3.3.3. Población

El presente proyecto incluye a estudiantes universitarios de cualquier edad, sexo o país que formen parte de estudios primarios publicados en el período de 2013-2023. De este modo, se recolectó un total de 11 artículos, seleccionados según los criterios de inclusión y exclusión, para una población total de 3901 individuos participantes.

3.3.4. Muestra

La muestra pertenece a una selección total de 11 artículos que evalúen prevalencia y factores de riesgo para síndrome de Burnout en estudiantes universitarios. El proceso de selección de la muestra se observa en el siguiente diagrama de flujo:

Figura 1. Diagrama de flujo PRISMA



3.3.5. Búsqueda y selección de estudios

Para llevar a cabo la búsqueda de publicaciones en las bases de datos de PubMed y Scielo, se utilizan los siguientes operadores booleanos: ((burnout) AND (risk factors)) AND (students), (academic burnout) AND (Population at Risk), (((Burnout) AND (students)) AND (risk factors)) AND (study), arrojando 996 resultados en Pubmed, y 43 resultados en Scielo.

Tras configurar la base de datos con los siguientes filtros: “rango de tiempo 2013-2023, texto completo, idioma inglés y español, y publicaciones académicas” y descartar elementos repetidos se reduce a resultados en 376. Tras la revisión manual por títulos y resumen, así como, posteriormente, el texto completo, 11 de los artículos se consideran relevantes para la presente investigación.

3.3.6. Criterios de exclusión e inclusión

Los criterios de exclusión e inclusión permiten delimitar a la población y, por ende, a la muestra. Los criterios de inclusión son todas aquellas características con las que cuenta un sujeto u objeto para formar parte de la muestra de estudio; por el contrario, los criterios de exclusión son condiciones específicas del individuo que lo excluyen del proceso de investigación, pues pueden alterar los resultados (Arias-Gómez et al., 2016).

Criterios de inclusión

- Estudios cuya población incluya únicamente a estudiantes matriculados en una universidad.
- Estudios que determinen factores de riesgo asociados para el desarrollo de síndrome de Burnout.
- Estudios publicados en español o inglés.

Criterios de exclusión

- Estudios publicados fuera del período de 2013 a 2023.
- Estudios que no se encuentren indexados en PubMed o Scielo.
- Estudios secundarios tipo revisión sistemática, metaanálisis o revisiones bibliográficas.
- Estudios que evalúen desarrollo de síndrome de Burnout y factores de riesgo asociados a la pandemia por COVID-19.
- Artículos que no sean de acceso gratuito.

3.4. INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

Para la recolección de datos se hizo uso de operadores booleanos en las bases de datos PubMed y Scielo para la búsqueda de estudios primarios que valorasen factores de riesgo asociados al desarrollo de síndrome de Burnout en estudiantes universitarios, que cumplieren con los criterios de inclusión.

Seguidamente, se utiliza la plataforma Excel, que permite la organización de los artículos según autor, título, fecha de publicación, idioma, lugar de publicación, tamaño de la muestra, y la evidencia más importante.

3.5. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El diseño de la investigación es una revisión sistemática que utilizará las recomendaciones PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analyses) (Page et al., 2021).

El método PICO, utilizado para llevar a cabo el planteamiento de la pregunta de investigación, es un método utilizado para desarrollar la pregunta de investigación; son la siglas para Población, Intervención, Comparación y Resultados (Eldawlatly et al., 2018).

Tabla N° 1

<i>¿Cuáles son los factores de riesgo asociados al desarrollo de Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios?</i>			
Población	Intervención	Comparación	Resultados
Estudiantes universitarios	Factores de riesgo	No aplica	Desarrollo de síndrome de Burnout

Fuente: Elaboración propia, 2024

3.6. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Este estudio no precisa de operacionalización de variables debido a que es una revisión sistemática.

3.7. PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Tabla N° 2

<i>Cuadro resumen de estudios encontrados indexados a las bases de datos seleccionadas</i>						
Base de datos	Artículos encontrados	Estudios no duplicados	Artículos posteriores a la aplicación de filtros	Fuentes analizadas por resumen y título	Publicaciones revisadas por lectura del texto completo	Artículos seleccionados
PubMed	996	599	360	35	25	9
Scielo	45	25	24	15	4	2

Fuente: Elaboración propia, 2024

Tabla N° 3

<i>Estrategias de búsqueda y operadores booleanos</i>		
Estrategia	Idioma	Descriptores y operadores booleanos
1	Inglés	((Burnout) AND (risk factors)) AND (students)
	Español	((Burnout) AND (Factores de riesgo)) AND (estudiantes)
2	Inglés	(Academic Burnout) AND (Population at Risk)
	Español	(Burnout Académico) AND (Población en riesgo)
3	Inglés	((((Burnout) AND (students)) AND (risk factors)) AND (study)
	Español	((((Burnout) AND (estudiantes)) AND (factores de riesgo)) AND (estudio)

Fuente: Elaboración propia, 2024

3.8. ORGANIZACIÓN DE DATOS

Los datos recolectados mediante la declaración PRISMA, que corresponden a un total de 11 artículos, serán almacenados en la plataforma Excel de Microsoft, donde se organizan según datos como: nombre, autores, fecha de publicación, lugar de publicación, tamaño de la muestra y evidencia recolectada.

