

OFICINA DE POSTGRADOS

Tema:

**SÍNDROME DE BURNOUT Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO
ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE MEDICINA**

**Proyecto de investigación y desarrollo previo a la obtención del título de
Magíster en Innovación en Educación**

Línea de Investigación, Innovación y Desarrollo principal:

Desarrollo e Innovación Curricular

Caracterización técnica del trabajo:

Proyecto de Investigación

Autora:

Jessica Alejandra Silva Vaca

Directora:

Mg. Ana del Rocío Martínez Yacelga

Ambato – Ecuador

Julio 2022

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
SEDE AMBATO

HOJA DE APROBACIÓN

Tema:

**SÍNDROME DE BURNOUT SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO
DE LOS ESTUDIANTES DE MEDICINA**

Línea de Investigación:

Desarrollo e Innovación Curricular

Autora:

Jessica Alejandra Silva Vaca

Ana del Rocío Martínez Yacelga, Dra. Mg.
Calificador

f.

Wendy Tamara Naranjo Hidalgo, Dra. Mg.
Calificador

f.

Fernanda Gabriela Mejía Yanchapaxi, Mg.
Calificador

f.

Padre Juan Carlos Acosta, Msc. PhD.
COORDINADOR DE LA OFICINA DE POSGRADOS

f.

Hugo Rogelio Altamirano Villarroel, Dr.
SECRETARIO GENERAL PUCESA

f.

Ambato – Ecuador

Julio 2022



DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Yo, **JESSICA ALEJANDRA SILVA VACA**, con **C.C. 180310341-3**, autora del trabajo de graduación intitulado: "Síndrome de Burnout y su influencia en el Rendimiento Académico de los estudiantes de Medicina", previa a la obtención del título profesional de **MAGISTER EN INNOVACIÓN EN EDUCACIÓN**, en la escuela de **POSTGRADOS**.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través de sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.

Ambato, Julio 2022



JESSICA ALEJANDRA SILVA VACA

C.C. 180310341-3

AGRADECIMIENTO

Jessica Alejandra Silva Vaca, Dra.

Quiero expresar un reconocimiento a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador- Sede Ambato, por abrirme sus puertas al conocimiento y permitirme la interacción con el proceso enseñanza-aprendizaje.

Al Padre PhD. Carlos Acosta R, por creer en mí, una profesional médico- cirujano, que brinda su potencial no solamente en el área médica, sino también en el área educativa, y contribuir a la sociedad al formar mejores médicos.

Finalmente,

A mi padre el Dr. Klever Silva Zaldumbide sin su devoción para con sus hijos, quizá este día no hubiera sido posible.

DEDICATORIA

A ustedes lectores y permítanme dirigir mis palabras a quien corresponde:

A las personas que tienen un lugar importante en mi vida y en mi corazón; Todo mi trabajo será dedicado a mis padres, Dr. Klever Silva y Dra. Myriam Vaca y a mi hermano el Dr. Carlos Silva MsC.

Por siempre creer en mi intelecto imaginativo, el que me da un sentido del origen de la vida, del propósito de la nuestra y un interés en qué vendrá después.

RESUMEN

La medicina es la ciencia de la conservación y el restablecimiento de la salud, así durante la preparación académica los estudiantes se encuentran en una posición vulnerable al dolor extremo, el sufrimiento y la muerte, que puede desencadenar agotamiento emocional, despersonalización o cinismo y falta de realización personal. Por esta razón se propone como objetivo determinar la influencia del síndrome de Burnout en el rendimiento académico de los estudiantes de Medicina de la Universidad Regional Autónoma de los Andes. La investigación se efectúa con un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, de tipo transversal, el alcance es descriptivo, correlacional y explicativo. Para el diagnóstico se aplicó el cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS), en los resultados, se obtiene que, el 34% de los estudiantes se agotan emocionalmente en la realización de actividades académicas, el 36% casi siempre es feliz cuando realiza tareas relacionadas con sus estudios el 25% casi nunca se ha distanciado de sus responsabilidades; únicamente el 27% siempre estudia y presenta niveles de realización personal, el 55% casi siempre durante las clases tienen la seguridad en la finalización de las cosas, el 34% algunas veces estudia y escucha la clase todo el día, una tensión para cada uno, el 25% siempre esta exhausto de tanto estudiar, el 48% siempre se encuentra agotado físicamente al final de un día en la universidad.

Palabras clave: síndrome de Burnout, agotamiento, autoeficacia, satisfacción.

ABSTRACT

Medicine is the science of preserving and restoring health, so during academic preparation students are in a vulnerable position to extreme pain, suffering and death, which can trigger emotional exhaustion. Depersonalization or cynicism and lack of personal fulfillment. For this reason, the objective is to determine the influence of Burnout syndrome on the academic performance of Medicine students at the Universidad Regional Autónoma de los Andes. The research is carried out with a quantitative approach. Non-experimental design. It is a cross-sectional study with a descriptive scope. Correlational and explanatory. For the diagnosis, the Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) questionnaire was applied. Where 34% of students are emotionally exhausted in carrying out academic activities. 36% are almost always happy when doing tasks related to their studies. The 25% have almost never distanced themselves from their responsibilities. Only 27% always study and show levels of personal achievement. 55% almost always during classes are confident in the completion of things. 34% sometimes study and listen to the class all day. 25% are always exhausted from studying so much. Almost half of the students who were tested 48% always find themselves physically exhausted at the end of a day at university.

Key words: Burnout syndrome, exhaustion, self-efficacy and satisfaction.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD	iii
AGRADECIMIENTO	iv
DEDICATORIA	v
RESUMEN	vi
ÍNDICE DE CONTENIDOS	viii
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA.....	9
1.1. El Burnout.....	9
1.2. Rendimiento académico	16
1.2.1. Tipología del rendimiento educativo	17
CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO	24
2.1. Tipo y enfoque de la Investigación	24
2.2. Tipo de recolección de la información	28
2.3. Propuesta de intervención	36
CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	46
3.1. Análisis de la información sobre el diagnóstico realizado.....	46
3.2. Análisis de la información después de aplicado el programa de prevención. 81	
3.3. Validez del programa de prevención orientado	102
CONCLUSIONES.....	104
RECOMENDACIONES	105
BIBLIOGRAFÍA	106
ANEXOS	113

INTRODUCCIÓN

En el entorno de educación superior o tecnológico existen diferentes aspectos entre ellos el educativo, formativo, institucional y personal que determinan el éxito del estudiante a través del rendimiento académico, la obtención de reconocimientos y becas o la finalización del programa curricular durante el tiempo establecido; por otro lado, son factores que pueden conducir al fracaso; la pérdida de semestres en forma reiterativa, el retraso en la planificación semestral, la deserción del proyecto universitario o su abandono; este último aspecto puede impedir el desarrollo de capacidades para competir profesionalmente en el contexto laboral o en la continuación de otros estudios (postgrado).

De esta manera, el éxito del estudiante universitario se refleja en su rendimiento académico, resultado de diferentes factores que intervienen en el cumplimiento de objetivos curriculares, entre ellos: las planificaciones por contenidos teóricos, conceptuales y actitudinales; la aprobación o desaprobación de asignaturas, y la deserción. En este sentido, el bajo desempeño se manifiesta en la repetición (más de una vez una asignatura) o el retraso en las materias en las cuales se ha matriculado, lo que conlleva a la insatisfacción personal, desmotivación, desinterés y baja autoestima ante la dificultad para concluir con el proyecto de vida (Comella et al, 2021).

Otro aspecto que enfrentan los estudiantes es la necesidad de mantener un adecuado rendimiento acorde a las disposiciones universitarias para cumplir con las metas y objetivos a (corto, mediano y largo plazo) determinados en el programa que cursan. En esta línea de ideas, cuando el universitario no logra adaptarse a las situaciones de enseñanza, estilos de aprendizaje y formas de estudio, podría experimentar sensaciones de agotamiento, modos negativos de autocrítica, desvalorización y pérdida del interés frente al práctica; indicadores de burnout, que impactan de forma negativa a la salud, las capacidades intelectuales y la formación académica (Ayala et al, 2022).

Ahora bien, en el Ecuador, actualmente, la formación universitaria, está sometida a varios estresores que obstaculizan el rendimiento académico, producen daños a la

salud, y afectan al bienestar psicosocial; desde esta perspectiva, la mayor preocupación de los estudiantes se relaciona con el área académica que engloba: la sobrecarga de tareas o actividades, exigencia en las responsabilidades, el poco tiempo para realizar los trabajos, la dedicación excesiva, la dificultad en el acceso al material de estudio y el sistema de valoración, particularidades que por su globalidad limitan las oportunidades para desarrollo personal o profesional (Mendoza, 2021).

Por consiguiente, el currículo médico exige sacrificios emocionales y personales que viabilizan en la adquisición de las capacidades, aptitudes y destrezas; componentes que incorporados a las responsabilidades y a las exigencias del desempeño conllevan al síndrome de Burnout, exteriorizado en la insatisfacción, la apatía, la inactividad, y el absentismo; situaciones que perjudican en los resultados de lecciones, pruebas y exámenes al disminuir el rendimiento académico.

En función de lo anterior, en la provincia de Tungurahua los cambios en el ritmo de vida, la demanda en la formación continua y especialización, son elementos que forman parte de los períodos de estudio dentro y fuera del aula; sitio donde los estudiantes construyen aprendizajes y enfrentan imposiciones o exigencias en el área social, económica, y sobre todo académica, aspectos que encaminan al fracaso educativo, cansancio (físico, emocional y cognitivo) incrementan el aislamiento, el desgaste del funcionamiento normal del organismo, y dan origen a trastornos que disminuyen la salud mental (Contreras, 2021).

En la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES), los estudiantes de la Facultad de Medicina experimentan problemas que perjudican al bienestar y sus vidas en general, de esta manera los estilos de vida, las exigencias académicas, la incertidumbre e inseguridad, el agotamiento emocional producido por la sobrecarga de tareas, cansancio (mental y físico), falta de motivación, insuficiente descanso, distanciamiento, sentimientos de incompetencia formativa, actitudes de desinterés, cambios conductuales, pobre realización persona, son los factores que reducen el rendimiento académico.

Por otro lado, desde la perspectiva pedagógica los estudiantes sienten la necesidad de mantener un rendimiento académico satisfactorio, para enfrentar con mayor

responsabilidad las diferentes actividades educativas: fundamentar trabajos grupales, presentación de informes en forma permanente, ejecución de prácticas y las altas exigencias en las evaluaciones; son elementos que desarrollan conductas problemáticas, lo que conlleva a un inapropiado aprovechamiento durante su proceso formativo.

La presente investigación, considera que el Síndrome de Burnout repercute en el rendimiento académico de los estudiantes, desde un enfoque científico pretende proporcionar conocimientos, habilidades y destrezas, generar competencias, que permitan mejorar la autoestima, la salud mental y emocional, fortalecer la comunicación interpersonal, el autocontrol, la creatividad, psicológico y social; por esta razón, fue necesaria la participación activa de los estudiantes, así como el apoyo de las autoridades de la institución.

El propósito fue consolidar los conocimientos del estudiante en relación al síndrome de Burnout en el rendimiento académico, de esta forma se contribuye en su prevención y control, aspecto que favorece en la sensibilización de conductas en un trabajo colectivo que favorece en el intercambio de experiencias, junto con la actitud participativa y creadora del estudiantado.

Por lo expuesto, con una visión global, el estudio se constituye en una herramienta que apoya en el conocimiento con bases teóricas de las medidas preventivas y de afrontamiento ante el desgaste físico y mental, aporta en el desenvolvimiento, y en las prácticas docentes para alcanzar la calidad educativa, de esta forma se disminuirá el impacto del Burnout en el tercer semestre de la Facultad de Medicina de la Universidad Regional Autónoma de los Andes.

El proceso de aprendizaje y formación requiere que los estudiantes de medicina de la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES) se adapten a los cambios constantes planteados por el sistema educativo universitario, y al mismo tiempo desarrollen sus capacidades en el área académica y profesional en términos de su crecimiento personal y del dominio de diferentes competencias necesarias para la vida profesional.

En este sentido, en la Facultad de Medicina, los estudiantes enfrentan una constante y creciente exigencia, que requiere de notables esfuerzos de adaptación a las demandas académicas, que incluyen: la sobrecarga de trabajo, la desmedida presión por parte de los docentes, la excesiva cantidad de tareas, y el insuficiente tiempo para cumplir con responsabilidad, factores que al no ser controlados ha generado un agotamiento físico, mental y emocional, cambios en el comportamiento, indolencia e irritación, factores que en varios casos desencadena el Síndrome de Burnout, observado en las calificaciones y el bajo rendimiento.

Desde la perspectiva anterior, y en concordancia con el currículo para educación superior, en la facultad de medicina sobresa la exigencia en la capacidad de trabajo bajo presión, en el cumplimiento de sus tareas, la monotonía, la inadecuadas relaciones interpersonales, la insuficiente empatía entre los integrantes y la preocupación por obtener excelentes calificaciones; los factores indicados han incrementado el agotamiento (físico y mental) , las sensaciones de fracaso y frustración, la incapacidad de cumplir tareas académicas en los hogares, dolores esqueléticos y musculares, consecuencias que han incrementado el burnout en el área académica.

A los factores mencionados se incluye la excesiva carga académica, interacciones complicadas entre compañeros, maestros y padres de familia, insuficiente apoyo de los tutores; escasa comunicación con los educadores, no posee ayudas educativas; en ocasiones no dispone de la información necesaria para cumplir con sus actividades académicas; cabe resaltar que por lo general varios estudiantes no disponen de transporte para asistir a la universidad, por esta razón incumplen con su horario en el ingreso.

En este sentido, los estudiantes universitarios especialmente de la Facultad de Medicina suelen presentar la sintomatología siguiente: sudoraciones, dolores de cabeza, tensión muscular, agitación, aislamiento; reacciones que están vinculadas con el síndrome de burnout, que desde la perspectiva pedagógica repercute en el desarrollo mental, la calidad de aprendizaje y el rendimiento académico.

Ante lo expuesto, diversos trabajos, e investigaciones se relacionan con la temática planteada: Vizoso y Arias (2018); Atencia, Plaza, y Hernández, (2020) confirman que, existe una relación entre la resiliencia, el optimismo disposicional, el burnout (cansancio, apatía, ineficacia) y el rendimiento académico; ante este criterio, el burnout afecta en el desarrollo cognitivo y actitudinal, factores que generan barreras en el aprendizaje, la socialización, la autoestima, la autocrítica y expresión.

Por lo expuesto, en el trabajo realizado se establece la siguiente interrogante: ¿El Síndrome de Burnout influye en el rendimiento académico de los estudiantes de medicina de tercer semestre de la Universidad Regional Autónoma de los Andes?

En los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina el síndrome de Burnout aparece, debido a los niveles exagerados de exigencia, el exceso de tareas, la competencia con otros estudiantes, se suman los problemas con los profesores y compañeros, exteriorizado en el ambiente físico como desagradable; se incluye, los síntomas ansiógenos (sudoraciones, rigidez muscular, dolencias de cabeza, desconfianza, aprensión, y desatención).

En consecuencia, es significativo resaltar que varios estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina, desarrollan las competencias básicas en su proceso formativo que contribuyen en el alcance de sus objetivos académicos, sin embargo, otros manifiestan cansancio emocional, alteraciones cardiovasculares, incapacidad de relajarse, conflictos registrados en indicadores de bajas calificaciones, inadecuado rendimiento académico. El estudio se propone los siguientes objetivos:

Objetivo General:

Determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Facultad de Medicina y su influencia en el rendimiento académico.

Objetivos específicos:

1. Fundamentar los referentes teóricos sobre el Síndrome de Burnout y rendimiento académico en el entorno educativo universitario.

2. Identificar la prevalencia del Síndrome de Burnout en el rendimiento académico de los estudiantes de medicina de tercer semestre de la Universidad Regional Autónoma de los Andes.
3. Analizar la relación e influencia del síndrome de burnout en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Universidad Regional Autónoma de los Andes.

En la fundamentación de los referentes teóricos sobre el Síndrome de Burnout y rendimiento académico en el entorno educativo universitario se aplica el estudio bibliográfico documental para la búsqueda en artículos indexados en Google académico (SCOPUS), la base de datos E-Book y EBSCO, los repositorios de trabajos de post grado, en libros y revistas virtuales.

En cuanto a la identificación de la prevalencia del Síndrome de Burnout en el rendimiento académico se utilizará el cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS), adaptado por Schaufeli, Martínez, Marques, Salanova, y Bakker (2002) junto con la Escala de Compromiso Académico UWESS-9, traducida y adaptada por (Parra et al, 2010)

Para analizar la relación e influencia del síndrome de burnout en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Universidad Regional Autónoma de los Andes se utilizó el Programa Microsoft Excel que facilitará la organización de los datos numéricos en tablas y gráficos, información que posteriormente beneficiará en la realización del análisis e interpretación de los resultados obtenidos, mientras su verificación se efectúa a través del Programa Estadístico SPSS versión 25 (2017).

Como se ha podido apreciar, la investigación del tema el síndrome de Burnout en el rendimiento académico es transcendental porque es un problema que repercute en el área formativa, social y académica; visión que requiere la profundización en el conocimiento para disminuir las dificultades en el rendimiento, los sentimientos de frustración, las limitaciones en el proceso de información, el incumplimiento de tareas

y la falta de iniciativa para resolver dificultades que están presentes en el ámbito educativo.

Según lo expuesto, la investigación, está ubicada en la línea de investigación de innovación e intervención educativa, al identificar la prevalencia del síndrome de Burnout en el rendimiento académico, aspecto que con un enfoque multidimensional afecta a las habilidades, destrezas, el interés sobre los contenidos de la asignatura y la capacidad de comunicación.

Su impacto, se centraliza en la prevalencia del síndrome de Burnout en la Facultad de Medicina, especialmente en los estudiantes de tercer semestre, al promover la identificación de peligros, contribuir a mantener un escenario de estudio saludable y seguro, así disminuir las dificultades en las relaciones interpersonales, reducir las bajas calificaciones, los problemas de salud, con enfoque en la formación profesional.

Se estima que los estudiantes están expuestos a demandas determinadas en el contexto educativo en el cual las calificaciones, la aprobación de asignaturas y el rendimiento académico se establecen en una fuente de estrés, que genera sensaciones de tensión, riesgo en despersonalización, trastornos conductuales; por esta razón, el estudio presentado tiene como fin aportar con una solución a esta problemática, mediante estrategias que permitan prevenir el Burnout y mejorar la productividad académica, la concentración, y la resolución de problemas, así se desarrolla actitudes de interés, que motiven en la calidad de aprendizajes.

En la misma línea la investigación, permite conocer las causas y consecuencias del problema, para aportar en el rendimiento académico, fortalecer la motivación, potenciar su capacidad de esfuerzo, la responsabilidad en el cumplimiento de sus obligaciones y mejorar sus calificaciones, así, los estudiantes responderán en su desempeño de forma satisfactoria, en un ambiente positivo, de buena calidad, con apoyo social que ayude al bienestar psicológico del estudiante.

En función de lo anterior, en el presente documento se resalta que las demandas educativas actuales exigen al profesorado el cambio, innovación y actualización en las formas de enseñanza, mediante el uso de herramientas encaminadas a

transformar la metodología, lo que conlleva al trabajo participativo, con una proyección hacia el desarrollo intelectual y emocional de los estudiantes.

En este escenario, los beneficiarios de la investigación efectuada en la Universidad Autónoma de los Andes, son los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina, afectado con el propósito de prevenir el síndrome de Burnout, a través de estrategias que contribuyan en la seguridad, confianza en sí mismo, y autonomía.

CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA

El síndrome de Burnout actualmente, se ha constituido en un problema que repercute en el área social y educativa, su interés ha posibilitado la fundamentación de los referentes teóricos, por esta razón en el apartado, se mencionan investigaciones, trabajos escritos (postgrad), artículos publicados en revistas nacionales e internacionales, y otros estudios que aportan en el conocimiento, y comprensión de aspectos significativos relacionados con la temática.

1.1. El Burnout

Freudenberger (1974) por primera vez, señaló que el síndrome Burnout, es consecuencia “del estrés laboral de curso crónico” exteriorizado en el agotamiento (emocional, físico y mental), la ausencia de la personalidad, deterioro de la autoestima, e ineficiencia; padecimientos que provocan incompetencia e incapacidad.

Frente a esta realidad, el Burnout ha sido y es objeto de estudio en diversos países, al vincularse con las dificultades cotidianas; así, Murga y Lafuente (2019) dan a conocer que en Europa es diagnosticado síndrome de neurastenia; sin embargo, por la sintomatología asociada al trabajo es catalogado como enfermedad mental.

En relación con los investigadores anteriores, el Burnout es un problema que afecta a la salud no solamente en el entorno laboral, sino incluso, en el área académica, siendo un tema investigado a nivel mundial; según Rodríguez, Guevara, y Viramontes (2017) desde su inicio fue considerado un conflicto social, que consiste en la aparición de sentimientos de agotamiento emocional, fatiga, falta de energía, genera actitudes negativas entre ellas: despersonalización hacia las personas, instituciones y organizaciones en la cual se desenvuelven diariamente, además, experimentan una baja realización personal en el trabajo y en las tareas que cuestionan su desenvolvimiento.

Dentro de esta tendencia los investigadores Freudenberger (1974); Rosales y Rosales (2012); Sevilla y Sánchez (2021) definen el término Burnout como el

“desgaste profesional”, “síndrome de estar quemado”, “síndrome de quemarse en el trabajo”, “síndrome del desgaste o agotamiento físico y mental”; su impacto negativo se observa en las actividades diarias, el insomnio, el cansancio emocional, falta de apetito, cambio en el estado de ánimo, apatía, menor rendimiento; a esto se incluyen los síntomas físicos: dolor de cabeza, migraña, malestar muscular, problemas digestivos, comportamientos impropios, e incluso elevados niveles serológicos (hipercolesterolemia).

Por otra parte, Parra, Castaño, Córdoba, Caicedo, y Valderrama (2015) afirman que, el síndrome de Burnout, es la sensación de debilidad, decepción y pérdida de interés por la gestión académica, que surge como consecuencia del contacto diario de los compañeros y las actividades que los estudiantes realizan en el aula. En concordancia con los autores, Rodríguez, Rodríguez, Guevara, y Viramontes (2017) entre los factores incluyen, el estado de agotamiento físico y emocional, la depresión, ansiedad e ineficacia; en este sentido, se constituye en un problema que aqueja a la salud mental y otras patologías a nivel psíquico que aumentan el distanciamiento social.

De igual forma, Méndez (2019) reconoce que el Burnout se produce por la excesiva designación de funciones, actividades poco estimulantes, insuficiente o inexistente participación en la toma de decisiones, carencia de recursos y materiales para realizar la tarea, exagerada burocracia, factores que generan un bajo rendimiento personal en el trabajo con una tendencia que afecta a la autoevaluación, el cumplimiento y las relaciones profesionales.

Por su parte los investigadores Manzano (2020); García, Marín y Aguayo (2019) asocian el síndrome de la persona quemada con la baja autoestima, comportamientos inadecuados, actitudes disruptivas, sentimientos de culpabilidad, lentitud, negligencia, deterioro de los procesos cognitivos (escasa concentración) y desvalorización corporal, impotencia, agitación e insomnio; por lo tanto, las personas que presentan Burnout manifiestan debilidad emocional, despersonalización e insuficiente realización personal; aspectos que reducen el rendimiento en el área formativa.

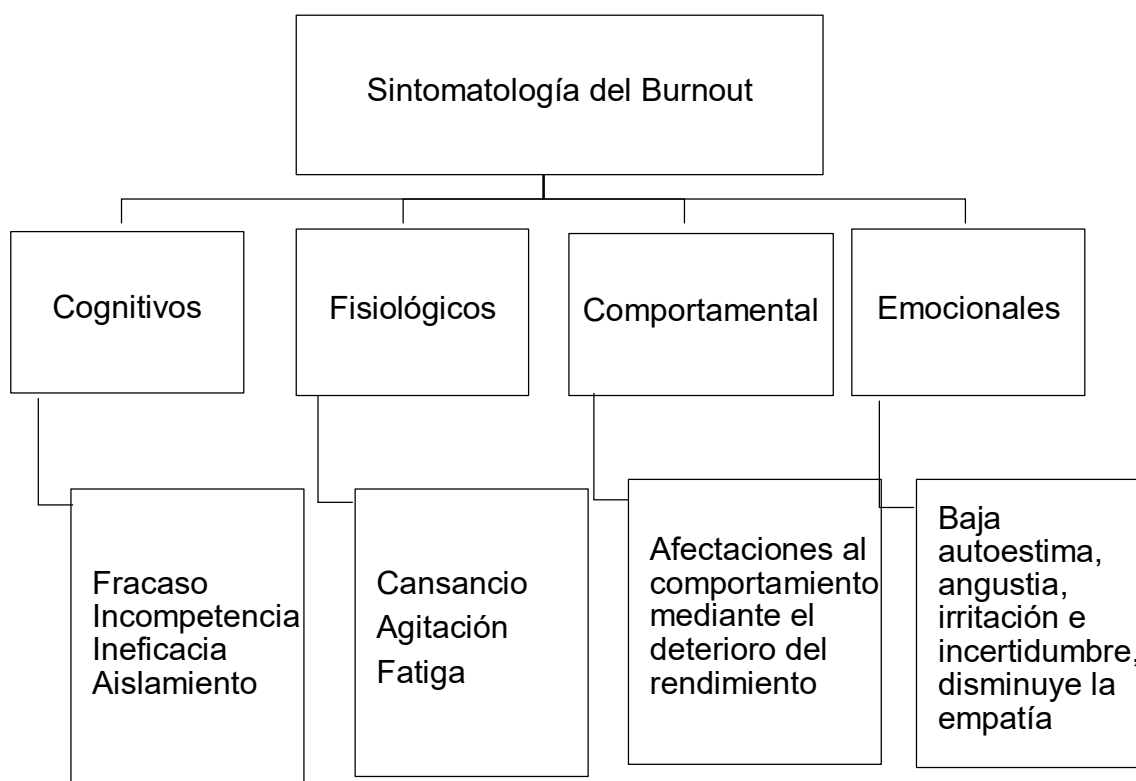
Varios estudiantes se identifican con el Burnout al sentir disgusto, agobio, abatimiento, desasosiego, o aburrimiento, el desgaste emocional (la fatiga, la ansiedad), factores

generados especialmente por la exposición a definidas condiciones de estudio; según expone Merchán et al, (2018) no se originan por una deficiencia en la personalidad del estudiante.

