

EL SÍNDROME DE BURNOUT UNIDIMENSIONAL Y SUS MANIFESTACIONES EN ESTUDIANTES PRACTICANTES DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTIAGO DEL ESTERO – DAR DEL 2018

THE UNIDIMENSIONAL BURNOUT SYNDROME AND ITS MANIFESTATIONS IN PRACTICING STUDENTS OF THE DEGREE IN PSYCHOLOGY OF THE CATHOLIC UNIVERSITY OF SANTIAGO DEL ESTERO - DAR OF 2018

Bianciotti Fernando Nicolás

Licenciado en psicología; Universidad Católica de Santiago del Estero – DAR; ferbianciotti@gmail.com

Recibido: 06 de febrero de 2020
Aceptado: 12 de noviembre de 2020

Resumen

La presente investigación se planteó como objetivos centrales: establecer la prevalencia del Síndrome de Burnout Unidimensional y sus manifestaciones en alumnos practicantes del último año de una licenciatura en psicología. Para el logro de este objetivo, se desarrolló un estudio cuantitativo no experimental, longitudinal panel, a través de la aplicación de la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (modificada) y el Inventario de sintomatología del estrés a los alumnos de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Santiago del Estero – Departamento Académico Rafaela. Los resultados obtenidos muestran una predominancia de manifestaciones de índole psicológica, luego sociopsicológica y, en menor medida, física. Esto permite concluir que la totalidad de la población estudiada tiene presencia del síndrome, con diversidad de manifestaciones.

Palabras clave: Síndrome de Burnout Unidimensional; estrés; estudiantes; educación superior.

Abstract

The present research considered as central objectives: to establish the prevalence of Unidimensional Burnout Syndrome and its manifestations in practicing students of the last year of a degree in psychology. To achieve this objective, a non-experimental, longitudinal panel quantitative study through the application of the Student Burnout One-Dimensional Scale and the Inventory of Stress Symptomatology to students of the students of the Degree in Psychology of the Catholic University of Santiago del Estero – Rafaela's Academic Department. The results showed a predominance of manifestations of a psychological, then socio-psychological and, to a lesser extent, physical nature. This allows us to conclude that the entire population studied has the presence of the syndrome with a variety of manifestations.

Key words: Unidimensional Burnout syndrome; stress; students; higher education.

Introducción.

Cuando las personas no logran adaptarse a los diversos eventos estresantes que existen y la exposición a ellos se torna prolongada, se comienza a transitar un camino donde el ser humano deja de tomar en cuenta sus propias necesidades, llevándolo a desencadenar progresivamente un estado de fatiga física, cansancio emocional y cansancio cognitivo. Esto refiere, según Barraza (2009) al desencadenamiento del Síndrome de Burnout Unidimensional. Dicho síndrome es analizado en indicadores actitudinales e indicadores comportamentales, siendo junto a las manifestaciones de estrés los puntos focales del presente trabajo.

El contexto actual impone exigencias cada vez más complejas tanto sobre los individuos como en los espacios de trabajo donde se determinan niveles muy altos de desempeño que se tienen que alcanzar para estar acordes al ritmo del cambio y no quedar fuera del mundo laboral. Por ello, muchas personas ingresan al ámbito universitario, ámbito en el que (al igual que en los espacios laborales) las instituciones son potenciales espacios donde se pueden producir situaciones estresantes.

Particularmente, el estudiante de psicología tiene la necesidad continua de prepararse en conocimientos especializados para desarrollar sus competencias teóricas, técnicas y éticas que permitan la intervención en las personas y los problemas que afectan sus vidas. Es así que el estudiante se encuentra inmerso en períodos prolongados de exposición en el aula, en lugares altamente demandantes junto a horarios entrecortados, intentando cumplimentar la totalidad de las exigencias académicas, resignando horas de sueño y tiempo libre que les permiten recuperarse, provocando que se aumenten los esfuerzos para mantener el desempeño esperado por los demás y por ellos mismos.

En la carrera Licenciatura en Psicología de la UCSE-DAR el estudiante practicante, especialmente durante el último año de su formación académica, se enfrenta a una serie de exigencias preparativas para desempeñarse como profesionales capacitados teórica, práctica y éticamente en el futuro. Entre ellas están asistir a las clases teóricas, a los espacios de supervisión, a los lugares de prácticas en instituciones por fuera de la universidad, elaboración de informes, entre muchas otras actividades. Las exigencias antes mencionadas pueden ser vivenciadas como estresores a los que se ve sometido y que afectan su salud física, psicológica y, por consecuencia, su desempeño académico, poniéndolos en riesgo a ellos mismos y a los usuarios de su ejercicio, durante las prácticas profesionales supervisadas.