3.9. ANÁLISIS DE DATOS

A través de la selección de estudios mediante el uso de la declaración PRISMA, mediante la identificación, el cribado y la inclusión, se revisaron los estudios seleccionados para identificar los principales hallazgos que permitan realizar un análisis comparativo.

La comparación de los distintos hallazgos cuantitativos de los artículos permite identificar tendencias como los factores de riesgo asociados a síndrome de Burnout y grado de afectación de los estudiantes por el Síndrome de Burnout. Tras la identificación de tendencias, se realizará un metaanálisis que permita identificar variaciones estadísticas.

CAPÍTULO 4: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

4.1. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

El presente capítulo pretende desarrollar una tabla comparativa donde se recolectan los artículos seleccionados a través del método PRISMA, mediante la implementación de operadores booleanos en dos bases de datos médicas y a través de la identificación de aquellos que se adapten a los objetivos del proyecto de tesis, así como aquellos que cumplan con los criterios de inclusión y que no cumplan con criterios de exclusión. De un total de 1039 artículos encontrados, se seleccionó un total de 11 publicaciones.

4.2. CARACTERÍSTICAS DE LOS ESTUDIOS ESCOGIDOS

Los estudios seleccionados para la realización de la presente revisión sistemática cumplen con una serie de criterios inclusivos, pues, consisten en investigaciones de tipo primario cuya población son estudiantes universitarios y que contemplan dentro de sus objetivos la identificación de factores de riesgo para el desarrollo de síndrome de Burnout.

4.3. ESTUDIOS INCLUIDOS EN LA INVESTIGACIÓN

A través de una tabla, se busca resumir y organizar los trece artículos seleccionados para el desarrollo de la presente revisión sistemática. En esta, se sintetizan los criterios utilizados para la selección de los mismos y su respectiva caracterización (año, autor, idioma, país y título).

Tabla N° 4

Título	Autores	Año	Idioma	País	Tamaño de la muestra	Evidencia
The prevalence and associated factors of burnout among undergraduates in a university	You Li, Liang Cao, Jianyuan Liu, Tai Zhang, Yixing Yang, Wuxiang Shi, Yingjue Wei	2021	Inglés	China	1000	Los factores de riesgo identificados fueron: ser hombre (los hombres contaron con puntajes más bajos en eficiencia académica), ser estudiante de años avanzados. Los factores más importantes fueron los factores sociales (apoyo social y la fuerte presión laboral), factores educativos (ambiente de aprendizaje) y la comunicación interpersonal (especialmente entre profesores y estudiantes).
Academic burnout among medical students: respective importance of risk and protective factors	Rana Kilic, Julian Adriano Nasello, Valérie Melchior, Jean-Marc Triffaux	2021	Inglés	Bélgica	342	Sexo femenino tiene mayor riesgo de desarrollar cansancio emocional, entre más edad hay mayor sensación de eficacia académica, estrés percibido se considera el principal factor de riesgo para BO
Burnout and associated factors in undergraduate medical students at a South African university	L J van der Merwe, A Botha, G Joubert	2020	Inglés	Sudáfrica	696	En este estudio, se dividieron a los estudiantes en un grupo preclínico y clínico, donde se identificaron variaciones en los factores de riesgo asociados a BO en ambos grupos. En el grupo preclínico asociaron mayores datos de BO las mujeres, las personas de etnia negra, o aquellos con estresores como rupturas amorosas en los últimos

						12 meses; en los estudiantes de materias clínicas se identificó datos de BO en mujeres, aunque no hubo diferencia estadística entre etnias. En ambos grupos, lo estresores académicos y personales se asociaron mayormente a BO, sin embargo, el estrés financiero no se asoció a BO; por su parte, la falta de apoyo del personal académico de la universidad se asoció a mayor BO. En ambos grupos, la alta resiliencia y el bajo nivel de estrés se asoció a menores índices de BO.
Evaluation of Burnout Syndrome Prevalence in Medical Students	Camila Serra Rodrigues, Márcia Luísa Albuquerque de Deus, Flávia Teixeira de Andrade, Giovanna Breda Rezende, Lucas de Ávila Mariano, Alexandre Brandão Sé	2020	Inglés	Brasil	353	Se estableció un perfil sociodemográfico, en el que el aumento de la edad y la asistencia a los últimos años de la carrera de medicina contribuyeron a un mayor riesgo de desarrollar SB para el género femenino, mientras que el trabajo remunerado, tener hijos y vivir solo contribuyeron a un menor riesgo de SB. Los factores sociodemográficos que contribuyeron al aumento del riesgo de desarrollar SB para el género masculino fueron la edad (a mayor edad, mayor riesgo), la asistencia a los últimos años de la escuela, el trabajo remunerado y vivir solo. Solamente el factor sociodemográfico “tener hijos” contribuyó a una reducción del riesgo del síndrome.
Prevalence of burnout among health sciences students and	Mohamed Ayoub Tlili, Wiem Aouicha, Jihene Sahli, Ameni Testouri,	2020	Inglés	Túnez	368	En el género, la vivienda, el estado civil y el nivel socioeconómico, la presencia de un problema de salud diagnosticado,