En el ámbito educativo los estudiantes se encuentran obligados a cumplir con exigencias institucionales, como: presentarse a clases todos los días, presión en el cumplimiento de tareas, realizar trabajos, efectuar evaluaciones, y crear presentaciones (conceptuales); por lo tanto, las demandas académicas producen un efecto negativo sobre la salud física y mental del estudiante (Rojas et al, 2017)

Rivera, Segarra y Giler (2018) que el Burnout es consecuencia de un desgaste físico, mental y emocional, como se observa en el gráfico (1)

Gráfico 1.1. Sintomatología del Burnout



Fuente: Blanco (2018)

Siendo que entre los síntomas del estudiante que presenta el síndrome de Burnout se encuentran el excederse en el ritmo del trabajo académico, no respetar las pausas para los descansos en las horas de estudio, las abundantes tareas, el límite de tiempo

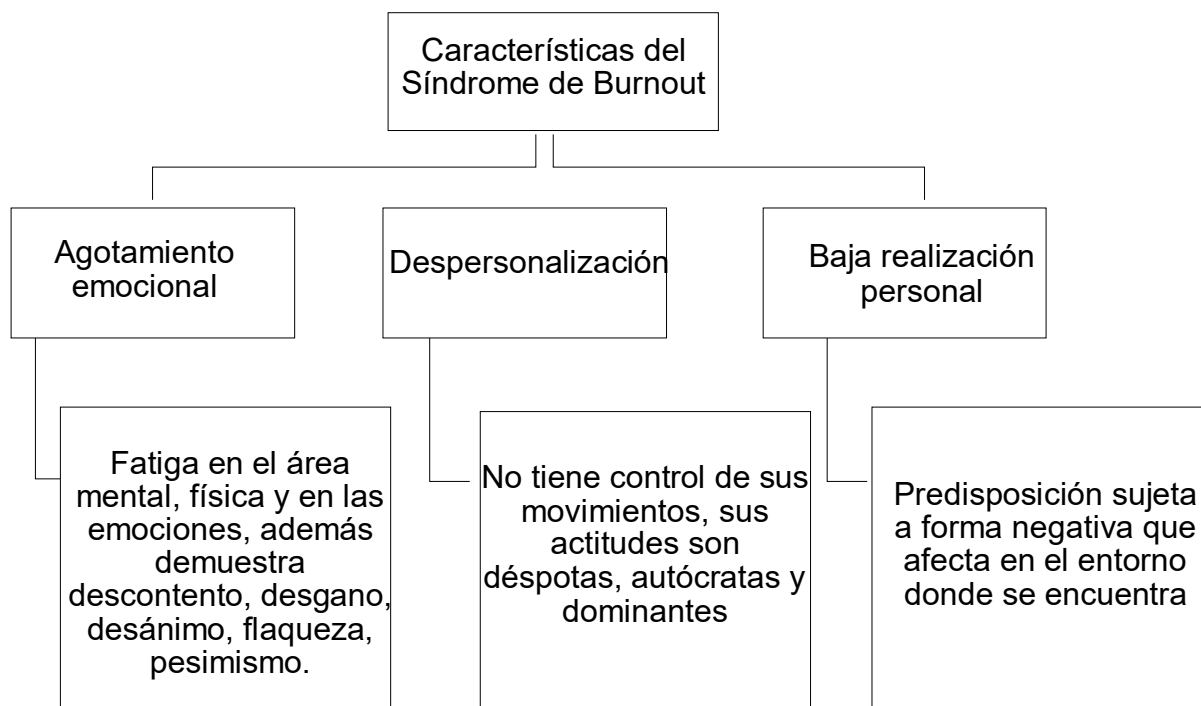
para cumplir las actividades, el ambiente inapropiado, las dificultades entre los compañeros dentro y fuera del aula, la escasez de material o recursos; a continuación, se detalla la clasificación de los síntomas que presentan los estudiantes que padecen el Síndrome de Burnout:

- Los síntomas cognitivos o mentales, incluye el fracaso, incompetencia, ineficacia, y aislamiento (educativa, profesional o laboral), con dificultad en la atención y concentración en la ejecución de tareas diarias (Jaén, 2018), por lo expuesto, es significativo resaltar que los pensamientos negativos afectan a la autoestima y conlleva hacia el bajo rendimiento.
- Síntomas fisiológicos o funcionamiento de los organismos, los estudiantes sienten cansancio, agitación y fatiga permanentes que no se solucionan con el descanso de los fines de semana, momentos de ocio o vacaciones; al respecto, las labores formativas intensas generan insomnio, desvelo y nerviosismo, padecimientos músculo-esqueléticos (lumbalgias y dolencia cervical), taquicardia, variaciones gastrointestinales (gastritis, estreñimiento o diarreas, incremento de la presión arterial, entre otras) (Inga et al, 2018).
- Síntomas comportamentales, se evidencia en las afectaciones al comportamiento mediante el deterioro del rendimiento estudiantil o laboral, a causa de la inestabilidad emocional que conlleva a la ausencia injustificada, dificultades con los compañeros (Cruz et al, 2016).
- Síntomas emocionales, en cuanto al área emocional, incluye la baja autoestima, angustia, irritación e incertidumbre, disminuye o desaparece la empatía, se deteriora la capacidad para memorizar, y críticas constructivas (Zamora, 2018).

En otro aspecto, Nakandakari, Dyanne, Virgilio, y Keyko (2015), exponen que el síndrome es caracterizado por sentimientos de agotamiento emocional, despersonalización, y una baja realización personal, que en ciertas condiciones generan daños en el individuo y el entorno.

Al respecto, en el gráfico 2, se detalla las características del Burnout.

Gráfico 1.2. Características del Síndrome de Burnout



Fuente: Fernández (2021)

Maslach y Jackson concretaron el Burnout académico como un desgaste todo sentimiento sensitivo hacia los compañeros y docentes, en esta línea fue definido como un síndrome de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. Según manifiesta García, Vega, Farias, Rivas y Aburto (2018) en el área educativa el síndrome disminuye la habilidad en el rendimiento, incrementa la sobrecarga de tareas, la falta de motivación, y la pérdida de valores (respeto, responsabilidad y cordialidad) desencadenan el síndrome.

El síndrome, en el contexto socio-educativo es conocido como una patología procedente por el desgaste profesional, en el contexto académico se especifica como las sensaciones en el estudiante de no poder dar más de sí mismo, por lo que, demuestra distanciamiento y desinterés, pérdida del valor y frente a las tareas educativas e incertidumbres sobre sus potenciales para un buen rendimiento

(Avecillas et al, 2021).

Cabe resaltar que los estudiantes no son trabajadores en un sentido formal, pues, no poseen una retribución salarial por efectuar sus actividades; desde el punto de vista psicológico y social forman parte de una organización en la que cumplen un determinado rol, efectúan tareas que requieren esfuerzo, proyectan objetivos que cumplir, su rendimiento es evaluado de forma permanente y recibe recompensas por los docentes.

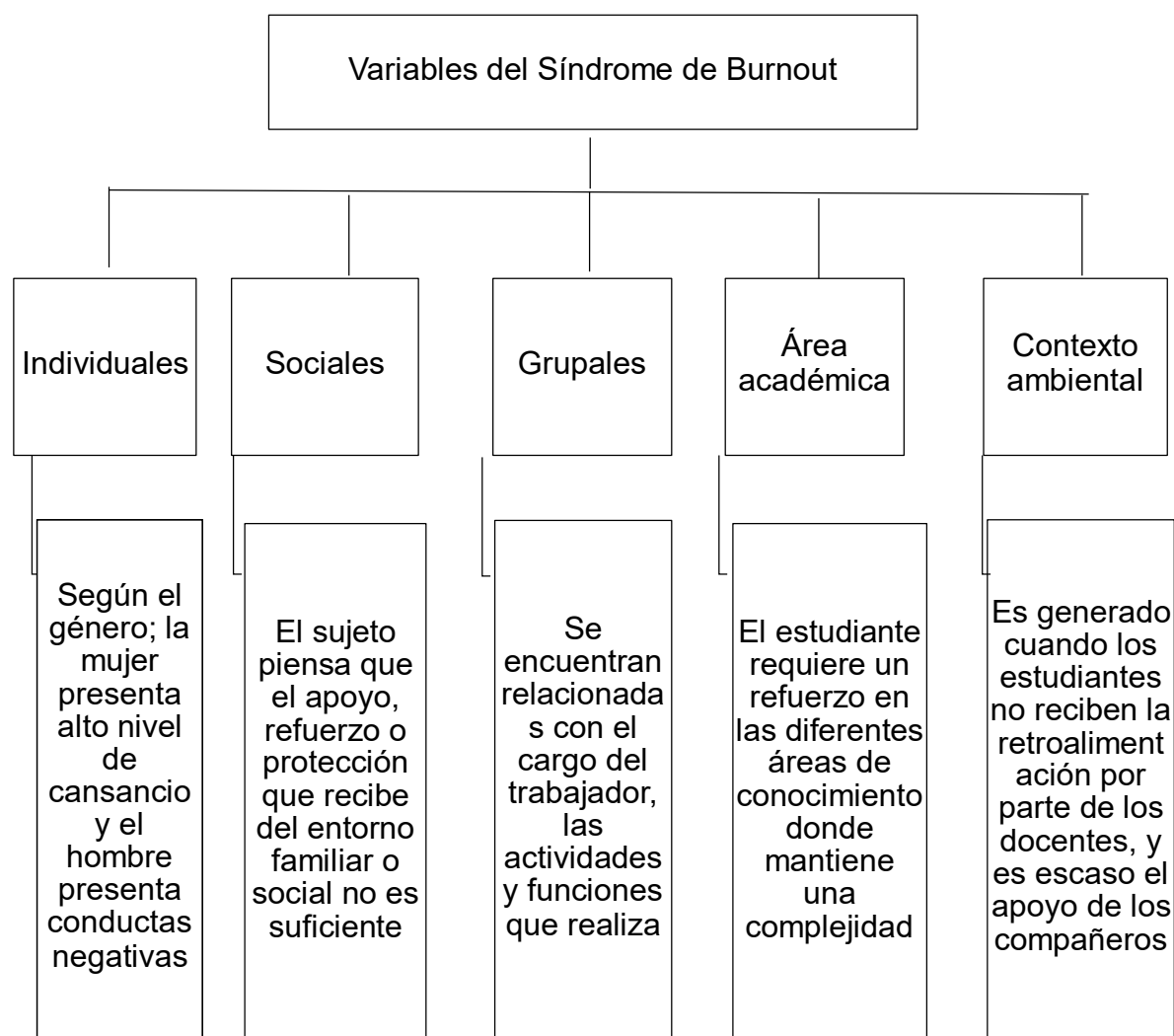
Para Ferrel, Ferrel y Bracho (2018) el Burnout puede provocar en los estudiantes: ansiedad, fobia, depresión, y actitudes nocivas; los principales factores que corroboran en esta situación son: la falta de reconocimiento académico, las presiones de tiempo en la entrega de tareas, la excesiva responsabilidad en la realización de actividades y las condiciones de aula. Uno de los síntomas del síndrome es la ambigüedad en el rol del estudiante al sentirse vigilado o controlado en la institución como en sus hogares, acción que intensifica la inseguridad, su agotamiento emocional y despersonalización.

Los estudiantes que padecen el síndrome de Burnout suelen manifestar algunos de los siguientes síntomas:

- Falta de energía y sensación de abatimiento desde el inicio de la jornada académica.
- Sentimientos de frustración y fracaso al no conseguir los resultados deseados a pesar del esfuerzo invertido en las tareas.
- Estado de ánimo irritable, impaciente, negativo, irónico y distante, llegando a mostrarse frío e indiferente hacia los compañeros.
- Incapacidad para concentrarse en el trabajo y para relajarse o desconectar al finalizar la jornada laboral.
- Frecuentes dolores físicos, además del desarrollo de enfermedades psicosomáticas, como, por ejemplo, fatiga visual, dolores de cabeza y musculares, mareos, dificultades con el sueño, pérdida de peso, úlceras y otros desórdenes gastrointestinales, afecciones de la piel o infecciones, entre otros.

En consecuencia, el síndrome se caracteriza por el agotamiento emocional, (afectividad), la despersonalización (sentimientos negativos) la poca eficacia e incompetencia hacia el rol académico. Por lo expuesto, los autores González, y Schaufeli (2006) definen al Burnout académico como la respuesta emocional negativa relacionada con el bajo rendimiento, la exteriorización de sensaciones de fatiga, debilidad, agotamiento y cansancio por las tareas; factores que incrementan la soledad y el aislamiento, ante esta situación se clarifica las ideas en el siguiente gráfico:

Gráfico 1.3. Variables del Síndrome de Burnout



Fuente: González, y Schaufeli (2006)

Para Guillén, Flores, y Díaz (2019), las consecuencias del agotamiento pueden llevar

a los estudiantes a exteriorizar conductas inadecuadas, comportamientos poco profesionales y actividades altruistas; los estudiantes que presentan el síndrome de Burnout suelen tener una opinión menos asertiva sobre el profesionalismo de sus compañeros y profesores, lo que impacta de forma negativa en su proceso de aprendizaje.

A partir de lo anterior, Portilla (2017) expone que el rendimiento académico se refiere a la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito universitario; sin embargo, existen varias manifestaciones que deben ser consideradas: el educando que no presenta tareas, busca conflictos, tiene una baja autoestima, muestra temor, no cumple con las obligaciones encargadas, pierde el control de sus emociones, y adquiere adicciones, está presentado el síndrome de desgaste o Burnout.

Por lo expuesto, según Chávez y Chévez (2016) el rendimiento académico se manifiesta cuando el estudiante presenta altos niveles de agotamiento, cansancio, ausencia en el aula de forma continua, descuido con el horario de ingreso, conflictos; aspectos que repercuten en el rendimiento académico; por consiguiente, es esencial reconocer que la adolescencia es la etapa de desarrollo que engloba cambios físicos, biológicos, cognoscitivos, psicológicos y sociales que pueden generar alteraciones del carácter.

1.2. Rendimiento académico

Según Albán y Calero (2017) el rendimiento académico, impulsa el reconocimiento del individuo en el sistema educativo como ser social, mediante el proceso de aprendizaje fomenta y mejora las facultades, capacidades y el esfuerzo. Por lo tanto, el rendimiento centra sus esfuerzos, habilidades y capacidades para incrementar la productividad y la calidad de los aprendizajes en los diferentes procesos de formación.

Por otra parte, García (2018) menciona que el rendimiento académico es esencial en el proceso educativo, al facultar la identificación del cumplimiento con los estándares de calidad que dispone el currículo para ser promovido de nivel. En consecuencia, es considerado producto del aprendizaje originado por la interacción entre la didáctica, la pedagogía, la labor del docente, y la participación del estudiante, avances

expresados en las calificaciones durante el período formativo.

En relación al área educativa Comella (2021) deduce que el rendimiento académico toma su relevancia en el sistema educativo, en los diferentes currículos que guían el proceso de enseñanza y el aprendizaje, para la adquisición de conocimientos, el desarrollo de habilidades y el alcance de experiencias significativas, mediante la utilización de los métodos que emplea el docente durante la clase, por lo general para verificar los conocimientos adquiridos, incluye involucra evaluaciones cuantitativas del aprovechamiento que puede ser satisfactorio o no, actitud reflejada en la deserción o el éxito académico.

En consecuencia, cada universidad, establece una normativa que determina los criterios de evaluación, para evaluar del rendimiento académico, (promedio); la misma que incluye aspectos concernientes a las calificaciones académicas en las diferentes materias, y el número de créditos, por esta razón es necesario recordar que las calificaciones obtenidas por los estudiantes son el reflejo de los factores personales, sociales e institucionales.

La valoración del rendimiento académico en las instituciones de educación superior es indistinta, al construirse mediante las calificaciones obtenidas en el transcurso del tiempo de estudio, que determina la analogía el contenido que aprende y lo que se alcanza en el proceso de enseñanza, (producto del compromiso académico del estudiante) en el ambiente pedagógico y didáctico.

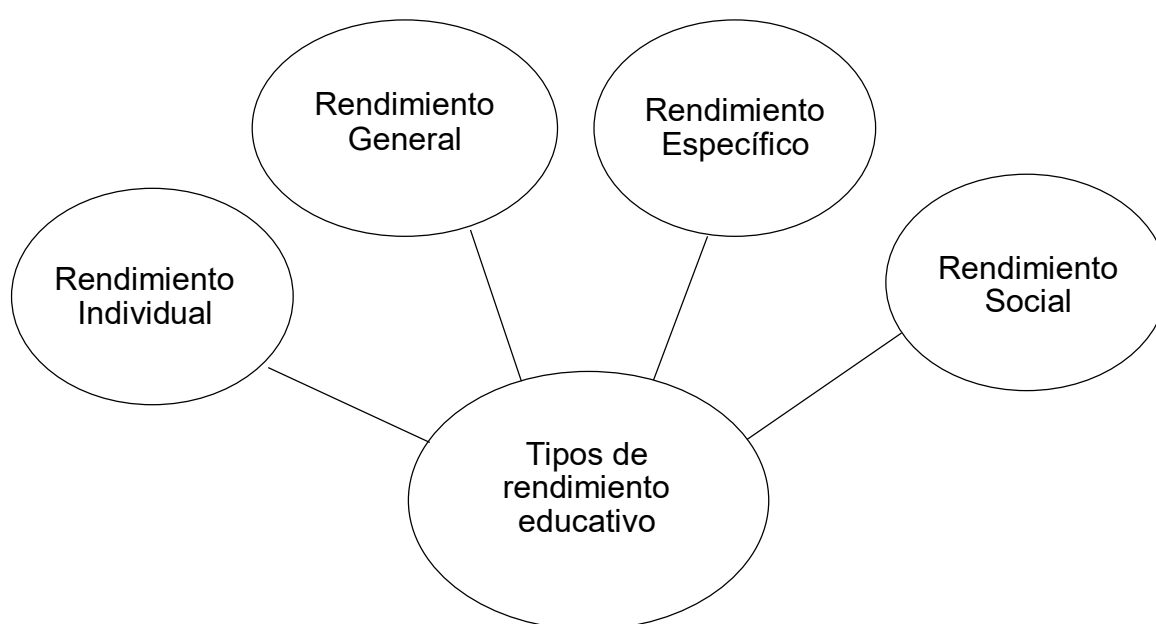
1.2.1. Tipología del rendimiento educativo

El rendimiento académico depende de los conocimientos que aprende el estudiante, por tal razón, es elemental la confianza, el control y dominio del cuerpo, la conducta, la disciplina y el comportamiento, elementos que abren posibilidades de éxito, al encaminar las habilidades hacia el descubrimiento, la investigación, el autocontrol, y las relaciones con otras personas del entorno con la base en la comprensión, y el entendimiento, la comunicación el intercambio de ideas de forma verbal o escrita y la cooperación; elementos que impactan en el desempeño académico, las habilidades sociales, la autodeterminación, la socialización, la convivencia, la actuación y

participación con seguridad, confianza y autodominio.

Varios autores como Velasco (2016) mencionan que el rendimiento académico es el resultado de las habilidades, conocimientos adquiridos, las actitudes y valores que desarrolla el estudiante en el proceso de enseñanza y aprendizaje, en consecuencia, establece la siguiente clasificación (Ver gráfico 5):

Gráfico 1.4. Tipos de rendimiento educativo



Fuente: Velasco (2016)

El rendimiento individual como característica esencial incluye la obtención de conocimientos, prácticas, habilidades, hábitos, aptitudes, competencias, anhelos, etc., aspectos que influyen en la decisión de los docentes para la toma de decisiones pedagógicas posteriores; además, se apoya en la exploración de los saberes, que consolidan el área cognoscitiva, mental o intelectual, en esta visión, prevalece los elementos afectivos de la personalidad (Brenes, 2018).

El rendimiento general, menciona que, mientras el estudiante acude al centro de enseñanza, recibe el aprendizaje en las Líneas de Acción Educativa, que fortalece los hábitos culturales, la conducta, comportamiento y actuación, incluye como elementos

relevantes las variables afectivas, la motivación, las expectativas de estudio y el entorno académico.

El rendimiento específico, se enfoca en la solución de los problemas personales, el progreso y desempeño en la vida profesional, en el hogar y en el área social; ahora bien, la evaluación se efectúa a través de los indicadores de afectividad (relaciones con los compañeros, con los maestros, con los padres y la familia), es decir su convivencia en el entorno.

Para Tingo y Urbano (2017), el rendimiento social influye en la calidad de procesos instructivos, la formación y desarrollo del ser humano, ejerce un rol fundamental en el contexto, la comunidad y la sociedad en que se desarrolla; se considera como componentes, la influencia social, el campo geográfico y demográfico; además, incluye en las relaciones personales, sociales e interpersonales, y la práctica de valores (educativos, morales y éticos)

En este particular, el rendimiento académico es parte del proceso de enseñanza y el aprendizaje que promueve la institución educativa, motivo por el cual, debe unificarse los criterios y el trabajo efectuado dentro y fuera del entorno formativo, a través de actividades que mejoren la eficacia, la comprensión, el conocimiento, la comunicación y el diálogo.

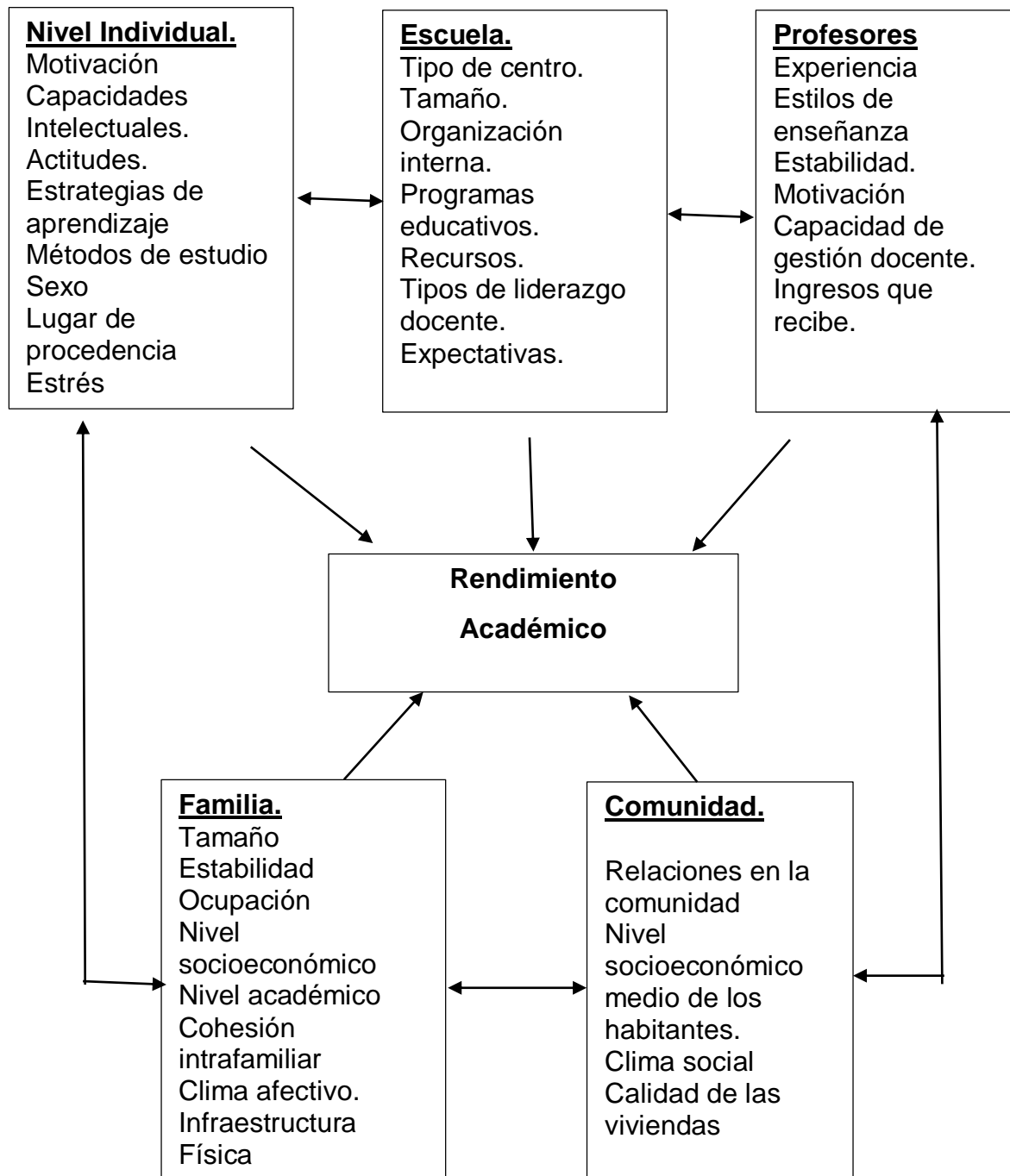
1.3. Factores que intervienen en el rendimiento educativo

Para García y Vega (2018) en cuanto a los factores que afectan al rendimiento académico, menciona las situaciones de agotamiento por la exigencia académica, las obligaciones en la práctica profesional, la insuficiente atención, y el déficit en la concentración, en consecuencia, influyen en la solución de problemas y toma de decisiones, lo que incrementa la probabilidad de mayor presencia de afectaciones a la salud mental (mayor tensión y fatiga emocional, angustia, ansia, nerviosismo, y abatimiento).

