

ESTRÉS ACADÉMICO Y BURNOUT ESTUDIANTIL. ANÁLISIS DE SU RELACIÓN EN ALUMNOS DE LICENCIATURA

ACADEMIC STRESS AND STUDENT BURNOUT. ANALYSIS OF ITS RELATIONSHIP WITHIN STUDENTS OF DEGREE COURSES

Recibido: octubre 13 de 2009/Aceptado: noviembre 30 de 2009

ARTURO BARRAZA MACÍAS

Universidad Pedagógica de Durango - México

Key words:

Sources of Stress, Symptoms, Coping Strategies and Burnout.

Palabras claves:

Estresores, Síntomas, Estrategias de Afrontamiento, Burnout estudiantil.

Abstract

This research was the central objectives: a) establish the descriptive profile of academic stress manifesting undergraduates, b) to establish the descriptive profile of the burnout syndrome manifested by undergraduates c) determine the type of relationship between academic stress and the burnout syndrome manifested by undergraduates. To achieve these objectives, a study transactional and corrections by applying the Stress Inventory SISCO Academic and Student Burnout Unidimensional Scale on a sample of 243 undergraduate students of the Pedagogical University of Durango. The results support the conclusion that academic stress influences the Student Burnout.

Resumen

La presente investigación se planteó como objetivos centrales: a) establecer el perfil descriptivo del estrés académico que manifiestan los alumnos de licenciatura, b) establecer el perfil descriptivo del síndrome de *burnout* que manifiestan los alumnos de licenciatura y c) determinar el tipo de relación que existe entre el estrés académico y el síndrome de *burnout* que manifiestan los alumnos de licenciatura. Para el logro de estos objetivos se realizó un estudio transeccional y correccional mediante la aplicación del Inventario SISCO del Estrés Académico y de la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil a una muestra de 243 alumnos de licenciatura de la Universidad Pedagógica de Durango (México). Los resultados obtenidos permiten afirmar que el estrés académico influye sobre el *burnout* estudiantil.

tbarraza@terra.com.mx, rplica@yahoo.com.mx

Investigación registrada en el Programa de Investigación de la Universidad Pedagógica de Durango y realizada en el marco de las actividades desarrolladas por el grupo de investigación "El estrés en los agentes educativos".

INTRODUCCIÓN

Los estudiantes de licenciatura suelen iniciar sus estudios con incertidumbre y cierta dosis de estrés. Esta situación es hasta cierto punto explicable dado el carácter novedoso de la experiencia. Sin embargo, cabe afirmar que ahí no termina el problema, ya que, conforme avanza en sus estudios, el alumno se enfrenta a diversas demandas que, en mayor o menor medida, son valoradas, por él mismo, como estresores. Cuando estas demandas derivan en una situación permanente de estrés es posible que el alumno manifieste *burnout* o agotamiento emocional. Esta relación constituye el objeto de estudio de la presente investigación e involucra a las variables estrés académico y *burnout* estudiantil.

El estudio del estrés académico se aborda, en la presente investigación, a partir del modelo sistémico cognoscitivista (Barraza, 2007a), cuya exposición, de manera sucinta, se presenta a través de su representación gráfica (ver Figura). Para su adecuada interpretación, la lectura del modelo gráfico se inicia del lado izquierdo superior y se continúa siguiendo la dirección de las flechas:

1. El entorno le plantea a la persona un conjunto de demandas o exigencias.
2. Estas demandas son sometidas a un proceso de valoración por parte de la persona.
3. En el caso de considerar que las demandas sobrepasan sus recursos, la persona las valora como estresores.
4. Estos estresores se constituyen en el *input* que entra al sistema y provoca un desequilibrio sistémico

en la relación de la persona con su entorno.