determination of its associated factors	Marwa Hamoudi, Ali Mtiraoui, Mohamed Ben Dhiab, Souad Chelbi, Thouraya Ajmi, Mohamed Ben Rejeb, Manel Mallouli					un trastorno mental diagnosticado o problemas de sueño se asociaron con BO. Otros factores identificaron fueron: trabajar durante vacaciones o durante el año académico, vivir solo (por falta de apoyo social) o ser una persona solitaria, bajo nivel socioeconómico, y estudiantes que no realizan actividad física ni de ocio.
Assessing Burnout and Associated Risk Factors in Medical Students	Misha Armstrong, Kimberly Reynolds	2020	Inglés	EEUU	162	Se observó que los estudiantes de medicina suelen tener como principales estresores la carga financiera y la falta de un mentor en medicina. Esta barrera parece ser mayor para estudiantes de medicina negros, que suelen provenir de hogares con menor capacidad financiera y, al ser minorías en las universidades, suelen aislarse socialmente. En el estudio se mostró mayor riesgo de BO en personas negras y mayor agotamiento en mujeres que en hombres. En este estudio se asoció una relación estrecha entre distintos tipos de estrés y mayor agotamiento.
Predictive factors of burnout syndrome in nursing students at a public university	Eduardo Motta de Vasconcelos, Charlene Oliveira Trindade, Luciene Rodrigues Barbosa, Milva Maria Figueiredo de Martino	2020	Inglés	Brasil	100	Los estudiantes que estaban en el segundo y tercer año de la carrera, los que usaban medicación y los que pensaban abandonar la carrera se asociaron significativamente con la aparición del síndrome de burnout
Prevalence and associated factors of burnout among Debre Berhan University medical students: a cross-sectional study	Yohannes Gebreegziabhere Haile, Amanuel Lemma Senkute, Berhanu Tadesse Alemu, Dawit	2019	Inglés	Etiopía	151	La insatisfacción con los profesores en prácticas, el apoyo social moderado y la satisfacción con su educación se asociaron significativamente con el síndrome de burnout. No se asoció

	Mamo Bedane, Kaleab Berhanu Kebede					significativamente el BO con el género, los años de educación, el estrés, el escaso control sobre la vida, la poca actividad física, el tabaquismo, el consumo excesivo de alcohol, la falta de confianza en las habilidades clínicas, la edad, la escasez de tiempo libre, el miedo a las consecuencias del fracaso, las responsabilidades familiares, el futuro incierto o el aumento de la carga de trabajo.
Prevalence and associated risk factors of burnout amongst veterinary students in Ghana	Benjamin Obukowho EmikpeI, Derrick Adu Asare, Abigael Omowumi Emikpe, Ludwig Albert Nortey Botchway, Richard Abeiku Bonney	2022	Inglés	Ghana	185	El cansancio se observó mayormente en mujeres, personas de mayor edad, estudiantes que viven solos en apartamentos y en aquellos que cursan materias preclínicas; mientras que, la despersonalización se asoció más a estudiantes jóvenes, hombres, sin embargo, también se asoció a estudiantes de materias preclínicas y que viven solos en un apartamento. Niveles altos en eficacia académica se asociaron a estudiantes de materias preclínicas, mujeres, estudiantes que viven con su familia.
Burnout and Associated Factors Among Medical Students in a Public University in Uganda: A Cross-Sectional Study	Jonathan Kajjimu, Mark Mohan Kaggwa, Felix Bongomin	2021	Inglés	Uganda	145	Se determinó que pueden existir factores intrínsecos del estudiante (ser ambicioso con respecto a la carrera que estudia, sentirse realizado con su trabajo, elegir voluntariamente cursar la carrera, sentirse satisfecho con la carrera de medicina, sentirse motivado con los estudios y haber desarrollado deseos de abandonar los estudios), factores propios del estudiante (exhaustiva rutina

						de estudios diaria, viajar distancias largas, cantidad de tiempo libre y considerarse importante para su familia). En cuanto a factores sociodemográficos y educativos, se asoció mayor riesgo de BO en hombres, ser estudiante de años avanzados (especialmente tercer y cuarto año), la elección voluntaria de estudiar medicina en el extranjero se asoció a mayor agotamiento, así como el estilo de enseñanza competitivo.
Burnout Prevalence and Associated Factors Among Brazilian Medical Students	Mariana Linhares Barbosa, Bárbara Lopes Rodrigues Ferreira, Thaís Nunes Vargas, George Martins Ney da Silva, Antonio Egidio Nardi, Sergio Machado, Leonardo Caixeta	2018	Inglés	Brasil	399	Los estudiantes del quinto periodo presentaron la tasa de burnout más alta en comparación con los otros grupos participantes, las mujeres también presentan una mayor frecuencia del síndrome en comparación con los hombres.

Fuente: Elaboración propia, 2024

CAPÍTULO 5: DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

5.1. DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Para el desarrollo de la presente investigación orientada a identificar los factores de riesgo asociados al desarrollo de síndrome de Burnout en estudiantes universitarios se realizó una revisión sistemática. Para ello, y mediante el uso del método PRISMA, en el capítulo 3 de metodología, se realizó una selección de 11 investigaciones primarias para poder llevar a cabo el siguiente estudio.