Por su parte la investigadora Martínez (2019) menciona que la deficiente colaboración, el carente apoyo de las autoridades y los compañeros, las tareas

confusas, la falta de organización, y la inexactitud en la planificación influyen en el desempeño de los estudiantes, por esta razón considera necesario mencionar algunos factores que pueden incidir en el rendimiento académico, sintetizado en la siguiente gráfica:

Gráfico 1.5. Rendimiento académico



En todo caso, el bajo rendimiento es una dificultad que enfrentan los estudiantes y docentes en los diferentes niveles educacionales, entre los síntomas más comunes, sobresalen; la preocupación, baja concentración, desvelo, fatiga psicomotora, llanto sin causa, irritabilidad, rabia, violencia, alteraciones emocionales, sentimientos de inferioridad, culpabilidad, imprudencia y baja autoestima (Arayago et al, 2016).

Entre otros factores, el desarrollo emocional que en ocasiones genera alteraciones en los estados de ánimo, lo que ocasiona un descuido del adolescente en la parte académica, las dificultades en la convivencia familiar, los déficit de aprendizaje, las inadecuadas relaciones familiares que incrementan la falta de compromiso y atención con el aprendizaje, la responsabilidad exagerada por lograr las metas propuestas en el área educativa, la dificultad en la comprensión y adquisición de conocimientos (Caballero et al, 2015).

A modo de conclusión, la juventud universitaria enfrenta diferentes problemas durante su proceso de formación, entre las cuales se encuentran la dificultad en estudiar (memorizar, retener la información, recordar datos importantes), y el no saber aprender; por esta razón los maestros deben enfocar su trabajo en el progreso del estudiante mediante actividades que ayuden a mejorar las condiciones de estudio.

Al respecto, Limaico (2019) menciona los siguientes factores que influyen en el rendimiento académico:

En los Factores Internos, es primordial mencionar que las circunstancias personales y agotamiento psicológico, influyen en la deserción e inadecuado rendimiento, lo que conlleva al deterioro cognitivo, repitencia de contenidos, indisciplina, sobreesfuerzo en la realización de tareas, alteraciones en el sistema nervioso, dificultad en la adaptación a nuevos horarios, desorientación profesional manifestado en la elección de la carrera o institución y ausencia de actitud académica.

- Las situaciones personales influyen en la comprensión, concentración y atención durante el desarrollo de la clase; así, el estudiante que presenta preocupaciones exteriorizadas en ansiedades nerviosismos,

incertidumbre, sentimientos de tristeza, pesimismo, o nostalgia adquiere un bajo rendimiento, por esta razón es trascendental fortalecer el aspecto emocional mediante metodologías que beneficien en la autoestima.

- El nivel emocional del estudiante adquiere experiencias a través de la aplicación de conocimientos, la exteriorización de ideas y el alcance de experiencias significativas, caso contrario exteriorizará conductas inapropiadas, un comportamiento inadecuado y limitadas relaciones personales presentado conflictos entre los compañeros.

En otra instancia, los hábitos de estudio influyen en el desarrollo intelectual, promueve el logro de resultados positivos; en este sentido, intervienen directamente, los intereses y la motivación interna de los estudiantes. Además, el escaso control dirección y mantenimiento de la atención y la insuficiente motivación perjudica en la concentración, la memoria y la reproducción de conocimientos; aspectos que desfavorecen en el sistema de evaluaciones y el rendimiento académico.

En los factores externos, el rendimiento académico, incluye el desarrollo de actividades académicas efectuadas en el ambiente educativo, por tal razón, es significativo el cumplimiento de objetivos, propósitos y metas determinadas en el programa o asignatura, que desde la visión operativa las calificaciones son designadas con un enfoque cuantitativo y cualitativo, reflejado en la aprobación o pérdida de materias.

- En este aspecto, para García (2021), las inadecuadas condiciones ambientales, los fuertes ruidos, las interrupciones frecuentes, la insuficiente ventilación, el espacio y tamaño de los salones, afectan en la concentración, el nivel de aprendizaje, y sobre todo generan barreras en la consecución con los objetivos curriculares propuestos para las diferentes asignaturas.
- Ahora bien, el ambiente institucional se relaciona con las posibilidades y oportunidades que el nivel universitario ofrece al estudiante para iniciar,

permanecer o continuar con sus estudios; sin embargo, como factores que repercuten en el rendimiento académico prevalece la incomodidad, la escasa planeación de contenidos académicos, el trato inapropiado recibido por el profesorado o la comunidad académica.

Por lo expuesto, del interés que demuestren los docentes durante el proceso de enseñanza, mediante la aplicación de metodologías apropiadas orientan al estudiante en la adquisición de habilidades, el uso de estrategias motivacionales, y la realización de actividades dinámicas orientadas hacia la recuperación del contenido, el desarrollo de competencias, y el rendimiento académico; mientras los métodos de estudio tradicionales incrementan las dificultades para cumplir los programas educativos, elemento que incide en la formación integral.

CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO

El presente apartado incluye: el tipo de Investigación, el enfoque (mixto), los resultados (métodos teóricos y prácticos), la población y muestra, el tipo de recolección de la información (métodos, técnicas e instrumentos), la validez y confiabilidad de los instrumentos; el procesamiento y análisis de la información, caracterización de la institución. Por último, la propuesta (diseño, sistema, procedimiento, metodología).

2.1. Tipo y enfoque de la Investigación

El estudio, se enfoca en el Burnout y el desempeño académico de los estudiantes, en la metodología, según la naturaleza de la información, el enfoque fue mixto, pues, la combinación de ambos nos permite obtener mejores resultados en la investigación, por su parte, la investigación cuantitativa dio la posibilidad de generalizar resultados y otorga el control, réplica y comparación de los fenómenos de estudio con otros estudios similares.

El enfoque cualitativo, favoreció en la descripción y depuración de las preguntas de investigación con base en métodos de recolección de datos sin medición numérica, como las descripciones y las observaciones que por su flexibilidad benefició en la interpretación, entre las respuestas y el desarrollo de la teoría en el aspecto conceptual. (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014)

En concordancia con lo expuesto, se manejó el enfoque cuantitativo, que facilitó la recopilación de datos numéricos que permitieron a la investigadora adquirir conocimientos sobre las causas y los problemas que enfrentan los estudiantes que padecen el síndrome de Burnout y sus afectaciones en el rendimiento académico, que mediante programas estadísticos posibilitó la comprobación de la idea a defender: El Síndrome de Burnout influye en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre, en la Facultad de Medicina, en la Universidad Regional Autónoma de los Andes.

El método teórico posibilitó la interpretación conceptual de los datos empíricos encontrados, la construcción y desarrollo de teorías, además, permitió crear las condiciones para la caracterización de los fenómenos relacionados con el Síndrome de Burnout y el rendimiento académico, mediante el análisis y la síntesis, elementos que aportaron en el entendimiento y comprensión, con un acercamiento a la realidad de forma directa, mediante la experiencia, (observación).

El uso de métodos prácticos (exploración, y análisis de datos de concepciones teóricas), que abarca la técnica de la encuesta y el instrumento el cuestionario contribuyó para establecer una alternativa de solución del problema detectado en los estudiantes de la Facultad de Medicina.

La modalidad aplicada fue bibliográfica – documental, que contribuyó en la construcción de ideas a través de la recopilación de información obtenida con el uso de herramientas virtuales entre ellas: Google Scholar, Google académico (búsqueda de publicaciones científicas) y Medline (exploración en el área de salud); además, se efectuó consultas en libros, en artículos, y repositorios digitales de varias universidades.

Población y muestra

En este mismo contexto, en referencia al tamaño de la muestra, se empleó un estudio de corte transversal, todas las mediciones se efectuaron en un tiempo determinado, centrándose en el análisis de las variables en un momento dado; lo que permitió evidenciar la asociación estadística como el primer paso para la realización de estudios posteriores (Espinoza, 2019).

La población estadística, o universo, (totalidad de los estudiantes objeto de estudio), incluye un conjunto de casos definidos, los participantes son un referente que permite concretar la muestra, su identificación inició en los objetivos del estudio. Por lo tanto, se encontró integrada por ciento noventa y tres estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina de la Universidad Regional Autónoma de los Andes.

Es importante manifestar que debido a la pandemia por coronavirus (COVID-19), el

país enfrentó en el ámbito educativo se cerró las instituciones en todos los niveles y modalidades con el propósito de evitar su propagación (Gómez, 2020); mediante un conversatorio con el señor Decano, se obtiene la autorización para trabajar con una muestra poblacional que participó en la investigación a través de la encuesta en línea u online, difundida en Google Forms.

Por lo expuesto, Hernández, Fernández y Baptista (2014) mencionan, que el universo finito está integrado por cien estudiantes (unidades de información específicas o limitadas), como los sujetos objeto de estudio sobrepasan la cantidad mencionada, se aplicó el cálculo de muestreo probabilístico aleatorio simple (cada estudiante de la población o universo tiene la misma probabilidad de ser seleccionado).

Según, Pineda (1994), si la población es de cien individuos habrá que tomar por lo menos el 30% para no tener menos de 30 casos, es la cantidad recomendada para no descender en la categoría de muestra pequeña.

Formula:

$$\frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot q}{e^2 \cdot (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

$$\frac{(109) (1,96)^2 \cdot (0,5) (0,95)}{(0,05)^2 (109-1) + (1,96)^2 (0,05) (0,95)}$$

$$\frac{(109) (3,8416) (0,05) (0,95)}{(0,0'25)^2 (108) + (3,8416) (0,05) (0,95)}$$

$$\frac{19,89}{0,27+0,182476}$$

$$\frac{19,89}{43,95}$$

Aproximado 44

Donde:

n = tamaño de la muestra

e = Error de estimación máximo aceptado (0,05)²

N = tamaño de la población (109)

p = probabilidad de que ocurra el evento estudiado alcanzar el éxito (0,05)

Z= Parámetro estadístico que depende del nivel de confianza (NC) (1,96)

Q = (1-p) probabilidad de que no ocurra el evento estudiar (0,95)

Después de aplicada la muestra probabilidad z, se determinó que el estudio se efectuaría con 44 casos, que formarán parte del grupo de control y grupo experimental, de esta forma se brinda la posibilidad para mejorar su desempeño académico.

A continuación, la caracterización de la muestra:

Tabla 2.1.

Análisis estadístico de los Datos Sociodemográficos. Dimensión Personal

Dimensiones	Indicadores	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Variables	Edad	18 - 20	33	75%
		21 – 25	10	23%
		26 - 30	1	2%
		Total	44	100%
	Sexo	Hombre	22	50%
		Mujer	22	50%
		Total	44	100%
	Etnia	Mestizo	44	100%
		Indígena	0	0%
		Afro	0	0%
		Blanco	0	0%
		Total	44	100%
	Sector de Domicilio	Urbano	36	82%
		Rural	8	18
		Total	44	100%

Nota. Encuesta sociodemográfica (edad, sexo, etnia, sector de domicilio)

De un total de 44 estudiantes encuestados, equivalente al 100%: treinta y tres, se encuentran en el rango de 18-20 años (75%); diez se ubican en 21-25 años (23%); y finalmente, un estudiante se encuentra entre 26 – 30 años de edad (2%).

En cuanto al género, veinte y cuatro corresponde al femenino (50%) y veinte y cuatro al masculino, (50%). En la etnia, cuarenta y cuatro estudiantes (100%) son mestizos. En el sector domicilio, treinta y seis estudiantes habitan en el sector urbano (82%); mientras ocho habitan en el área rural (18%).

Dentro del estudio, se observó que en su mayoría los estudiantes que cursan el tercer semestre de la Carrera de Medicina se encuentran entre las edades 18 – 20 años, periodo que engloba cambios físicos, sexuales, cognitivos, sociales y emocionales (Güemes et al, 2017). En cuanto a la variable sexo se encontró que no existe predominancia en ninguno, por tal razón existe una asociación a la aparición del Síndrome de Burnout.

Es significativo señalar que, en la carrera de medicina, la etnia predominante en la muestra es la mestiza con un 100%; cabe resaltar que la población urbana es mayor que la rural, asociándose a un componente positivo en referencia al estudio del Burnout y el rendimiento académico.

2.2. Tipo de recolección de la información

En este sub apartado, incluye el tipo de recolección de la información, a continuación, se detalla aspectos relevantes que incluyen los métodos, técnicas e instrumentos, su validez y confiabilidad. Se aplicó el método lógico, porque se basa en el refuerzo del pensamiento que engloba las funciones de deducción, análisis y síntesis, mientras el método empírico, apoyó en una aproximación al conocimiento del objeto y el uso de la experiencia.

El estudio, se enfoca en el Burnout y el desempeño académico de los estudiantes, en la metodología, se utiliza el método bibliográfico – documental, que contribuyó en la construcción de ideas a través de la recopilación de información obtenida con el uso de herramientas virtuales entre ellas: Google Scholar, Google académico (búsqueda de publicaciones científicas) y Medline (exploración en el área de salud); además, se efectuó consultas en libros, en artículos, y repositorios digitales de varias universidades.

El método descriptivo, al proyectarse en la determinación del nivel de Burnout en los estudiantes de la Facultad de Medicina, sin la intencionalidad de indagar en las relaciones o definiciones del síndrome. Al respecto, según Zárata, Carbajal, & Contreras (2018) la indagación descriptiva busca determinar las características esenciales del objeto de estudio y detallar las categorías.

En las técnicas, se empleó:

- **La encuesta**, que se caracteriza por contribuir en la investigación de campo con la intención de buscar información básica concerniente a los estudiantes encuestados.
- **Prueba psicométrica**, evalúa la psiquis del estudiante y concreta los resultados mediante valores numéricos, entre las características, debe ser confiables (admiten la realización de mediciones siempre de la misma manera).

En los instrumentos se utilizó:

- **La ficha de datos sociodemográficos**, los datos incluyeron atributos como la edad, género, etnia, y lugar de residencia, la finalidad fue obtener una visión profunda de los estudiantes tercer semestre de la Facultad de Medicina de la Universidad Regional Autónoma de los Andes objeto de estudio fue generar estrategias que se adapten a sus necesidades.
- **El cuestionario Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS)**, adaptado por Schaufeli, Martínez, Marques, Salanova, & Bakker (2002) adjunta una escala conformada por 10 preguntas cerradas relacionadas de forma directa con la medición psicológica, por consiguiente, fue destinado a la obtención de información sobre el Burnout; lo que favoreció en la extracción de información concerniente a los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina.

El instrumento midió tres dimensiones:

- Agotamiento emocional (AE), los estudiantes pueden padecer cansancio por las demandas del estudio (agotamiento físico y desgaste). Esta abarca tres ítems: emocionalmente “agotado”, felicidad, distanciamiento.
- Despersonalización (D) o cinismo (C), actitudes de desinterés en la realización de las tareas académicas e indecisiones. Engloba tres ítems: autoestima, estimulación, seguridad)
- Eficacia académica (EA), sentimiento de ineptitud. Integra cuatro ítems: tensión, exhaustivo, agotamiento físico, interés por aprender.

Los ítems fueron redactados en concordancia con los sentimientos personales o actitudes; además, muestra como alternativas de selección en términos de frecuencia una escala tipo Likert de 5 puntos (inicia en 1 nunca y finaliza en 6 siempre).

Tabla 2.2.

Análisis de fiabilidad del cuestionario (MBI-SS)

Dimensiones	N Elementos	Correlación total de elementos	Alfa de Cronbach
Agotamiento	3	,703	,697
Despersonalización	3	,592	,724
Eficacia	4	,783	,607
Global	10	,819	,772

Nota. 44 casos. Análisis de fiabilidad MBI-SS

Con base en los datos numéricos obtenidos del cuestionario Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS), se observa una consistencia interna de 0.772 en cuanto al Alfa de Cronbach; por lo tanto, se comprueba la fiabilidad y se reconoce la semejanza y la direccionalidad de los ítems. En consecuencia, existe una consistencia aceptable que permite la aplicación del reactivo.

- **Cuestionario Engagement Académico**, propuesto por Carmona (2017), contuvo 10 ítems de tipo Likert que miden el nivel de participación y compromiso de los estudiantes; las preguntas cerradas se marcaron en una escala de 1 a 6, agrupadas en 3 dimensiones:
 - Vigor (V) conductual, evalúa la energía y resistencia mental en el proceso de aprendizaje, el deseo de invertir su esfuerzo y tiempo en aprender, junto con la perseverancia en el aprendizaje incluso cuando se vuelve difícil.
 - Dedicación (D) afectiva, evalúa el significado, el entusiasmo, la inspiración, el orgullo y el desafío en el aprendizaje.
 - Absorción (A) cognitiva, evalúa la inmerso en el trabajo.

Tabla 2.3.

Análisis de fiabilidad del cuestionario Engagement Académico

Dimensiones	N Elementos	Correlación total de elementos	Alfa de Cronbach
Vigor	3	,767	,758
Dedicación	3	,667	,867
Absorción	4	,862	,698
Global	10	,851	,867

Nota. 44 casos. Análisis de fiabilidad del cuestionario Engagement Académico

Con base en los datos numéricos obtenidos del cuestionario Engagement Académico, se observa una consistencia interna de 0.867 en cuanto al Alfa de Cronbach; por lo tanto, se comprueba la fiabilidad y se reconoce la semejanza y la direccionalidad de los ítems. En consecuencia, existe una consistencia aceptable que permite la aplicación del reactivo.

La validez de los instrumentos se realizó mediante el criterio de expertos (tres profesionales con el título de cuarto nivel), incluye una escala de valoración:

Mayor de 0,9 = Excelente

Mayor de 0,8 = Bueno

Mayor de 0,7 = Aceptable

Menor o igual a 0,7: el modelo no es aconsejable

Las dimensiones englobaron: el diseño, las variables de investigación, cumplimiento de los objetivos, el sentido de coherencia en la redacción, la relación entre el instrumento y los indicadores, la comprensión y precisión.

Para la confiabilidad del instrumento se aplicó el programa estadístico SPSS, versión 25, (Alfa de Cronbach), que mediante la Escala de Likert: siempre (5), casi siempre (4), algunas veces (3), casi nunca (2), nunca (1), cabe mencionar que el mismo instrumento de medición fue aplicado a un mismo grupo de personas dos veces después de cierto tiempo, al aplicar un pre test y post test.

En cuanto a la confiabilidad del instrumento se utilizó el software SPSS versión 25; en el procesamiento de datos numéricos después de finalizada su depuración se aplicó el Alfa de Cronbach para el análisis de confiabilidad y determinación de la significancia de la consistencia interna de la escala conformada por 10 ítems.

Procesamiento y análisis de la información

En el procesamiento y análisis de la información, la investigación presentada es descriptiva, se propuso identificar la prevalencia del Síndrome de Burnout en el rendimiento académico de los estudiantes de medicina de tercer semestre de la Universidad Regional Autónoma de los Andes de la ciudad de Ambato.

Para fundamentar los referentes teóricos, se inició la búsqueda en artículos científicos, revistas, textos, documentaciones y base de datos que refuercen el tema a tratar; acabe mencionar que se efectuó la validación de los instrumentos mediante la valoración efectuada por tres profesionales expertos; en los criterios incluye el cumplimiento con el diseño, la relación entre el instrumento de recolección y el título de investigación; (variables de investigación), el logro de los objetivos, la redacción de las preguntas y su coherencia con cada pregunta, la relación con los indicadores el análisis y procesamiento de datos, y su vinculación con las alternativas de respuesta, en este contexto se obtuvo una aceptación con el porcentaje del 100% en

cada uno de los ítems.

Con referencia a la identificación y elección de los participantes, se efectuó un análisis a los estudiantes que dieron apertura para la realizar la investigación, los cuales fueron 44 universitarios de tercer semestre de la Facultad de Medicina, de la Universidad Regional Autónoma de los Andes, quienes aportaron para la aplicación de los instrumentos.

Posteriormente, se realizó la socialización del proyecto, la finalidad fue obtener la autorización de las autoridades de la Facultad, que permitan la participación de los universitarios en la investigación, por esta razón, se da a conocer que la información obtenida será aplicada únicamente para fines académicos.

- En primer término, se comunicó a los estudiantes que están autorizados por los representantes legales de la universidad para colaborar en la investigación. A continuación, se efectuó una encuesta estructurada a través de la ficha sociodemográfica, la aplicación del cuestionario de Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS), y el cuestionario Engagement Académico que permitió caracterizar la población, a una totalidad de 44 universitarios en edades entre 19 a 20 años de edad.
- Es significativo manifestar que la recolección de datos, se realizó en un ambiente virtual por motivo de la emergencia sanitaria (brote de enfermedad por coronavirus COVID-19, mediante un cuestionario dirigido a la obtención de información de los educandos de tercer semestre de la Facultad de Medicina de la Universidad Regional Autónoma de los Andes para diagnosticar el nivel del síndrome del Burnout.
- Por lo expuesto, la información fue obtenida mediante el uso de la herramienta online u offline (Question Pro), que proporcionó una base informativa para efectuar el diagnóstico de la realidad de la población, aspecto que orientó para mejorar los niveles de rendimiento de los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina de la Universidad

Regional Autónoma de los Andes.

- La recolección de la información, se efectuó de forma grupal en un tiempo de 20 minutos por aplicación, en lo posterior, se procedió a depurar la información con el propósito de clasificar los datos para efectuar la tabulación e interpretación mediante el Programa Microsoft Excel, que cumple con la función de análisis, a través de la presentación de las tablas y figuras.
- A continuación, se procedió con el análisis del coeficiente de correlación estadístico, en una medida de asociación lineal sistemática en cantidades diferentes, donde los valores fueron percibidos entre -1 y 1); por lo tanto, fue necesario considerar el objetivo de la investigación definido en primera instancia.
- Para determinar si hay una diferencia significativa entre las medias de dos grupos, la investigadora efectuó un análisis de comparación de las medidas mediante el programa estadístico SPSS, por lo cual empleó el coeficiente de correlación de Rho de Spearman (prueba no paramétrica aplicada conocer la relación entre dos variables).
- Se aplicó la prueba no paramétrica de rangos con signo de Wilcoxon, que permitió comparar el rango medio de dos muestras relacionadas y determinar si existen diferencias entre ellas.
- Con la medición del grado de correlación existente entre las variables se pretendió responder a la siguiente hipótesis: El Síndrome de Burnout influye en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre, en la Facultad de Medicina, en la Universidad Regional Autónoma de los Andes.
- Posteriormente, se analizó el coeficiente de correlación estadístico, en una medida de asociación lineal sistemática en cantidades diferentes, donde los valores fueron percibidos entre -1 y 1); además, fue necesario considerar el objetivo de la investigación definido en primera instancia.

- Finalmente, se llegó a la creación de nuevos conocimientos con respecto al síndrome de Burnout y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de medicina, para que, en el futuro, se consolide nuevas investigaciones que admitan plantear propuestas en cuanto a la creación de estrategias que contribuyan a fortalecer rendimiento académico.

Caracterización de la empresa o institución

Según Martínez (2017), la Universidad Regional Autónoma de los Andes “UNIANDES” fue fundada, con vigencia del Art. 7 de la Ley de Universidades y Escuelas Politécnicas del Ecuador, con sustento en el informe No. 01235 del 10 de octubre de 1996 presentado por el Consejo Nacional de Universidades y Escuelas Politécnicas CONUEP; en la Ley de creación de la Universidad remitida por el Congreso Nacional el 9 de enero de 1997 y su publicación en el Registro Oficial No. 07 del 20 de febrero de 1997, con constancia en el Estatuto Universitario aceptado por el CONUEP, según resolución No. 02 del 15 de octubre de 1997, sus Reformas, en el oficio No. CONESUP.STA del 28 de mayo de 2001; y, por el Proyecto Sistema de Teleducación autorizado por el CONUEP según resolución No. 00853 del 23 de septiembre de 1998 (Espinosa, 2016)

UNIANDES, se caracteriza por brindar un servicio educativo privado, de tipo laico, con personería jurídica, autonomía administrativa y financiera; además, ofrece una formación integral a sus estudiantes sin distinción (sexo, raza, religión o política), por esta razón el ingreso depende de sus capacidades intelectuales (Andes, 2017).

En última instancia, mediante el modelo educativo promueve la interrelación con la dinámica de la organización, el manejo de estrategias, y la aplicación de nuevas categorías epistemológicas propuestas en las tendencias pedagógicas y curriculares científicas se enmarca en el progreso potencial del conocimiento y las capacidades del ser humano.

Misión

Ofrecer una formación profesional y especializada por competencias, dirigida a bachilleres y profesionales del Ecuador y del exterior, con sustento en fundamentos filosóficos, axiológicos y éticos, emprendimiento y creatividad, a través de diversas modalidades de estudio, con docentes que poseen el título de cuarto nivel, se orienta al desarrollo de las culturas universal y ancestral ecuatoriana, de la ciencia y la tecnología, mediante la docencia, investigación y vinculación con la colectividad.

