

Estudio unidimensional del síndrome de burnout en estudiantes de medicina de Holguín.

One-dimensional study of burnout syndrome in medicine students in Holguín.

Yury Rosales Ricardo ^a.

^aProfesor e investigador, Departamento de Cultura Física, Universidad de Ciencias Médicas de Holguín, Cuba.

Correspondencia: Lic. Yury Rosales Ricardo (yuryrr@ucm.hlg.sld.cu)

Recibido: 10/01/2012; aceptado con modificaciones: 13/06/2012

RESUMEN: Se realizó un estudio descriptivo transversal entre octubre y noviembre de 2010.

Objetivos: Determinar la presencia del Síndrome de Burnout en su enfoque unidimensional en estudiantes de primer año de medicina de la Universidad de Ciencias Médicas de Holguín (UCMH).

Métodos: Se escogieron aleatoriamente 70 estudiantes de primer año, 35 de cada sexo (85 % de la población), a los que se les aplicó el instrumento Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil.

Resultados: El sexo femenino (sin Burnout 0, Burnout leve 25, Burnout moderado 10, Burnout profundo 0), fue el de mayor incidencia de Burnout en comparación con los varones (sin Burnout 10, Burnout leve 24, Burnout moderado 1, Burnout profundo 0). Hay un predominio del Burnout leve en ambos sexos. En los varones se encontraron estudiantes sin Burnout y sólo uno con moderado. En las hembras todas las estudiadas tenían Burnout y una parte considerable moderado. No se encontraron casos de Burnout profundo en ninguno de los sexos.

Conclusiones: Los estudiantes de medicina de primer año de la UCMH están afectados en su mayoría por el Síndrome de Burnout. Las hembras están más afectadas que los varones.

PALABRAS CLAVE: síndrome de burnout, unidimensional, estudiantes de medicina, salud mental.

ABSTRACT: A descriptive study was carried out between October and November 2010.

Objective: To determine the presence of burnout syndrome in one-dimensional approach freshmen of medicine at the University of Medical Sciences of Holguín (UCMH).

Methods: We randomly selected 70 freshmen, 35 of each sex (85% of the population), which was applied to the instrument Unidimensional Scale of Student Burnout.

Results: Female sex (without Burnout 0, Burnout mild 25, moderate 10 Burnout, Burnout deep 0), had the highest incidence of burnout compared with men (no 10 Burnout, Burnout mild 24, moderate Burnout 1, Burnout deep 0). There is a slight prevalence of burnout in both sexes. In the male students were found not only one with Burnout and moderate. In females all had studied Burnout and a considerable part moderate. There were no cases of deep Burnout in either sex.

Conclusions: Medical students in first year of the UCMH are affected mostly by the burnout syndrome. Females are more affected than males.

KEY WORDS: burnout, one-dimensional, medical students, mental health.

Introducción

El Síndrome de Burnout, también conocido como síndrome del desgaste o agotamiento físico y mental, constituye un problema de gran repercusión social en nuestros días. En la actualidad son muy pocos los profesionales y estudiantes que pueden escapar a esta amenaza (1).

Muchos estudiantes logran desarrollar las competencias necesarias en su proceso formativo que favorecen la consecución de sus objetivos académicos, mientras que otros jóvenes presentan dificultades que sólo se registran en indicadores de elevada mortalidad académica. En esta última situación, los estudiantes generalmente experimentan una alta carga de estrés durante su proceso formativo. Algunos estudiantes logran desarrollar estrategias adecuadas para afrontar las exigencias académicas, mientras que otros no lo hacen, y llegan a sentirse impedidos para modificar la situación problemática, lo cual trae como consecuencia el uso de comportamientos de escape o evitación como formas de afrontamiento que no son necesariamente las apropiadas en esta situación. Como se sabe, los problemas que no se resuelven, crecen y se acompañan de un proceso acumulativo de malestar prolongado (2).

Lo anterior puede contribuir a generar sensaciones de no poder dar más de sí mismo, tanto física como psíquicamente, una actitud negativa de crítica, desvalorización, pérdida del interés de la trascendencia, del valor frente al estudio y dudas crecientes acerca de la propia capacidad para realizarlo. La presencia simultánea de estas manifestaciones es conocida como síndrome de burnout académico o estudiantil. El estudio del síndrome ha tenido un amplio desarrollo en los últimos años, y ha aportado a la comprensión de los procesos de estrés asistencial, organizacional y académico, con miras a mejorar la calidad de vida de los estudiantes.