En el presente capítulo, se desarrollan los tres objetivos específicos planteados: identificar los principales factores de riesgo asociados a carga académica que contribuyen al desarrollo de Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios; describir los factores de riesgo para el desarrollo de Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios relacionados a características extraacadémicas, tales como características sociodemográficas, culturales y económicas; y caracterizar los factores de riesgo implicados en el desarrollo del Síndrome de Burnout.

5.1.1. Factores de riesgo académicos asociados al Síndrome de Burnout

Un factor de riesgo académico que se evaluó ampliamente en los estudios que conformaron la presente revisión sistemática fue ser estudiante avanzado de una carrera universitaria. En su estudio, Van der Merwe (2020) determinó que los estudiantes de primer año no mostraron variaciones en los niveles de SBO en relación con estudiantes más avanzados (p. 63). Sin embargo, este hallazgo no se correlaciona con la evidencia que arrojaron la mayoría de los estudios revisados, donde ser estudiante de último año o de años avanzados de la carrera se identificó como un factor de riesgo importante.

Un ejemplo de lo anterior, se puede encontrar en el estudio “Evaluation of Burnout Syndrome Prevalence in Medical Students” donde ser estudiante de último año de la carrera fue un factor

de riesgo importante para desarrollo de SBO en ambos sexos (Rodrigues, 2020); o en el estudio “The prevalence and associated factors of burnout among undergraduates in a university” donde se identificó que los estudiantes de primer año de carrera mostraron puntuaciones bajas en la MBI, indicando, por lo tanto, niveles inferiores de SBO (Li et al., 2021).

Otro factor de riesgo ampliamente descrito fue el estrés académico, el cual se asoció estrechamente a datos de BO. En su estudio Kilic et al. (2021), evaluó el estrés académico utilizando la “Higher Education Stress Inventory”, un instrumento para evaluar la percepción de estrés en los estudiantes de universidades. Dicha investigación determinó que el estrés académico percibido es el factor de predictivo más importante (p. 190).

Por otro lado, los estudiantes que perciben menos apoyo por parte del personal administrativo y académico de la universidad mostraron niveles más elevados de BO, y se evidenció que aquellos que tenían la percepción de que el personal de la Facultad de Medicina no tiene como alta prioridad la educación de los estudiantes asociaron niveles más altos de SBO (van der Merwe, 2020).

Lo anterior, puede estar en relación con hallazgos de Rodrigues (2020), donde se identificó que tanto hombres como mujeres que mostraron alteración en al menos dos dimensiones del BO percibían recibir poco apoyo por parte de su universidad, así como falta de reconocimiento (p. 6).

Por otro lado, y con respecto a las carreras universitarias, Li et al. (2021) identificó que los estudiantes de las carreras de arte tenían niveles particularmente bajos de agotamiento, cinismo y de BO, y asociaron niveles más altos de eficacia académica. Por su parte, las carreras

relacionadas con ciencias de la salud, en especial la carrera de Medicina, mostraron niveles más altos de SBO entre sus estudiantes (p.3).

La percepción que tienen los estudiantes sobre su carrera también parece mantener estrecha relación con el SBO. Tanto Kajjimu et al., (2021), como van der Merwe (2020) señalaron que la percepción de la carrera de Medicina como una profesión competitiva y no cooperativa guarda estrecha relación con el SBO.

5.1.2. Factores de riesgo extraacadémicos asociados al Síndrome de Burnout

Rodrigues (2020), estableció un perfil sociodemográfico de los participantes de su estudio. En mujeres, los factores sociodemográficos con mayor asociación a desarrollo de SBO fueron tener más edad y cursar el último año de la carrera de Medicina; mientras tanto, los hombres presentaron un riesgo incrementado fueron ser mayor, estar cursando el último año de la carrera de Medicina, vivir solo y tener un trabajo remunerado (p. 4). Este perfil sociodemográfico propuesto por Rodrigues (2020) se observó en la mayoría de los estudios revisados.

Aunque la evidencia parece indicar que los hombres y mujeres pueden desarrollar SBO ante ciertos factores, la mayoría de los estudios revisados mostraron niveles más bajos de SBO en hombres en comparación con las mujeres que mostraron puntuaciones más altas. El único estudio que mostró niveles más elevados de SBO en hombres fue “Burnout and Associated Factors Among Medical Students in a Public University in Uganda: A Cross-Sectional Study”, aunque este resultado podría ser resultado de que la mayoría de la población encuestada eran varones (Kajjimu et al., 2021).

La edad fue otro factor que se identificó como un posible factor de riesgo, pues se observó que los estudiantes la prevalencia de SBO entre estudiantes mayores es significativa. El estudio

“Prevalence and associated risk factors of burnout amongst veterinary students in Ghana” no identificó niveles más altos de despersonalización entre los estudiantes menores y mayores de veintidós años, aunque sí identificó que los estudiantes más jóvenes contaban con niveles más bajos de estrés (Emikpe et al., 2022).

La etnia también podría ser un factor de riesgo sociodemográfico, aunque no todos los estudios evaluaron esta relación. En el estudio “The prevalence and associated factors of burnout among undergraduates in a university” no se identificó relación entre el SBO y la etnia de los participantes (Li et al., 2021); sin embargo, otros estudios como “Assessing Burnout and Associated Risk Factors in Medical Students” señaló que los participantes de etnia negra presentaron niveles más elevados de BO personal en comparación con las otras etnias (Armstrong & Reynolds, 2020).