Visión

Ser una Institución con calidad reconocida a nivel nacional e internacional por su competitividad, entre sus fortalezas, el cuerpo docente posee títulos de alto nivel académico, con educación profesional y especializada, en todas sus modalidades y niveles, incorpora diseños curriculares flexibles relacionados con los sectores productivos y sociales, para la satisfacción de las crecientes necesidades de los estudiantes.

2.3. Propuesta de intervención

Programa de prevención orientado al afrontamiento del Síndrome de Burnout y la mejora del rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina, en la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES).

En los datos informativos sobresale:

- Nombre de la institución: Universidad Regional Autónoma de los Andes “UNIANDES”.

Ubicación geográfica

- Provincia: Tungurahua
- Cantón: Ambato
- Parroquia: Huachi Loreto
- Dirección: Km 5 1/2 vía Baños,

Beneficiarios

- Beneficiarios directos: 44 estudiantes de tercer semestre
- Beneficiarios indirectos: estudiantes de la Facultad de Medicina

Tiempo estimado para la ejecución

- Inicio: 10 de enero del 2022
- Final: 24 de enero del 2022
- Investigador/a: Dra. Jessica Alejandra Silva Vaca

El burnout, en el área académica es una respuesta emocional negativa, que perjudica a los estudios, al rendimiento académico, la autoeficacia, al generar sensaciones de agotamiento, distanciamiento o un sentimiento de incompetencia, se manifiesta en cambios físicos (agobio, dolencias, incomodidades, trastornos del sueño), reacciones psicológicas (intranquilidad, temor, ansiedad, melancolía, depresión, aumento de la violencia, alteraciones de comportamiento) y transformaciones comportamentales (complicaciones, contrariedades, discusiones, apatía, insensibilidad).

Por otro lado, la insuficiente aplicación de estrategias para prevenir el síndrome de Burnout, ha incrementado la fatiga emocional, el cinismo, la despersonalización, desmotivación personal, e inseguridad emocional, factores que influyen en la superación personal, familiar, académica, profesional y laboral, lo que producirá un desequilibrio entre las expectativas que presenta el estudiante y la realidad en su formación, con consecuencias en la comunión familiar la convivencia en la comunidad, y el diario vivir en la sociedad.

Con esta visión, el insuficiente uso de estrategias de afrontamiento, puede generar un impacto negativo en la salud y la formación académica de los estudiantes; pues, los jóvenes que sientan signos de agotamiento exteriorizarán un comportamiento negativo que puede afectar al rendimiento, y a la profesión a largo plazo.

En conclusión, es esencial la búsqueda de apoyo, la colaboración y asesoramiento en el refuerzo de las fortalezas, las virtudes y el reconocimiento por sus esfuerzos, el propósito es mejorar el clima académico, estimular la comunicación, fortalecer la empatía, las habilidades sociales, la condición física, los niveles de salud, la motivación, el trabajo colaborativo, el desempeño, el aprender a convivir con la diversidad, las competitividades, las relaciones profesionales, y los vínculos interpersonales.

La propuesta presentada, se justifica porque, el síndrome de Burnout (SB) es producto de una prolongada y continúa exposición a factores estresantes en el área formativa, que afecta a los estudiantes de forma física, psicológica y emocional, y al rendimiento académico al disminuir la responsabilidad y calidad de las actividades curriculares y extracurriculares, por esta razón, las estrategias presentadas desde diferentes enfoques tienen su trascendencia al contribuir en la prevención de la problemática detectada en la UNIANDES.

El objetivo general engloba:

Elaborar un programa de prevención orientado al afrontamiento del Síndrome de Burnout y la mejora del rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina, en la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES).

En los objetivos específicos se menciona:

- Identificar las técnicas de afrontamiento del Síndrome de Burnout más idóneas que motiven a los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina.

- Diseñar las estrategias de afrontamiento del Síndrome de Burnout a partir de las técnicas innovadoras que mejoren el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina en la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES).
- Implementar las estrategias de afrontamiento del Síndrome de Burnout que mejoren el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina, en la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES).
- Evaluar la aplicación del programa de prevención orientado al afrontamiento del Síndrome de Burnout y la mejora del rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina, en la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES).

En las fases de la propuesta se mencionan aspectos relevantes, entre ellos:

Tabla 2.4.

Fases de la propuesta

Primera fase Diagnóstico	Diagnosticar las estrategias de afrontamiento del Síndrome de Burnout más idóneas que motiva a los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina.
Segunda fase Planificación	Planificar las estrategias de afrontamiento del Síndrome de Burnout a partir de las técnicas innovadoras que mejoren el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina en la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES).
Tercera fase Ejecución	Ejecutar las estrategias de afrontamiento del Síndrome de Burnout que mejoren el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina, en la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES)
Cuarta Fase Evaluación	Evaluar la aplicación del programa de prevención orientado al afrontamiento del Síndrome de Burnout y la mejora del rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina, en la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES).

Fuente: Elaboración propia.

Primera fase. Diagnóstico

Desde el punto de vista de Gutiérrez, y Hernández (2020) los programas de

prevención mediante las estrategias de afrontamiento brindan apoyo ante las dificultades y factores de riesgo que puedan surgir en el entorno académico; por otro lado, los factores protectores aportan en el alcance de altos niveles de autoeficacia que previenen el Burnout, que a través del tiempo, se considera peligroso en el proceso de enseñanza y aprendizaje, al afectar en las calificaciones y disminuir su rendimiento.

Debido a las dificultades que enfrentan los estudiantes en el rendimiento académico, se propone el programa de prevención que incluye estrategias que conllevan al desarrollo de actividades que les permitan prevenir el síndrome de Burnout, disminuir la ansiedad, preocupación, incertidumbre, angustia, y el agotamiento emocional, entre otros.

El programa de prevención propone:

- Desarrollar una buena condición física (higiénico, alimenticio y corporal).
- Refuerzo social (relaciones).
- Distracción y diversión.
- Visión positiva.
- Situación psicológica: reconoce sus actitudes.
- Seguridad y confianza

En consecuencia, en esta sección, se describe el programa de forma directa, por consiguiente, se han planteado algunas estrategias para prevenir y / o reducir el nivel de agotamiento, la finalidad es disminuir el síndrome mediante la construcción de redes de confianza entre los estudiantes y la construcción de una identidad grupal, para establecer objetivos comunes y mejorar las acciones cooperativas entre los estudiantes, los docentes y la comunidad universitaria. Por lo expuesto, el proceso plantea las siguientes fases:

En cuanto a la detección de las necesidades de capacitación:

Después de determinar las causas y las consecuencias del Burnout, se determina que

existe la necesidad de aplicar acciones que fortalezcan las capacidades personales de los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina, de manera específica el trabajo con estrategias de relajación y motivación conllevaría a mejorar el rendimiento y desempeño académico.

En el diseño del programa, se enfoca en la determinación conceptual que será difundido entre los estudiantes, para fortalecer las habilidades para fortalecer las habilidades profesionales, y las capacidades académicas en temas relacionados a su rendimiento profesional.

El desarrollo del programa, significa transmitir información y capacitación a los estudiantes en el uso y manejo de estrategias de control y técnicas específicas de aprendizaje.

Las estrategias de afrontamiento, apoyan en la resolución de problemas, la relajación y el rendimiento académico, que, influenciados por rasgos de la personalidad, orienta en el cumplimiento de metas alcanzables con mentalidad positiva.

En el aspecto psicológico, las técnicas refuerzan los comportamientos adaptativos, reemplazan o eliminan las disfuncionalidades que causan incomodidad; además, disminuyen los efectos del Burnout (insomnio, taquicardia, agitación motora y otras reacciones) (Rodríguez et al., 2019).

En la Universidad Autónoma de los Andes (UNIANDES) en el tercer semestre de la Facultad de Medicina, una vez establecido que los estudiantes exteriorizan dificultades en la autoestima, la autoeficacia, las habilidades de comunicación, las actitudes, la empatía, incluida la escucha y la percepción de estados de ánimo, es esencial utilizar estrategias que prevengan el síndrome del Burnout y que mejoren el rendimiento académico.

En virtud de lo mencionado, el programa de prevención incluye estrategias que están enfocadas en el control del Síndrome de Burnout en los estudiantes de tercer semestre, de esta forma se orienta hacia una nueva dinámica de enseñanza y aprendizaje, la práctica de valores éticos y morales, que ha originado una serie de

desafíos que orientan al respeto, la dignidad, privacidad, la autoconsciencia, y la empatía con los compañeros en el aula, de esta forma se relaciona con el diálogo, la comunicación asertiva, el progreso, el bienestar educativo, el conocimiento, para cumplir los objetivos con responsabilidad y esmero en las áreas: personales, profesionales e institucionales.

Segunda fase. Planificación: Matrices de planificación didáctica

Tabla 2.5.

Matrices de planificación didáctica

Fase	Objetivos	Procedimiento actividades	Técnicas	Recursos	Tiempo
Preparación	Iniciar la sesión: Socializar los objetivos perseguidos durante el proceso y durante la sesión.	Antecedentes del síndrome de Burnout en el área académica. Objetivos establecidos en el programa de prevención.	Exposición Lluvia de Ideas Participación activa Comunicación efectiva	<u>Humanos:</u> Investigadora Estudiantes <u>Material:</u> Impresiones. <u>Tecnológico:</u> Computador.	15 minutos
Introducción	Revisar la información obtenida en la investigación para profundizar en el conocimiento sobre las estrategias de afrontamiento y el Burnout	Beneficios de las estrategias de afrontamiento	Dinámicas de integración Exposición Lluvia de Ideas	<u>Humanos:</u> Investigadora. Estudiantes. <u>Material:</u> Impresiones. <u>Tecnológico:</u> Computador. Proyector.	10 minutos
Desarrollo	Efectuar un proceso de aproximación hacia los estudiantes. Información global sobre el Síndrome de Burnout.	Análisis estrategias de afrontamiento y el Burnout Análisis de las consecuencias del síndrome de Burnout	Estrategia Una montaña de conflictos. Apoyo emocional	<u>Humanos:</u> Investigadora Estudiantes <u>Material:</u> Impresiones. <u>Tecnológico:</u> Computador.	10 minutos

Cierre	Realizar una síntesis de la sesión.	Exteriorizar ideas que favorezcan en la libre expresión, con apoyo en la comunicación y participación.	Narración Lluvia de ideas “Eres un sol brillante”	<u>Humanos:</u> Investigadora Estudiantes	5 minutos
Finalización	Promover la relajación y aceptación de los problemas en los estudiantes.	Preguntas: ¿qué ha sentido usted al estar los ojos vendados? ¿usted ha generado confianza en sus compañeros? Aplicación de la relajación “Respiración Profunda”	Dinámica de sustento social Respiración Profunda	<u>Humanos:</u> Investigadora Estudiantes	5 minutos

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 2.6.

Segunda Sesión. El Estrés y Burnout en el área académica

Fase	Objetivos	Procedimiento actividades	Técnicas	Recursos	Tiempo
Preparación	Renovar variables personales: de comportamiento, búsqueda de apoyo social, y estilos de afrontamiento	Renovar variables personales: de comportamiento, búsqueda de apoyo social, y estilos de afrontamiento	Comunicación efectiva. Lectura Comentada	<u>Humanos:</u> Investigadora. Estudiantes. <u>Material:</u> Impresiones. <u>Tecnológico:</u> Computador. Proyector.	10 minutos
Introducción	Renovar variables personales: de comportamiento, búsqueda de apoyo social, y estilos de afrontamiento	Lluvia de ideas, ¿Qué deseo lograr mediante la asistencia a las sesiones? Palabra rápida El orificio negro	Lluvia de ideas Grafico	<u>Humanos:</u> Investigadora Estudiantes <u>Material:</u> Impresiones. <u>Tecnológico:</u> Computador.	10
Desarrollo	Instruir a los estudiantes en la detección del síndrome	Contenido teórico de prevención y	Lluvia de ideas.	<u>Humanos:</u> Investigadora Estudiantes <u>Material:</u>	15 minutos

	de burnout	control del burnout		Impresiones. <u>Tecnológico:</u> Computador.	
		El Estrés El Burnout			
		Estrategias de afrontamiento al estrés			
		Estrategias de afrontamiento al Burnout.			
Cierre	Refuerzo de actitudes positivas y negativas mediante la hoja SCAR	Lluvia de ideas: ¿Cuándo siento que estoy estresado? Scar, "El león de los miedos":	Comunicación efectiva. Lluvia de ideas.	<u>Humanos:</u> Investigadora Estudiantes	5
Finalización	Refuerzo importancia de las técnicas de respiración	Técnicas de respiración Gráfico, "reconociendo circunstancias estresantes"	Relajación	<u>Humanos:</u> Investigadora Estudiantes	5

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 2.7.

Tercera sesión. Estrategias de aprendizaje y aplicación de recursos cognitivos

Fase	Objetivos	Procedimiento actividades	Técnicas	Recursos	Tiempo
Preparación	Plantear los objetivos iniciales que orientarán en la estrategia	Iniciar la reunión proponiendo los objetivos relacionados con la estrategia	Comunicación efectiva	<u>Humanos:</u> Investigadora. Estudiantes. <u>Material:</u> Impresiones. <u>Tecnológico:</u> Computador. Proyector.	10 minutos
Introducción	Enfatizar en los pensamientos negativos.	Contenido teórico. Aprendizaje y empleo de recursos cognitivos.	Lluvia de ideas	<u>Humanos:</u> Investigadora Estudiantes <u>Material:</u> Impresiones. <u>Tecnológico:</u> Computador.	15 minutos
Desarrollo	Asimilar técnicas internas y métodos para	Contenido Práctico. Aprendizaje y empleo de	Lectura comprensiva	<u>Humanos:</u> Investigadora Estudiantes <u>Material:</u>	10

	el control en situaciones específicas	recursos cognitivos Lectura “fábula de Ulises y el autocontrol” “El autocontrol del surfista”		Impresiones. <u>Tecnológico:</u> Computador.	
Cierre	Mejorar la autoestima como un proceso para el bienestar emocional.	“Contextos de pérdida de control”	Lectura comprensiva	<u>Humanos:</u> Investigadora Estudiantes	5
Finalización		Lluvia de ideas: “Rompe tus cadenas”. Dinámica: “Esto me gusta de ti...”.	Lluvia de ideas Dinámica	<u>Humanos:</u> Investigadora Estudiantes	5

Fuente: Elaboración propia.

CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Análisis de la información sobre el diagnóstico realizado

En el presente apartado, se efectuó el análisis de los instrumentos para medir el Síndrome de Burnout y el rendimiento académico, por medio del criterio de expertos, quienes se desenvolvían en áreas relacionadas con el tema de estudio. Proceso que contribuyó a la selección adecuada de los mismos con fines de diagnóstico. Cabe indicar que, los instrumentos seleccionados ya fueron previamente estandarizados en contextos similares a la población motivo de estudio.

El criterio de evaluación se realizó en base a la siguiente escala de valoración:

- Mayor de 0,9 = Excelente
- Mayor de 0,8 = Bueno
- Mayor de 0,7 = Aceptable
- Menor o igual a 0,7: el modelo no es aconsejable

A continuación, el detalle de los resultados:

Tabla 3.8

Resultados de la escala de valoración de los instrumentos

Pregunta	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
¿El instrumento de medición cumple con el diseño adecuado?			
	Excelente	3	100%
	Bueno	0	0%
	Aceptable	0	0%
	No es aconsejable	0	0%
	Total	3	100%
¿El instrumento de recolección de datos tiene relación con el título de investigación?			
	Excelente	3	100%
	Bueno	0	0%
	Aceptable	0	0%
	No es aconsejable	0	0%
	Total	3	100%
¿En el instrumento de recolección de datos se mencionan las variables			

de investigación?			
Excelente		3	100%
Bueno		0	0%
Aceptable		0	0%
No aconsejable	es	0	0%
Total		3	100%
¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos?			
Excelente		3	100%
Bueno		0	0%
Aceptable		0	0%
No aconsejable	es	0	0%
Total		3	100%
Instrumento de recolección de datos se relaciona con las variables de estudio?			
Excelente		3	100%
Bueno		0	0%
Aceptable		0	0%
No aconsejable	es	0	0%
Total		3	100%
¿La redacción de las preguntas tiene sentido coherente cada una de las preguntas?			
Excelente		3	100%
Bueno		0	0%
Aceptable		0	0%
No aconsejable	es	0	0%
Total		3	100%
¿El instrumento de medición se relaciona con cada uno de los indicadores el diseño?			
Excelente		3	100%
Bueno		0	0%
Aceptable		0	0%
No aconsejable	es	0	0%
Total		3	100%
¿El instrumento de medición facilitará el análisis y procesamiento de datos?			
Excelente		3	100%
Bueno		0	0%
Aceptable		0	0%
No aconsejable	es	0	0%
Total		3	100%
¿Del instrumento de medición son entendibles sus alternativas de respuesta?			

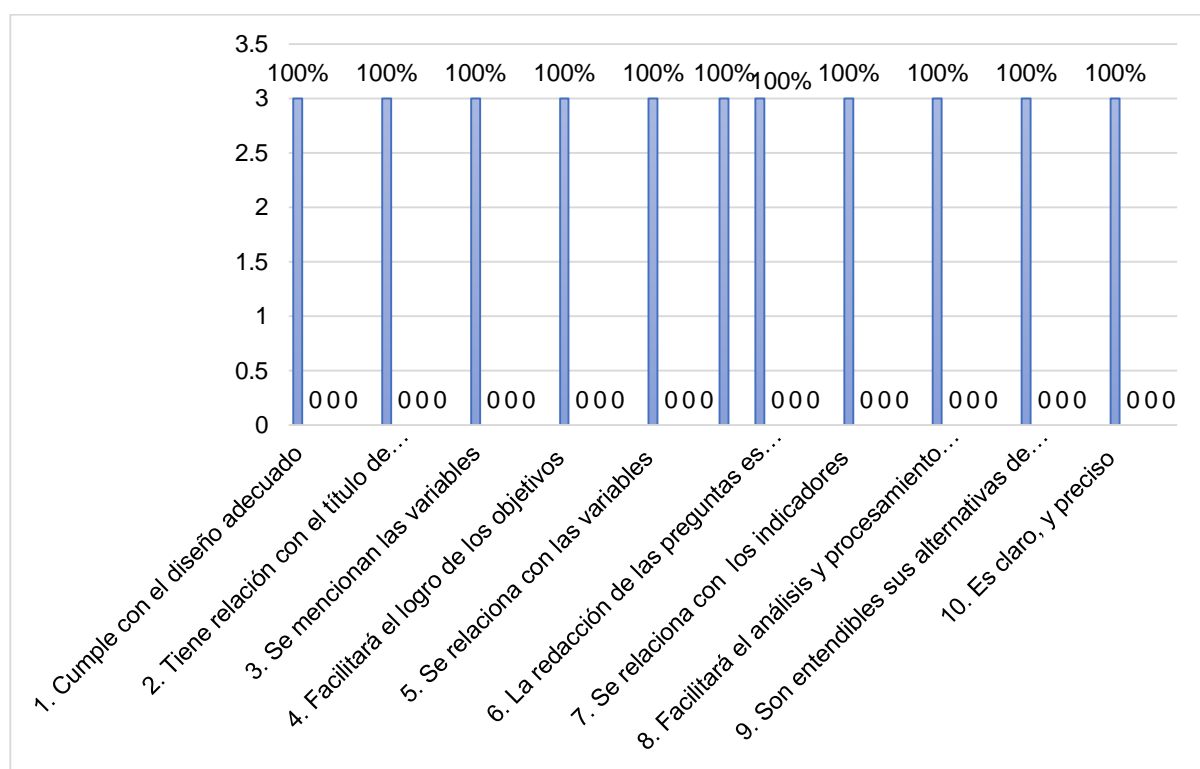
Excelente		3	100%
Bueno		0	0%
Aceptable		0	0%
No aconsejable	es	0	0%
Total		3	100%

¿El instrumento de medición es claro, preciso y sencillo?

Excelente		3	100%
Bueno		0	0%
Aceptable		0	0%
No aconsejable	es	0	0%
Total		3	100%

Fuente: Escala de valoración de los instrumentos por medio del juicio de expertos

Gráfico 3.6. Resultados de la escala de valoración de los instrumentos



Fuente: Representación gráfica de las escalas de las dimensiones del Burnout

A partir de la escala de valoración, en la cual participaron tres expertos, se obtiene un criterio de excelente con equivalencia al 100%, en el diseño, la relación con el título de investigación, las variables de investigación, el logro de los objetivos de la investigación, la redacción de las preguntas, el sentido de coherencia en las preguntas, la relación con los indicadores, la analogía, el análisis y procesamiento

de datos, la claridad en sus alternativas de respuesta y su precisión en la comprensión. Por lo tanto, puede ser aplicado en el estudio.

Análisis del Cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student. Survey (MBI-SS)

El instrumento de medición psicológica admite efectuar la evaluación el síndrome de Burnout en 3 dimensiones: agotamiento emocional, agotamiento físico y desgaste, despersonalización (cinismo), y eficacia académica. Las alternativas en escala fueron: siempre (5 puntos), casi siempre (4 p.), algunas veces (3 p.), casi nunca (2 p.), nunca (1 p.). Para el análisis se presenta los resultados que incluye la media aritmética (M) y la desviación estándar (Ds) de cada uno de los factores en función a la población.

Tabla 3.9.

Análisis Global del Cuestionario MBI-SS

		Agotamiento	Despersonalización	Eficacia académica
N	Válido	44	44	44
Media		8,4091	11,7045	12,4773
Desv. Desviación		2,02678	2,61106	4,39073
Mínimo		4,00	2,00	5,00
Máximo		13,00	15,00	20,00
Suma		370,00	515,00	549,00

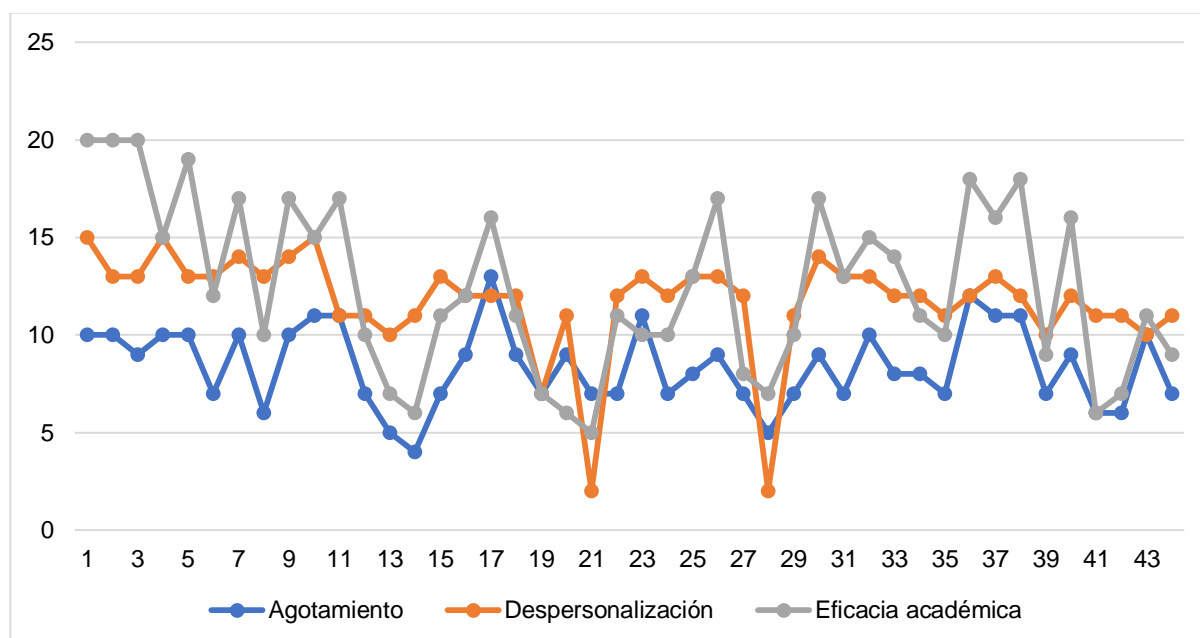
Fuente: Análisis de las dimensiones del Burnout: agotamiento, despersonalización, eficacia académica.

En el análisis descriptivo del Cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student. Survey (MBI-SS), se observa 44 casos válidos, ningún caso está perdido; la media (M) = 8,4091, lo que indica que la mayoría de estudiantes posee un nivel bajo en agotamiento emocional (por las demandas del estudio), además se divide una Desviación (Desv.) = 2,02678, mínimo de 4,00 y un máximo de 13,00.

En relación a la escala de despersonalización, se percibe una M=11,7045, que indica un nivel superior de cinismo (actitudes y sentimientos negativos hacia los compañeros en el aula), una Desv = 2,61106, un mínimo de 2,00 y un máximo de 15,00.

En la escala de eficacia académica se distingue una $M=12,4773$, que establece que una parte de estudiantes exterioriza la sensación de no hacer adecuadamente las tareas y sentimientos de incompetencia, también, se evidencia una $Ds= 4,39073$, un mínimo de 5,00 y un máximo de 20,00; lo cual determina que los universitarios en la Facultad de Medicina presentan niveles de burnout académico, lo que incrementa la probabilidad de enfrentamiento a los indicadores de afectación de la salud mental (mayor tensión y agotamiento, ansiedad y tendencia a la depresión).

Gráfico 3.7. Análisis Global del Cuestionario MBI-SS



Fuente: Representación gráfica de las escalas de las dimensiones del Burnout

En la figura, el punto de corte de la dimensión agotamiento se encuentra por debajo de la media ($M=8,4091$), lo cual representa que los universitarios del tercer semestre de la Facultad de Medicina poseen niveles adecuados de agotamiento emocional, que está reflejado en su nivel de manejo del Burnout, en las actividades académicas, la felicidad cuando realiza sus tareas, y la utilidad de sus estudios.

