




Síndrome de Burnout en estudiantes de Enfermería previo al examen complejo

Burnout syndrome in pre-complex examination nursing students

Autores:

- **Santiago Javier Andrade Ruiz** . Licenciado en Enfermería. Instituto Superior Tecnológico Universitario Libertad. Quito. Ecuador.
- **Bryan Antonio Garzón Acosta** . Doctor en Medicina. Instituto Superior Tecnológico Universitario Libertad. Quito. Ecuador.

Autor de correspondencia:

- **Santiago Javier Andrade Ruiz** . Licenciado en Enfermería. Instituto Superior Tecnológico Universitario Libertad. Quito. Ecuador.
Correo electrónico: sjandrade@itslibertad.edu.ec.

Recibido:

- 12/04/2025

Aceptado:

- 28/07/2025

Publicado:

- 26/06/2026

DOI:

- <https://doi.org/10.51326/ec.9.5691878>

Modo de referenciar el artículo:

- Andrade Ruiz SJ, Garzón Acosta BA. Burnout syndrome in pre-complex examination nursing students. *Enferm Cuid.* 2026;9. <https://doi.org/10.51326/ec.9.5691878>



Las obras se publican en esta revista bajo una licencia Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0) que permite a terceros utilizar lo publicado siempre que mencionen la autoría del trabajo y a la primera publicación en esta revista.

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo analizar la presencia del síndrome de Burnout en estudiantes del último semestre de la carrera de Enfermería antes de rendir el examen complejo. La investigación se realizó con 134 estudiantes de cuarto semestre del Instituto Superior Tecnológico Universitario Libertad, ubicado en Quito, Ecuador. Para evaluar el síndrome se aplicó el Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS), instrumento compuesto por 22 ítems que valoran tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

Los resultados mostraron que una parte importante de los estudiantes experimenta síntomas asociados al Burnout. En la dimensión de agotamiento emocional, el 32.84% presentó niveles altos, mientras que el 49.25% registró niveles bajos. Respecto a la realización personal, el 51.49% alcanzó niveles altos; sin embargo, el 48.51% manifestó una baja percepción de éxito académico. En cuanto a la despersonalización, el 37.31% evidenció niveles elevados, lo que refleja cierto distanciamiento emocional hacia el proceso de aprendizaje.

Se analizó la relación entre el Burnout y variables como género, carga académica, número de hijos y horas de estudio. Se observó que los estudiantes con mayores responsabilidades familiares tendían a presentar más agotamiento emocional, mientras que aquellos que dedicaban más tiempo al estudio reportaban mayor desgaste y menor satisfacción académica. El análisis de regresión indicó que los estudiantes más jóvenes presentaban mayores niveles de agotamiento emocional ($\beta = -0.57$; $p = 0.040$). Asimismo, el instrumento mostró una alta confiabilidad ($\alpha = 0.824$).

Igualmente se encontró que una mayor resiliencia se relaciona con menor cansancio emocional y una mejor realización personal, destacando la importancia de implementar estrategias de apoyo y manejo del estrés para promover el bienestar de los futuros profesionales de enfermería.

Palabras clave: Agotamiento Emocional; Despersonalización; Maslach; Realización Personal; Síndrome de Burnout.

Abstract

The present study aimed to analyze the presence of Burnout Syndrome among final-semester Nursing students prior to taking the comprehensive examination. The research was conducted with 134 fourth-semester students from the Libertad Higher Technological University Institute in Quito, Ecuador. To assess the syndrome, the Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) was administered. This instrument consists of 22 items that evaluate three dimensions: emotional exhaustion, depersonalization, and personal accomplishment.

The results revealed that a significant proportion of students experienced symptoms associated with Burnout. Regarding emotional exhaustion, 32.84% of the participants presented high levels, while 49.25% showed low levels. In terms of personal accomplishment, 51.49% achieved high levels; however, 48.51% reported a low perception of academic success. Concerning depersonalization, 37.31% demonstrated high levels, reflecting a degree of emotional detachment from the learning process.

The relationship between Burnout and variables such as gender, academic workload, number of children, and study hours was also examined. Students with greater family responsibilities tended to experience higher levels of emotional exhaustion, whereas those who devoted more time to studying reported greater fatigue and lower academic satisfaction. Regression analysis indicated that younger students experienced higher levels of emotional exhaustion ($\beta = -0.57$; $p = 0.040$). Furthermore, the instrument demonstrated high reliability ($\alpha = 0.824$).

Additionally, greater resilience was found to be associated with lower emotional exhaustion and higher personal accomplishment, highlighting the importance of implementing support strategies and stress-management interventions to promote the well-being of future nursing professionals.

Keywords: Burnout Syndrome; Depersonalization; Emotional Exhaustion; Maslach; Personal Fulfillment.

Introducción

El síndrome de burnout ha sido ampliamente estudiado en el ámbito laboral, sin embargo, no es exclusivo de los trabajadores. Muchos estudiantes también se ven afectados por este fenómeno debido a la carga académica y personal que deben enfrentar para cumplir con las exigencias institucionales. En los últimos años, ha crecido el interés en comprender la relación entre el bienestar emocional de los estudiantes y su rendimiento académico, siendo el síndrome de burnout un factor crítico, que puede afectar negativamente su experiencia educativa, la calidad del aprendizaje y su futuro profesional.

En el contexto educativo, el burnout se manifiesta como agotamiento emocional, despersonalización y una baja percepción del logro personal. Estas manifestaciones suelen surgir cuando las exigencias académicas superan los recursos personales disponibles, generando una sensación de incapacidad para cumplir con las obligaciones. Según Ramírez Pérez y Lee Maturana¹, el burnout representa un fenómeno psicosocial asociado con la desmotivación y el distanciamiento emocional. Caballero Domínguez et al.² señalan que los estudiantes de Enfermería son especialmente vulnerables a este síndrome durante su formación, y Arango Agudelo et al.³ relacionan su aparición con el estrés académico, la ansiedad y la depresión.

Dado que el burnout afecta directamente el rendimiento académico y la forma en que los estudiantes enfrentan las dificultades, se vuelve fundamental investigar su presencia en el entorno educativo. Esta investigación se centra en analizar el síndrome de burnout en los estudiantes de cuarto nivel de la carrera de Técnico Superior en Enfermería del Instituto Tecnológico Superior Universitario Libertad (ISTUL), particularmente al enfrentar el examen complejo final, una etapa académica de alta exigencia que puede intensificar los síntomas de este síndrome. Como objetivo, se planteó determinar la prevalencia y los factores asociados al síndrome de Burnout en estudiantes del último semestre de la carrera de enfermería, antes de la evaluación del examen complejo. Para ello, se empleó un diseño de tipo cuantitativo, descriptivo y de diseño no experimental.