Factores como tener hijos, ser de una zona rural o urbana o el estado civil mostraron tener impacto en el desarrollo del SBO (Li et al., 2021; Rodrigues, 2020).

5.1.3. Características de los factores de riesgo asociados al Síndrome de Burnout

Los factores de riesgo identificados pueden ser caracterizados según sus particularidades en dos grupos: factores de riesgo académicos y extraacadémicos.

Los factores de riesgo académicos pueden clasificarse en: años cursados en la carrera, estrés académico, sensación de apoyo en el aprendizaje por parte de las autoridades universitarias, desempeño académico, percepción del estudiante sobre su carrera, y carrera universitaria que se estudia.

Por su parte, los factores de riesgo extraacadémicos se pueden agrupar en: factores de riesgo sociodemográficos (sexo, edad, etnia), factores de riesgo psicológicos (enfermedades mentales

previas, capacidad de administrar el estrés), factores de riesgo propios de la personalidad (ser una persona ambiciosa), factores de riesgo personales (estar casado, tener hijos, vivir lejos del centro de estudio, trabajar y estudiar al mismo tiempo, tener una deuda económica para poder estudiar, vivir solo), y factores interpersonales (apoyo social percibido).

CAPÍTULO 6: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. CONCLUSIONES

- El principal factor de riesgo académico para el desarrollo del SBO es el estrés académico percibido. El estrés académico suele acrecentar con los años de estudio, por lo que se podría sugerir que el aumento de la prevalencia de SBO en relación con los años de estudio es resultado de ello.
- La sensación de falta de apoyo por parte del personal de la universidad o de desinterés de la institución en el aprendizaje de los estudiantes guarda estrecha relación con el desarrollo del SBO.
- La percepción de que la carrera que se estudia es muy competitiva y no cooperativa se asocia estrechamente con el desarrollo de SBO.
- Ser mujer, tener mayor edad y ser de etnia negra son los principales factores de riesgo sociodemográficos asociados al desarrollo de SBO.
- El grado de apoyo social puede ser un factor protector, así como un factor predisponente. Los estudiantes que cuentan con una adecuada red de apoyo suelen asociar menores datos de BO, mientras que, aquellos que viven solos y cuentan con una red de apoyo pequeña o nula, tienen más tendencia a desarrollar SBO.
- El SBO es una entidad que puede tener múltiples factores de riesgo que no necesariamente tiene su génesis en la institución educativa, sino que, existen distintos factores propios del individuo que le pueden hacer susceptible a desarrollar el SBO.

6.2. RECOMENDACIONES

- Debido a que el SBO suele tener su génesis en los primeros años de carrera universitaria, se debería considerar la elaboración de estrategias de detección de personas susceptibles a padecer SBO que favorezca la captación y atención psicológica precoz.
- Realizar estudios transversales para valorar prevalencia de SBO en universidades para valorar el grado de afectación en los estudiantes y los principales factores de riesgo académicos modificables por la institución.
- Llevar a cabo charlas educativas sobre SBO y salud mental en universidades, de modo que, los estudiantes sean capaces de conocer sobre el síndrome, sus implicaciones, síntomas y dónde conseguir ayuda en caso de este sospechar que padece el SBO.
- Favorecer, dentro de las universidades, la creación de espacios que permitan esparcimiento mental de los estudiantes.

BIBLIOGRAFÍA

- Abramson, A. (2022). Burnout and stress are everywhere. *Monitor on Psychology*, 53(1), 72.
- Ardiles-Irarrázabal, R., Cortés-Sandoval, C., Diamond-Orellana, S., Gutiérrez-Leal, C., Paucar-Evanan, M., Toledo-Valderrama, K., Ardiles-Irarrázabal, R., Cortés-Sandoval, C., Diamond-Orellana, S., Gutiérrez-Leal, C., Paucar-Evanan, M., & Toledo-Valderrama, K. (2022). Burnout académico como factor predictivo del riesgo suicida en estudiantes de enfermería. *Index de Enfermería*, 31(1), 14-18.
- Arias-Garro, P., & Castro-Leitón, M. (2013). *Prevalencia del síndrome de Burnout y factores sociodemográficos y laborales asociados en enfermeros (as) profesionales del Hospital Nacional de Niños durante el mes de Setiembre 2012* [Unidad de Posgrado en Psiquiatría, Universidad de Costa Rica].
<https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/textos/tesis38.pdf>
- Arias-Gómez, J., Villasís-Keever, M. Á., & Miranda-Novales, M. G. (2016). El protocolo de investigación III: La población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), Article 2.
<https://doi.org/10.29262/ram.v63i2.181>
- Armstrong, M., & Reynolds, K. (2020). 23. Assessing Burnout and Associated Risk Factors in Medical Students. *Journal of the National Medical Association*, 112(6), 597-601.
<https://doi.org/10.1016/j.jnma.2020.05.019>
- Bayes, A., Tavella, G., & Parker, G. (2021). The biology of burnout: Causes and consequences. *The World Journal of Biological Psychiatry*, 22(9), 686-698.
<https://doi.org/10.1080/15622975.2021.1907713>
- Bolaños-Reyes, N., & Rodríguez-Blanco, N. (2015). *Prevalencia del Síndrome de Burnout Académico en los y las estudiantes que cursan la carrera de Licenciatura en Enfermería*,

en la Universidad de Costa Rica durante el año 2014 [Tesis para optar por el grado de Licenciatura, Universidad de Costa Rica].
<https://repo.sibdi.ucr.ac.cr/bitstream/123456789/3264/1/39213.pdf>