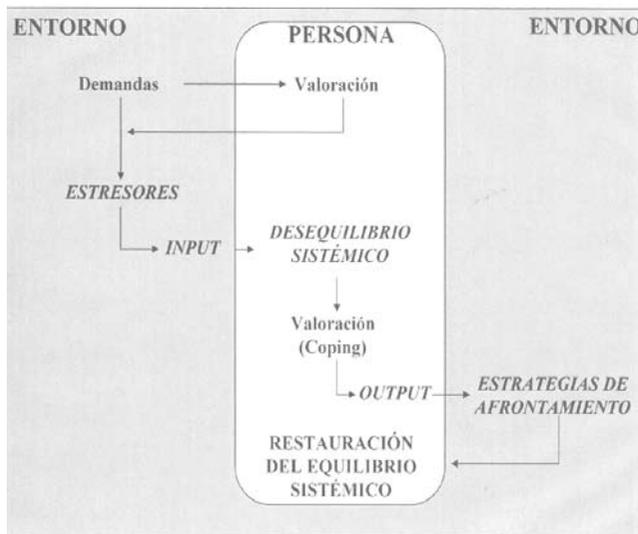
5. El desequilibrio sistémico da paso a un segundo proceso de valoración de la situación estresante, lo que determina la mejor manera de enfrentar esa situación.
6. El sistema responde con estrategias de afrontamiento (*output*) a las demandas del entorno.
7. En caso de ser exitosas, el sistema recupera su equilibrio sistémico una vez aplicadas estas estrategias de afrontamiento; pero, si las estrategias de afrontamiento fracasan, el sistema realiza un tercer proceso de valoración que lo conduce a un ajuste de las estrategias para lograr el éxito esperado.

Con base en este modelo, se ha elaborado un constructo teórico del estrés académico a partir del cual se recupera el carácter procesual y la constitución multidimensional de esta variable; su definición queda expresada de la siguiente manera:

El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos:

- *Primero: el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno, son consideradas estresores (input).*
- *Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio).*
- *Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico.*

Figura. Representación gráfica del modelo Sistémico Cognoscitivista del Estrés Académico



Por su parte, el término *burnout* fue acuñado originalmente por Freudenberger (1974). Este autor comenzó por observar una serie de manifestaciones de agotamiento y síntomas de ansiedad y depresión, en los asistentes voluntarios de una clínica para toxicómanos, cuestión que lo llevó a describir la forma como estas personas iban modificando progresivamente su conducta y se volvían insensibles, poco comprensivos y, en algunos casos, hasta agresivos.

En 1981, el aún incipiente desarrollo teórico de este síndrome se bifurca en dos enfoques conceptuales diferentes: el primero se origina en el trabajo de Maslach & Jackson y su difusión permitió definir este síndrome a través de un constructo tridimensional (agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal); el segundo enfoque se inicia con el trabajo de Pines, Aronson y Kufry, y su desarrollo proporcionó una definición de este síndrome mediante un constructo

unidimensional (agotamiento emocional).

La conceptualización que se adopta en la presente investigación se adscribe al segundo enfoque conceptual. Esta enfoque recibió un fuerte impulso con el trabajo de Shirom (en Appels, 2006), quien realizó una revisión de todos los estudios de validación del Maslach Burnout Inventory, lo que le permitió observar que, de las tres escalas de las que se compone este inventario, la de agotamiento emocional es la que se correlaciona mejor con las variables relacionadas con el trabajo y con las observaciones hechas por los cónyuges y los jefes.

A partir de dicho estudio, este autor concluyó que el contenido central del *burnout* involucra básicamente 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 forma de conceptualización evita que este constructo se solape con otros conceptos ya antes establecidos en la Psicología.

Según este enfoque conceptual, el síndrome de *burnout* es un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo producido por el involucramiento prolongado en situaciones generadoras de estrés.

Paralela a la bifurcación conceptual antes descrita, en este campo de estudio, se dio, de manera subordinada, otra división referente al sujeto que padece el síndrome estudiado. Una primera línea de discusión, identificada con el enfoque conceptual derivado del trabajo de Maslach & Jackson (1981), ubica el *burnout* inicialmente en trabajadores que tienen contacto con otras personas

y, posteriormente, en cualquier otro tipo de profesión. La segunda línea de discusión, identificada con el enfoque conceptual originado en el trabajo de Pines, *et al.* (1981), ubica este síndrome tanto en trabajadores como en personas que no son trabajadores.