Marco teórico

El término "Burnout" proviene del inglés y hace referencia a un estado de agotamiento o desgaste extremo, similar a la extinción de una vela. Este síndrome se entiende como una respuesta al estrés prolongado, ya sea individual, social u organizacional, que causa agotamiento emocional, sentimientos de ineficacia y actitudes negativas como el cinismo.⁴

El síndrome fue inicialmente descrito por el psiquiatra Freudenberg desde una visión clínica. Más tarde, en los años 70, la doctora Christina Maslach desarrolló un enfoque psicosocial y propuso el modelo tridimensional del burnout: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal.⁵

A nivel fisiológico, el estrés activa áreas cerebrales como el hipocampo y la amígdala, así como las glándulas suprarrenales, que producen hormonas como el cortisol para enfrentar situaciones de tensión.⁶ Cuando este estado de alerta se mantiene por largos periodos, puede derivar en estrés crónico, considerado el principal factor desencadenante del burnout. El estrés crónico también está relacionado con alteraciones en los sistemas nervioso, inmune y endocrino, especialmente en personas que cuidan a enfermos crónicos o dependientes.⁷

El síndrome de burnout va más allá de un simple cansancio y puede afectar gravemente la salud física, mental, social y profesional del individuo.⁸ Entre los síntomas físicos más comunes están fatiga crónica, dolores de cabeza, problemas digestivos, trastornos del sueño y tensión muscular.⁹ En el plano psicológico, puede presentarse ansiedad, depresión, frustración, agresividad, obsesiones o fobias.¹⁰ Además, puede generar conflictos interpersonales, irritabilidad y conductas de riesgo como el consumo de alcohol, tabaco u otras sustancias.

Según Gavilema Vistin y Pilamunga Hurtado¹¹, son circunstancias desencadenantes del estrés, las mismas que van a producir cambios positivos o negativos en la calidad de vida. Se pueden clasificar de la siguiente manera:

1. *Internos*: producidos al interior del individuo, es un proceso biológico propio (enfermedad aguda o crónica).
2. *Externos*: originados en el entorno donde se desenvuelve el ser humano (laboral, académico, familiar, económico, social, u otros).
3. *Psicosociales*: situaciones que no causan directamente la respuesta de estrés, sino que se convierten en estresores dependiendo del significado que la persona proporcione a dichos contextos o la manera de manejarlos (evaluación de desempeño laboral, académico, concurso de méritos y oposición, entre otros).¹¹

El síndrome de burnout genera diversas consecuencias tanto a nivel personal como organizacional. Las personas que lo padecen son más propensas a sufrir enfermedades psiquiátricas, desarrollar adicciones, tener bajo rendimiento laboral, cometer errores frecuentes, presentar trastornos sexuales y dificultades en el aprendizaje y la memoria.⁴

Emocionalmente, se manifiesta con depresión, sentimientos de fracaso, irritabilidad y agresividad. A nivel cognitivo, puede haber frustración por la

diferencia entre expectativas y realidad laboral, lo que conduce al absentismo o incluso a la jubilación anticipada.¹²

En lo social, se observa aislamiento, rechazo a la interacción y deterioro de las relaciones, especialmente con la pareja y el entorno familiar.¹³ La convivencia se vuelve tensa y con frecuentes conflictos.

Evaluar el síndrome de burnout en el personal de Enfermería permite diseñar estrategias institucionales que reduzcan los factores de riesgo psicosocial y mejoren la calidad del trabajo asistencial.¹³

Según Rizo-Baeza et al.¹⁴, el síndrome de burnout está considerado como un conjunto de alteraciones que se producen en la persona, debido a una inadecuada forma de afrontamiento al estrés emocional de tipo crónico, relacionado directamente con el ambiente de trabajo, generando grandes repercusiones en la salud física y emocional del ser humano. Ello hace que esto se convierta en un problema de gran impacto a nivel laboral, social y económico, debido a que influye directamente en el individuo, familia y sociedad. Es por esta razón que dentro de esta problemática se caracterizan tres dimensiones fundamentales, como son:

1. *Agotamiento emocional*: falta de energía y entusiasmo relacionado con el exceso de trabajo, debido al estrés producido con el contacto diario con personas a las que atiende. Además, si hay una interacción negativa entre la organización y la persona, siempre va a dar como resultado efectos perjudiciales.²
2. *Despersonalización*: se basa en actitudes y sentimientos negativos de insensibilidad hacia las personas que reciben el servicio, por lo que el usuario capta al profesional como una persona deshumanizada.¹³
3. *Baja realización personal*: es la predisposición que tienen los profesionales a evaluarse negativamente, afectando a la habilidad para realizar el trabajo como también a la relación que se establece con las personas que se atiende.⁶

El síndrome de burnout progresa en varias fases. Comienza con entusiasmo, donde aparecen las primeras señales de alerta. Luego sigue el estancamiento, con dudas sobre la capacidad para enfrentar las exigencias. En la fase de frustración, surge decepción y sensación de vacío. Posteriormente, la apatía se manifiesta con desinterés laboral, disminución del rendimiento y agotamiento físico y emocional, junto a síntomas como irritabilidad y pérdida de apetito. Finalmente, en la fase de quemado, ocurre un colapso emocional y cognitivo con graves consecuencias para la salud, afectando la vida personal y profesional.¹⁴

El agotamiento mental, causado por la sobrecarga de preocupaciones y tareas, genera estrés prolongado que puede desencadenar miedo al trabajo, actitud cínica y pérdida de motivación. Las personas afectadas presentan

dificultad para concentrarse, sensación de incapacidad, desesperanza, aislamiento, baja autoestima y desinterés por actividades que antes disfrutaban. También se sienten insatisfechas y decepcionadas con sus responsabilidades académicas o laborales.⁷

El agotamiento físico, definido como una sensación intensa de cansancio o falta de energía, suele estar relacionado con el estrés crónico y hábitos de sueño inadecuados. Esto puede generar falta de creatividad y motivación para realizar tareas académicas, así como afectar la salud, causando desde dolores de cabeza y resfriados, hasta trastornos mentales como ansiedad o depresión.

Determinar el grado del síndrome de burnout es fundamental para comprender su impacto. Uno de los instrumentos más utilizados es el *Maslach Burnout Inventory (MBI)*, que evalúa este síndrome en diversos contextos laborales mediante 22 ítems distribuidos en tres subescalas: agotamiento emocional (9 ítems), despersonalización (5 ítems) y realización personal (8 ítems), con puntuaciones clasificadas en baja, media o alta.⁷

Para contextos académicos, se emplea el *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)*, desarrollado por Schaufeli, Salanova, González-Romá y Bakker (2002), diseñado especialmente para estudiantes universitarios. Este evalúa tres dimensiones: agotamiento, cinismo y autoeficacia académica, utilizando una escala de frecuencia de 7 puntos que va de 0 (nunca) a 6 (siempre). Se han hecho varias adaptaciones del instrumento original, obteniendo validaciones en distintos estudios.