Todo lo expuesto, es resultado del estado del ánimo transitorio o estable exteriorizado en la tristeza, pérdida del interés o placer durante el día la clase. Además, en despersonalización ($M= 11,7045$), se observan niveles por encima de la media, lo que

personifica que algunos no son buenos estudiantes, que tienen dificultades para conseguir sus objetivos y no tienen seguridad, factores que afectan al rendimiento con un valor predictivo en el deterioro del desempeño académico, manifestado en la inseguridad en el desarrollo de sus actividades educativas.

En cuanto a la eficacia académica el punto de corte se encuentra sobre la media ($M=12,4773$), lo cual representa que los estudiantes poseen niveles altos de Burnout que se reflejan en el contexto universitario al experimentar tensiones que conlleva a la ineficacia y ansiedad ante diversas situaciones de aprendizaje, lo que dificulta el alcance de un adecuado grado de autoeficacia, aumenta la insatisfacción académica, y los sentimientos de cansancio físico y emocional, que pueden alterar la personalidad y autoestima del estudiante.

Con respecto a los estudios efectuados sobre el síndrome de Burnout, Navas et al, (2021) en su investigación relacionada con el Síndrome de Burnout en los estudiantes de medicina, en la prueba Maslach Burnout Inventory encontró que el 66% de los estudiantes de pregrado, el 69% se proyecta para alto nivel de agotamiento, un 47% para alto nivel de despersonalización y la realización personal con un nivel bajo de 53%, lo que significa que los universitarios tienen pérdida progresiva de energía, desgaste y cansancio; a esto se incrementa un desarrollo de sentimientos, actitudes y respuestas negativas, acompañado de irritabilidad, pérdida de motivación y la falta de realización profesional.

Pregunta 1. ¿Considera usted que las actividades académicas de esta carrera le agotan emocionalmente?

Tabla 3.10

Agotamiento emocional

Opciones	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	15	34%
Casi siempre	4	9%
Algunas veces	6	14%
Casi nunca	6	14%
Nunca	13	29%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia

Gráfico 3.8. Agotamiento Emocional



Fuente: Elaboración propia

En referencia a los datos estadísticos obtenidos, de la encuesta aplicada, se observa que el 34% de los estudiantes se agotan emocionalmente en la realización de actividades académicas; casi siempre un 9%, algunas veces el 14%, casi nunca un 14%, y nunca el 29%.

En su mayoría los estudiantes afirman que desconocen que la excesiva asignación de actividades académicas genera un agotamiento emocional, en efecto es necesario comprender que los niveles altos de ansiedad, disminuyen el rendimiento académico, en varias ocasiones aceleran el abandono de los estudios.

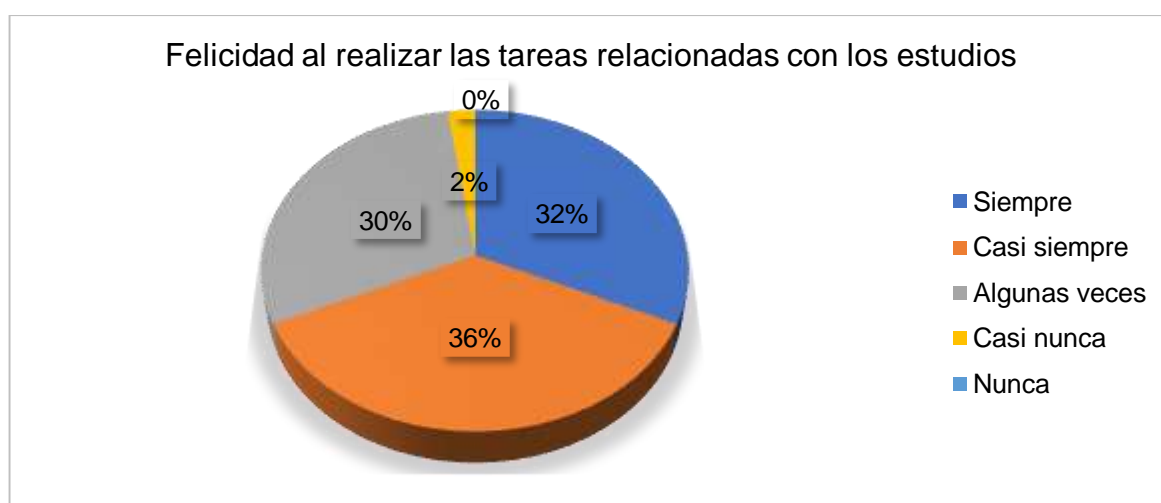
Cabe mencionar que, además, se constituye en un signo de alarma exteriorizado en una inapropiada respuesta académica, donde el estudiante experimenta un descenso de notas, no completa los trabajos o actividades, utiliza un exagerado tiempo en la realización de tareas; también, exterioriza una falta de concentración, desmotivación y desinterés en el ámbito universitario, junto a estos factores, es frecuente observar inactividad, abandono y tristeza.

Pregunta 2. ¿Usted es feliz cuando realiza las tareas relacionadas con los estudios de su carrera?

Tabla 3.11*Felicidad al realizar las tareas relacionadas con los estudios*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	14	32%
Casi siempre	16	36%
Algunas veces	13	30%
Casi nunca	1	2%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia

Gráfico 3.8. Tareas relacionadas con los estudios

Fuente: Elaboración propia.

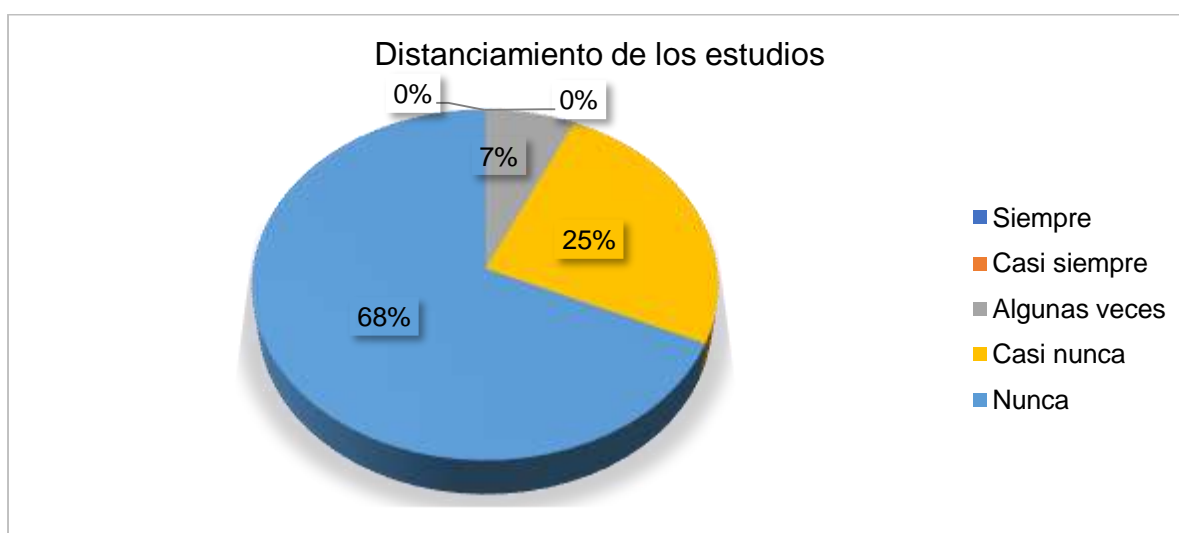
Con referencia en los resultados de la encuesta destinada a los estudiantes, se observa que el 32% siempre es feliz cuando realiza tareas relacionadas con sus estudios, mientras un 36% casi siempre, un 30% algunas veces y un 2% casi nunca demuestra su capacidad para ejecutar una tarea. Es por tanto significativo alcanzar la autoexigencia y un alto nivel de responsabilidad.

La mayoría de los estudiantes dicen que la realización de las tareas, se relaciona con el estado de ánimo, actitud o disposición en la vida emocional. Se considera que el estudiante es vulnerable a la aparición del Burnout; mientras el desempeño académico a partir de las prácticas favorece en las competencias esperadas.

Pregunta 3. ¿Siente usted que se ha distanciado de sus estudios porque considera que no serán realmente útiles en el futuro profesional?

Tabla 3.12*Distanciamiento de los estudios*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	0	0%
Casi siempre	0	0%
Algunas veces	3	7%
Casi nunca	11	25%
Nunca	30	68%
Total	44	100%

*Fuente: Elaboración propia.***Gráfico 3.9.** Distanciamiento de los estudios*Fuente: Elaboración propia*

De acuerdo los resultados de la encuesta destinada a los estudiantes, el 7% algunas veces se ha distanciado de sus estudios, piensa que no serán realmente útiles en su labor profesional, un 25% casi nunca y un 68% nunca demuestra ausentismo en sus estudios, asume el reto en estudiar para lograr mejores desempeños académicos.

La mayoría de los estudiantes reconocen que es importante el estudio de los diferentes contenidos emitidos durante la enseñanza con esfuerzo y persistencia en el cumplimiento de las acciones encaminadas al alcance de sus metas académicas. La relación entre el control de las emociones y el desempeño académico permite

lograr la realización personal. Por otro lado, es trascendental sintetizar que las motivaciones personales, y expectativas conllevan al crecimiento personal, formativo y profesional.

Pregunta 4. ¿En su opinión, se considera un buen estudiante?

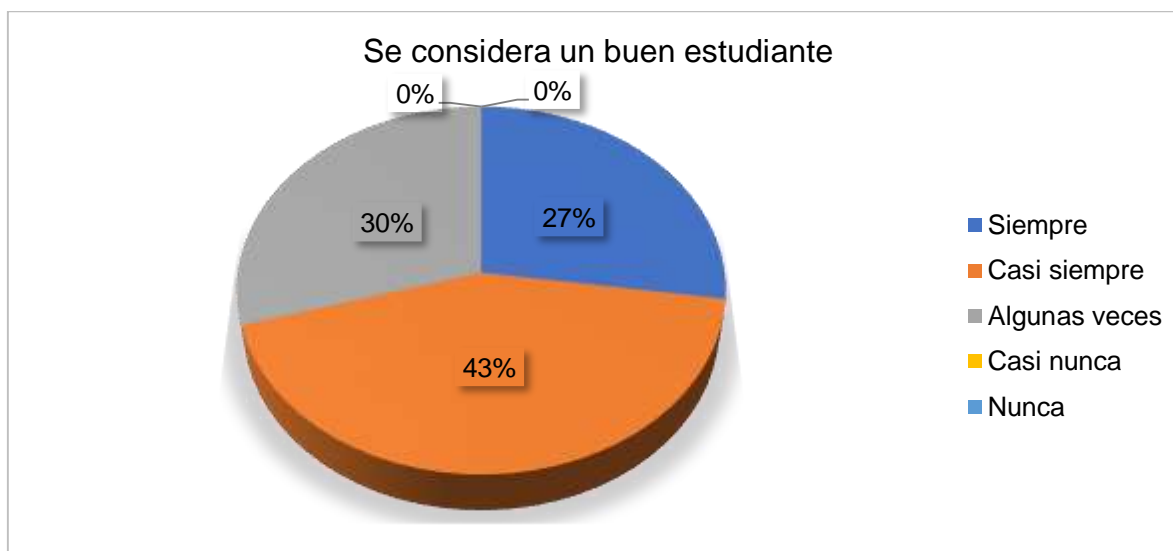
Tabla 3.13.

Se considera un buen estudiante

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	12	27%
Casi siempre	19	43%
Algunas veces	13	30%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia

Gráfico 3.10. Opinión personal soy un buen estudiante



Fuente: Elaboración propia

Con sustento en las respuestas obtenidas de la encuesta aplicada a los estudiantes, apenas el 27% siempre estudia y presenta niveles de realización personal, un 43% casi siempre obedece y cumple actividades educativas, mientras el 30% algunas veces obtiene excelentes calificaciones. Es importante reflexionar sobre la

importancia que tiene alcanzar un sentido de realización cuando se sienten agotados.

La mayoría de los estudiantes admiten que pocas veces están predispuestos al aprendizaje. Por tanto, exteriorizan una respuesta emocional negativa, persistente, relacionada con los estudios; el sentimiento de incompetencia académica ha incrementado la inseguridad, pudiendo el estudiante desarrollar una creciente angustia, y agotamiento emocional, factores que afectarían al rendimiento académico.

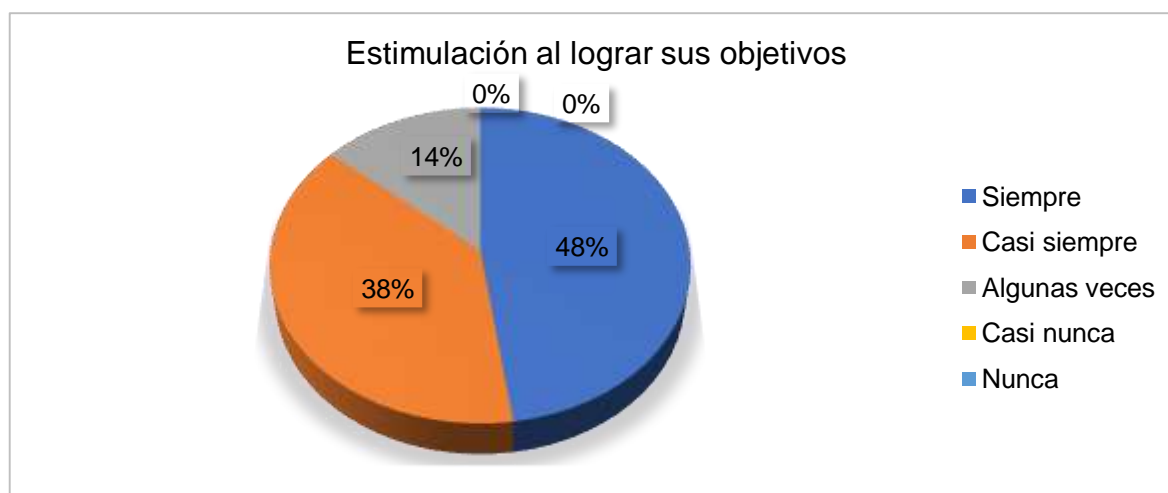
Pregunta 5. ¿Le estimula conseguir objetivos en sus estudios universitarios?

Tabla 3.14.

Estimulación al lograr sus objetivos

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	21	48%
Casi siempre	17	38%
Algunas veces	6	14%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

Gráfico 3.11. Estimulación al lograr sus objetivos



Fuente: Elaboración propia.

Con apoyo en las respuestas obtenidas de la encuesta aplicada a los estudiantes, al 48% le estimula conseguir los objetivos en sus estudios universitarios, el 38% casi siempre, mientras un 14% algunas veces. Es importante reflexionar sobre la

importancia en alcanzar las capacidades educativas, que determinarán el esfuerzo y empeño para conseguir metas específicas.

Al respecto, se deduce que varios estudiantes, han fortalecido su autoconcepto, al sentirse estimulados cuando alcanzan metas educativas, partiendo de la percepción de sí mismo. De acuerdo a los datos numéricos, la estimulación y el trabajo con la autoestima global y académica incluye la evaluación de manera consciente, por consiguiente, influye para enfrentar el Burnout.

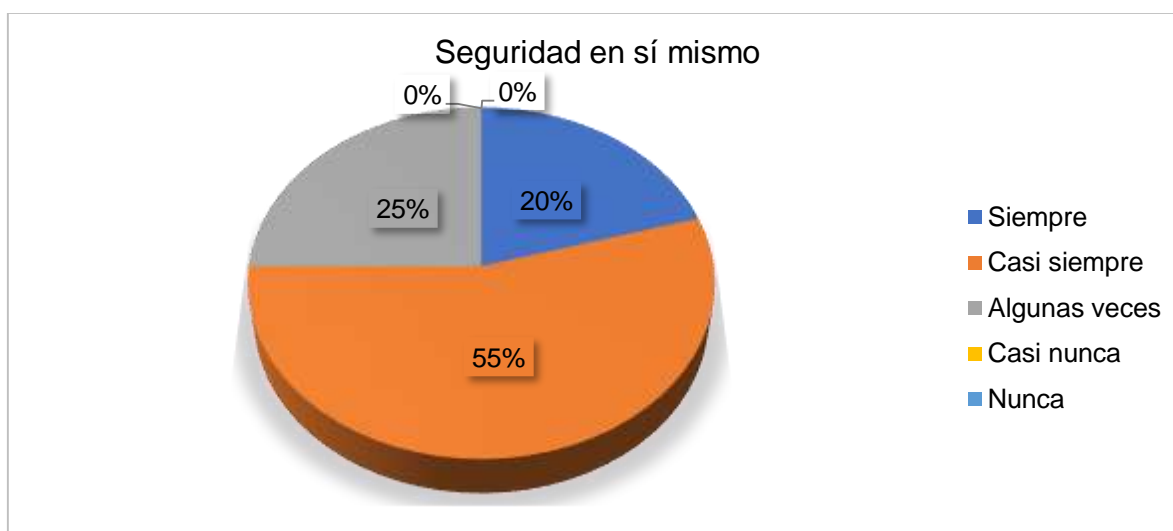
Pregunta 6. ¿Usted durante las clases, demuestra seguridad y eficacia en la finalización de las cosas?

Tabla 3.15

Seguridad en sí mismo

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	9	20%
Casi siempre	24	55%
Algunas veces	11	25%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia

Gráfico 3.12. Seguridad en sí mismo

Fuente: Elaboración propia

Según los resultados obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes, el 20% siempre durante las clases, tienen la seguridad que son eficaces en la finalización de las cosas; un 55% casi siempre inspira confianza y respeto de los demás, mientras un 25% algunas veces son conformes consigo mismos. Es sustancial concientizar en la satisfacción que tienen con la carrera de medicina, para asegurar un nivel apropiado de autoestima que se enlaza en su desempeño académico.

La mayoría de los estudiantes aceptan que, durante las clases, no exteriorizan seguridad y eficacia en la finalización de las actividades, lo que aumenta la baja autoestima que influye en su deficiente desempeño académico. Es decir, manifiestan poca motivación, escasa confianza en sí mismo.

Pregunta 7. ¿Para usted, estudiar o ir a clase todo el día es una tensión?

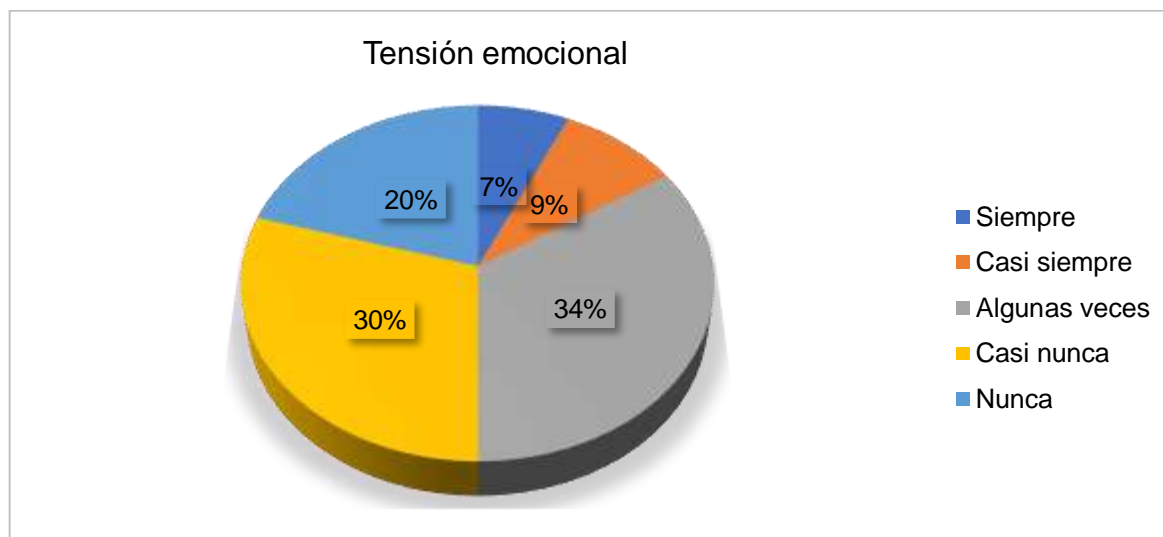
Tabla 3.16

Tensión emocional

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	3	7%
Casi siempre	4	9%
Algunas veces	15	34%
Casi nunca	13	30%
Nunca	9	20%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia

Gráfico 3.13. Tensión emocional



Fuente: Elaboración propia

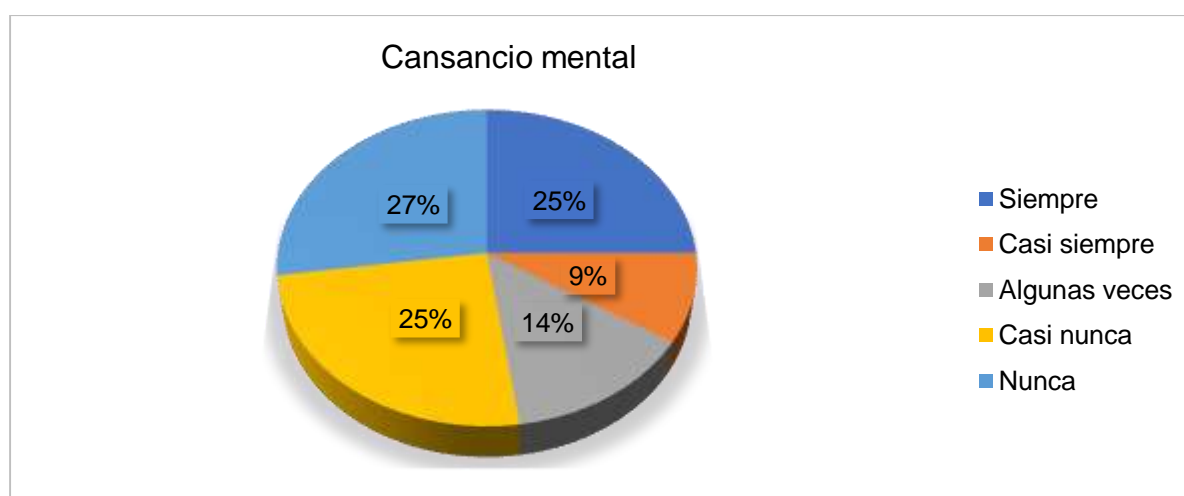
De acuerdo con la información obtenida de la encuesta aplicada a los estudiantes, se menciona que el 7% siempre estudia y escucha la clase todo el día, siendo una tensión para cada uno, un 9% casi siempre, un 34% algunas veces, el 30% casi nunca y el 20% nunca se siente tensionado. Es por tanto importante explicar que el Burnout incrementa las conductas de irritación, contrariedad y tensión, componentes que influyen negativamente en el buen desempeño académico.

La mayoría de los estudiantes que estudian durante todo el día en el contexto universitario experimentan tensiones que conlleva a la ineficacia y ansiedad ante diversas situaciones de aprendizaje; es decir pueden presentar agotamiento académico e insuficiente capacidad de los estudiantes para afrontar situaciones que generan tensiones que influyen en el rendimiento académico.

Pregunta 8. ¿Considera que usted esta exhausto de tanto estudiar?

Tabla 3.17*Cansancio mental*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	11	25%
Casi siempre	4	9%
Algunas veces	6	14%
Casi nunca	11	25%
Nunca	12	27%
Total	44	100%

*Fuente: Elaboración propia.***Gráfico 3.14.** Cansancio mental*Fuente: Elaboración propia.*

De la totalidad de estudiantes encuestados, el 25% siempre está exhausto de tanto estudiar; un 9% casi siempre, un 14% algunas veces, el 25% casi nunca, y el 27% nunca está exhausto, mental y físicamente. Es necesario señalar que el alcance de la eficacia permite afrontar el síndrome de Burnout.

En este orden de ideas, en su mayoría los estudiantes aceptan que no han alcanzado un adecuado nivel de autoeficacia, por esta razón exteriorizan síntomas de desgano, deterioro en la satisfacción académica y dificultades en el estudio sintiéndose exhaustos; lamentablemente, el deterioro su eficacia, probablemente, dará origen a al síndrome de Burnout. Es importante concientizar que la satisfacción del estudiante con su desempeño mejora la capacidad de productividad, y el nivel de rendimiento.

Pregunta 9. ¿Se encuentra agotado físicamente al final del día en la

universidad?

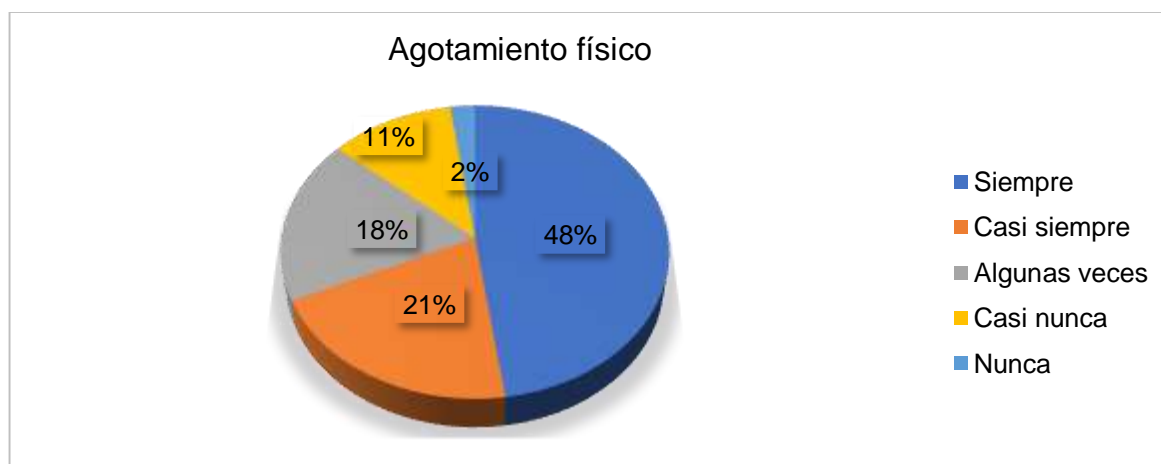
Tabla 3.18

Agotamiento físico

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	21	48%
Casi siempre	9	21%
Algunas veces	8	18%
Casi nunca	5	11%
Nunca	1	2%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 3.15. Agotamiento físico



Fuente: Elaboración propia.