Domínguez, I. R., Rumich, I., Azcona, A., López, B., Barría, R., Valiente, K., Britez, M. L., & Hermosilla, C. (2024). Síndrome de Burnout. Una revisión de la bibliografía científica. *Revista Científica UPAP*, 4(1), 92-99. <https://doi.org/10.54360/rcupap.v4i1.173>

Eldawlatly, A., Alshehri, H., Alqahtani, A., Ahmad, A., Al-Dammas, F., & Marzouk, A. (2018). Appearance of Population, Intervention, Comparison, and Outcome as research question in the title of articles of three different anesthesia journals: A pilot study. *Saudi Journal of Anaesthesia*, 12(2), 283. https://doi.org/10.4103/sja.SJA_767_17

Emikpe, B. O., Asare, D. A., Emikpe, A. O., Botchway, L. A. N., & Bonney, R. A. (2022). 10. Prevalence and associated risk factors of burnout amongst veterinary students in Ghana. *PloS One*, 17(7), e0271434. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271434>

Fiorilli, C., Barni, D., Russo, C., Marchetti, V., Angelini, G., & Romano, L. (2022). Students' Burnout at University: The Role of Gender and Worker Status. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(18), Article 18. <https://doi.org/10.3390/ijerph191811341>

Frajerman, A., Morvan, Y., Krebs, M.-O., Gorwood, P., & Chaumette, B. (2019). Burnout in medical students before residency: A systematic review and meta-analysis. *European Psychiatry: The Journal of the Association of European Psychiatrists*, 55, 36-42. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2018.08.006>

- Freitas, M. I. S. D. (2023). Estudio correlacional del síndrome Burnout Académico y el bienestar psicosocial en estudiantes universitarios en Costa Rica en el sistema público y privado. *PsicoInnova*, 7(2), Article 2. <https://doi.org/10.54376/psicoinnova.v7i2.196>
- García, J. C. C., Urrutia, A. D., Henao, N. V., & Panesso, J. R. (2022). Prevalencia y caracterización sociodemográfica del Síndrome de Burnout en los colaboradores de la Nueva E.S.E Hospital Departamental San Francisco de Asís de Chocó—Colombia durante el primer semestre de 2021. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(4), Article 4. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i4.2957
- Gil-Monte, P. R., & Peiró, J. M. (1999). Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome de quemarse por el trabajo. *Anales de psicología*, 15(2), 261-268.
- Guzmán, M. O., Parrello, S., & Romero, C. P. (2020). Burnout académico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología Nueva Época*, 2(1), Article 1.
- Hederich-Martínez, C., & Caballero-Domínguez, C. C. (2016). Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano*. *CES Psicología*, 9(1), 1-15.
- Kaggwa, M. M., Kajjimu, J., Sserunkuma, J., Najjuka, S. M., Atim, L. M., Olum, R., Tagg, A., & Bongomin, F. (2021). Prevalence of burnout among university students in low- and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis. *PloS One*, 16(8), e0256402. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0256402>
- Kajjimu, J., Kaggwa, M. M., & Bongomin, F. (2021). 20. Burnout and Associated Factors Among Medical Students in a Public University in Uganda: A Cross-Sectional Study.

Advances in Medical Education and Practice, 12, 63-75.

<https://doi.org/10.2147/AMEP.S287928>

Kilic, R., Nasello, J. A., Melchior, V., & Triffaux, J.-M. (2021). 25. Academic burnout among medical students: Respective importance of risk and protective factors. *Public Health*, 198, 187-195. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2021.07.025>

Li, Y., Cao, L., Liu, J., Zhang, T., Yang, Y., Shi, W., & Wei, Y. (2021). 2. The prevalence and associated factors of burnout among undergraduates in a university. *Medicine*, 100(27), 1-6. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000026589>

Lovo, J. (2020). Síndrome de burnout: Un problema moderno. *Entorno*, 70, Article 70. <https://doi.org/10.5377/entorno.v0i70.10371>

Maslach, C., Jackson, S., & Leiter, M. (1996). The Maslach Burnout Inventory Manual. En C. Maslach, S. Jackson, & M. Leiter (Eds.), *Evaluating Stress: A Book of Resources* (3.^a ed., pp. 191-218). Consulting Psychologists Press. https://www.researchgate.net/profile/Christina-Maslach/publication/277816643_The_Maslach_Burnout_Inventory_Manual/links/5574dbd708aeb6d8c01946d7/The-Maslach-Burnout-Inventory-Manual.pdf

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2017). Understanding Burnout. En *The Handbook of Stress and Health* (pp. 36-56). John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch3>