Según García Rodríguez et al.⁴, un estudiante presenta burnout académico si tiene puntuaciones altas en agotamiento y cinismo, y bajas en autoeficacia. Estos valores se identifican al superar el promedio más la desviación estándar en las dos primeras dimensiones, y al estar por debajo del promedio menos la desviación estándar en la última.

El síndrome de burnout se presenta con frecuencia en estudiantes del área de la salud, quienes, por la naturaleza de su formación, enfrentan altos niveles de exigencia emocional y académica, lo que incrementa su vulnerabilidad a esta condición.

Materiales y Métodos

La presente investigación se llevó a cabo en el Instituto Superior Tecnológico Universitario Libertad (ISTUL), en la ciudad de Quito, Ecuador, durante el período académico PAO 33. El estudio se centró en los estudiantes del último semestre de la carrera de Enfermería, con el objetivo de identificar la presencia y nivel del síndrome de Burnout previo a la evaluación del examen complejo. Para su ejecución, se realizó una

solicitud formal a la coordinación de la carrera de Enfermería, explicando los objetivos, la justificación del estudio y el protocolo metodológico, obteniendo su aprobación para el levantamiento de la información.

El enfoque metodológico fue de tipo cuantitativo, descriptivo y de diseño no experimental. La población total (universo) estuvo conformada por 1380 estudiantes, y mediante un muestreo no probabilístico intencionado, se trabajó con una muestra representativa de 134 estudiantes legalmente matriculados. El margen de error fue del 10% y el nivel de confianza del 95%. Del total de participantes, 95 eran mujeres (70.9%) y 39 hombres (29.1%), con edades comprendidas entre 21 y 29 años, siendo la mayoría estudiantes entre los 22 y 25 años.

Como herramienta de recolección de datos se utilizó el cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-ES), el cual contiene 22 ítems distribuidos en tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. La escala de frecuencia usada fue la de Likert de 7 puntos, donde las opciones van desde 0 (nunca) a 6 (siempre). La variable dependiente fue el síndrome de burnout, mientras que las variables independientes fueron las tres dimensiones mencionadas.

Para garantizar la ética en la investigación, se solicitó el consentimiento informado a todos los participantes, asegurando confidencialidad, anonimato y voluntariedad en la participación. Aunque no fue sometido a un comité de ética formal, se respetaron los principios éticos básicos de la investigación científica, como la beneficencia, justicia, no maleficencia y autonomía.

El análisis de datos se realizó mediante estadística descriptiva utilizando el software Stata y Microsoft Excel, presentando los resultados en tablas y gráficos para facilitar su interpretación y discusión.

Resultados

Estos análisis proporcionan medidas estadísticas clave para las tres dimensiones del burnout académico: agotamiento emocional, realización personal y despersonalización. El agotamiento emocional (AE) tiene una media de 21.29 con una desviación estándar de 11.87, lo que indica una variabilidad considerable entre los estudiantes, con valores que oscilan entre 0 y 49. Esto sugiere que, mientras algunos alumnos no presentan signos de fatiga emocional, otros

experimentan niveles elevados de estrés. La realización personal (RP) muestra una media de 31.79, con una desviación estándar de 7.94 y valores entre 10 y 47, lo que indica que la percepción de logro académico varía significativamente entre los estudiantes. En cuanto a la despersonalización (DP), la media es de 8.15 con una desviación estándar de 6.36, y valores que van de 0 a 26, lo que sugiere que, aunque algunos estudiantes no experimentan desapego emocional, otros presentan niveles preocupantes. La alta dispersión en los datos puede estar relacionada con factores individuales, carga académica y niveles de apoyo.

El análisis de los niveles de agotamiento emocional (AE), realización personal (RP) y despersonalización (DP) en 134 estudiantes. En cuanto al AE, el 49.25% de los estudiantes presenta un nivel bajo, el 32.84% un nivel alto y el 17.91% un nivel moderado, lo que indica que casi la mitad de la muestra no experimenta un agotamiento significativo, mientras que un tercio sí lo hace, reflejando posibles riesgos de desgaste emocional. Respecto a la RP, el 51.49% de los estudiantes tiene un nivel alto y el 48.51% un nivel bajo, lo que sugiere una distribución equitativa entre quienes se sienten satisfechos con su desempeño y quienes podrían presentar sentimientos de frustración o ineficacia académica. En cuanto a la DP, el 37.31% de los estudiantes reporta un nivel alto, el 38.06% un nivel bajo y el 24.63% un nivel moderado, lo que evidencia que más de un tercio de los estudiantes podría estar desarrollando actitudes de desapego o cinismo hacia su formación académica.

Estadísticamente, estos resultados reflejan la necesidad de estrategias de intervención que reduzcan el agotamiento emocional y la despersonalización, al tiempo que promuevan un mayor sentido de realización personal. La alta proporción de estudiantes con niveles bajos de AE podría estar relacionada con mecanismos de afrontamiento adecuados, pero la presencia de niveles moderados y altos de DP podría ser un indicador de estrés crónico.

Referentes al agotamiento emocional, se observa que 49.25% de los estudiantes presentan niveles bajos, lo que indica que casi la mitad de la muestra gestiona bien el estrés académico. Sin embargo, un 32.84% presenta niveles altos, lo que sugiere que un tercio de los estudiantes experimenta fatiga significativa, posiblemente derivada de la carga académica y factores externos. Además, un 17,91% presenta niveles moderados, lo que los coloca en riesgo de desarrollar agotamiento severo, como se observa en la **Tabla N°1**.

| Nivel AE | Freq. | Percent. | Cum. |
|--------------|------------|---------------|--------|
| Alto | 44 | 32.84 | 32.84 |
| Bajo | 66 | 49.25 | 82.09 |
| Moderado | 24 | 17.91 | 100.00 |
| Total | 134 | 100.00 | |

Tabla N°1: Agotamiento emocional

La prevalencia de agotamiento emocional en niveles altos es preocupante, ya que podría afectar el desempeño académico y bienestar psicológico de los estudiantes. La

existencia de este fenómeno podría estar relacionada con la presión académica, la falta de descanso adecuado o la ausencia de estrategias de afrontamiento efectivas.