En la presente investigación, se adopta esta segunda línea de discusión por lo que *se considera que tanto los trabajadores como las personas que no son trabajadores, en este caso los estudiantes, pueden padecer el síndrome de burnout.*

Una vez conceptualizadas las dos variables de este estudio, cabe preguntarse si dicha relación ha sido estudiada anteriormente. El estado del arte sobre el estrés académico (Barraza, 2007b) no reporta un solo estudio que aborde la relación entre el estrés académico y el *burnout* estudiantil; de hecho, la única variable que ha sido estudiada con relación al estrés académico es el rendimiento académico, todas las demás variables estudiadas pueden ser identificadas como moduladoras o variables causa. Esta situación llama la atención si se considera que una de las vertientes conceptuales del *burnout* afirma que es consecuencia del estrés recurrente o permanente; pero también es explicable si se toma en cuenta que la discusión se centra en el nivel estudiantil y en dicho nivel el *burnout* no ha sido suficientemente estudiado, como lo demuestra el hecho de que solamente se pudieron localizar ocho investigaciones al respecto.

El primer trabajo que abordó el síndrome de *burnout* en estudiantes fue el de Balogum (1995, en Piñeiro *et al.*, 2006); sin embargo, no se tiene conocimiento de que tal estudio fuera continuado por otros, por lo que, al parecer, ello solo ocurriría a partir del año 2003. Actual-

mente, se pueden identificar ocho investigaciones que toman como sujeto de investigación a los estudiantes: Aranda, Pando, Velásquez, Acosta & Pérez (2003); Borda, Navarro, Aun, Berdejo, Racedo y Ruiz (2007); Cano y Martín (2005); Carlotto, Goncalvez y Borges (2005); Extremera, Rey & Durán (2005); Martínez & Marques (2005); Barraza, Carrasco y Arreola (2008); y Gutiérrez (2008; 2009). No obstante, como se ha dicho, ninguna de estas investigaciones relaciona al *burnout* estudiantil con el estrés académico.

A partir de esta situación, la presente investigación se concreta en los siguientes objetivos:

- Establecer el perfil descriptivo, o las características más relevantes, del estrés académico que manifiestan los alumnos de licenciatura de la Universidad Pedagógica de Durango.
- Establecer el perfil descriptivo, o las características más relevantes del síndrome de *burnout* que manifiestan los alumnos de licenciatura de la Universidad Pedagógica de Durango.
- Determinar el tipo de relación que existe entre el estrés académico y el síndrome de *burnout* que manifiestan los alumnos de licenciatura de la Universidad Pedagógica de Durango.

MÉTODO

La presente investigación se puede caracterizar como un estudio de tipo: correlacional (por la naturaleza de la relación entre las variables), transeccional (por medirse una sola vez la variable) y no experimental (por no manipular variables).

En lo que concierne a los estudios correlacionales, se puede afirmar que tienen como propósito medir el grado de relación que existe entre dos o más conceptos o variables (en un contexto particular) (Hernández, Fernández & Baptista, 1998, p. 62). Como se ha reiterado, en el caso de la presente investigación, se relacionan las variables estrés académico y *burnout* estudiantil.

Los estudios transversales, transeccionales o simplemente seccionales, buscan obtener información del objeto de estudio en una única vez y en un momento dado (Bernal, 2000). Lo que, en nuestro caso, se realizó durante el mes de octubre de 2008.

Los estudios no experimentales, por su parte, miden las variables tal como se presentan en la realidad y en ningún momento se manipula alguna de ellas (Namakforoosh, 2002). En ese sentido, en la presente investigación, se midieron las variables tal como se presentaron y fueron autoinformadas por los propios alumnos en el momento de la aplicación de los instrumentos, sin que mediara, en efecto, ningún tipo de manipulación sobre ellas.

Para la recolección de la información se utilizó la técnica denominada encuesta técnica, que pretende suscitar un conjunto de discursos individuales, interpretarlos y generalizarlos. Su uso permite la recolección y cuantificación de datos que se convierten en fuentes permanentes de información. Los instrumentos que se utilizaron al respecto fueron: el Inventario SISCO del Estrés Académico y la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil.