Mora, P., & Ruiz, M. (2024). Consideraciones acerca del Síndrome del Burnout en el Estudiantado Universitario. *Wimb Lu*, 19(1), Article 1. <https://doi.org/10.15517/wl.v19i1.60011>

- Moreno, B., Muñoz, M., Cuellar, J., Domancic, S., Villanueva, J., Moreno, B., Muñoz, M., Cuellar, J., Domancic, S., & Villanueva, J. (2018). Revisiones Sistemáticas: Definición y nociones básicas. *Revista clínica de periodoncia, implantología y rehabilitación oral*, *11*(3), 184-186. <https://doi.org/10.4067/S0719-01072018000300184>
- Obregon, M., Luo, J., Shelton, J., Blevins, T., & MacDowell, M. (2020). Assessment of burnout in medical students using the Maslach Burnout Inventory-Student Survey: A cross-sectional data analysis. *BMC Medical Education*, *20*(1), 376. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02274-3>
- Olivares-Faúndez, V. (2017). Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout. *Ciencia & Trabajo*, *19*(58), 59-63. <https://doi.org/10.4067/S0718-24492017000100059>
- Organización Mundial de la Salud. (2019a). *Burn-out an occupational phenomenon: International Classification of Diseases*. <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>
- Organización Mundial de la Salud. (2019b). *Clasificación Internacional de Enfermedades, undécima revisión (CIE-11)*. Creative Commons Attribution-NoDerivatives 3.0 IGO (CC BY-ND 3.0 IGO). <https://icd.who.int/browse/2024-01/mms/es#129180281>
- Organización Mundial de la Salud & Organización Internacional del Trabajo. (2022). Organizaciones internacionales: La OMS y la OIT piden nuevas medidas para abordar los problemas de salud mental en el trabajo. *Seguridad y salud en el trabajo*, *112*, 49-49.
- Patelarou, A., Mechili, E. A., Galanis, P., Zografakis-Sfakianakis, M., Konstantinidis, T., Saliadj, A., Bucaj, J., Alushi, E., Carmona-Torres, J. M., Cobo-Cuenca, A. I., Laredo-Aguilera, J. A., & Patelarou, E. (2021). Nursing students, mental health status during COVID-19

- quarantine: Evidence from three European countries. *Journal of Mental Health*, 30(2), 164-169. <https://doi.org/10.1080/09638237.2021.1875420>
- Peng, P., Hao, Y., Liu, Y., Chen, S., Wang, Y., Yang, Q., Wang, X., Li, M., Wang, Y., He, L., Wang, Q., Ma, Y., He, H., Zhou, Y., Wu, Q., & Liu, T. (2023). The prevalence and risk factors of mental problems in medical students during COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 321, 167-181. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.10.040>
- Pomavilla, M. A. C., & Calle, J. V. Q. (2018). Riesgo suicida en universitarios de la carrera de Enfermería. *Killkana Salud y Bienestar*, 2(1), Article 1. https://doi.org/10.26871/killcana_salud.v2i1.230
- Rholetter, W. (2023). Burnout (psychology). *Salem Press Encyclopedia*. <https://research.ebsco.com/c/4hbeqy/viewer/html/vkfeucbd5r>
- Rodrigues, A. B., Camila Serra, Deus, Márcia Luísa Albuquerque de, Andrade, Flávia Teixeira de, Rezende, Giovanna Breda, Mariano, Lucas de Ávila, Sé. (2020). Evaluation of Burnout Syndrome Prevalence in Medical Students. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44. http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022020000400223&lang=es
- Saborío-Morales, L., & Hidalgo-Murillo, L. F. (2015). Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(1), 119-124.
- Samra, R. (2018). Brief history of burnout. *BMJ*, 363, k5268. <https://doi.org/10.1136/bmj.k5268>
- Schaufeli, W. B. (2017). Burnout: A Short Socio-Cultural History. En S. Neckel, A. K. Schaffner, & G. Wagner (Eds.), *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
- Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and Engagement in University Students: A Cross-National Study. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 33*(5), 464-481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- van der Merwe, G., L. J., Botha, A., Joubert. (2020). Burnout and associated factors in undergraduate medical students at a South African university. *African Journal of Health Professions Education, 12*, 62-67.
- Velando-Soriano, A., Suleiman-Martos, N., Pradas-Hernández, L., Membrive-Jiménez, M. J., Ramírez-Baena, L., Gómez-Urquiza, J. L., & Cañadas-De La Fuente, G. A. (2023). Factors related to the appearance and development of burnout in nursing students: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Public Health, 11*. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1142576>
- Wang, X., Yang, M., Ren, L., Wang, Q., Liang, S., Li, Y., Li, Y., Zhan, Q., Huang, S., Xie, K., Liu, J., Li, X., & Wu, S. (2024). Burnout and depression in college students. *Psychiatry Research, 335*, 115828. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.115828>