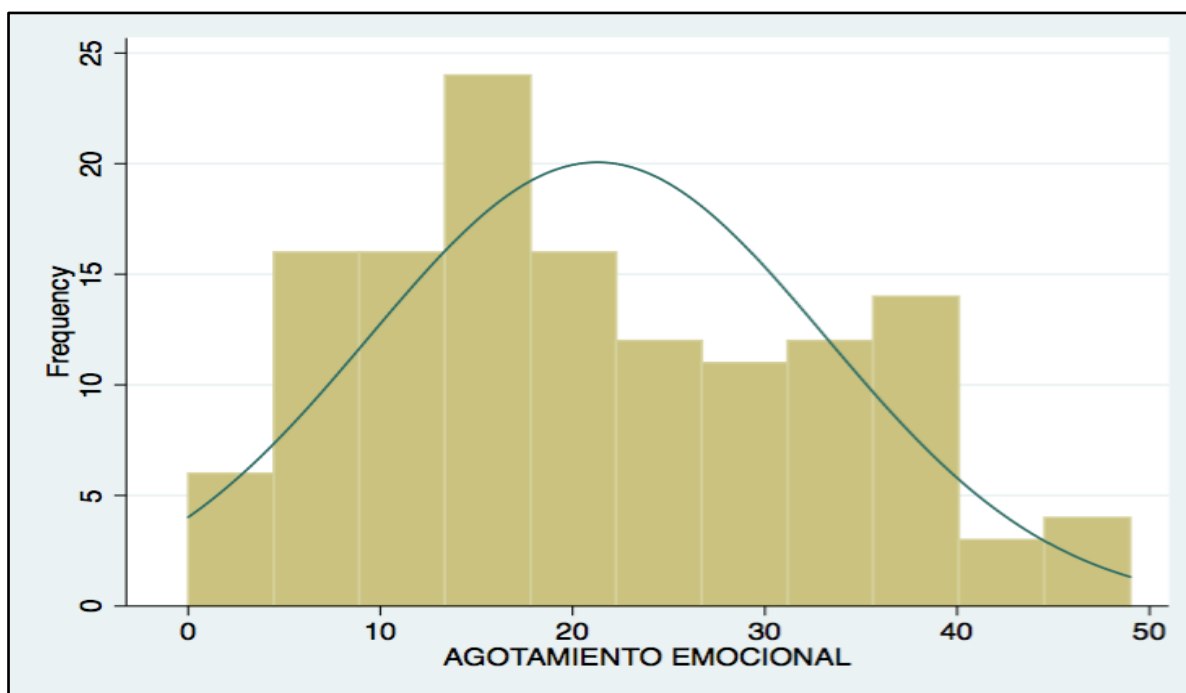


Gráfico N°1: Agotamiento emocional

La realización personal es un factor clave en la percepción del éxito académico. Como se observa en la **Tabla N°2**, el 51.49% de los estudiantes tienen niveles altos de realización personal, lo que indica que poco más de la mitad de la muestra siente que su esfuerzo se

traduce en logros satisfactorios. Sin embargo, un 48.51% tiene niveles bajos, lo que implica que una proporción significativa de estudiantes no percibe un alto grado de éxito en su formación.

| Nivel RP | Freq. | Percent. | Cum. |
|--------------|------------|---------------|--------|
| Alto | 69 | 51.49 | 51.49 |
| Bajo | 65 | 48.51 | 100.00 |
| Total | 134 | 100.00 | |

Tabla N°2: Realización personal

La diferencia casi equitativa entre estos grupos sugiere que hay factores individuales o institucionales que influyen en la percepción del logro académico. Una baja realización personal puede estar relacionada con una falta de reconocimiento del esfuerzo, dificultades en el

aprendizaje o expectativas no cumplidas. Si no se abordan estos aspectos, los estudiantes con baja realización personal podrían experimentar un aumento del estrés y una mayor probabilidad de desmotivación académica.

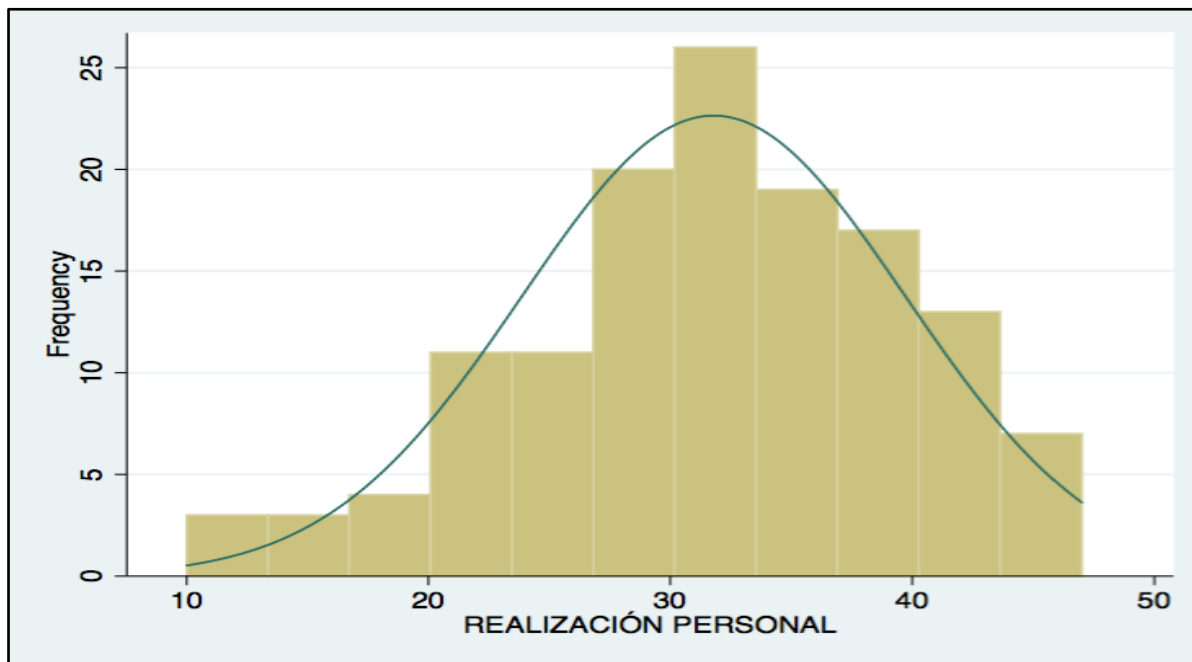


Gráfico N°2: Realización personal

En la **Tabla N°3** se observa la distribución de los niveles de despersonalización en los estudiantes. Se encontró que 38.06% presenta niveles bajos, lo que sugiere que un porcentaje importante de la muestra mantiene una conexión emocional con su proceso de formación. Sin embargo, un 37.31% tiene niveles altos, lo que señala

que más de un tercio de los estudiantes experimenta desapego o indiferencia hacia su aprendizaje. Además, un 24,63% se encuentra en un nivel moderado, lo que propone que existe una parte considerable de estudiantes que presentan signos iniciales de despersonalización.

| Nivel DP | Freq. | Percent. | Cum. |
|--------------|------------|---------------|--------|
| Alto | 50 | 37.31 | 37.31 |
| Bajo | 51 | 38.06 | 75.37 |
| Moderado | 33 | 24.63 | 100.00 |
| Total | 134 | 100.00 | |

Tabla N°3: Despersonalización

Este fenómeno puede estar vinculado al estrés académico, la falta de motivación o la sobrecarga de tareas. La presencia de niveles altos y moderados en una proporción significativa de estudiantes es preocupante,

ya que la despersonalización puede afectar la calidad del aprendizaje, el rendimiento académico y la interacción con docentes y compañeros.