Se decidió abordar la problemática del Síndrome de Burnout desde una perspectiva unidimensional, consecuencia de considerar y focalizar como constructo principal la pérdida de las fuentes de energía propias de la persona (Barraza, 2011). Autores como Astorga, Campos y Manga Rodríguez (2005) apoyan este enfoque conceptual aclarando que en estudiantes se ha demostrado la existencia de Burnout, siendo el cansancio emocional expresión por excelencia, ya que las dimensiones “despersonalización” y “falta de realización personal” son prácticamente inexistentes.

Barraza (2009, 2011) define al enfoque unidimensional como un estado producido por una exposición prolongada a situaciones generadoras de estrés, hasta

llegar al extremo de no tomar en cuenta las propias necesidades, que conllevan a un estado de agotamiento, específicamente: fatiga física, cansancio emocional y cansancio cognitivo.

En el Burnout se sistematizan cuatro niveles clínicos:

- El primero de estos niveles sin presencia del Síndrome,
- Nivel 'leve' donde la persona comienza con entusiasmo y grandes expectativas poco realistas, provocándose quejas, cansancio general y dificultades para levantarse por la mañana.
- Nivel 'moderado' donde se dan períodos de estancamiento, no se reconoce de sus superiores, tendencia al aislamiento y negativismo;
- Nivel 'profundo' caracterizado por gran frustración, desencadenando indiferencia y apatía hacia los demás, ausentismo, automedicación de psicofármacos, abuso de alcohol y drogas (Thomae, Ayala, Sphan & Stortti, 2006).

El segundo aspecto que se aborda en este trabajo, son las manifestaciones que surgen frente a las situaciones de estrés crónico y posterior Síndrome de Burnout Unidimensional. Para ello, se define al estrés como una reacción del individuo que comprende una respuesta fisiológica, cognitiva, emocional y volitiva a situaciones que implican cambios en la vida del mismo. Dichas situaciones pueden estar asociadas a eventos circunstanciales o eventos continuos, que potencialmente pueden producir estrés de carácter acumulativo (Sandín, 2003).

El estrés puede sobrepasar al individuo y sus capacidades de tramitarlo, de manera que comience a producir una serie de sesgos o errores cognitivos en la interpretación de su actividad fisiológica, de su conducta, pensamientos o situaciones, que devienen en la posible adquisición de temores irracionales, fobias, enfado o ira, irritabilidad, tristeza, depresión, y otras reacciones emocionales entre otras (Bittar, 2008).

La autora nombrada anteriormente también plantea que el estrés también puede ocasionar una serie de perturbaciones sobre los procesos cognitivos superiores como ser la atención, la percepción, la memoria, toma de decisiones y juicios, originando un deterioro del rendimiento en contextos académicos y laborales.

Fonte (como se citó en Giraldo, 2012) expone una clasificación de los síntomas que se presentan como consecuencia del estrés continuo dividiéndolos en: síntomas físicos, síntomas emocionales y síntomas comportamentales. (p.21). En relación a los signos físicos, se evidencian las contracturas musculares, dolores de espalda, náuseas, problemas para conciliar el sueño, dolores de cabeza, problemas digestivos, cambios de peso, del apetito y problemas sexuales. Otros autores como Martín (como se citó en Alonso Martínez, Valdés Cuervo y Cabral Alcalá (2009) señalan la relación del estrés con mayor riesgo a enfermarse ya que éste disminuye la acción del sistema inmunológico, aumentando los resfriados, cuadros gripales, infecciones y erupciones en la piel. En base a los síntomas emocionales o psicológicos, el autor detalla la apatía, sentimientos de indiferencia hacia los otros, ansiedad, miedo, sensación de no servir, depresión, actitudes de hipervigilancia, problemas de concentración, pensamiento enlentecido, necesidad de hacer un esfuerzo continuo para lograr los mismos objetivos, dificultad para emprender nuevas acciones, entre otros. Sumados a los anteriores, Moreno-Jiménez, Benavides Pereira, Garrosa Hernández y Gonzáles Gutiérrez (2002) integran

también los síntomas sociopsicológicos como lo son la disminución del deseo de comunicarse, necesidad de aislarse y pérdida del humor.

Resulta necesario remarcar que los recursos emocionales disminuyen para enfrentar los desafíos diarios, de manera que la fatiga se desarrolla progresivamente hasta llegar a un nivel físico, mental y emocional que no parece tener relación con el trabajo realizado, cuando nacen desde él (Bosqued, 2008).