La estructura del Inventario SISCO del Estrés Académico se compone de cinco apartados, con 34 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (si-no), permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestarlo.
- Un ítem que, en un escalamiento tipo lickert de cinco valores numéricos (del 1 al 5 y donde uno es poco y cinco, mucho), permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico.
- Nueve ítems que, en un escalamiento tipo lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.
- 15 ítems que, en un escalamiento tipo lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.
- Ocho ítems que, en un escalamiento tipo lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos.

Este inventario reportó originalmente las siguientes propiedades psicométricas (Barraza, 2007c): a) Una confiabilidad por mitades de .83 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de .90; b) una estructura tridimensional confirmada a través del análisis factorial, lo cual coincide con el modelo conceptual elaborado para el

estudio del estrés académico desde una perspectiva sistémico-cognoscitivista y; c) los ítems presentan una homogeneidad y direccionalidad única, cuestión que fue establecida a través del análisis de consistencia interna y de grupos contrastados.

De otro lado, la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil consta de 15 ítems que pueden ser contestados mediante un escalamiento tipo lickert de cuatro valores categoriales (nunca, algunas veces, casi siempre y siempre). Siguiendo las indicaciones de Barraza, Carrasco y Arreola (2008), esta escala reportó originalmente un nivel de confiabilidad de .86 en alfa de Cronbach y de .90 en la confiabilidad por mitades según la fórmula de Spearman-Brown. Así mismo, se obtuvo evidencia basada en la estructura interna a partir de los procedimientos identificados como validez de consistencia interna y análisis de grupos contrastados, lo que permitió reconocer que: a) todos los ítems se correlacionan de manera positiva (con un nivel de significación de .00) con el puntaje global de la escala y b) todos los ítems permiten discriminar (con un nivel de significación entre .03 y .00) entre los grupos que presentan un alto y bajo nivel de *burnout* estudiantil. Estos resultados permiten afirmar que todos los ítems corresponden al constructo establecido y son unidireccionales.

En el caso concreto de la presente investigación, el Inventario SISCO del Estrés Académico obtuvo una confiabilidad de .90 en alfa de Cronbach, mientras que la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil reportó una confiabilidad de .92 en alfa de Cronbach. Estos instrumentos se aplicaron a alumnos de licenciatura de la Universidad Pedagógica de Durango.

La Universidad de Durango oferta actualmente programas de formación en los niveles de Licenciatura, Maestría y Doctorado. En cuanto a la licenciatura, se ofertan tres programas de formación: Licenciatura en Educación (LE), Licenciatura en Intervención Educativa (LIE) y Licenciatura en Educación Primaria y Educación Preescolar para Maestros del Medio Indígena (LEPEP-MI). La LE se ofrece en modalidad semiescolarizada y abierta, la LIE en modalidad escolarizada y la LEPEP-MI en modalidad intensiva en los periodos vacacionales del ciclo escolar establecido para educación básica. En el momento de la aplicación, el mes de octubre del año 2008, solamente se trabajaba con alumnos de la LE y la LIE.

Por la dificultad de localizar y encuestar a los alumnos que cursan la LE en modalidad abierta, en la presente investigación se tomaron solamente en cuenta los alumnos que asisten a la Universidad a cursar esta licenciatura en modalidad semiescolarizada, sea en martes y miércoles o jueves y viernes en turno vespertino, o los sábados, en turno matutino. En total, los alumnos que cursan esta licenciatura en esta modalidad son 411. En el caso de la LIE, al trabajarse en modalidad escolarizada en turnos matutino y vespertino, no se tuvo problemas para trabajar con toda la población, la cual asciende a 252 alumnos.

El total de los alumnos, de las dos licenciaturas que se tomaron como población para la presente investigación, es de 663. Para la aplicación de la encuesta, se obtuvo una muestra mediante el programa estadístico STAT'S Versión 2, a partir de los siguientes valores:

- Error máximo aceptable: 5%
- Porcentaje estimado de la muestra: 50%
- Nivel deseado de confianza: 95%

En definitiva la muestra quedó conformada con 243 alumnos, que se seleccionaron mediante un muestreo probabilístico a través del método de conglomerado, lo que condujo a reconocer a cada grupo de alumnos como elementos muestrales. La distribución de los alumnos encuestados según las variables sociodemográficas estudiadas es la siguiente:

- El 38,8% pertenece al género masculino y el 61,2%, al femenino.
- El 9,1% manifiesta tener una edad entre 17 y 18

años; el 26,4% una edad entre 19 y 20 años; el 16,8%, entre 21 y 22 años, el 10,6% entre 23 y 24 años; el 22,6%, entre 25 y 26 años y el 14,4%, de 27 años en adelante.