Con base en los resultados obtenidos de la encuesta aplicada, se registra que el 48% de los estudiantes siempre se encuentra agotado físicamente al final de un día en la universidad; un 21% casi siempre, un 18% algunas veces, el 11% casi nunca y apenas el 2% nunca siente cansancio físico. Es importante concientizar que el desgaste de energía, el desánimo y la apatía, son signos probables de la aparición del Burnout.

La mayoría de los estudiantes coinciden que al finalizar la jornada universitaria sienten un agotamiento físico caracterizado por dolencias de espalda, decaimiento, cansancio, reflejado en alteraciones psicosomáticas. Por otra parte, cuando el estudiante presenta el síndrome de desgaste académico, puede sentirse agotado

diariamente, actitud que combinada con la desmotivación conlleva a la insatisfacción.

Ítem 10. ¿Usted ha aprendido cosas interesantes durante su carrera?

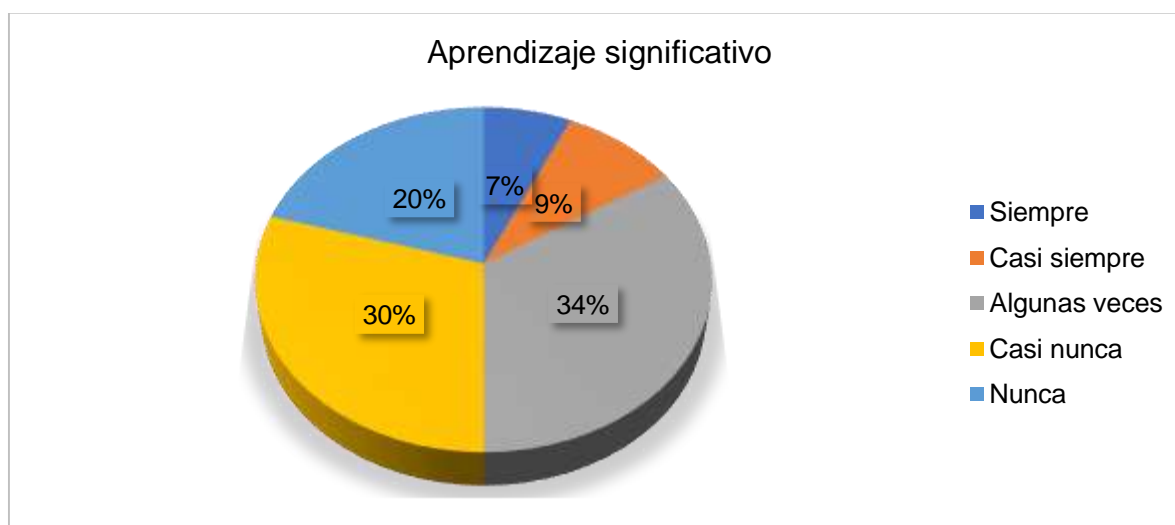
Tabla 3.19

Aprendizaje significativo

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	3	7%
Casi siempre	4	9%
Algunas veces	15	34%
Casi nunca	13	30%
Nunca	9	20%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 3.16. Aprendizaje significativo



Fuente: Elaboración propia.

De acuerdo con la información obtenida de la encuesta aplicada a los estudiantes, se registra que un porcentaje del 7% siempre han aprendido cosas interesantes en la carrera; el 9% casi siempre, un 34% algunas veces y el 30% casi nunca y el 20% nunca. Es sustancial concientizar que el estudio de Medicina requiere una auténtica vocación, que requiere de un nivel de compromiso mayor que otras profesiones.

La mayoría de los estudiantes admiten que han enriquecido su aprendizaje desarrollado conocimientos que serán útiles en la labor profesional en el área de Medicina, por lo tanto están comprometidos con su formación, sin embargo para fortalecer el rendimiento académico, conseguir un mejor desempeño, con mayor preparación y con superiores expectativas de éxito se considera que las estrategias que afrontar el burnout, serían un apoyo emocional; lo que disminuirá la tendencia al abandono y la baja satisfacción académica.

Análisis Escala de Engagement Académico

Este instrumento de medición Escala de Engagement Académico, permitió evaluar las variables: vigor (v), 3 ítems comportamentales, dedicación (d), 3 ítems afectivos, absorción (a), 4 ítems cognitivos; en el análisis se exhibe los resultados a través de la media (m) y desviación estándar (desv.)

Tabla 3.20

Análisis Escala de Engagement Académico

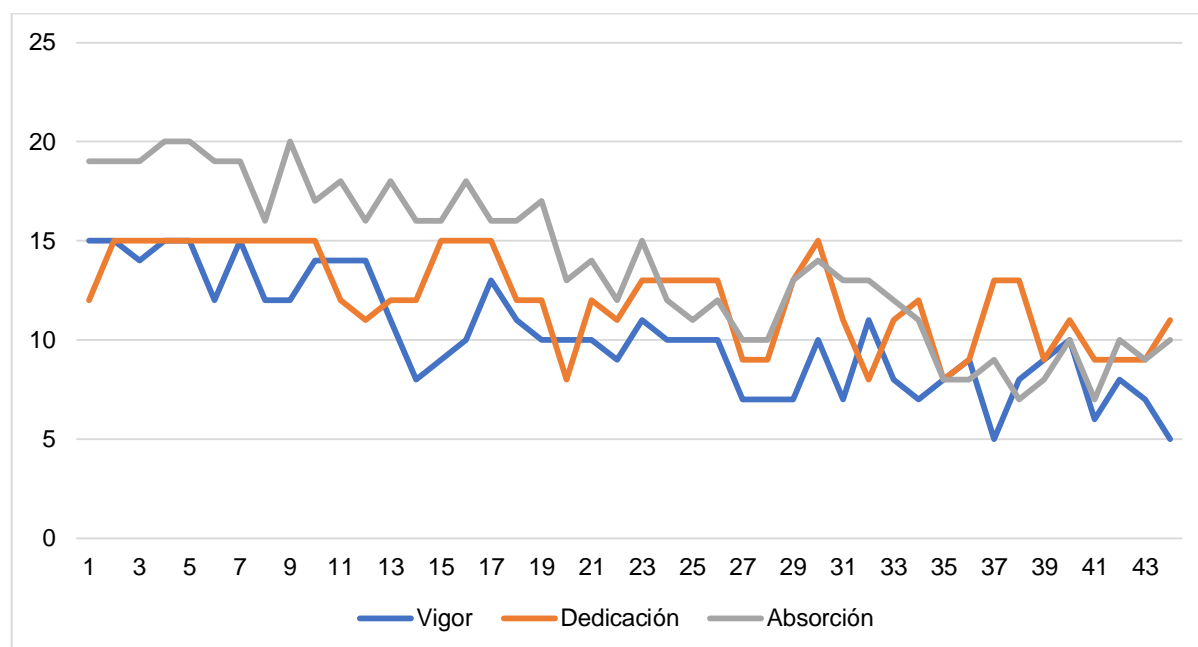
		Vigor	Dedicación	Absorción
N	Válido	44	44	44
	Perdidos	0	0	0
Media		10,1818	12,1591	13,8636
Desv. Desviación		2,87954	2,36194	4,02660
Mínimo		5,00	8,00	7,00
Máximo		15,00	15,00	20,00

Fuente: Análisis de las dimensiones del Escala de Engagement Académico.

En el análisis descriptivo se observa 44 casos válidos, ningún caso está perdido; en la Escala de Engagement Académico, la dimensión vigor; la media (M) = 10,1818, lo que indica que la mayoría de estudiantes posee un nivel bajo aspectos motivacionales que influyen en el desarrollo de un aprendizaje autónomo, en el desempeño académico, en el compromiso con los estudios, y en el enfrentamiento de desafíos relacionados con los estudios; además se observa una desviación (Desv.) = 2,87954, mínimo de 5,00 y un máximo de 15,00. Por lo tanto, los estudiantes de medicina presentan un estado mental negativo relacionado con el trabajo, los niveles de energía y resistencia mental.

En relación a la escala de dedicación, se percibe una $M=12,1591$, que indica un nivel alto en el entusiasmo, orgullo e inspiración en la formación médica, una $Desv = 2,36194$, un mínimo de 8,00 y un máximo de 15,00. En la escala de absorción se distingue una $M=13,8636$, también, se evidencia una $Ds= 4,02660$, un mínimo de 7,00 y un máximo de 20,00; lo cual analiza que el nivel de engagement (de vigor, dedicación y absorción) se asocian con el rendimiento de los estudiantes de la Facultad de Medicina.

Gráfico 3.17. Análisis Escala de Engagement Académico



Fuente: Elaboración propia.

En la gráfica de líneas, la tendencia en la dimensión vigor, se encuentra por debajo de la media ($M=10,1818$), lo cual representa que los universitarios del tercer semestre de la Facultad de Medicina posee niveles que afectan al rendimiento académico, reflejado en un bajo desempeño, el bajo esfuerzo en las actividades universitarias que está realizando, en la débil satisfacción con las tareas, y menor motivación, lo que afecta a la autoeficacia, optimismo y autoestima; lo expuesto conlleva a bajas puntuaciones al finalizar el periodo del estudiante, al afectar en el logro de las competencias y capacidades, y la adecuada formación profesional.

Además, en la dimensión de dedicación ($M= 12,1591$), describe una alta participación académica, junto con la expresión de un sentimiento de significación, entusiasmo, encanto, admiración orgullo y reto ante los estudios.

En cuanto a la absorción el punto de corte se encuentra sobre la media ($M=13,8636$), lo que evidencia un nivel medio -alto en la concentración, compromiso y menor satisfacción, se puede interpretar como un desencanto del estudiante durante el período de socialización en el aula con la universidad.

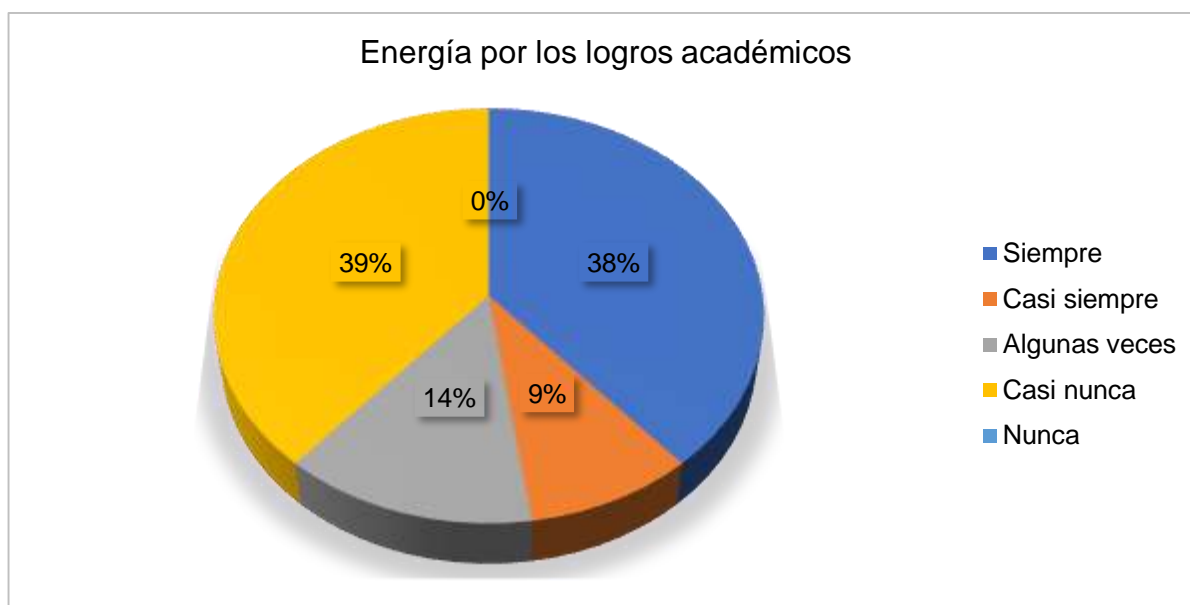
Ítem 1. ¿Usted se siente con energía al alcanzar sus logros académicos con esfuerzo y dedicación?

Tabla 3.21

Energía por los logros académicos

Opciones	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	17	38%
Casi siempre	4	9%
Algunas veces	6	14%
Casi nunca	17	39%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 3.18. Energía por los logros académicos

Fuente: Elaboración propia.

En referencia a los datos estadísticos obtenidos, de la encuesta aplicada, se observa que el 38% de los estudiantes siempre se sienten con energía al alcanzar sus logros académicos con esfuerzo y dedicación; casi siempre un 9%, algunas veces el 14%, casi nunca un 39%, y nunca el 0%.

Es trascendental exponer qué la mayoría de estudiantes siente satisfacción por sus alcances académico, componente que les permite mejorar la capacidad intelectual, la autovaloración, el autoconcepto y buenas aptitudes que orientan al alcance de los objetivos propuestos en el currículo determinado para cada semestre.

En los resultados obtenidos se deduce que varios estudiantes construyen su camino hacia el mejoramiento del aprendizaje a través del esfuerzo, la dedicación y el arduo trabajo en su vida universitaria; mientras otros estudiantes presentan experiencias de pesimismo, factor que influye en la capacidad de concentración, reflexión, pensamiento, atención, el rendimiento intelectual, la comprensión entre actitud y aptitud el análisis y valoración que aborda desde la conceptualización, pronóstico y evaluación.

Ítem 2. ¿Cuándo se levanta por la mañana desea asistir a clases, estudiar y realizar las tareas?

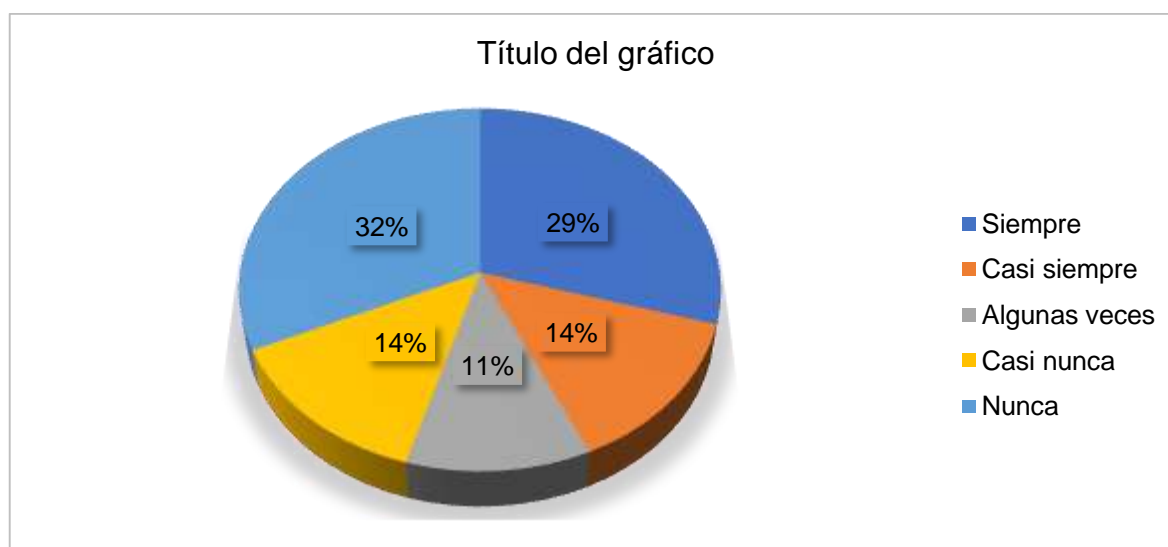
Tabla 3.22

Asiste a clases, estudia y realiza las tareas

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	13	29%
Casi siempre	6	14%
Algunas veces	5	11%
Casi nunca	6	14%
Nunca	14	32%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 3.19. Asiste a clases, estudia y realiza las tareas



Fuente: Elaboración propia.

Con referencia en los resultados de la encuesta destinada a los estudiantes, el 29% siempre al levantarse por la mañana desea asistir a clases, estudiar y realizar las tareas; mientras un 14% casi siempre, un 11% algunas veces; un 14% casi nunca, y el 32% nunca. Por esta razón es esencial fortalecer el desarrollo de competencias que favorezcan en la integración de saberes.

En su mayor parte de los estudiantes exteriorizan limitaciones en su óptimo

desempeño en el mundo académico, realidad que repercute en el proceso dinámico e interactivo. En esta misma idea se considera esencial fortalecer las habilidades que potencien sus capacidades para enfrentar el proceso académico de forma constructiva, crítica, y reflexiva con autonomía, fortaleciendo las bases para su desarrollo personal.

Ítem 3. ¿A pesar de las dificultades usted se considera una persona constante y perseverante a la hora de afrontar las tareas?

Tabla 3.23

Enfrenta las dificultades con constancia y perseverancia

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	15	34%
Casi siempre	11	25%
Algunas veces	10	23%
Casi nunca	8	18%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 3.20. Enfrenta las dificultades con constancia y perseverancia



Fuente: Elaboración propia.

De acuerdo los resultados de la encuesta destinada a los estudiantes, el 34% siempre a pesar de las dificultades que encuentran, se consideran personas constantes y perseverantes a la hora de afrontar las tareas de clase; mientras un 25% casi siempre,

un 23% algunas veces y un 18% casi nunca demuestra su capacidad para realizar una tarea. En consecuencia, es fundamental alcanzar el auto--perfeccionamiento que conlleve al éxito profesional.

En este sentido, varios estudiantes enfocan su esfuerzo, concentración y fortaleza hacia el alcance de logros académicos, para encontrar soluciones y superar cualquier obstáculo con actitud positiva y asertiva.

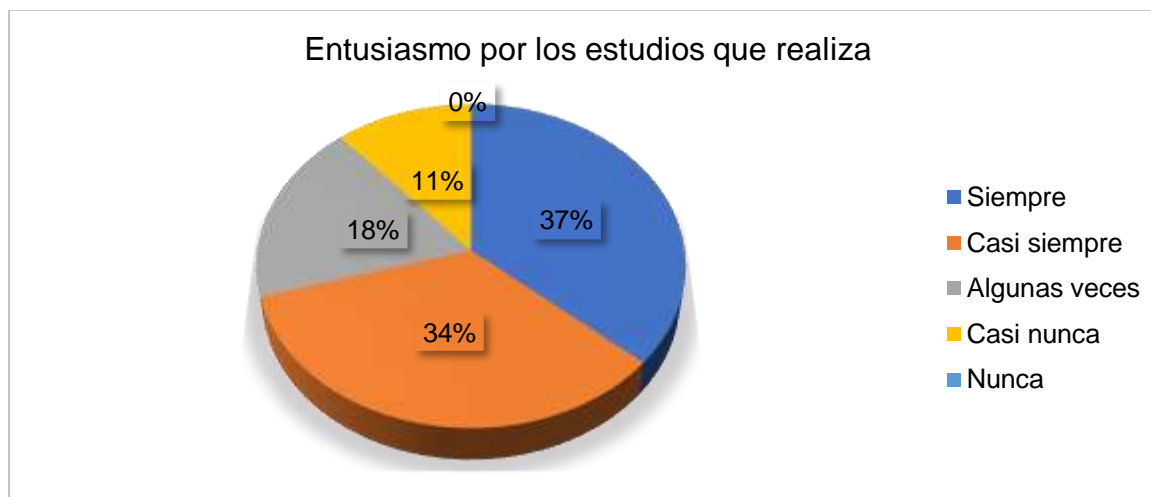
Ítem 4. ¿Usted esta entusiasmado con los estudios que realiza en la universidad?

Tabla 3.24

Entusiasmo por los estudios que realiza

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	16	37%
Casi siempre	15	34%
Algunas veces	8	18%
Casi nunca	5	11%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 3.21: Entusiasmo por los estudios que realiza

Fuente: Elaboración propia.

De acuerdo con los resultados de la encuesta aplicada, se registra que apenas el 37% de los estudiantes siempre están entusiasmados con los estudios que realiza en la universidad; mientras un 34% casi siempre, un 18% algunas veces y el 11% casi nunca demuestra una actitud que le permita enfrentar el éxito o el fracaso. Es por lo tanto significativo fortalecer la confianza, el optimismo, el entusiasmo y la certidumbre como elementos fundamentales en la superación de retos en el área académica universitaria.

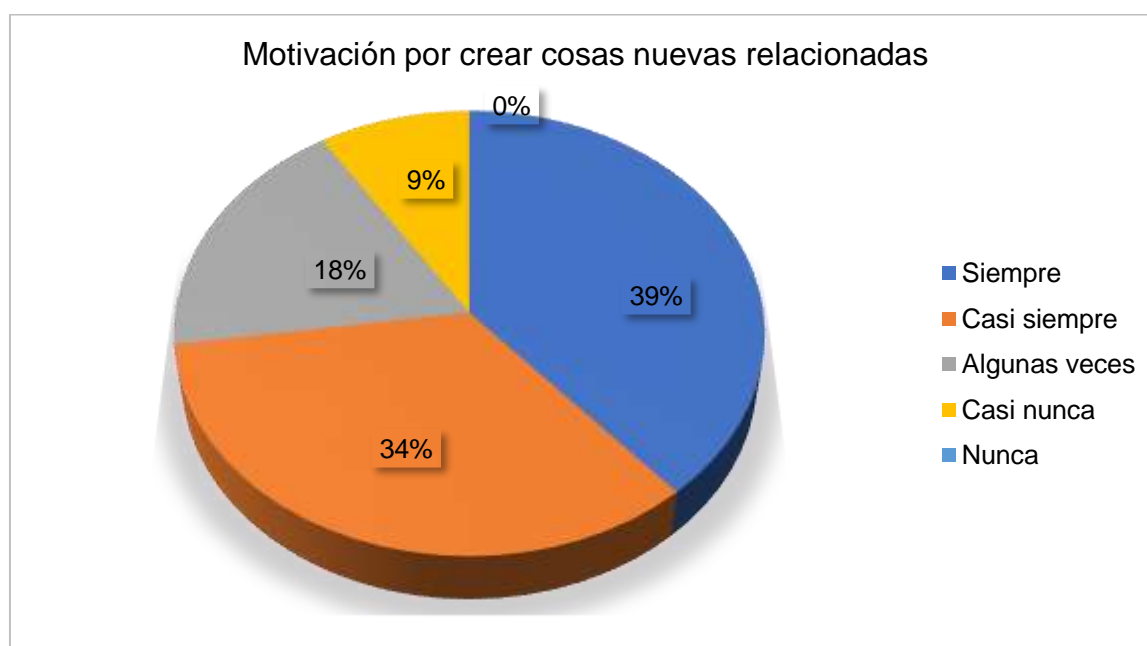
Ante los resultados obtenidos se establece que existe la necesidad de fortalecer en el ámbito formativo el estudio con actitud positiva, de esta forma se contribuye al desarrollo cognitivo, a la productividad y satisfacción, los resultados serán observados en su rendimiento.

Por otro lado, el escaso entusiasmo reduce la constancia en los aprendizajes, afecta a la inteligencia, al sentido de competencia, la autoestima, y autonomía, independencia; empobrece n su desarrollo cognitivo, limita las habilidades en la comunicación y disminuye la dedicación.

Ítem 5. ¿Los estudios actuales, le motivan a crear cosas nuevas relacionadas con la formación que recibe?

Tabla 3.25*Motivación por crear cosas nuevas relacionadas*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	17	39%
Casi siempre	15	34%
Algunas veces	8	18%
Casi nunca	4	9%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

*Fuente: Elaboración propia.***Gráfico 3.22.** Motivación por crear cosas nuevas relacionadas*Fuente: Elaboración propia.*

De acuerdo con los resultados de la encuesta aplicada, se registra que apenas el 39% de los estudiantes considera que siempre en los estudios se motivan a crear cosas nuevas relacionadas con la formación que reciben; mientras un 34% casi siempre, un 18% algunas veces y un 9% casi nunca. Es por lo tanto trascendental incrementar las actividades motivacionales, y cognitivas con un impacto en el desarrollo de habilidades cooperativas, la agilidad mental, la adaptación social, las posibilidades de éxito y la capacidad de logro.

Los estudiantes en su mayoría admiten que los estudios les motivan a crear cosas nuevas relacionadas con la formación que recibe; al respecto deberán tener objetivos claros y precisos. Por lo tanto, la motivación será mayor cuando exteriorice una actitud proactiva, siendo trascendental el esforzarse para continuar hacia el logro de las metas profesionales.

En esta misma línea hay que considerar que el burnout generado por la sobrecarga de tareas académicas que no puede asumir el estudiante provoca una desmotivación que afecta a la autoeficacia en el proceso de enseñanza aprendizaje, durante el desarrollo de las habilidades sociales, la convivencia y las relaciones con la sociedad.