Por último, los signos comportamentales que se describen son la evitación de ámbitos o actividades que anteriormente se disfrutaban como el trabajo, amistades y familia. A su vez, los efectos del estrés sobre la salud pueden ser indirectos ya que el mismo tiende a incrementar hábitos nocivos como fumar, comer en exceso y el sedentarismo, disminuyendo hábitos saludables como disfrutar el tiempo libre y hacer ejercicios (Martin, 2003).

Es importante destacar autores como Gómez, Werner y Knop (2001); Bittar (2008) que exponen que los primeros cambios que se producen en el individuo afectado son biológicos. Sin embargo, ellos no son perceptibles para la persona de manera directa ya que refieren a cambios en el metabolismo, presión arterial, ritmo respiratorio, ritmo cardíaco y en la actividad neuronal.

En el ámbito académico, específicamente, en estudiantes se debe considerar el rendimiento y la formación profesional, ya que el cansancio emocional influye negativamente en las expectativas de éxito y profesional, es decir, los estudiantes con mayores niveles de cansancio tienen pocas expectativas de finalizar sus estudios con éxito y también están poco preparados para enfrentarse al mundo laboral (Martínez, Marques, Salanova & Lopes da Silva, 2002).

Este complejo fenómeno implica la consideración de variables interrelacionadas como son los estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico y, finalmente, los efectos del estrés sobre el estudiantado (Monzón, 2007, p.89). Siguiendo con el autor, todos estos factores aparecen en un mismo entorno organizacional: la Universidad. Ella representa un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, aunque sólo sea transitoriamente, una falta de control sobre el ambiente, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial generador –con otros factores- del fracaso académico universitario. Y aclara: “los efectos de los estresores están mediados por factores psicológicos, por ejemplo la percepción subjetiva del carácter nocivo o amenazante del estresor” (Monzón, 2007, p.88).

Es así que la investigación busca dar luz sobre dos objetivos: por un lado, establecer la prevalencia del Síndrome de Burnout Unidimensional en alumnos practicantes del último año de una licenciatura en psicología de UCSE-Dar, y por otro lado dar cuenta de sus manifestaciones a nivel psicológico, sociopsicológicas y físicas en dicha población.

Método

Para determinar la población a trabajar se puntualizaron como criterios de inclusión a todos aquellos estudiantes del último año de la Licenciatura en psicología de la UCSE-Dar, que necesariamente estén realizando de manera simultánea todas

las prácticas profesionales supervisadas en el año 2018. Sin diferencia según edad o sexo. Logrando una población de trabajo igual a N=17 personas.

El presente estudio es caracterizado como cuantitativo no experimental, longitudinal panel y descriptivo. Los estudios cuantitativos se basan en un análisis deductivo, de modo que la teoría precede a la observación, es previa a la hipótesis y tiene un papel principal; este tipo de estudio representa un conjunto de procesos que son secuenciales y probatorios, es decir que: “cada etapa precede a la siguiente y no podemos ‘brincar o eludir’ pasos, el orden es riguroso, aunque, desde luego podemos redefinir alguna fase” (p.4). Continuando con las ideas del autor, la investigación no experimental implica observar situaciones ya existentes, donde no se provocarán situaciones para investigar, ni se manipularán las variables de las mismas.

Se proyecta de corte longitudinal panel, en la cual la obtención de datos se realiza en diferentes puntos del tiempo previamente establecidos, siendo antes y después de las Prácticas Profesionales Supervisadas, con un período de seis meses entre cada toma, para luego analizar los posibles cambios que se produjeron durante dicho lapso temporal y obtener conclusiones sobre las variables y efectos de las prácticas, manteniendo el mismo grupo en ambas tomas que se realicen, presentando la ventaja de que, además de conocer los cambios grupales, se conocen las variaciones de cada miembro del grupo estudiado.

En la investigación descriptiva se entiende como una descripción del fenómeno bajo estudio que no implican la comprobación de hipótesis, ya que la finalidad es describir la naturaleza del fenómeno a través de sus atributos.

Los instrumentos de recolección de datos fueron la **Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil** creada por Barraza (2008), de forma autoadministrada; consta de 15 reactivos, de los cuales diez son indicadores comportamentales y cinco indicadores actitudinales; estructuralmente está formada por un escalamiento tipo Likert de cuatro valores categoriales (nunca, algunas veces, casi siempre y siempre), para el análisis de los datos obtenidos se utilizan medidas de posición cuartiles, para establecer la presencia del síndrome: “No presenta”, “Leve”, “Moderado” o “Profundo” en base al baremo propuesto por Barraza Macías et al. (2009); es necesario que la modificación que se realizó fue en la terminología para hacerlo más específico, por ejemplo se sustituyó el término “clase” por “práctica”. También se utilizó el **Inventario de Sintomatología de Estrés** de Moreno-Jiménez et al. (2002) el objetivo de este instrumento es evaluar y obtener una descripción de las secuelas asociadas al estrés crónico y al síndrome de burnout. Está conformado por un listado de treinta manifestaciones sintomáticas, o también llamadas consecuencias funcionales, de las cuales nueve refieren a signos físicos, trece a síntomas psicológicos y ocho manifestaciones sociopsicológicas. Se presenta con modalidad de escala de Likert, existiendo cinco categorías (0-Nunca, 1-Raras veces, 2-Moderadamente, 3-Frecuentemente y 4-Siempre).