RESULTADOS

Estrés académico

El análisis descriptivo de los resultados obtenidos por la aplicación del Inventario SISCO del Estrés Académico se presenta en tres niveles: el de los ítems, el de los componentes y el del estrés como variable general. Los resultados en el nivel de los ítems se presentan en la siguiente tabla:

Tabla 1. Media obtenida en cada uno de los ítems del Inventario

ESTRESORES	Media
La competencia con los compañeros del grupo	2.52
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	3.52
La personalidad y el carácter del profesor	3.02
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	3.50
Problemas con el horario de clases	2.13
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	3.12
No entender los temas que se abordan en la clase	2.91
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	2.95
Tiempo limitado para hacer el trabajo	3.00
SÍNTOMAS	
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	2.34
Fatiga crónica (cansancio permanente)	2.64
Dolores de cabeza o migrañas	2.58
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	1.98
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	2.30
Somnolencia o mayor necesidad de dormir	2.67
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	2.76
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	2.43
Ansiedad, angustia o desesperación.	2.61

Problemas de concentración	2.76
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	2.13
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	2.18
Aislamiento de los demás	1.91
Desgano para realizar las labores escolares	2.29
Aumento o reducción del consumo de alimentos	2.34
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)	3.14
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	3.11
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa	3.58
Elogios a sí mismo	2.77
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	2.66
Búsqueda de información sobre la situación	3.11
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa	3.34
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	2.94

A partir de estos resultados se puede afirmar que:

- las demandas valoradas con mayor frecuencia como estresores por los alumnos encuestados son: la sobrecarga de tareas y trabajos escolares y las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.), mientras que las demandas del entorno que son valoradas con menor frecuencia como estresores son los problemas con el horario de clases y la competencia con los compañeros del grupo;
- los síntomas que se presentan con mayor frecuencia entre los alumnos encuestados son la inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo) y los problemas de concentración, mientras que los que se presentan con menor frecuencia son los problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea y el aislamiento de los demás;
- las estrategias de afrontamiento utilizadas con

mayor frecuencia por los alumnos encuestados son: el concentrarse en resolver la situación que preocupa y fijarse o tratar de obtener lo positivo de esta, mientras que las estrategias de afrontamiento que se utilizan con menor frecuencia son los elogios a sí mismo y la religiosidad (oraciones o asistencia a misa).

Con relación a los componentes del estrés académico se obtuvieron los siguientes resultados: el componente estresores obtuvo una media de 2.95, el componente síntomas, una media de 2.43 y el componente estrategias de afrontamiento, una media de 3.09. A partir de estos resultados se puede afirmar que el componente estrategias de afrontamiento es el que se presenta con mayor frecuencia, mientras que el componente síntomas es el que se presenta con menor frecuencia.

El estrés académico presentó una media de 2.78 que, interpretada a partir del baremo establecido por el

autor, permite afirmar que, los alumnos encuestados, solo lo presentan algunas veces.

Burnout estudiantil

El análisis descriptivo de los resultados obtenidos por la aplicación de la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil se presenta en dos niveles: el de los ítems y el del *burnout* como variable general. Los resultados obtenidos en el nivel de los ítems se registran en la siguiente tabla:

La media obtenida en el burnout estudiantil, como variable general, es de 1.73, que interpretada con el baremo establecido por sus autores permite afirmar que los alumnos encuestados presentan un nivel leve de este síndrome.