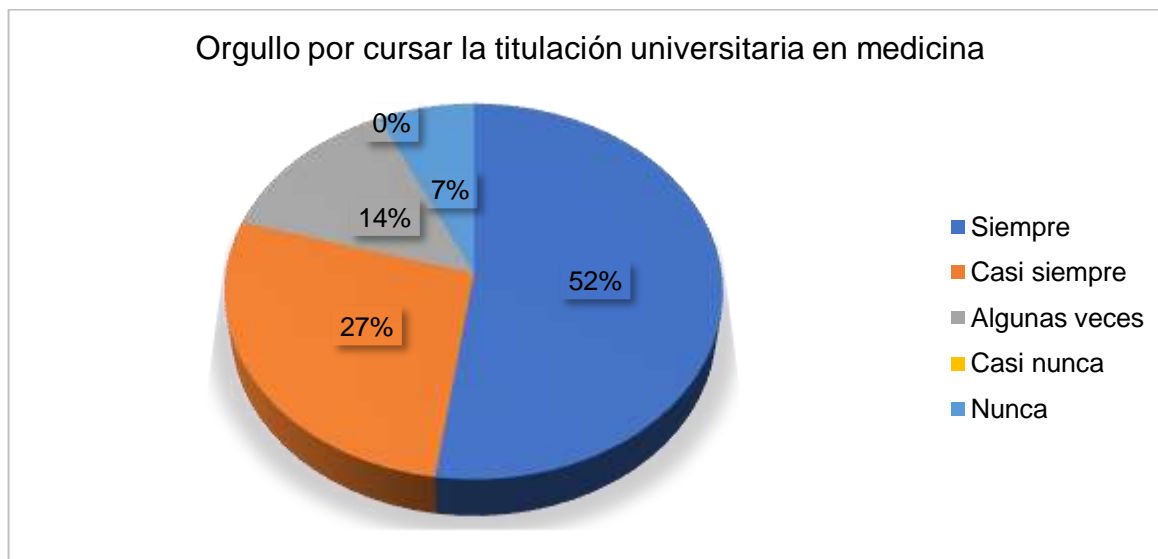
Ítem 6. ¿Usted se siente orgulloso de cursar la titulación universitaria en la carrera de medicina?

Tabla 3.26

Orgullo por cursar la titulación universitaria en medicina

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	23	52%
Casi siempre	12	27%
Algunas veces	6	14%
Casi nunca	0	0%
Nunca	3	7%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 3.23. Orgullo por cursar la titulación universitaria en medicina

Fuente: Elaboración propia.

Con sustento en las respuestas obtenidas de la encuesta aplicada a los estudiantes, el 52% siempre se siente orgulloso de estudiar esta titulación universitaria; mientras un 27% casi siempre, un 14% algunas veces y un 7% nunca; por consiguiente, es significativo trascendental aprovechar las oportunidades de aprendizaje y progreso en la carrera.

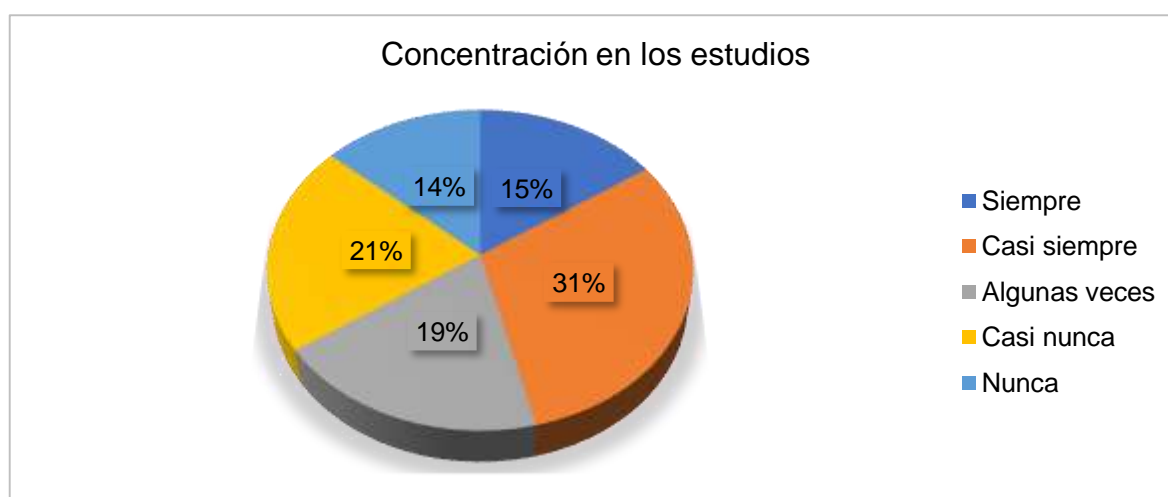
La mayoría de estudiantes consideran que se sienten orgullosos de formar parte de la universidad, por esta razón diariamente enfrentan a una diversidad de actividades en el aprendizaje; sin embargo, por los estudiantes y jóvenes que aún no han fortalecido su amor propio y afecto hacia la carrera que cursa se constituye en un factor que ha perjudicado en el alcance de metas y en la consecución de nuevos conocimientos.

Ítem 7. ¿Usted se olvida de todo lo que sucede a su alrededor cuando está concentrado en sus estudios?

Tabla 3.27

Concentración en los estudios

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	8	15%
Casi siempre	16	31%
Algunas veces	10	19%
Casi nunca	11	21%
Nunca	7	14%
Total	44	100%

*Fuente: Elaboración propia.***Gráfico 3.24.** Concentración en los estudios*Fuente: Elaboración propia.*

Con apoyo en las respuestas obtenidas de la encuesta aplicada a los estudiantes, el 15% siempre se olvida de todo lo que sucede a su alrededor cuando está concentrado en sus estudios; mientras un 31% casi siempre, un 19% algunas veces, un 14% casi nunca aprovecha al máximo las horas de estudio. Por lo tanto, es significativo mencionar que las dificultades de concentración a menudo se convierten en un problema con mayor gravedad que perjudica en el desarrollo cognitivo.

En este contexto, se deduce que varios estudiantes han desarrollado la concentración y la memoria, proceso que mejora las formas de aprender. Por otro lado, en su un mayor porcentaje exteriorizan conflictos en el pensamiento, la concentración, la realización de actividades académicas y el aprendizaje de cosas nuevas y recordar lo aprendido, factor generado por el agotamiento, fatiga atencional.

Ítem 8. ¿Cree usted que los conocimientos adquiridos le ayudarán en su formación?

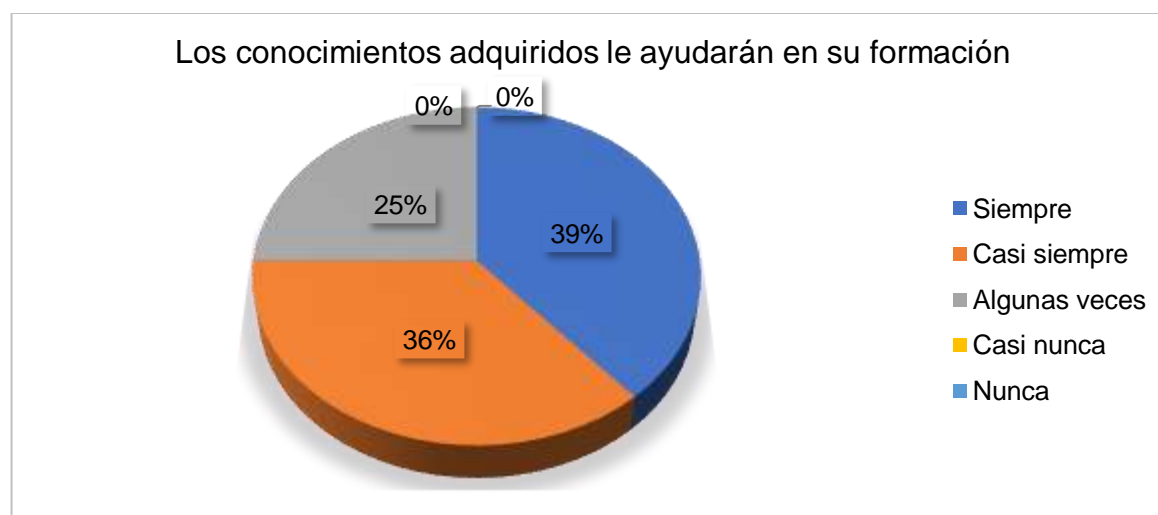
Tabla 3.28

Los conocimientos adquiridos le ayudarán en su formación

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	17	39%
Casi siempre	16	36%
Algunas veces	11	25%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 3.25. Los conocimientos adquiridos le ayudarán en su formación



Fuente: Elaboración propia.

En relación con los resultados obtenidos de la encuesta aplicada los estudiantes, el 39% considera que siempre los conocimientos adquiridos le ayudarán en su formación; mientras un 36% casi siempre, un 25% algunas veces. Por lo tanto, es esencial buscar nuevas oportunidades que le permitan la transformación en el liderazgo educativo mediante la aplicación de los saberes que precisan el éxito académico.

En referencia a la interrogante propuesta es primordial mencionar la mayor parte de

estudiantes universitarios asume demandas institucionales que exigen la aplicación de procesos que aseguren la calidad; en consecuencia, existe la trascendencia en fortalecer los conocimientos que orienten a la autorrealización, la habilidad social y el autocontrol, para facilitar las condiciones en el desempeño profesional, el compromiso moral y lograr el equilibrio personal, los factores mencionados impactan en el aprovechamiento académico de los estudiantes en el nivel universitario en la carrera de medicina.

Ítem 9. ¿Usted realiza las tareas responsablemente, obtiene un buen rendimiento y se siente satisfecho?

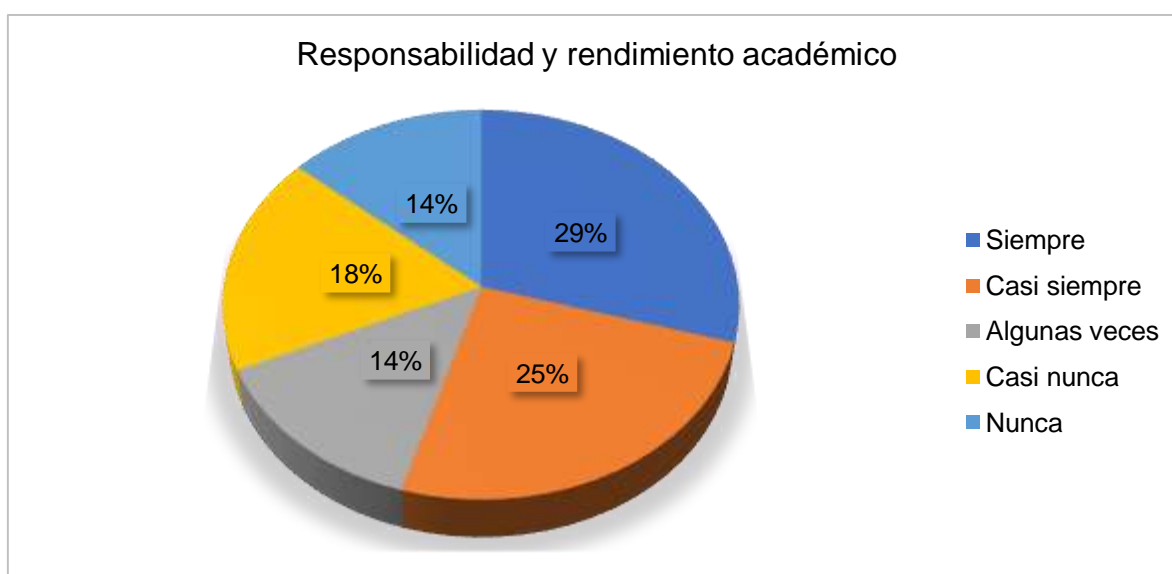
Tabla 3.29

Responsabilidad y rendimiento académico

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	13	29%
Casi siempre	11	25%
Algunas veces	6	14%
Casi nunca	8	18%
Nunca	6	14%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 3.26. Responsabilidad y rendimiento académico



Fuente: Elaboración propia.

Según los resultados obtenidos de la encuesta dirigida a los estudiantes; el 29% siempre que realiza las tareas responsablemente obtiene un buen rendimiento y se siente satisfecho; mientras un 25% casi siempre, el 14% algunas veces, un 18% casi nunca, el 14% nunca cumple con las exigencias y asignación de actividades. En esta línea de ideas, los estudiantes enfrentan retos; las decisiones emitidas por el contexto laboral y las condiciones del entorno educativo favorecen en una mayor comprensión y adquisición de conocimientos.

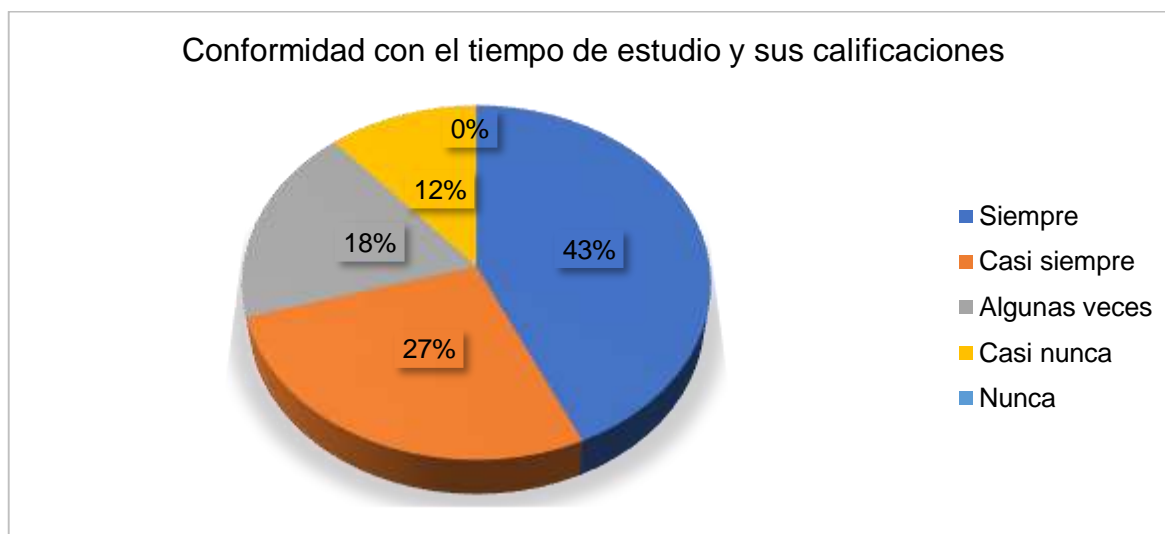
En un mayor porcentaje los estudiantes alcanzan un mejor rendimiento, posiblemente, es un aspecto que estaría conexo con la motivación y participación en el aprendizaje; por lo tanto, los resultados académicos no son solo consecuencia de la educación recibida en el aula, sino también en la vivencia; otra de las dimensiones es el interés por la asignatura, las habilidades comunicativas, las calificaciones obtenidas en los primeros semestres y el número de asignaturas aceptadas; al respecto las habilidades de razonamiento, la inteligencia emocional y la metodología empleada, la ayuda, la orientación, el apoyo, son componentes que encaminan al estudiante hacia el logro de metas.

Ítem 10. ¿Considera usted que el tiempo dedicado a sus estudios es suficiente para obtener buenas calificaciones?

Tabla 3.30.

Conformidad con el tiempo de estudio y sus calificaciones

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	19	43%
Casi siempre	12	27%
Algunas veces	8	18%
Casi nunca	5	12%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

Gráfico 3.27. Conformidad con el tiempo de estudio y su rendimiento

Fuente: Elaboración propia.

De acuerdo con la información obtenida de la encuesta aplicada a los estudiantes, se menciona que el 43% siempre el tiempo dedicado a sus estudios es suficiente para obtener buenas calificaciones; mientras un 27% casi siempre, un 18% algunas veces, un 12% casi nunca se enfoca en el autoestudio para mejorar su rendimiento académico.

En la presente interrogante se obtiene que la mayoría de los estudiantes dedican su tiempo al estudio fuera del área educativa, adoptan un enfoque que profundiza en el aprendizaje; sin embargo, varios estudiantes no mejoran su calidad académica, lo que provoca afectaciones que repercuten en la satisfacción, el bienestar psicológico y el crecimiento personal.

Coefficiente de correlación de Rho de Spearman

En este apartado, se cumple con el objetivo específico, analizar la relación e influencia del síndrome de burnout en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Universidad Regional Autónoma de los Andes.

A saber, si existe relación entre Síndrome Burnout y el Rendimiento Académico de una población de estudiantes de medicina de la Universidad Regional Autónoma de

los Andes se toma una muestra de 44 estudiantes, a los cuales se les aplicó un cuestionario, por esta razón para conocer su relación se aplica las correlaciones no paramétricas que incluye a Rho. de Spearman obteniendo los siguientes resultados:

Tabla 3.31.

Correlación Rho de Spearman

			Rendimiento académico Alto	Rendimiento académico Medio	Rendimiento académico Bajo
Rho de Spearman	Agotamiento	Coeficiente de correlación	,014	-,171	,336*
		Sig. (bilateral)	,927	,266	,026
		N	44	44	44
	Cinismo	Coeficiente de correlación	,021	,028	,069
		Sig. (bilateral)	,894	,856	,655
		N	44	44	44
	Eficacia	Coeficiente de correlación	,282	-,057	,420**
		Sig. (bilateral)	,064	,712	,005
		N	44	44	44
		Sig. (bilateral)	,027	,650	.
		N	44	44	44

Nota. Correlación Rho de Spearman (agotamiento, cinismo, eficacia)

Fuente: Elaboración propia.

Sig. \leq (menor que) 0,05 => Dependencia, relación significativa

Sig. $>$ (mayor que) 0,05 => Independencia, o relación no significativa

En la correlación establecida, se visualiza una correlación baja entre el agotamiento y el rendimiento académico (0,26), junto con una correlación moderada entre eficacia y bajo rendimiento, mientras cinismo tiene una relación no significativa con bajo rendimiento académico. Con las otras opciones no existe, correlaciones significativas.

Para comprobar la hipótesis planteada se puede observar en los casos que el nivel de significancia cumple con la regla de decisión según la correlación de Spearman:

Tabla 3.32.*Rango de interpretación Rho Spearman*

Rango	Relación
-0.91 a -1.00	Correlación negativa perfecta
-0.76 a -0.90	Correlación negativa muy fuerte
-0.51 a -0.75	Correlación negativa considerable
-0.11 a -0.50	Correlación negativa media
-0.01 a -0.10	Correlación negativa débil
0.00	No existe correlación
+0.01 a +0.10	Correlación positiva débil
+0.11 a +0.50	Correlación positiva media
+0.51 a +0.75	Correlación positiva considerable
+0.75 a +0.90	Correlación positiva muy fuerte
+0.91 a +1.00	Correlación positiva perfecta
+0.01 a +0.10	Correlación positiva débil

Fuente: Montes (2021)

Los valores oscilan entre +0.51 a +0.75 Correlación positiva considerable en rendimiento bajo y despersonalización o cinismo, los resultados globales son +0.75 a +0.90, correlación positiva muy fuerte; se comprueba estadísticamente que el Síndrome de Burnout influye en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre, de Medicina, en la Universidad Regional Autónoma de los Andes.

Tabla 3.33.*Correlación entre las variables de estudio*

Correlaciones				
Rho de Spearman	Síndrome Burnout	Coeficiente de correlación	Síndrome Burnout	Rendimiento Académico
		Sig. (bilateral)	1,000	,499**
		N	.	,001
			44	44
	Rendimiento Académico	Coeficiente de correlación	,499**	1,000
		Sig. (bilateral)	,001	.
		N	44	44

A través del coeficiente de correlación de Spearman para pruebas no paramétricas se obtiene que la significancia de correlación de 0,001 se encuentra determinada en los siguientes casos, la variable independiente del Síndrome Burnout y la variable dependiente Rendimiento Académico, el significado bilateral es 0.001, valor inferior a 0,005

Con 44 casos de estudiantes una significancia de 0.01 inferior a 0.05 en la correlación de Rho de Spearman se rechaza la hipótesis nula H_0 : El Síndrome de Burnout no influye en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre, en la Facultad de Medicina, en la Universidad Regional Autónoma de los Andes. Se acepta la hipótesis alternativa H_1 : El Síndrome de Burnout si influye en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre, en la Facultad de Medicina, en la Universidad Regional Autónoma de los Andes.

Tabla 3.34

Resumen de prueba de hipótesis

Resumen de prueba de hipótesis			
Hipótesis Nula	Prueba	Sig.	Decisión
La mediana de las diferencias entre el síndrome Burnout y rendimiento académico es igual a 0.	Prueba de hipótesis rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	0,008	Rechazar la hipótesis nula

Nota: Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significación es de 0,05

En la prueba estadística basada en rangos de Wilcoxon se aplica la regla de decisión: Si $p \geq 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, mientras el nivel de significancia 0.05 puede variar en relación a la regla de decisión la de decisión a 0.01 y 0.001 teniendo como certeza en la prueba de hipótesis, de acuerdo a la probabilidad calculada en la distribución binomial que $0.05 \leq 0,008$ se acepta la hipótesis alternativa.

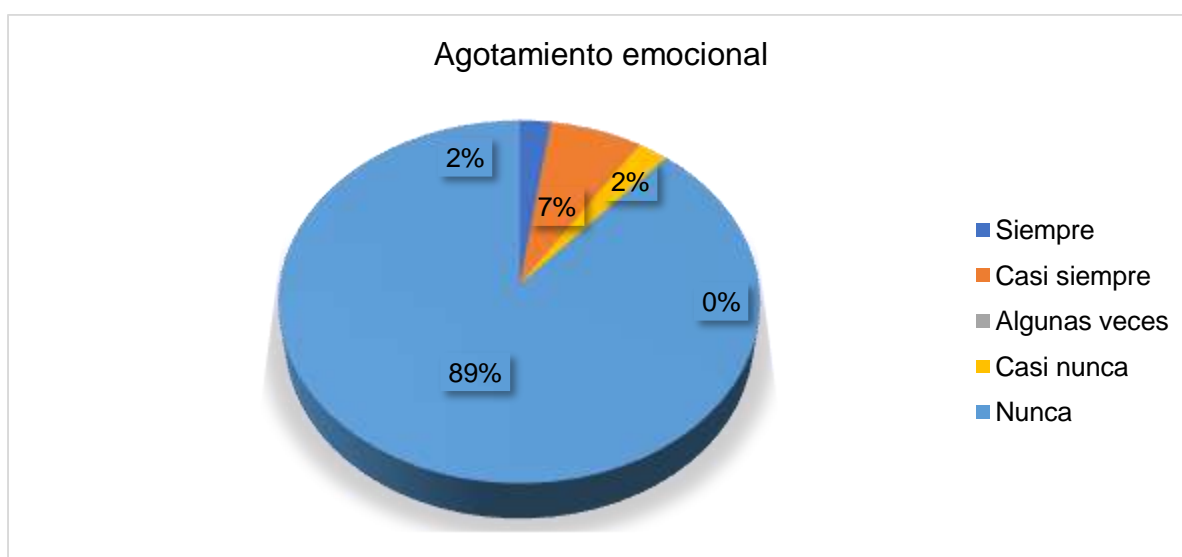
3.2. Análisis de la información después de aplicado el programa de prevención

Análisis del Cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student. Survey (MBI-SS)

Pregunta 1. ¿Considera usted que las actividades académicas de esta carrera le agotan emocionalmente?

Tabla 3.35*Agotamiento emocional*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	1	2%
Casi siempre	3	7%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	1	2%
Nunca	39	89%
Total	44	100%

*Elaboración: SPSS.***Gráfico 3.28.** *Agotamiento emocional**FUENTE: Elaboración propia.*

En referencia a los datos estadísticos obtenidos, de la encuesta aplicada, se observa que el 2% de los estudiantes siempre se agotan emocionalmente en la realización de actividades académicas; casi siempre un 7%, algunas veces el 0%, casi nunca un 2%, y nunca el 89%.

Es significativo mencionar que se ha disminuido los niveles de Burnout, a través de las intervenciones que fueron efectuadas con los estudiantes, desde una visión psicopedagógica, enfocada en mejorar el ambiente para alcanzar logros académicos.

Pregunta 2. ¿Usted es feliz cuando realiza las tareas relacionadas con los estudios de su carrera?

Tabla 3.36

Felicidad al realizar las tareas relacionadas con los estudios

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	41	93%
Casi siempre	3	7%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 3.29. Tareas relacionadas con los estudios



Fuente: Elaboración propia.

En los resultados de la encuesta destinada a los estudiantes, se observa que el 93% siempre es feliz cuando realiza tareas relacionadas con sus estudios, mientras un 7% casi siempre, un 7% algunas veces.

En la presente interrogantes, se deduce que casi en su totalidad los estudiantes mediante la aplicación de estrategias conductuales centradas en la respiración y técnicas cognitivas, han alcanzado la concientización sobre la importancia de su carrera, evalúan sus dificultades en el rendimiento académico.

Pregunta 3. ¿Siente usted que se ha distanciado de sus estudios porque considera que no serán realmente útiles en el futuro profesional?

Tabla 3.37.

Distanciamiento de los estudios

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	0	0%
Casi siempre	0	0%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	2	5%
Nunca	42	95%
Total	44	100%

Fuente: Elaboración propia.