La información ha sido recabada en el Taller de Prácticas Profesionales Supervisadas y los datos se analizaron a través del Paquete Estadístico Informático para las Ciencias Sociales IBM® SPSS Statistics versión 21.

Los participantes, luego de que se les explicara con detalle el plan de investigación y uso de la información que fuera a recabarse, dieron su consentimiento oral tanto en la primera como en la segunda toma de los

instrumentos, garantizando su anonimato con una codificación de tipo numérica en los cuestionarios.

Resultados

El análisis de resultados se desarrolló en dos momentos. Es importante destacar que el primero de ellos, presenta los datos recolectados en la primera toma realizada en el mes de mayo referentes al momento previo a la realización de las Prácticas Profesionales Supervisadas para conocer solo el estado en el que se encuentran los estudiantes; el segundo, y de mayor relevancia para el estudio, se presenta lo recolectado en el mes de noviembre luego de que los participantes hayan concluido sus Prácticas.

Primer momento

En la primera toma se ve que las respuestas de los estudiantes se encuentran dentro del segundo y tercer cuartil del baremo, es decir que la totalidad de la población muestra algún nivel del síndrome de burnout.

Tabla 1.

Baremos según niveles de burnout

Participante	Puntaje	Porcentaje
1	33	52%
2	24	37%
3	29	45%
4	22	34%
5	21	33%
6	22	34%
7	20	31%
8	28	44%
9	32	50%
10	22	34%
11	23	36%
12	25	39%
13	27	42%
14	33	52%
15	21	33%
16	24	37%
17	44	69%

Nota: se destacan con negritas el nivel moderado del síndrome, y el resto refiere al nivel leve.

Se está en condiciones de afirmar que, de los 17 participantes, el 82,35% (14 personas) presentó un nivel leve del síndrome mientras que el restante 17,65% (3 personas), presentó un nivel moderado. Por lo que la totalidad de los estudiantes presentaba cierto nivel del síndrome de Burnout en el momento previo a realizar las Prácticas Profesionales Supervisadas, frente a este resultado se puede inferir que se encuentran en un estado de temor, alerta y/o expectativa frente a las demandas académicas que están por experimentar (Tabla 1).

Tabla 2.

Caracterización de los estudiantes acorde a los indicadores actitudinales y comportamentales.

Participante	Numero de indicadores actitudinales	Numero de indicadores comportamentales
1	14	3
2	-	-
3	10	3, 7, 9
4	-	-
5	-	-
6	-	-
7	-	-
8	-	1, 7
9	-	9, 12
10	-	-
11	-	-
12	-	12
13	10	3
14	-	7, 12
15	-	-
16	-	-
17	6, 14	1, 2, 4, 5, 7, 9, 12, 15

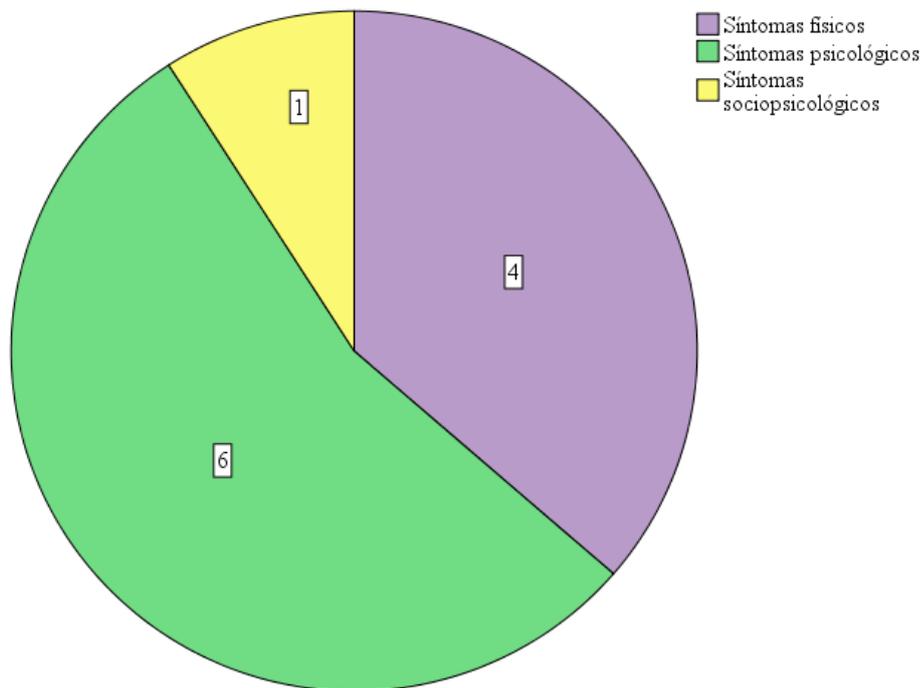
Sobre los indicadores actitudinales que conforman la escala, se encontró que cuatro personas han manifestado haberlos vivenciado, surgiendo solo tres de los seis planteados en el instrumento, de los cuales el número 10: “El asistir a las supervisiones me resulta aburrido” y el número 14: “No creo terminar con éxito mis prácticas este año” aparecen dos veces cada uno (Tabla 2).