GLOSARIO Y ABREVIATURAS

APA: American Psychological Association

BO: Burnout

CIE-10: Clasificación Internacional de Enfermedades, undécima revision

DSM-V: Manual Diagnóstico de Psiquiatría, edición 5

MBI: Maslach Burnout Inventory

MBI-ES: MBI-Educators Survey

MBI-GS: MBI-General Survey

MBI-HSS: MBI-Human Services Survey

OMS: Organización Mundial de la Salud

OIT: Organización Internacional de Trabajo

PHQ-9: Patient Health Questionnaire-9

PRISMA: Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analyses

SBO: Síndrome de Burnout

ANEXOS

DECLARACIÓN JURADA

DECLARACIÓN JURADA

Yo, Gabriela López Chaves, cédula de identidad número 117640723, en condición de egresada de la carrera de Medicina y Cirugía de la Universidad Hispanoamericana, y advierto de las penas con las que la ley castiga el falso testimonio y el perjuicio, declaro bajo fe del juramento que dejo rendido en este acto, que mi trabajo de graduación, para optar por el título académico Licenciatura titulado “Factores de Riesgo para Desarrollo de Síndrome de Burnout en Estudiantes Universitarios: Una Revisión Sistemática 2013-2023” es una obra original y para su realización he respetado todo lo preceptuado por las Leyes Penales, así como la Ley de Derechos de Autor y Derecho Conexos, número 6683 del 14 de octubre de 1982 y sus reformas, publicada en la Gaceta número 226 del 25 de noviembre de 1982; especialmente el numeral 70 de dicha ley en el que se establece: “Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que estos no sean tantos y seguidos, que puedan considerarse como una producción simulada y sustancial, que redunde en perjuicio del autor de la obra original”. Asimismo, que conozco y acepto que la Universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público. Firmo, en fe de lo anterior, en la ciudad de San José, el día 22 de abril de 2025



Gabriela López Chaves

CARTA DEL TUTOR

CARTA DEL TUTOR

San José, 11 de febrero de 2025

Señores
Departamento de Registro
Universidad Hispanoamericana

Estimados señores:

La estudiante **GABRIELA LÓPEZ CHAVES**, cédula de identidad número: **117640723**, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado: **"FACTORES DE RIESGO PARA DESARROLLO DE SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA 2013-2023"** el cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura en Medicina y Cirugía. He verificado que se han incluido las observaciones y hecho las correcciones indicadas, durante el proceso de tutoría; y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación, antecedentes, marco teórico, marco metodológico, tabulación, análisis de datos, conclusiones y recomendaciones.

Los resultados obtenidos por el postulante implican la siguiente calificación:

A)	ORIGINAL DEL TEMA	10%	10%
B)	CUMPLIMIENTO DE ENTREGA DE AVANCES	20%	19%
C)	COHERENCIA ENTRE LOS OBJETIVOS, LOS INSTRUMENTOS APLICADOS Y LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACION	30%	30%
D)	RELEVANCIA DE LAS CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	20%	20%
E)	CALIDAD, DETALLE DEL MARCO TEORICO	20%	19%
	TOTAL		98%

Por consiguiente, se avala el traslado de la tesis al proceso de lectura.

Atentamente



Dr. Allan Rímola Rivas
Cédula: 110870329
Código médico: 8533

CARTA DEL LECTOR

CARTA DE LECTOR

San José, 04 de abril 2025

Universidad Hispanoamericana
Sede Aranjuez
Carrera Medicina y Cirugía

Estimados señores,

La estudiante Gabriela López Chaves, cédula de identidad 1-1764-0723, me ha presentado para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado *“FACTORES DE RIESGO PARA DESARROLLO DE SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA 2013-2023”*, el cual ha elaborado para obtener su grado de licenciatura en Medicina y Cirugía.

He revisado y he hecho las observaciones relativas al contenido analizado, particularmente lo relativo a la coherencia entre el marco teórico y análisis de datos, la consistencia de los datos recopilados y la coherencia entre éstos y las conclusiones; asimismo, la aplicabilidad y originalidad de las recomendaciones, en términos de aporte de la investigación. He verificado que se han hecho las modificaciones correspondientes a las observaciones indicadas, siendo el mismo un trabajo de alta calidad que denota esfuerzo y aplicación de la estudiante para así poder continuar con el proceso.

Por consiguiente, este trabajo cuenta con mi aval para ser presentado en la defensa pública.

Atentamente,



GINA TORRES ARTAVIA
MEDICO
Firmado por: GINA TORRES ARTAVIA (AUTENTICACION)

AUTORIZACIÓN DEL CENIT

**UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA
CENTRO DE INFORMACION TECNOLOGICO (CENIT)
CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA LA CONSULTA, LA
REPRODUCCION PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA
DE LOS TRABAJOS FINALES DE GRADUACION**

San José, 22 de abril de 2025

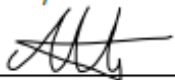
Señores:
Universidad Hispanoamericana
Centro de Información Tecnológico (CENIT)

Estimados Señores:

El suscrito (a) GABRIELA LÓPEZ CHAVES con número de identificación 117640723 autor (a) del trabajo de graduación titulado FACTORES DE RIESGO PARA DESARROLLO DE SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA 2013-2023 presentado y aprobado en el año 2025 como requisito para optar por el título de LICENCIATURA EN MEDICINA Y CIRUGÍA; Sí autorizo al Centro de Información Tecnológico (CENIT) para que con fines académicos, muestre a la comunidad universitaria la producción intelectual contenida en este documento.

De conformidad con lo establecido en la Ley sobre Derechos de Autor y Derechos Conexos N° 6683, Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica.

Cordialmente,



Firma y Documento de Identidad 117640723