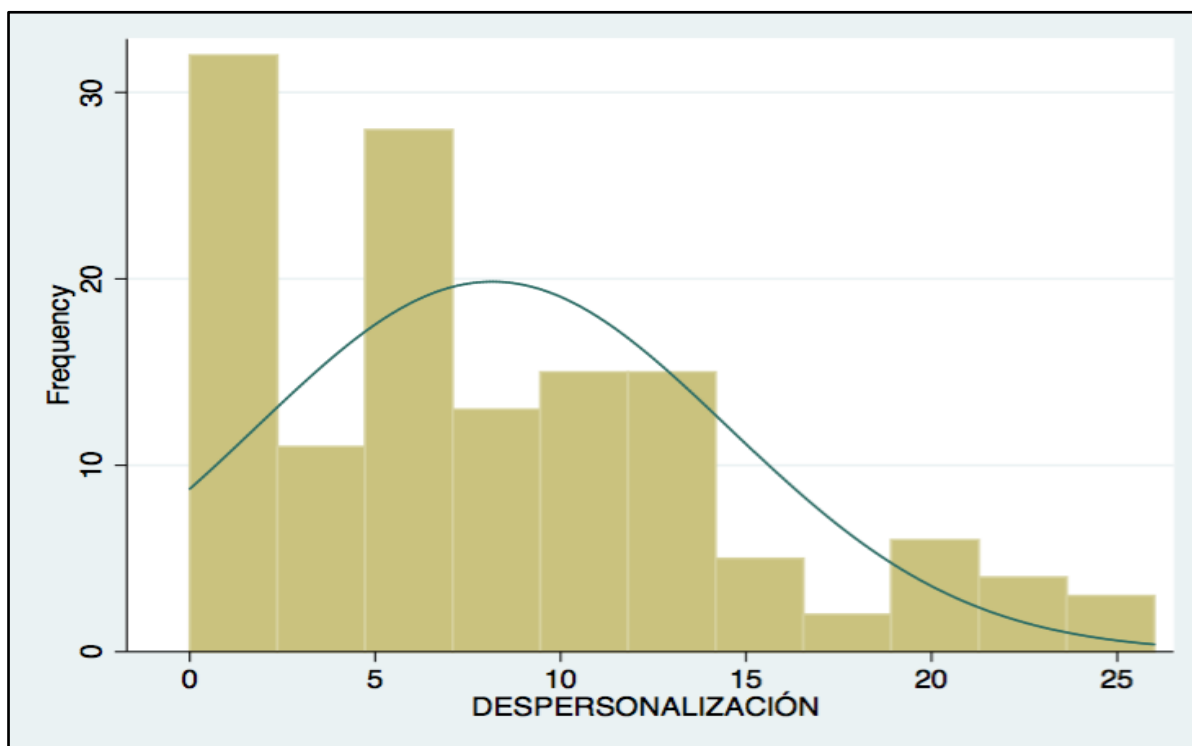


Gráfico N°3: Despersonalización

En la **Tabla N°4** se muestra la evaluación de la confiabilidad del cuestionario utilizado para medir el burnout académico. Se observa que el coeficiente de confiabilidad Alpha de Cronbach es 0.824, lo que indica una buena consistencia interna del instrumento. Un valor superior a 0.8 sugiere que los ítems del cuestionario miden de manera confiable las dimensiones del burnout en la muestra estudiada. Además, la

covarianza promedio entre los ítems es 0.605, lo que implica una relación moderada entre las preguntas del test. La confiabilidad del instrumento es un aspecto crucial en la investigación, ya que garantiza que los resultados obtenidos sean representativos y replicables en otros estudios. Un cuestionario con alta confiabilidad permite tomar decisiones basadas en datos sólidos, lo que facilita la identificación de estrategias para reducir

el agotamiento emocional y mejorar el bienestar de los estudiantes.

| | |
|--------------------------------|-----------------|
| Average interitem covariance: | .6058252 |
| Number of items in the scale: | 22 |
| Scale reliability coefficient: | 0.8240 |

Tabla N°4: Evaluación de la confiabilidad

El análisis de los datos revela la distribución de las variables del síndrome de burnout en estudiantes de enfermería. Como se observa en la **Tabla N°5**, el agotamiento emocional (AE) tiene una media de 21.29 con una desviación estándar de 11.87, reflejando una variabilidad significativa en la percepción del cansancio emocional. La realización personal (RP) tiene un promedio de 31.79 y una reducción de 7.94, indicando una tendencia positiva en la percepción de logro personal, aunque con casos que presentan valores bajos. La despersonalización (DP) muestra una media de 8.15 y una desviación de 6.36, lo que sugiere que algunos estudiantes pueden desarrollar actitudes de desapego en mayor medida que otros.

| Variable | Obs | Mean | Std. Dev | Min | Max |
|------------------------|-----|----------|----------|-----|-----|
| Agotamiento - L | 134 | 21.29104 | 11.87011 | 0 | 49 |
| Realización - L | 134 | 31.79104 | 7.941586 | 10 | 47 |
| Despersonalización - N | 134 | 8.156716 | 6.365856 | 0 | 26 |

Tabla N°5: Evaluación de la confiabilidad (Agotamiento, Realización personal y Despersonalización)

El análisis de la **Tabla N°6** sobre la regresión lineal múltiple ejecutada, indica que la variable edad tiene un efecto negativo y estadísticamente significativo sobre el agotamiento emocional ($\beta = -0.5707$, $\text{pag} = 0.040$), lo que sugiere que a medida que aumenta la edad, el agotamiento emocional tiende a disminuir. Sin embargo, el coeficiente de determinación ($R^2 = 0.0315$) es bajo, lo que implica que la edad explica solo el 3.15% de la variabilidad del agotamiento

emocional, dejando margen para otros factores influyentes. El gráfico de dispersión muestra una mayor concentración de altos niveles de agotamiento emocional en estudiantes más jóvenes (entre 20 y 25 años), mientras que a mayor edad la dispersión es menor. La constante ($\beta_0 = 34.3409$) indica que, en ausencia del efecto de la edad, el agotamiento emocional promedio sería de aproximadamente 34.3 puntos.