Respecto a los indicadores comportamentales se puede afirmar que fueron más evidenciados por los estudiantes, manifestándose todos los planteados en el instrumento, y siendo los más frecuentes el número 3: “Durante las supervisiones me siento somnoliento”, el número 7: “Antes de terminar mi horario de prácticas y supervisiones ya me siento cansado.” y el número 12: “Siento que asistir a los espacios de prácticas y de supervisión me está agotando físicamente.” apareciendo cuatro veces cada uno (Tabla 2).

La mayoría de los indicadores que se presentan son comportamentales, lo que se puede entender como una confirmación a lo expuesto por Barraza (2011), cuando explica que dichos indicadores ofrecen una visión horizontal, es decir muestra una serie de indicadores transitorios, producto de situaciones de un momento específico que van a confirmar la presencia de niveles leves del síndrome de burnout.

A continuación, se especifican aquellos síntomas donde el 50% de la población o más se ha agrupado, estableciendo un máximo de dos variables por categoría, exceptuando el extremo negativo “Nunca”, debido que determina la ausencia del mismo:

Figura 1.
Síntomas del estrés emergentes con mayor frecuencia en la toma de mayo



Como se plasma, fueron once síntomas los que se manifestaron de los cuales cuatro hacen referencia a síntomas físicos (dolores de espalda o cuello, dolores de cabeza, dificultades con el sueño y, resfriados y gripes), seis de índole psicológico (fácil irritabilidad, sentimiento de cansancio mental, tiempo mínimo para uno mismo, fatiga generalizada, estar con prisa, cansancio rápido de todas las cosas) y uno sociopsicológico (necesidad de aislarse) (Figura 1)

Segundo momento

En la segunda evaluación, luego de realizar las prácticas, se obtuvieron los resultados mostrados en la tabla 3.

Nuevamente todas las respuestas se encuentran dentro del segundo y tercer cuartil, es decir que la totalidad de la población presenta algún nivel del síndrome de burnout. A partir de lo observado, se puede afirmar que un 76,47% (13 personas) presentó un nivel leve del síndrome mientras que el restante 23,53% (4 personas) un nivel moderado.

Por lo que la totalidad de los estudiantes continuaron presentando niveles del síndrome de Burnout Unidimensional luego de realizar las Prácticas Profesionales Supervisadas. Es importante señalar que en trece estudiantes ha aumentado el puntaje bruto y, por consiguiente, el porcentaje en las respuestas, pero solo en tres de ellos (3, 9 y 10) lo suficiente para superar el punto de corte del baremo, pasando así de un nivel leve a un nivel moderado del síndrome de burnout. Sin embargo, en dos participantes (1 y 14) se dio un proceso inverso, de presentar un nivel moderado

del síndrome a un nivel leve luego de realizar las prácticas profesionales supervisadas.

Tabla 3.
Baremos según niveles de burnout.

Participante	Puntaje	Porcentaje
1	29	45%
2	27	42%
3	38	59%
4	28	44%
5	25	39%
6	24	37%
7	24	37%
8	25	39%
9	39	61%
10	35	55%
11	29	45%
12	28	44%
13	24	37%
14	27	42%
15	26	41%
16	32	50%
17	42	66%

Nota: se destacan con negritas el nivel moderado del síndrome, y el resto refiere al nivel leve.