Estrés académico y burnout estudiantil

La relación entre las dos variables de estudio se abordó mediante el análisis de regresión lineal. Los resultados obtenidos de esta forma indican que la corre-

Tabla 2. Media obtenida en cada uno de los ítems de la Escala

Ítems	Media
El tener que asistir diariamente a clases me cansa	1.83
Mis problemas escolares me deprimen fácilmente	1.79
Durante las clases me siento somnoliento	1.95
Creo que estudiar hace que me sienta agotado	1.82
Cada vez me es más difícil concentrarme en las clases	1.93
Me desilusionan mis estudios	1.48
Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado	1.91
No me interesa asistir a clases	1.37
Cada vez me cuesta más trabajo ponerle atención al maestro	1.75
El asistir a clases se me hace aburrido	1.55
Siento que estudiar me está desgastando físicamente	1.62
Cada vez me siento más frustrado por ir a la escuela	1.48
No creo terminar con éxito mis estudios	1.47
Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio	1.78
Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente	1.65

A partir de estos resultados, se puede afirmar que las conductas del burnout estudiantil que se presentan con mayor frecuencia entre los alumnos encuestados son: *durante las clases me siento somnoliento* y *cada vez me es más difícil concentrarme en las clases*, mientras que las que se presentan con menor frecuencia son: *no me interesa asistir a clases* y *no creo terminar con éxito mis estudios*.

lación entre el estrés académico y el *burnout* estudiantil es de .477 con un nivel de significación de .000. La R cuadrada para este modelo de regresión es de .228, lo que indica que el estrés académico da cuenta del 22,8% de la variación total del *burnout* estudiantil; la significancia estadística para este modelo de regresión es de .000. Además, el coeficiente de regresión no estandarizado

del estrés académico es de .476, con un nivel de significación de .000, lo cual indica que es estadísticamente significativo.

De manera complementaria se realizó el análisis de regresión lineal entre cada uno de los componentes del estrés académico y el *burnout* estudiantil; los resultados obtenidos se presentan a continuación:

Tabla 3. Valores del análisis de regresión lineal entre los componentes del estrés académico y el *burnout* estudiantil

	Correlación	Nivel de significación de la correlación	R cuadrada	Significancia estadística del modelo	Coefficiente de regresión no estandarizado	Nivel de significación del coeficiente de regresión
Estresores	.451	.000	.204	.000	.568	.000
Síntomas	.566	.000	.321	.000	.717	.000
Estrategias de Afrontamiento	-.064	.188	~	~	~	~

Como se puede observar, solamente dos componentes del estrés académico se relacionan con el *burnout* estudiantil. Así, los estresores permiten explicar el 20,4% de la variación total del *burnout*, en tanto que los síntomas explican el 32,1%.

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El perfil descriptivo del estrés académico de los alumnos de Licenciatura de la Universidad Pedagógica de Durango muestra coincidencia con los estudios realizados previamente con alumnos de Educación Media Superior (Barraza & Silerio, 2007) y de postgrado (Barraza, 2007d).

En todos estos estudios se observa una predomi-

nancia de los estresores: sobrecarga de trabajo y evaluación de los profesores. Esta prevalencia de demandas externas al sujeto que se constituyen en estresores permite afirmar que en los alumnos encuestados existe un locus de control externo con relación a las fuentes del estrés académico.

De igual modo, la preponderancia de los síntomas *problemas de concentración e inquietud*, en lo particular, y de los síntomas psicológicos, en lo general, reafirma la pertinencia del modelo sistémico cognoscitivista que considera al estrés un fenómeno esencialmente psicológico.

En el caso de las estrategias de afrontamiento, se observa que la preeminencia de las estrategias *concentrarse en resolver el problema y fijarse en lo positivo de la situación*, conduce a reconocer que los alumnos encuestados utilizan preferentemente estrategias orientadas a la resolución del problema, en detrimento de las orientadas a la regulación emocional.

En el caso del perfil descriptivo del *burnout* estu-

diantil, se coincide con los estudios realizados previamente mediante el enfoque unidimensional (Barraza et al. 2008; Gutiérrez, 2008; 2009). La prevalencia de conductas como: *el tener que asistir diariamente a clases me cansa, durante las clases me siento somnoliento, cada vez me es más difícil concentrarme en las clases y antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado*, muestra una preponderancia de las características del *burnout* referidas al agotamiento físico.