| Source | SS | df | MS |
|----------|------------|-----|----------|
| Model | 589.415473 | 1 | 589.4154 |
| Residual | 18150.2338 | 132 | 137.5017 |
| Total | 18739.6493 | 133 | 140.8996 |

Number of obs. = 134
 F (1, 132) = 4.29
 Prob > F = 0.0404
 R-squared = 0.0315
 Adj R- squared = 0.0241
 Root MSE = 11.726

| Agotamiento | Coef. | Std. Err. | t | P> t | 95% Conf. Interval | |
|-------------|-----------|-----------|-------|-------|--------------------|--------|
| Edad | -.5707181 | .2756544 | -2.07 | 0.040 | -1.115 | -.0254 |
| _cons | 34.3409 | 6.38 | 5.38 | 0.000 | 21.71 | 46.96 |

Tabla N°6: Análisis entre agotamiento emocional y edad

Dado el bajo ajuste del modelo, se recomienda incluir otras variables como el número de hijos, carga académica y apoyo social. Es posible que los estudiantes con hijos se enfrenten a mayores responsabilidades, lo

que podría alterar la relación observada entre edad y agotamiento emocional. Un modelo de regresión múltiple permitiría evaluar interacciones clave y mejorar la explicación del fenómeno.

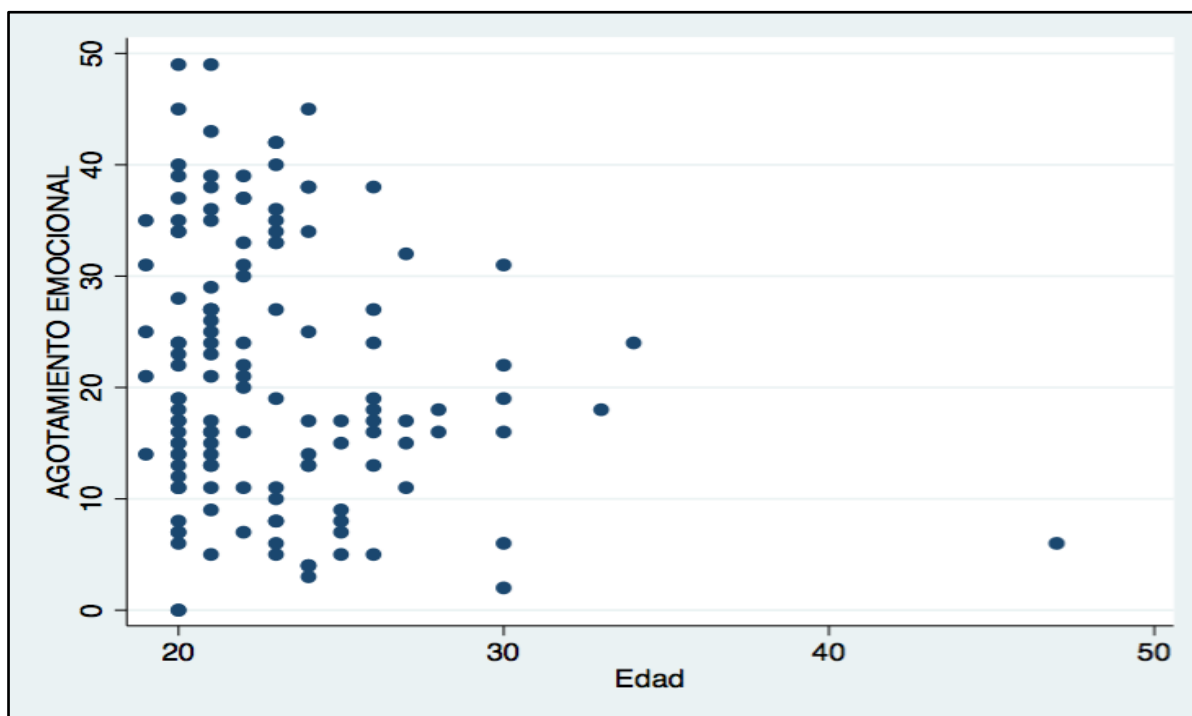


Gráfico N°4: Análisis entre agotamiento emocional y edad

El análisis de regresión muestra una relación positiva significativa entre la Despersonalización y el Agotamiento Emocional en los estudiantes de enfermería (Coef. = 1.048, $p < 0.001$). Esto indica que por cada unidad que aumenta la Despersonalización, el Agotamiento Emocional se incrementa en 1.048 unidades en promedio. El modelo es estadísticamente

significativo ($F(1,132) = 61.00, p < 0.001$), aunque su capacidad explicativa es moderada ($R^2 = 0.316$), lo que sugiere que el 31.6% de la variabilidad en el Agotamiento Emocional es explicada por la Despersonalización, como se evidencia en la **Tabla N° 7**.

| Source | SS | df | MS | |
|----------|----------|-----|----------|---|
| Model | 5922.626 | 1 | 5922.626 | Number of obs. = 134 F (1, 132) = 61.00 Prob > F = 0.0000 |
| Residual | 12817.02 | 132 | 97.09865 | R-squared = 0.3160 Adj R- squared = 0.3109 |
| Total | 18739.64 | 133 | 140.8996 | Root MSE = 9.8539 |

| Agotamiento Emocional | Coef. | Std. Err. | t | P> t | 95% Conf. Interval | |
|-----------------------|----------|-----------|------|-------|--------------------|--------|
| Despersonalización | 1.048273 | .1342221 | 7.81 | 0.000 | .78276 | 1.3137 |
| _cons | 12.74058 | 1.386805 | 9.19 | 0.000 | 9.9973 | 15.483 |

Tabla N°7: Análisis entre agotamiento emocional y despersonalización

La constante observada en la **Tabla N°7** aplicada en el modelo es 12.74 ($p < 0.001$), lo que sugiere que, incluso con Despersonalización cero, el Agotamiento Emocional tiene un valor base significativo. El intervalo de confianza del coeficiente de Despersonalización (0.782 - 1.313) confirma la precisión de la estimación. El diagrama de dispersión evidencia una tendencia

creciente, apoyando la relación positiva identificada en la regresión evidenciada en el **Gráfico N°5**. Estos hallazgos sugieren que la despersonalización contribuye significativamente al agotamiento emocional, destacando la necesidad de intervenciones para mitigar este efecto.