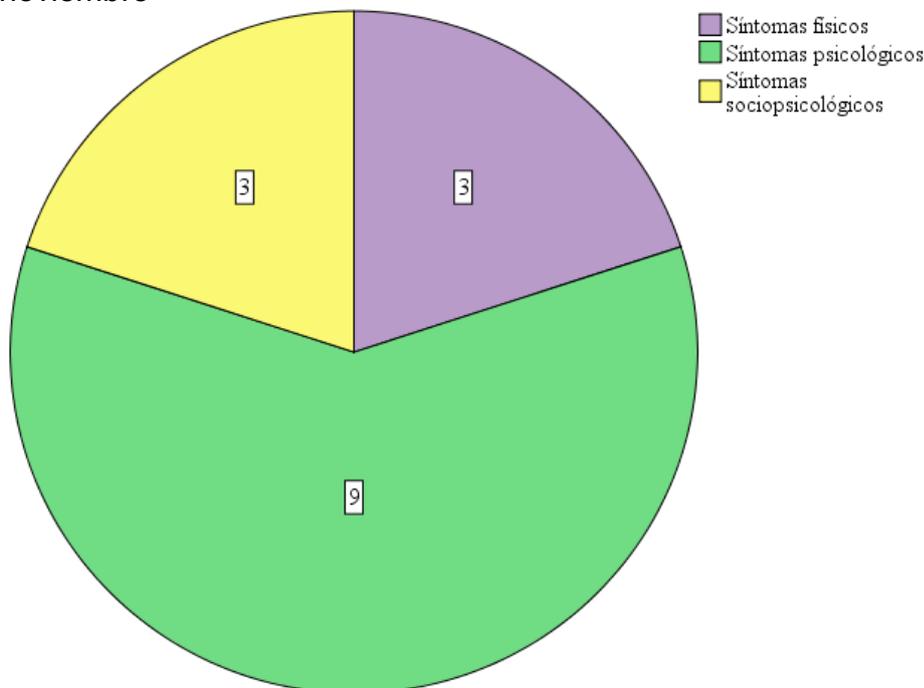
Tabla 4
Caracterización de los estudiantes acorde a los indicadores actitudinales y comportamentales.

Participante	Número de indicadores actitudinales	Número de indicadores comportamentales
1	-	-
2	-	-
3	-	4, 5, 7, 9, 12, 16
4	10	1
5	-	16
6	-	3
7	-	-
8	-	2
9	-	1, 3, 5, 7, 12, 15
10	-	2, 5, 9, 12, 15
11	-	2, 15
12	14	-
13	-	-
14	6	-
15	-	3
16	11	1, 4
17	-	2, 3, 4, 7, 9, 12, 16

De los indicadores actitudinales se encontró que cuatro personas los vivenciaron, surgiendo cuatro de seis planteados en el instrumento (6, 10, 11 y 14) y solo una vez, por lo que no son relevantes. Sobre los indicadores comportamentales

fueron más evidenciados por los estudiantes, manifestándose todos los planteados en el instrumento, y siendo más frecuentes el número 1: “El tener que asistir diariamente a los espacios de prácticas y supervisiones me cansa”, 2: “Mis problemas académicos me deprimen fácilmente”, 3: “Durante las supervisiones me siento somnoliento”, 4: “Creo que asistir a los espacios de prácticas y supervisión hace que me sienta agotado”, 5: “Cada vez me es más difícil concentrarme en las supervisiones” 7: “Antes de terminar mi horario de prácticas y supervisiones ya me siento cansado”, 9: “Cada vez me cuesta más trabajo prestarle atención al profesor en supervisión”, 12: “Siento que asistir a los espacios de prácticas y de supervisión me está agotando físicamente”, 15: “Siento que tengo más problemas para recordar lo que sucede en los espacios de supervisión” y 16: “Creo que los espacios de prácticas y de supervisión me están desgastando emocionalmente” apareciendo todos tres veces cada uno (Tabla 4).

Figura 2 - Síntomas del estrés emergentes con mayor frecuencia en la toma de noviembre



Se evidencia que fueron quince síntomas los que se manifestaron, de los cuales tres hacen referencia a síntomas físicos, nueve de índole psicológico (sumándose pérdida o exceso de apetito, dificultad de memoria y concentración, dificultad para controlar la agresividad) y tres sociopsicológico (sumándose escasas ganas de comunicarse, sentimientos de baja autoestima) (Figura 2).

Discusión y Conclusiones

El estudio del Síndrome de Burnout académico desde el enfoque Unidimensional se puede considerar relevante desde el punto de vista teórico e importante para el desarrollo de programas educativos orientados a la formación

integral de los estudiantes, ya que la institución y la carrera tienen un papel fundamental en el apoyo del bienestar y desarrollo de sus estudiantes.