El burnout académico o estudiantil surge de la presunción de que los estudiantes, específicamente universitarios, al igual que cualquier profesional, se encuentran con presiones y sobrecargas propias de la labor académica. Los estudiantes al igual que cualquier trabajador, mantienen una relación de compensación directa e indirecta con la institución universitaria, evidenciada en apoyos económicos, becas, reconocimientos o premios. Esta presunción permite investigar las respuestas del individuo ante la tensión y sus implicaciones en su sensación de bienestar frente a los estudios pues las instituciones de educación superior pueden ser lugares altamente estresantes; en dichas instituciones los alumnos no solamente construyen aprendizajes, sino que, como parte de esos aprendizajes, se enfrentan de manera cotidiana a una serie de demandas que, bajo su propia valoración, se constituyen en estresores. Esta situación, cuando es prolongada, puede conducir al Síndrome de Burnout (3-6).

En 1981, el aún incipiente desarrollo teórico de este síndrome se bifurca en dos enfoques conceptuales diferentes. El primero permitió definir este síndrome a

través de un constructo tridimensional: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. El segundo enfoque proporcionó una definición de este síndrome mediante un constructo unidimensional: agotamiento emocional. La conceptualización que se adopta en este trabajo se adscribe al segundo enfoque conceptual, lo que conduce a considerarlo un constructo unidimensional. Esta forma de conceptualizar al Síndrome de Burnout permitió observar que, de las tres escalas de las que se compone este inventario tridimensional, es la escala de agotamiento emocional la que se correlaciona mejor con las variables relacionadas con el trabajo y el estudio. Por tanto, se puede concluir que el contenido central del Burnout tiene que ver con una pérdida de las fuentes de energía del sujeto por lo que se puede definir como una combinación de fatiga física, cansancio emocional y cansancio cognitivo. Esta conceptualización tiene como principal bondad, que evita que este concepto se confunda con otros términos ya establecidos en la psicología (7, 8).

Bajo este enfoque conceptual se puede definir al Síndrome de Burnout como un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo producido por el involucramiento prolongado en situaciones generadoras de estrés (9).

En los estudiantes de ciencias médicas estas situaciones se pueden incrementar pues además de que los programas de estudio están considerablemente cargados en volumen de contenido y horas clase, mucho tiempo de autoestudio y realización de trabajo independiente, también se enfrentan a sus prácticas pre profesionales a pacientes y sus familiares con elevados niveles de estrés y situaciones de salud comprometedoras y pueden combinarse con los problemas personales propios de cada estudiante (10-12).

Según diversos estudios el Síndrome de Burnout e estudiantes tiene 3 grupos de manifestaciones fundamentales (3-26):

1- Psicosomáticas: Alteraciones cardiovasculares, fatiga crónica, cefaleas, alteraciones gastrointestinales, dolores abdominales y musculares, alteraciones respiratorias y del sueño, alteraciones dermatológicas y menstruales y disfunciones sexuales.

2- Conductuales: Abuso de drogas, fármacos y alcohol, ausentismo laboral, malas conductas alimentarias, incapacidad de relajarse.

3- Emocionales: Impaciencia, deseos de abandonar los estudios y el trabajo, irritabilidad, dificultad para concentrarse debido a la ansiedad experimentada, depresión, baja autoestima, falta de motivación.

Y las manifestaciones más comunes de Burnout en estudiantes son (3-26):

- Agotamiento físico y mental.
- Abandono de los estudios.
- Disminución del rendimiento académico.

La relevancia del fenómeno Burnout entre los estudiantes universitarios y la detección precoz de niveles sintomáticos significativos, puede constituir un indicador de posibles dificultades futuras, en los planos de éxito académico o profesional y una oportunidad excelente de intervención temprana (25, 26).

El objetivo fundamental de este trabajo fue determinar la presencia del Síndrome de Burnout en su enfoque unidimensional en estudiantes de primer año de medicina de la Universidad de Ciencias Médicas de Holguín, pues la relevancia del fenómeno Burnout entre estos estudiantes y la detección precoz de los niveles sintomáticos significativos pueden constituir un indicador de posibles dificultades futuras, los planos de éxito académico y profesional.

Material y métodos

Participantes

La muestra utilizada para el estudio se escogió aleatoriamente y estuvo compuesta por 70 estudiantes, 35 de cada sexo, con un rango de edad comprendido entre los 18 y 20 años pertenecientes al primer año de medicina de la Universidad de Ciencias Médicas de Holguín.