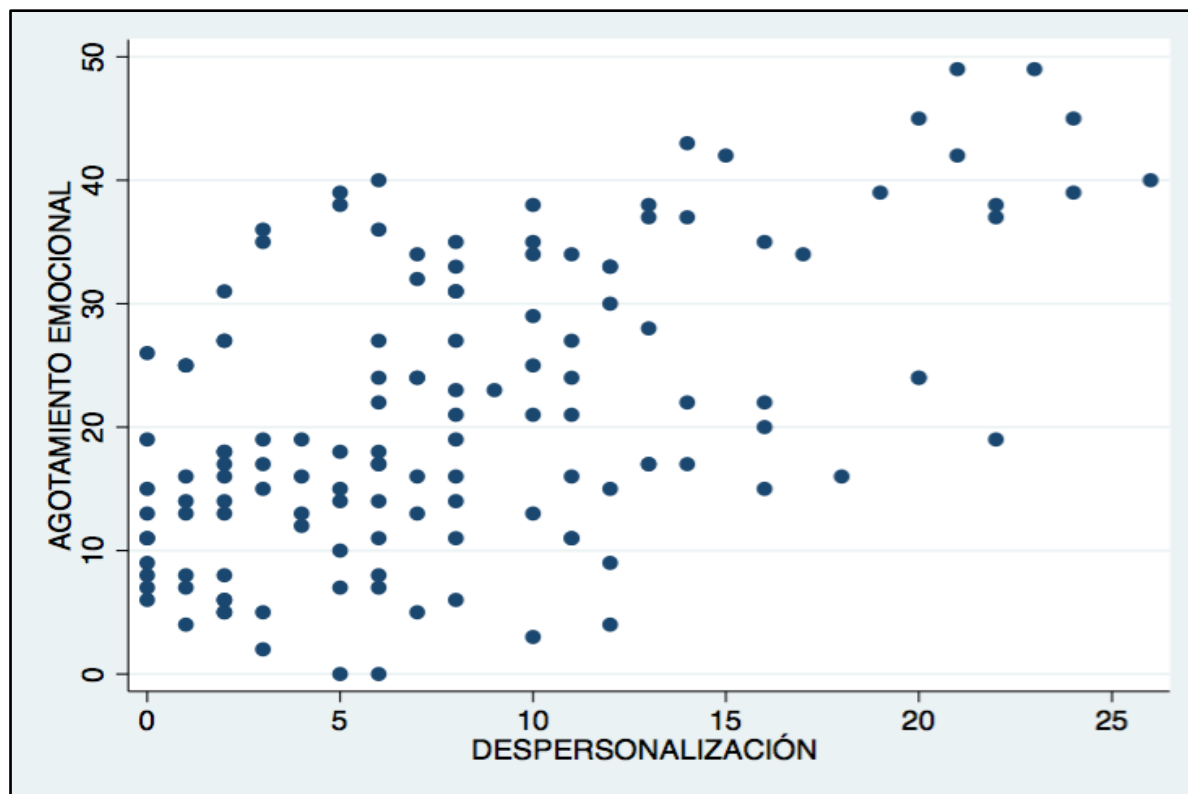


Gráfico N°5: Análisis entre agotamiento emocional y despersonalización

Discusión

Los resultados de la investigación evidencian una relación positiva y significativa entre la despersonalización y el agotamiento emocional en los estudiantes de enfermería del último semestre. Este hallazgo es consistente con estudios previos que indican que la despersonalización, caracterizada por actitudes negativas y una sensación de distanciamiento con respecto a los estudios, incrementa el desgaste emocional y mental de los estudiantes. En este contexto, la identificación de esta relación resulta clave para desarrollar estrategias de prevención e intervención que permitan reducir el impacto del síndrome de Burnout.

En estudios similares¹⁵, definen al burnout como una patología, derivada del estrés laboral, que reúne los requisitos para ser nombrado "síndrome", es decir, como un grupo de señales y manifestaciones propias de una enfermedad; organizadas en las tres áreas que menciona Maslach, a causa de una exposición progresiva y constante de al menos medio año, y se señalan las variables que más se han relacionado como facilitadoras del síndrome tales como: edad, género, estado matrimonial, y la presencia o ausencia de descendencia.

El análisis también muestra que la edad tiene un efecto negativo y significativo sobre el agotamiento emocional, lo que sugiere que los estudiantes más jóvenes presentan mayores niveles de agotamiento. Esto puede deberse a la falta de estrategias de afrontamiento efectivas y a la

menor experiencia en la gestión del estrés académico. Sin embargo, el coeficiente de determinación ($R^2 = 0.0315$) indica que la edad explica solo una pequeña proporción de la variabilidad del agotamiento emocional, lo que sugiere la existencia de otros factores determinantes, como la carga académica, el apoyo social o la situación económica. Por otro lado, otro estudio realizado por Jiménez-Sánchez et al.¹⁶ reflejó que el agotamiento emocional se relaciona con ser más joven, estar trabajando y percibir como estresante la conciliación laboral con el curso y las tareas, trabajos o exámenes exigidos académicamente.

Otro hallazgo relevante es la relación negativa entre tener hijos y la despersonalización, aunque esta asociación no es estadísticamente significativa. Esto podría indicar que los estudiantes con hijos desarrollan una mayor resiliencia y un sentido de responsabilidad que atenúa la despersonalización. Sin embargo, debido al bajo R-cuadrado ajustado (0.0143), es fundamental considerar otros factores que puedan estar influyendo en este resultado.

Desde una perspectiva teórica, los hallazgos respaldan los modelos del Burnout académico que enfatizan la interacción entre el agotamiento emocional y la despersonalización como predictores del síndrome. A nivel práctico, estos resultados tienen implicaciones importantes para las instituciones educativas, ya que destacan la necesidad de implementar programas de apoyo emocional, técnicas de manejo del estrés y

estrategias de aprendizaje que fomenten el bienestar estudiantil.

Dado que la investigación tiene un diseño no experimental, no se puede establecer causalidad entre las variables analizadas. No obstante, la evidencia sugiere que la despersonalización contribuye significativamente al agotamiento emocional, por lo que resulta fundamental abordar ambos factores en futuras intervenciones académicas y psicológicas.

Para prevenir el burnout durante el proceso académico, es crucial estar atento a las señales de agotamiento y adoptar prácticas saludables. Entre las recomendaciones más efectivas se incluyen realizar ejercicio físico de manera regular, mejorar las habilidades para manejar el estrés, aprender a decir "no" para evitar sobrecargas, asegurar un sueño adecuado evitando desvelos, y ser moderado en la cantidad de actividades asumidas. Además, es fundamental encontrar un equilibrio que permita dedicar tiempo a todas las áreas importantes de la vida. El cansancio emocional en los estudiantes es el que influye negativamente en las expectativas de éxito y falta de madurez profesional, produciendo bajas expectativas de finalizar los estudios, tendencia al abandono y poca preparación para enfrentar el mundo laboral.