Conforme al primer objetivo los resultados obtenidos permiten llegar a la conclusión de que el síndrome se encontró en la totalidad de los estudiantes, es decir que el estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo se presentó, coincidiendo con lo planteado en diversas investigaciones (Barraza, et al., 2009; Barraza, 2011; Uribe & Illesca, 2016; Domínguez et al., 2017).

Los indicadores actitudinales tienen un porcentaje de frecuencia más bajo en comparación al conjunto de indicadores comportamentales, esto significa que estas conductas se presentan con menor insistencia entre los alumnos, mostrándose coherencia con el nivel manifestado. Siendo las conductas y estados de somnolencia, depresión, agotamiento físico producto de los espacios de prácticas y de supervisión, los más comunes. Estas son expresiones transitorias, que coinciden con los resultados de la literatura científica utilizada en el marco teórico del presente trabajo (Bosqued, 2008).

En cuanto al segundo objetivo se puede aseverar que los datos aquí presentados son el resultado exploratorio sobre una temática escasamente estudiada, que a pesar de lo reducido de la muestra y de la escasa bibliografía, se encuentra cierto aumento de las manifestaciones de estrés luego de realizar las Prácticas Profesionales Supervisadas. Al analizar los datos, damos con el aumento en síntomas en los que requiere vincularse con los demás, es decir los sociopsicológicos, por ejemplo “necesidad de aislarse” y “escasas ganas de comunicarse”. Esto es producto de la exposición constante en la que se encuentra el estudiante durante sus prácticas (Monzón, 2007). A su vez, aumentaron las manifestaciones psicológicas, mostrando dificultades cognitivas en la memoria y la concentración; o de índole emocional siendo recurrentes: fácil irritabilidad, dificultad para controlar la agresividad y pérdida o exceso de apetito.

Concluyendo en que en todos los estudiantes practicantes se presentaron gran diversidad de síntomas y signos, de índole psicológico, emocional y psicosocial. Esto debe considerarse un signo de alerta ya que si no se aborda a tiempo, en el futuro académico y profesional los estudiantes pueden profundizarse y ser nocivos tanto para ellos como para las personas usuarias de su trabajo.

Buscando una posible relación entre ambos objetivos, si bien han aumentado las puntuaciones brutas en la Escala de Síndrome de Burnout Unidimensional, y también la frecuencia de las manifestaciones del estrés obtenidas con el Instrumento de Sintomatología del Estrés, no han sido lo suficientemente mayores como para superar el punto de corte propuesto en el baremo por Barraza et. al. (2009).

Ante estos resultados, se puede hipotetizar sobre ciertos factores que influyeron y dan una posible explicación al porqué la mayoría de los estudiantes mantuvo leve el síndrome de burnout, o incluso quienes primero han presentado un nivel moderado descendieron al nivel leve del síndrome: por un lado, el hecho de que varias de las prácticas han sido anuales, lo que en se efectivizan tres meses de trabajo en campo y una vez a la semana, por lo que las situaciones estresantes provocadas por los espacios solo tienen esa duración.

Por otro lado, un factor que puede haber mediado es la tendencia a la adaptación frente a los profesores. Esto refiere a que un docente provoque estrés

surge o continúa dicha tendencia debido a que ya les han dado clases anteriormente.

Otro factor del cual se hipotetiza que tuvo incidencia en estos resultados es la existencia del Taller de Prácticas Profesionales Supervisadas, donde se realiza un acompañamiento personalizado más allá de la actividad técnica, trabajando cómo los diferentes espacios y personas con las que se estaban vinculando, los interpelaban en su vida. Generando un marco de contención subjetiva donde los estudiantes pueden expresar su percepción ante situaciones puntuales sin que esto conlleve a un enfrentamiento, o sentirse juzgados y/o desestimados. Esto posiblemente permitió mantener bajos los niveles de burnout unidimensional.