Instrumento

Se aplicó la Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil (EUBE) para medir el nivel de Burnout en los estudiantes de medicina. Esta escala, creada y validada por el Dr. C. Arturo Barraza y colaboradores (2008) de la Universidad Pedagógica de Durango consta de 15 ítems y reportó un nivel de confiabilidad de 91 en alfa de Cronbach y de 90 en la confiabilidad por mitades según la fórmula de Spearman-Brown. Este instrumento mide nivel de agotamiento físico, emocional y cognitivo en los estudiantes, respetando el concepto unidimensional del Síndrome de Burnout por el que se rige este trabajo y ha demostrado un muy buen nivel de confiabilidad. Además se ha confirmado la homogeneidad y unidireccionalidad de los ítems que componen la Escala y los resultados en la relación de los ítems y el puntaje global de la escala permiten afirmar que todos los ítems forman parte del Burnout Estudiantil.

Este instrumento analiza la dimensión que según varios estudios es la que más afecta y pesa en el Burnout Estudiantil: el cansancio emocional.

Procedimiento

La EUBE se aplicó entre febrero y abril de 2011. Para ello se escogieron aleatoriamente 70 estudiantes de primer año de medicina de la Universidad de Ciencias

ORIGINALES Y REVISIONES

Médicas de Holguín, 35 de cada sexo (85 % de la población), a los que se les aplicó el instrumento.

El análisis de los datos se realizó según el baremo evaluativo para determinar el nivel de Burnout propuesto por Barraza:

Nivel de Burnout	Porcentaje de presencia
No presenta	0 a 25 %
Leve	26 % a 50 %
Moderado	51 % a 75 %
Profundo	76 % a 100 %

Resultados

Mediante los resultados de la EUBE se pudo comprobar que el sexo femenino (sin Burnout 0, Burnout leve 25, Burnout moderado 10, Burnout profundo 0), fue el de mayor incidencia de Burnout en comparación con los varones (sin Burnout 10, Burnout leve 24, Burnout moderado 1, Burnout profundo 0). Hubo un predominio del Burnout leve en ambos sexos. En los varones se encontraron estudiantes sin Burnout y sólo uno con moderado. En las hembras todas las estudiadas tenían Burnout y una parte considerable moderado. No se encontraron casos de Burnout profundo en ninguno de los sexos. (Ver tabla 1).

Por tanto, los estudiantes de medicina de primer año de la UCMH están afectados en su mayoría por el Síndrome de Burnout. Las hembras están más afectadas que los varones.

Tabla 1.
Resultado de la Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil.

	NE	%	SSB	%	SBL	%	SBM	%	SBP	%
Hembras	35	50	0	0	25	71	10	29	0	
Varones	35	50	10	29	24	69	1	2	0	
Total	70	100	10	14	49	70	11	16	0	

Fuente: Elaborado por el autor.

Nota: Abreviaturas: NE: numero de estudiantes; SSB: Sin Síndrome de Burnout; SBL: Síndrome de Burnout leve; SBM: Síndrome de Burnout moderado; SBP: Síndrome de Burnout profundo; %: Por ciento.

Los resultados obtenidos en cada uno de los ítems que comprende la escala se presentan en la tabla 2: como se puede observar, las características del Síndrome de Burnout Estudiantil que más se presentan en los alumnos encuestados son:

- El tener que asistir diariamente a clases me cansa
- Durante las clases me siento somnoliento.
- Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado.

Tabla 2
Media obtenida de los ítems de la EUBE.

Ítems	Media
El tener que asistir diariamente a clases me cansa	1,89
Mis problemas escolares me deprimen fácilmente	1,79
Durante las clases me siento somnoliento	1,94
Creo que estudiar hace que me sienta agotado	1,74
Cada vez me es más difícil concentrarme en las clases	1,72
Me desilusionan mis estudios	1,35
Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado	1,93
No me interesa asistir a clases	1,34
Cada vez me cuesta más trabajo ponerle atención al maestro	1,41
El asistir a clases se me hace aburrido	1,55
Siento que estudiar me está desgastando físicamente	1,54
Cada vez me siento más frustrado por ir a la escuela	1,27
No creo terminar con éxito mis estudios	1,43
Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio	1,55
Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente	1,52

Por su parte, las características que menos se presentan en los alumnos encuestados son las siguientes:

Cada vez me siento más frustrado por ir escuela.

- No me interesa asistir a clases.
- Me desilusionan mis estudios
- No creo terminar con éxito mis estudios.

Discusión

Al definirse el Síndrome de Burnout desde el punto de vista unidimensional como un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo por el involucramiento prolongado a situaciones generadores de estrés, tiene un impacto importan-

te e la población estudiantil mundial, y Cuba no es la excepción. Particularmente, los estudiantes de medicina al tener una carga de estudios significativa, estudiar pacientes en estado crítico y enfermedades complejas pueden ser muy vulnerables. En una minuciosa búsqueda realizada se encontró sólo tres trabajos que abordan este síndrome unidimensionalmente en estudiantes.