El tratamiento del burnout incluye intervenciones psicosociales para reconstruir la autoestima y fomentar la resiliencia. Las terapias psicosociales son holísticas y buscan comprender al individuo en su totalidad, considerando que las enfermedades neurológicas son multifactoriales. El tratamiento debe ser realizado por un equipo multidisciplinario, que puede incluir terapias grupales para aumentar la empatía y facilitar la reintegración social.

Conclusiones

La despersonalización y el agotamiento emocional presentan una relación positiva significativa, lo que evidencia que el desgaste emocional en los estudiantes de enfermería está fuertemente influenciado por la percepción de distanciamiento y desconexión con su entorno académico.

La edad demostró tener un efecto negativo sobre el agotamiento emocional, indicando que los estudiantes más jóvenes son más propensos a experimentar altos niveles de estrés académico, lo que podría estar relacionado con una menor experiencia en estrategias de afrontamiento.

La variabilidad explicada por los modelos de regresión empleados sugiere que existen otros factores que influyen en la manifestación del síndrome de Burnout en los estudiantes de enfermería, como la carga académica, el apoyo social y las estrategias de afrontamiento.

Los hallazgos de este estudio resaltan la necesidad de implementar programas de apoyo emocional y estrategias de manejo del estrés en la formación de los estudiantes de enfermería, con el objetivo de reducir los efectos negativos del Burnout y mejorar su bienestar académico y personal.

Bibliografía

1. Ramírez Pérez M, Lee Maturana S-L. Síndrome de Burnout entre hombres y mujeres medido por el clima y la satisfacción laboral. *Polis (Santiago, En línea)*. 2011;10(30):431-46. Disponible en: <https://www.scielo.cl/pdf/polis/v10n30/art20.pdf> [Consultado 14-05-2025]
2. Caballero Domínguez CC, Hederich C, Palacio Sañudo JE. El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Rev Latinoam Psicol*. 2010;42(1):131-46. Disponible en: <https://revistalatinamericanadepsicologia.konradorenz.edu.co/uploads/pdf/06b542c4-263d-4b53-9680-7c301cef20f8.pdf> [Consultado 22-06-2025]
3. Arango Agudelo S, Castaño Castrillón JJ, Henao Restrepo CJ, Jiménez Aguilar DP, López Henao AF, Páez Cala ML. Síndrome de burnout y factores asociados en estudiantes de I a X semestre de la Facultad de Medicina de la Universidad de Manizales (Colombia). 2009. Manizales: Universidad de Manizales; 2010. Disponible en: <https://ridum.umanizales.edu.co/items/91073326-1dd9-4072-b960-2f49e55b6412> [Consultado 05-08-2025]
4. García Rodríguez R, Sánchez Parrales L, Dueñas Segovia F, Meza Macías A. El síndrome de burnout y sus consecuencias en la salud mental de los docentes. *Sinapsis (Portoviejo)*. 2021;1(19). Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8474727> [Consultado 19-07-2025]
5. Rosales Ricardo Y, Rosales Paneque FR. Hacia un estudio bidimensional del Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios. *Ciênc Saúde Coletiva*. 2014;19(12):4767-75. <https://doi.org/10.1590/1413-812320141912.18562013>
6. Schaufeli WB, Leiter MP, Maslach C. Burnout: 35 years of research and practice. *Career Dev Int*. 2009;14(3):204-20. <https://doi.org/10.1108/13620430910966406>
7. Moscoso M, Delgado E. La teoría del estrés crónico como modelo científico en neurociencia cognitiva. *Rev Investig Psicol*. 2015;18(1):167-80. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v18i1.11786>
8. Manzano Díaz A. Síndrome de burnout en docentes de una Unidad Educativa, Ecuador. *Horiz (El Alto)*. 2020;16(4):499-511.

<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v4i16.132>

9. Galbán Padrón NF, Devonish Nava N, Guerra Velásquez M, Marín Marcano CJ. Cansancio emocional en médicos anestesiólogos, como factor asociado al síndrome de Burnout por el Covid-19. *Telos* (Maracaibo. Online). 2021;23(2):450-65. <https://doi.org/10.36390/telos232.15>
10. Hidalgo Jurado SA, Holguín Jiménez ML, Mendoza Vines AO, Franco Poveda KG. Síndrome de Burnout en los internos de Enfermería. *J Am Health*. 2022;5(2). Disponible en: <https://jah-journal.com/index.php/jah/article/view/135> [Consultado 09-06-2025]
11. Gavilema Vistin EP, Pilamunga Hurtado MK. Factores de riesgo asociados al Síndrome de Burnout en el personal profesional de Enfermería del Hospital Dr. Roberto Gilbert Elizalde, provincia del Guayas. Mayo 2013 -marzo 2014 [Tesis]. Guaranda (Ecuador): Universidad Estatal de Bolívar; 2014. Disponible en: <https://dspace.ueb.edu.ec/items/5ee98f96-8751-4a20-95ca-fa8bbc8683d1> [Consultado 24-07-2025]
12. Vidotti V, Trevisan Martins J, Quina Galdino MJ, Perfeito Ribeiro R, Carmo Cruz Robazzi ML. Síndrome de burnout, estrés laboral y calidad de vida en trabajadores de enfermería. *Enferm Glob*. 2019;18(3):344-76. <https://doi.org/10.6018/eglobal.18.3.325961>
13. Merino-Plaza MJ, Carreras-Hueso FJ, Arribas Boscá N, Martínez-Asensi A, Vázquez-Ferreiro P, Vargas-Morales A, et al. Burnout y factores de riesgo psicosocial en el personal de un hospital de larga estancia. *Cad Saúde Pública*. 2018;34(11):e00189217. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00189217>
14. Rizo-Baeza M, Mendiola-Infante SV, Sepehri A, Palazón-Bru A, Gil-Guillén VF, Cortés-Castell E. Burnout syndrome in nurses working in palliative care units: An analysis of associated factors. *J Nurs Manag*. 2018;26(1):19-25. <https://doi.org/10.1111/jonm.12506>
15. Ferreira FD, Cardoso FS, Silva JAS, Lima TV, Costa VF, Souza VP, et al. Estresse ocupacional e síndrome de burnout: o impacto no ambiente educacional. *Rev Contemporânea (São José dos Pinhais. Online)*. 2024;4(7):1-20. <https://doi.org/10.56083/RCV4N7-177>
16. Jiménez-Sánchez RC, Arias-Rico J, Flores-Chávez OR, Revoreda-Montes CA, Ruvalcaba-Ledezma JC, Reynoso-Vázquez J. Síndrome de Burnout en estudiantes de enfermería. *Educación y Salud*. 2021;10(19):32-7. <https://doi.org/10.29057/icsa.v10i19.7339>