Por su parte, la relación entre estrés académico y *burnout* estudiantil ha quedado de manifiesto en el análisis realizado. Esto conduce a reforzar la conceptualización que se realiza del *burnout* estudiantil como producto de un estrés académico recurrente o prolongado.

También se observa la preponderancia del componente síntomas, como el que explica en un mayor porcentaje la variación de la variable *burnout* estudiantil. La principal implicación de estos resultados conduce a reconocer que es necesario iniciar la búsqueda de variables moduladoras de la relación entre estas dos variables. Por ejemplo, apoyo socioescolar percibido, personalidad estudiantil tipo A y expectativas de autoeficacia académica.

REFERENCIAS

- Appels, A. (2006). Estrés laboral, agotamiento y enfermedad, en *Estrés laboral y salud* de Buendía J. (Ed.). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Aranda, C.; Pando, M.; Velásquez I.; Acosta, M. & Pérez, M. (2003). Síndrome de Burnout y factores psicosociales en estudiantes de posgrado del Departamento de Salud Pública de la Universidad de Guadalajara, México. *Revista Psiquiatría*, 30(4), 193-199.
- Barraza, A. (2007a). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Científica.com*, s/d.
- Barraza, A. (2007b). Estrés académico. Un estado de la cuestión. *Revista Electrónica de Psicología Científica.com*, s/d.
- Barraza, A. (2007c). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico. *Revista Electrónica de Psicología Científica.com*, s/d.
- Barraza, A. (2007d). El estrés académico en alumnos de maestría en educación de la región laguna (Durango-Coahuila). Disponible en: *Monografias.com*. Recuperado el 25 de abril de 2008.
- Barraza, A. & Silerio, J. (2007). Estrés académico: Un estudio comparativo en alumnos de educación media superior. *Investigación Educativa Duranguense*, 2(7), 48-65.
- Barraza, A.; Carrasco, R. & Arreola, M. G. (2008). Burnout Estudiantil. Un estudio exploratorio. En *Alumnos y profesores en perspectiva* de A. Barraza; D. Gutiérrez & D. I. Cenicerros (coord.). México: Universidad Pedagógica de Durango.
- Bernal, C. A. (2000). *Metodología de la investigación para Administración y Economía*. México: Prentice-Hall.
- Borda, M.; Navarro, E.; Aun, E.; Berdejo, H.; Racedo, K. & Ruiz, J. (2007). Síndrome de Burnout en estudiantes de internado del Hospital Universidad del Norte. *Revista Salud Uninorte*, 23(1), 43-51.
- Cano, G. & Martín, A. (2005). Burnout en estudiantes universitarios. Disponible en *Monografias.com*. Recuperado el 11 de diciembre de 2007.
- Carlotto, M.; Goncalvez, S. & Borges A. (2005). Predictores del Síndrome de Burnout en estudiantes de

- un curso técnico de enfermería, *Diversitas*, 1(2), 195-204.
- Extremera, N.; Rey, L. & Durán, A. (2005). El papel de la inteligencia emocional percibida en los niveles de estrés académico (Burnout) y *engagement*: un estudio en dos universidades andaluzas, Congreso Universitario de Psicología y Logopedia (on line). Recuperado el 11 de diciembre de 2007.
- Gutiérrez, D. (2008). El Síndrome de Burnout en alumnos de educación secundaria. *Investigación Educativa Duranguense*, 5(10), 26-35.
- Gutiérrez, D. (2009). Prevalencia del Síndrome de Burnout en estudiantes de nivel medio superior. *Investigación Educativa Duranguense*, 5(11), 29-38.
- Hernández, R.; Fernández, C. & Baptista, P. (1998). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Maslach, C. & Jackson, S. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Social Issues*, 2, 99-113.
- Namakforoosh, M. N. (2002). *Metodología de la investigación*. México: Limusa.
- Pines, A.; Aronson, E. & Kufry, D. (1981). *Burnout*. New York: The Free Press.
- Piñeiro, N. et al. (2006). *Estudio sobre la presencia del Síndrome del Burnout en los profesores de la secundaria básica "José Martí" del municipio Cotorro*. Disponible en: Ilustrados. com. Recuperado el 27 de marzo de 2008.