Referencias

- Albanesi de Nasetta, S., De Bortoli, M. & Tifner, S. (2006). Aulas que enferman. *Psicología y Salud*, 16(02), 179-185. Recuperado de <https://www.researchgate.net/>
- Alonso, E. C., Valdés, A. A. & Cabral, F. (septiembre de 2009). Validez y confiabilidad de un instrumento para evaluar vulnerabilidad al estrés. En R. López Zárate (Presidencia). Ponencia llevada a cabo en el X Congreso Nacional de Investigación Educativa, Veracruz. México.
- Apiquian, A. (abril de 2007). *El síndrome de burnout en las empresas*. Presentación llevada a cabo en el Tercer Congreso de Escuelas de Psicología de las Universidades Red Anáhuac, Yucatán. México.
- Astorga, M. C., Ramos, F. & Manga, D. (2005). *Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios*. Ponencia llevada a cabo en el 6º Congreso Virtual de Psiquiatría. Interpsiquis.
- Barradas, M. E., Trujillo, P. G., Sánchez, A. V. & López, J. (2017). Burnout estudiantil en universitarios veracruzanos. *Revista Iberoamericana para la investigación y el desarrollo educativo (RIDE)*, 7(14). Recuperado de <http://www.ride.org.mx/>
- Barraza Macías, A. (2008). Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil. *Investigación Educativa Duranguense*, (9), 104-106. Recuperado de <https://www.researchgate.net/>
- Barraza, A., Carrasco Soto, R. & Arreola, M. G. (septiembre de 2009). *Burnout estudiantil. Un estudio exploratorio*. En R. López Zárate (Presidencia). Ponencia llevada a cabo en el X Congreso Nacional de Investigación Educativa, Veracruz. México.
- Barraza, A. (2011). Validación psicométrica de la escala unidimensional del burnout estudiantil. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 13(2), 51-74. Recuperado de <https://www.redalyc.org/>
- Benavides Pereira, A. M., Moreno-Jiménez, B., Garrosa Hernández, E. y Gonzales Gutiérrez, J. L. (2002). La evaluación específica del síndrome de burnout en psicólogos: el "inventario de burnout de psicólogos". *Clínica y salud*, 13(3), 257-283. Recuperado de <http://www.clysa.elsevier.es/>
- Bittar, M. C. (2008). *Investigación sobre burnout y estilos de personalidad en estudiantes universitarios*. Universitat de les Illes Balears. Recuperado de <http://www.fci.uib.es/>

- Bosqued, M. (2008). *Quemados, el síndrome de burnout*. Barcelona: Edición Paidós Ibérica.
- Carlotto, M. S., Gonçalves Câmara, S. y Brazil Borges, A. M. (2005). Predictores del Síndrome de Burnout en estudiantes de un curso técnico de enfermería. *Perspectivas en Psicología*, 1(2), 195-205. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/>
- Castro Bastidas, C. del R., David Ceballos, O. O. y Ortiz Delgado, L. (2011). Síndrome de Burnout en estudiantes de pregrado de la universidad de Nariño. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(4). 223-246. Recuperado de <http://www.iztacala.unam.mx/>
- Domínguez González, A. D., Velasco Jiménez, M. T., Meneses Ruiz, D. M., Valdivia Gómez, G. G. y Castro Martínez M. G. (2017). Síndrome de burnout en aspirantes de la carrera de medicina. *Investigación en Educación Médica* 6(24), 242-247. Recuperado de <http://riem.facmed.unam.mx/>
- Giraldo, D. A. (2012). *Estrés y depresión* (Tesis de grado). Universidad de la Sabana. Colombia.
- Gómez, V., Werner, D., Knop, J. (2001). Reacciones hormonales e inmunológicas agudas en situaciones de estrés. Estudio experimental sobre el papel moderador de la experiencia de control. *Revista Latinoamericana de Psicología* 33 (3), 289-297. Recuperado de <http://www.redalyc.org/>
- Martínez, I., Marques, A., Salanova, M. y Lopes da Silva, A. (2002). Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal. Un estudio transcultural. *Ansiedad y Estrés*, 8(1), 13-23.
- Monzón Martín, I. M. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, 25 (1), 87-99. Recuperado de <http://copao.cop.es/>
- Ramírez Pérez, M. y Zurita Zurita, R. (2010). Variables organizacionales y psicosociales asociadas al síndrome de burnout en trabajadores del ámbito educacional. *Polis Revista Latinoamericana*, 25. 1-18. Recuperado de <https://journals.openedition.org/>
- Sandín, B. (2003). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 3 (1), 141-157. Recuperado de <http://www.comie.org.mx/>
- Sosa, E. (2007). Frecuencia de los síntomas del síndrome de burnout en profesionales médicos. *Revista Médica de Rosario*, 73, 12-20. Recuperado de <http://www.circulomedicorosario.org>
- Thomaé, M. N. V., Ayala, E. A., Sphan, M. S. & Stortti M. A. (2006). Etiología y prevención del síndrome de burnout en los trabajadores de la salud. *Revista de Posgrado de la VIa Cátedra de Medicina*, (153), 18-21. Recuperado de <http://files.sld.cu/>
- Uribe M. A. & Illesca M. (2016). Burnout en estudiantes de enfermería de una universidad privada. *Investigación en Educación Médica*, 6(24), 234-241. Recuperado de <http://riem.facmed.unam.mx/>
- Yuri Rosales, R. & Rosales Paneque, F.R. (2013). Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. *Salud Mental*, 36, (4). Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/>