En el primer caso el 9.8 % corresponden al género masculino y el 90.2% al género femenino. El 70.6% presentan una edad que oscila entre 18 y 21 años; el 13.7% presenta una edad que oscila entre los 22 y 25 años; y el 15.7% presenta una edad que oscila entre 26 y 29 años aquí se le aplicó la Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil durante el mes de noviembre del año 2007 a una muestra no probabilística de 51 alumnos de la Facultad de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Juárez del Estado de Durango 2. Los resultados obtenidos permiten afirmar que todos los alumnos encuestados presentan el Síndrome de Burnout Estudiantil, aunque, mayoritariamente éste se presenta con un nivel leve (84% de los encuestados);

El análisis de diferencia de grupos permitió reconocer que las alumnas encuestadas consideran, con una mayor frecuencia, que sus problemas escolares las deprimen fácilmente, así mismo afirman tener más problemas para recordar lo que estudian que sus compañeros varones. Por su parte, se pudo constatar que la variable edad no establece diferencias significativas en los ítems que componen la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil.

Posteriormente se realizó un segundo estudio donde la escala fue aplicada a 60 alumnos de la ubicada en la colonia Azcapotzalco de la ciudad de Durango (27). La media general obtenida en este estudio es de 1.90, lo que permitió a su autora afirmar que los alumnos encuestados presentan un nivel leve de Burnout.

En el tercer estudio realizado en estudiantes de la Universidad de Vallarta, se aprecia que la mayor cantidad de estudiantes fueron diagnosticados con Burnout leve (28).

Los anteriores estudios coinciden bastante con el realizado en la Universidad de Ciencias Médicas de Holguín pues aquí la mayoría de los estudiantes fueron diagnosticados por el mismo instrumento con Síndrome de Burnout leve, siendo el sexo femenino el más afectado.

Por tanto se puede concluir que los estudiantes de medicina de primer año de la Universidad de Ciencias Médicas de Holguín están afectados en su mayoría por el Síndrome de Burnout y las hembras están más afectadas que los varones significativamente.

A partir de este estudio inicial o exploratorio se podrán tomar medidas terapéuticas y profilácticas que permitan tratar a este Síndrome silencioso y peligroso que afecta a la comunidad universitaria, pues una de las principales dificultades es que no se realiza el correcto diagnóstico que permitan un tratamiento adecuado.

Además no se encontró en una minuciosa búsqueda bibliográfica investigaciones que estudien el Síndrome de Burnout en su enfoque unidimensional donde prima el cansancio emocional, ni en estudiantes de medicina, ni de otra carrera universitaria en Cuba, siendo posiblemente este el primer acercamiento desde este punto de vista y estudio de esta compleja situación de salud.

BIBLIOGRAFÍA:

- (1) Galindo Menéndez A. Desgaste profesional o Burnout. [Serie en Internet]. [Citado 12 Abr 2009]. URL disponible en: http://www.secpal.com/revista/resumen_ponencias/resumen_ponencias_50.htm
- (2) Barraza, Arturo. Burnout estudiantil. Un enfoque unidimensional. En: Revista digital Psicología Científica.com. 2009
- (3) Barco Díaz, Vladimir. Síndrome de Burnout en enfermeros básicos de segundo año de la carrera. Rev. Cub. de Enfer. 2008; 24 (3-4)
- (4) Borda, M.; Navarro E.; Aun, E.; Berdejo, H.; Racedo, K. y Ruiz, J. "Síndrome de Burnout en estudiantes de internado del Hospital Universidad del Norte", Revista Salud Uninorte.; 2007. 23(1).
- (5) Aranda, C.; Pando, M.; Velásquez I.; Acosta, M. y Pérez, M. "Síndrome de Burnout y factores psicosociales, en estudiantes de postgrado del Departamento de Salud Pública de la Universidad de Guadalajara, México", Revista Psiquiatría Facultad de Medicina Barna.; 2003. 30(4):193-199.
- (6) Martín, Andrés A. Burnout en estudiantes universitarios. [En línea]. [Fecha de acceso: 12/4/2010]. URL disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos31/burnout-universitarios/burnout>
- (7) Cano, G. y Martín, A. Burnout en estudiantes universitarios (consultado: diciembre 2010 en monografías.com). Carlotto, M.; Goncalvez, S. y Borges A. "Predictores del síndrome de burnout en estudiantes de un curso técnico de enfermería", Diversitas. 2005; 1(2):195-204.
- (8) Gutiérrez, D. El Síndrome de Burnout en alumnos de educación secundaria. Investigación Educativa Duranguense; 2008. 5(10):26-35.
- (9) Gutiérrez, D. Prevalencia del Síndrome de Burnout en estudiantes de nivel medio superior. Investigación Educativa Duranguense.; 2009. 5(11):29-38.
- (10) Caballero Domínguez, Carmen. El Burnout Académico. En: Revista Latinoamericana de Psicología, 2010, 42 (1) 131-146
- (11) Carlotto, M.; Goncalvez, S. y Borges A. Predictores del síndrome de burnout en estudiantes de un curso técnico de enfermería, Diversitas. 2005; 1(2):195-204.
- (12) Borges, A. M., & Carlotto, M. S. Síndrome de burnout e factores de estresse em estudantes de um curso tecnico de enfermagem. Aletheia, 2004; 19, 45-56.
- (13) Carlotto, M. S., Nakamura, A. P., & Câmara, S. G. Síndrome de burnout em estudantes universitários da área da saúde. Psico, 2006; 37, 57-62.
- (14) Zang, Y., Gan, Y., & Chan, H. Perfectionism, academia burnout and engagement among chinese collage students: A structural equation modeling análisis. Personality and Individual Differences, 2007; 43, 1529-1540.

ORIGINALES Y REVISIONES

- (15) Carlotto, M. S., Câmara, S. G. & Borges, A. B. Predictores del Síndrome de Burnout en estudiantes de un curso técnico de enfermería. *Diversitas Perspectiva en Psicología*, 2005; 1(2), 195-205.
- (16) Bresó, E., Llorens S. & Salanova, M. Creencias de eficacia académica y engagement en estudiantes universitarios. *Jornades de Foment de la Investigació*. 2006; Recuperado el 5 de agosto de 2011 de: <http://www.uji.es/bin/publ/edicions/jfi9/psi/6.pdf>
- (17) Bresó, E. & Salanova, M. Efectos significativos del uso de las creencias de ineficacia como componente del burnout académico en estudiantes universitarios. *Jornades de Foment de la Investigació*. 2005; Recuperado el 5 de agosto de 2011 de: <http://www.uji.es/bin/publ/edicions/jfi8/psi/32.pdf>.
- (18) Caballero, C., Abello, R. & Palacio, J. Burnout, engagement y rendimiento académico entre estudiantes universitarios que trabajan y aquellos que no trabajan. *Revista Psicogente*, 2006; 9 (16), 11-27.
- (19) Caballero, C., Abello, R. & Palacio, J. Relación del burnout y rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 2007; 25 (2), 98-111.
- (20) Carlotto, M. & Gonçalves, S. Preditores da síndrome de burnout em estudantes universitários. *Pensamiento Psicológico*, 2008; 4 (10), 101-109
- (21) Dahlin, M. & Runeson, B. Burnout and psychiatric morbidity among medical students entering clinical training: a three years prospective questionnaire and interview-based study. *BMC Medical Education*. 2007; 7 (6), 1-8. Recuperado de: <http://www.biomedcentral.com/1472-6920/7/6>.
- (22) Dyrbye, L., Thomas, M., Huntington, J., Lawson, K., Novotny, P., Sloan, J. & Shanafelt, T. Personal life events and medical student burnout: A multicenter study. *Academic Medicine*, 2006; 81 (4), 374-384.
- (23) Martínez, I. & Marques, A. Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas. *Revista Aletheia*, 2005; 21, 21-30.
- (24) Ried, L., Motycka, C., Mobley, C. & Meldrum, M. Comparing burnout of student pharmacists at the founding campus with student pharmacists at a distance. *American Journal of Pharmaceutical Education*. 2006; 70 (5), 114 - 126.
- (25) Salanova, M., Bresó, E. y Shaufeli, W. Hacia un modelo espiral de las creencias de eficacia en el estudio de burnout y del engagement. *Revista Ansiedad y Estrés*, 2005; 11 (2-3), 215-231.
- (26) Santen SA, Holt DB, Kemp JD, Hemphill RR. Burnout in medical students: examining the prevalence and associated factors. *South Med J*. 2010; Aug;103(8):758-63.
- (27) Barraza, A.; Carrasco, R. & Arreola, M. G. Burnout Estudiantil. Un estudio exploratorio. En *Alumnos y profesores en perspectiva de A. Barraza*. 2008.
- (28) Vázquez Parra, J. Carlos. Diagnostico de Síndrome de Burnout en la comunidad académica de la Universidad de Vallarta. *Revista Univallarta*. 2010.