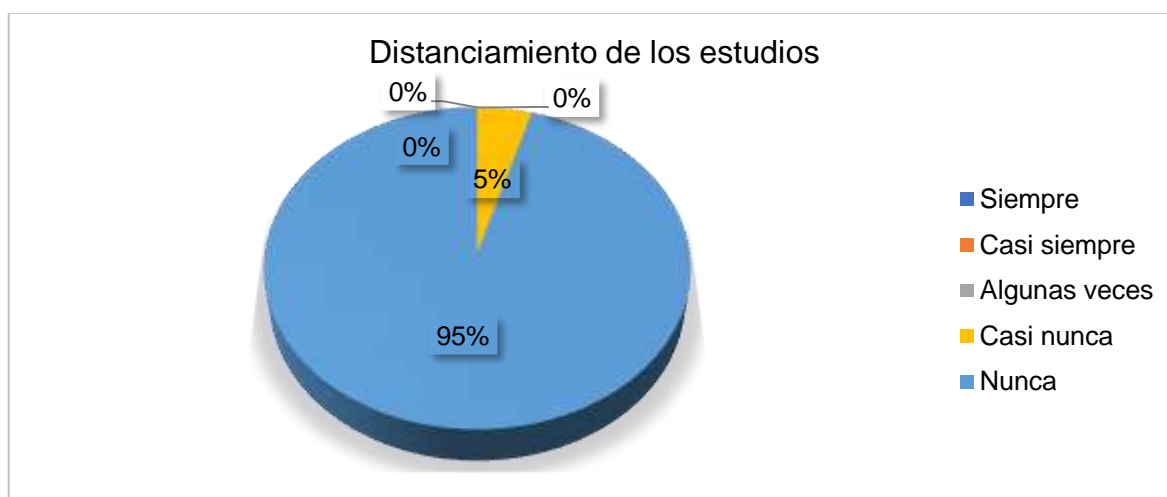


Gráfico 31. Distanciamiento de los estudios

De acuerdo los resultados de la encuesta destinada a los estudiantes, el 5% nunca se ha distanciado de sus estudios porque piensa serán realmente útiles en su labor profesional, un 5% casi nunca se ausenta de sus estudios. Por lo tanto, cumple con sus obligaciones académicas (actividades, tareas, trabajos, lecciones, evaluaciones), en beneficio de su crecimiento profesional.

Se deduce que los estudiantes en su mayor parte toman conciencia, reflexionan y valoran las consecuencias de sus actos en la labor académica, factor que ha influido en la confianza, seguridad, el cumplimiento de metas, que posteriormente contribuyen para asegurar el éxito en los conocimientos universitarios y su futura vida laboral.

Pregunta 4. ¿En su opinión, se considera un buen estudiante?

Tabla 3.38

Se considera un buen estudiante

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	41	93%
Casi siempre	3	7%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

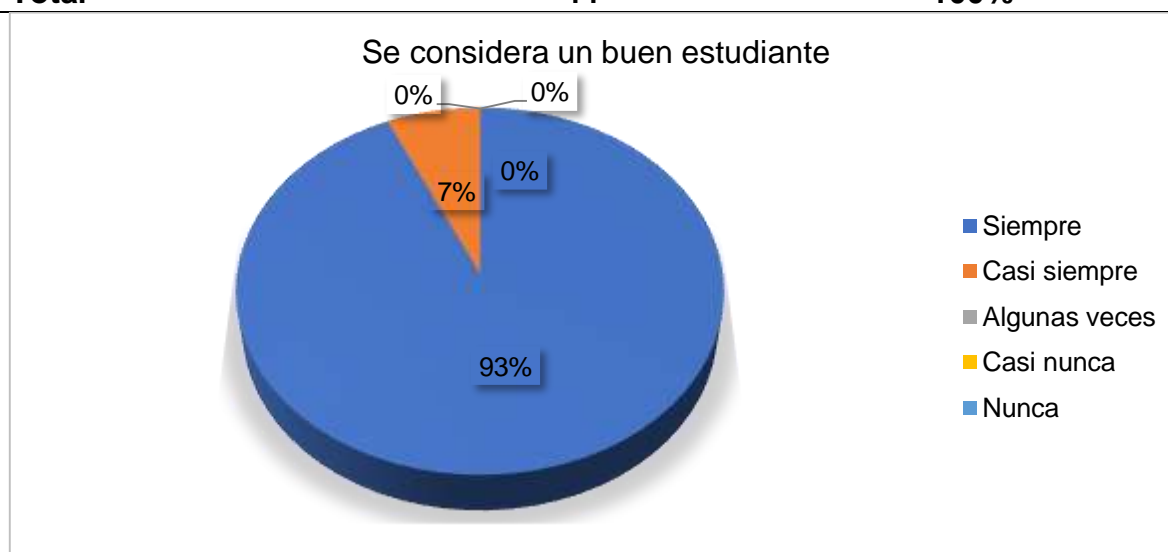


Gráfico 32. Opinión personal soy un buen estudiante

Con sustento en las respuestas obtenidas de la encuesta aplicada a los estudiantes, apenas el 27% siempre estudia y presenta niveles de realización personal, un 93% siempre obedece y cumple actividades educativas y obtiene excelentes calificaciones, mientras el 7% casi siempre.

Casi en su totalidad los estudiantes mediante la práctica de técnicas conductuales disminuyen las tensiones, y la distensión muscular, lo que favorece en la identificación de los pensamientos desadaptativos nocivos sobre su comportamiento y conlleva a sustituirlos por reflexiones adecuadas que incrementan las habilidades para mejorar las relaciones interpersonales, factores que apoyan a la prevención del Burnout.

Pregunta 5. ¿Le estimula conseguir objetivos en sus estudios universitarios?

Tabla 3.39. Estimulación al lograr sus objetivos

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	42	95%
Casi siempre	2	5%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

**Gráfico 3.30.** Estimulación al lograr sus objetivos

Con apoyo en las respuestas obtenidas de la encuesta aplicada a los estudiantes, al 95% le estimula conseguir los objetivos en sus estudios universitarios, el 5% casi siempre, lo que beneficia en la resolución de problemas, el control del estrés y depresión entre otros; resulta eficaz en la toma de decisiones académicas.

Se deduce que después de aplicar el programa, se ha consolidado el conocimiento, la reflexión, el pensamiento creativo, lo que permitió un aumento de la productividad, del compromiso la seguridad en la mejora del rendimiento académico en los estudiantes de tercer semestre de la carrera de medicina.

Pregunta 6. ¿Usted durante las clases, demuestra seguridad y eficacia en la finalización de las cosas?

Tabla 3.40.*Seguridad en sí mismo*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	41	93%
Casi siempre	3	7%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

**Gráfico 3.31.** Seguridad en sí mismo

Según los resultados obtenidos de la encuesta aplicada a los estudiantes, el 93% siempre durante las clases, tienen la seguridad que son eficaces en la finalización de las cosas; un 7% casi siempre construye su confianza y respeto hacia los compañeros y el entorno. Por tanto, se aumentó desde la competencia cognitiva las capacidades de los estudiantes para cumplir las tareas, la percepción, las destrezas intelectuales, la conciencia en la responsabilidad y compromiso con su rendimiento.

De esta perspectiva, se establece que, en los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina, se ha mejorado las condiciones necesarias para que puedan afrontar de forma adecuada las exigencias de su contexto, situaciones que benefician en la comprensión y dedicación en el desempeño académico. Por otro lado, un estudiante optimista y seguro de sus actividades buscará la mejora de sus dificultades, con prevenciones de solución ante estímulos estresantes o nocivos; así

fomenta la sana convivencia en el ambiente académico – universitario

Pregunta 7. ¿Para usted, estudiar o ir a clase todo el día es una tensión?

Tabla 3.41

Tensión emocional

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	0	0%
Casi siempre	0	0%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	1	2%
Nunca	43	98%
Total	44	100%



Gráfico 3.32. Tensión emocional

De acuerdo con la información obtenida de la encuesta aplicada a los estudiantes, se menciona que el 98% siempre estudia y escucha la clase todo el día, sin embargo, no es una tensión para cada uno, un 2% casi siempre.

Ante los resultados obtenidos, se considera que la aplicación de estrategias de prevención ha reducido la sintomatología del Burnout, los estudiantes se mantienen relajados ante la experimentación de tensiones por la sobrecarga de actividades en durante el proceso formativo, de esta forma encuentran pensamientos positivos para reducir situaciones de agotamiento, cansancio y ansiedad.

Pregunta 8. ¿Considera que usted esta exhausto de tanto estudiar?

Tabla 3.42

Cansancio mental

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	0	0%
Casi siempre	0	0%
Algunas veces	1	2%
Casi nunca	3	7%
Nunca	40	91%
Total	44	100%

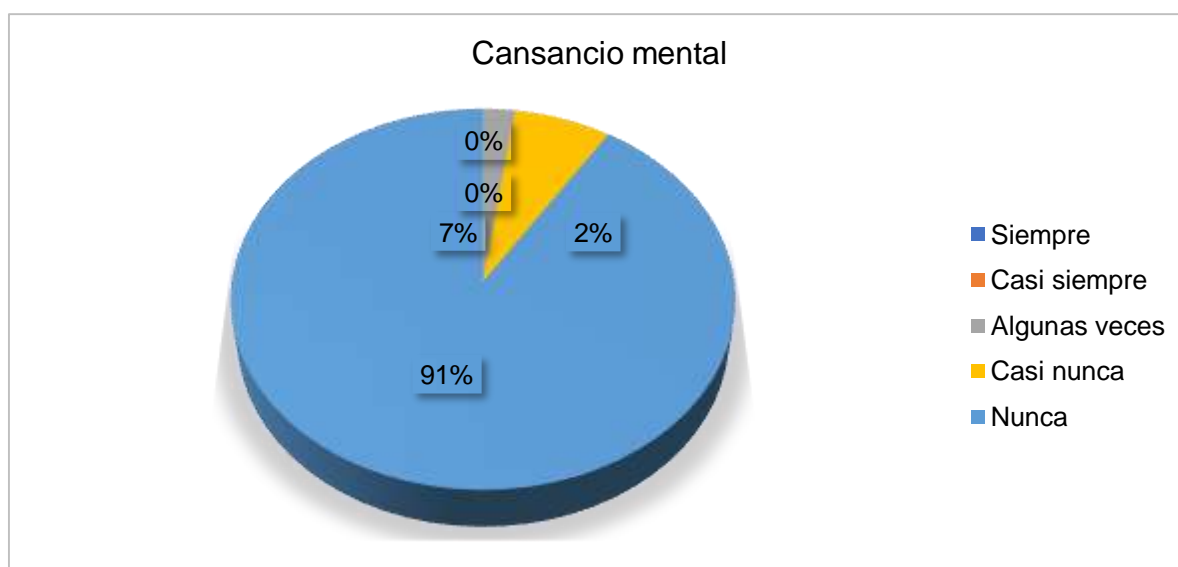


Gráfico 3.33. Cansancio mental

De la totalidad de estudiantes encuestados, el 2% algunas veces está exhausto de tanto estudiar; un 7% casi nunca, un 91% nunca, se siente cansado mental y físicamente. Por lo tanto, la práctica de estrategias ha favorecido en el área: física, cognitiva, afectiva, emocional e interpersonal.

En concordancia con los resultados obtenidos, los estudiantes mediante la práctica

de estrategias han mejorado en el aula el compañerismo, la responsabilidad por cumplir con las exigencias, las competencias personales, emocionales y profesionales, aspectos que disminuyen el cansancio físico y mental, facilitan la comunicación con eficacia, el desempeño en grupos de trabajo, el manejo de emociones, la creatividad e innovación.

Pregunta 9. ¿Usted se encuentra agotado físicamente al final del día en la universidad?

Tabla 3.43

Agotamiento físico

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	0	0%
Casi siempre	0	0%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	4	9%
Nunca	40	91%
Total	44	100%

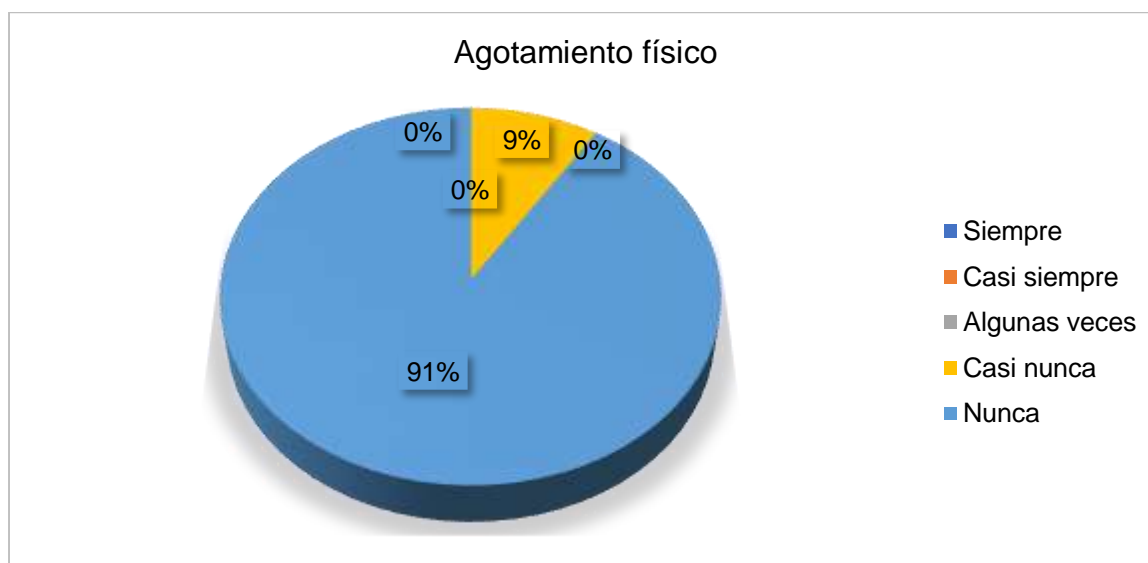


Gráfico 3.34. Agotamiento físico

Con base en los resultados obtenidos de la encuesta aplicada, se registra que el 91% de los estudiantes siempre se encuentra agotado físicamente al final de un día en la universidad; un 9% casi nunca. Por lo tanto, se observa que el desarrollo de programas preventivos, contribuyen a la prevención de disfunciones que afectan a la

salud, al contexto y al desempeño académico.

En la presente interrogante se establece que el programa favoreció en el desarrollo cognitivo, conductual, las estrategias propuestas disminuyen el agotamiento (físico, mental, emocional), elementos que contribuyen en la capacidad de adaptación del estudiante hacia el contexto, desde la dimensión formativa.

Ítem 10. ¿Usted ha aprendido cosas interesantes durante su carrera?

Tabla 3.44

Aprendizaje significativo

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	44	100%
Casi siempre	0	0%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

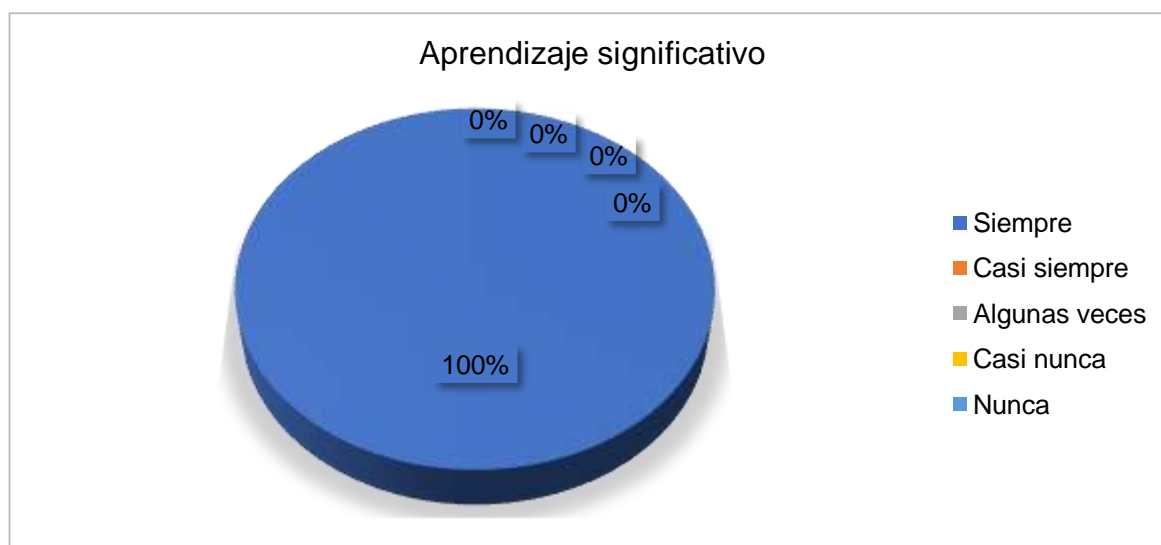


Gráfico 3.38. Aprendizaje significativo

De acuerdo con la información obtenida de la encuesta aplicada a los estudiantes, se registra que un porcentaje del 100% siempre han aprendido cosas interesantes en la carrera.

Finalmente se deduce que el programa buscó reducir el impacto del Burnout en los estudiantes de medicina, al intervenir mediante el uso de estrategias preventivas

desde el aspecto comportamental y cognitivo, intervenir desde diferentes áreas; por lo tanto, se concientizó a los estudiantes en referencia al aprendizaje de contenidos, textuales y procedimentales; además, se motivó en la realización de trabajos con dinamismo, , y en la importancia de su carrera no solamente para el progreso personal y profesional, también comunitario y social.

Análisis Escala de engagement académico

Ítem 1. ¿Usted se siente con energía al alcanzar sus logros académicos con esfuerzo y dedicación?

Tabla 3.45

Energía por los logros académicos

Opciones	Frecuencia	Porcentaje (%)
Siempre	43	98%
Casi siempre	1	2%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%



Gráfico 3.35. Energía por los logros académicos

En referencia a los datos estadísticos obtenidos, de la encuesta aplicada, se observa que el 98% de los estudiantes siempre se sienten con energía al alcanzar sus logros académicos con esfuerzo y dedicación; casi siempre un 2%.

En los resultados obtenidos se deduce que los estudiantes han fortalecido sus competencias profesionales y su comportamiento como personas proactivas, motivadoras e innovadoras, que con disciplina alcanzan los objetivos propuestos, y mejoran su rendimiento académico.

Ítem 2. ¿Cuándo se levanta por la mañana desea asistir a clases, estudiar y realizar las tareas?

Tabla 3.46

Asiste a clases, estudia y realiza las tareas

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	44	100%
Casi siempre	0	0%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

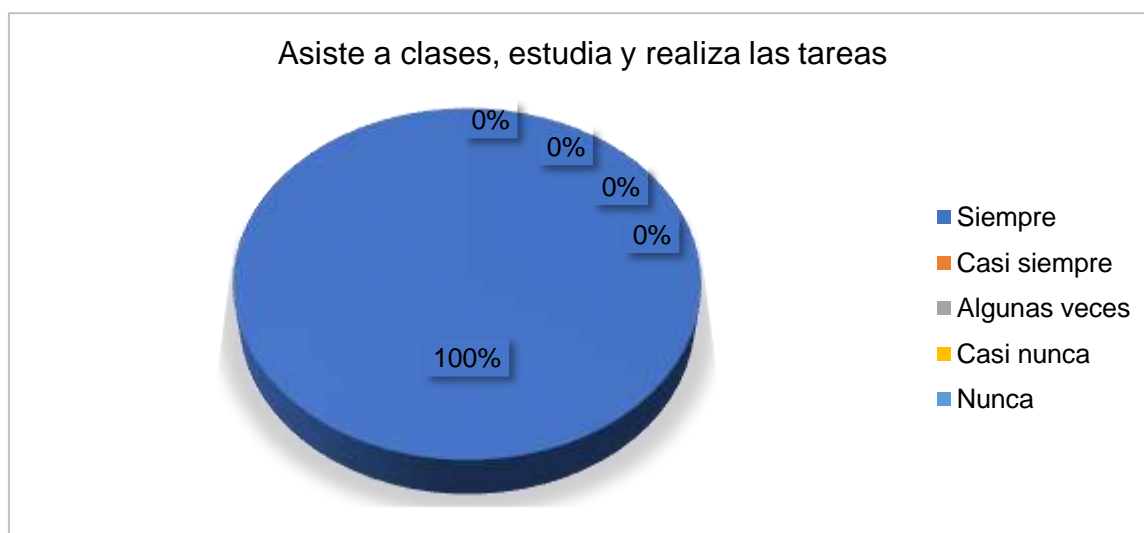


Gráfico 3.36. Asiste a clases, estudia y realiza las tareas

En los resultados de la encuesta destinada a los estudiantes, se observa que el 100% siempre cuando se levanta por la mañana desea asistir a clases, estudiar y realizar las tareas.

Por lo expuesto, se determina que los estudiantes mediante las estrategias preventivas del síndrome Burnout, han fortalecido su concientización en cuanto a la

asistencia a las clases teóricas, factor que disminuye el absentismo, dedica mayor tiempo en las clases al estudio individual e impacta en el rendimiento académico en las diferentes asignaturas correspondiente a Medicina.

Ítem 3. ¿A pesar de las dificultades usted se considera una persona constante y perseverante a la hora de afrontar las tareas?

Tabla 3.47.

Enfrenta las dificultades con constancia y perseverancia

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	43	98%
Casi siempre	1	2%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

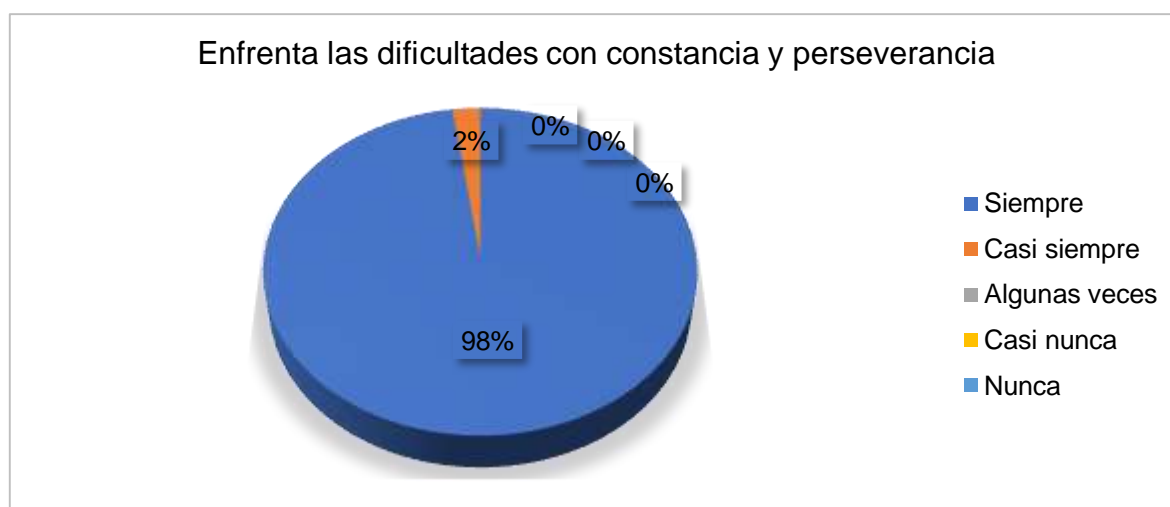


Gráfico 3.37. Enfrenta las dificultades con constancia y perseverancia

De acuerdo los resultados de la encuesta destinada a los estudiantes, el 98% siempre a pesar de las dificultades que encuentran, se consideran personas constantes y perseverantes a la hora de afrontar las tareas de clase; mientras un 2% casi siempre demuestra su capacidad para realizar una tarea.

Según la información numérica, los estudiantes sienten seguridad en sí mismo, por esta razón se consideran personas con capacidades y confianza mismo para continuar con sus estudios, factores que impactan en el auto perfeccionamiento, la

autonomía, y el alcance de objetivos, elementos importantes en su desarrollo académico.

Ítem 4. ¿Usted esta entusiasmado con los estudios que realiza en la universidad?

Tabla 3.48. Entusiasmo por los estudios que realiza

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	44	100%
Casi siempre	0	0%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%



Gráfico 3.42. Entusiasmo por los estudios que realiza

De acuerdo con los resultados de la encuesta aplicada, se registra que el 100% de los estudiantes siempre están entusiasmados con los estudios que realiza en la universidad; demuestran firmeza y constancia.

Con sustento en la información obtenida, se deduce que los estudiantes han consolidado las habilidades socioemocionales, el trabajo con actitudes, el entendimiento en el manejo de emociones y el establecimiento de relaciones positivas; estos aspectos, han ayudado a enfrentar situaciones desafiantes dentro y fuera del área institucional.

Ítem 5. ¿Los estudios actuales, le motivan a crear cosas nuevas relacionadas con la formación que recibe?

Tabla 3.49.

Motivación por crear cosas nuevas relacionadas

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	44	100%
Casi siempre	0	0%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%



Gráfico 3.38. Motivación por crear cosas nuevas relacionadas

De acuerdo con los resultados de la encuesta aplicada, se registra que el 100% de los estudiantes considera que siempre en los estudios actuales se motivan a crear cosas nuevas relacionadas con la formación que reciben; lo que evidencia que los estudiantes dirigen su pensamiento y acciones hacia el proceso de aprendizaje.

Según los resultados obtenidos se deduce que los estudiantes han fomentado la motivación y el disfrute de aprender, además, tratan de superar sus metas, muestran interés en las actividades universitarias, son protagonistas activos y dinámicos de su aprendizaje y generan experiencias de aprendizaje a través de la participación.

Ítem 6. ¿Usted se siente orgulloso de estar en esta titulación universitaria?

Tabla 3.50.

Orgullo por cursar la titulación universitaria en medicina

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	44	100%
Casi siempre	0	0%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

**Gráfico 3.39.** Orgullo por cursar la titulación universitaria en medicina

Con sustento en las respuestas obtenidas de la encuesta aplicada a los estudiantes, en el ítem sexto; el 100% siempre se siente orgulloso de estar en esta titulación universitaria; lo que permite evidenciar que los universitarios se orientan hacia la autonomía, la autoestima, la actitud mental, y el dinamismo en el campo médico.

Según los resultados obtenidos, los estudiantes del tercer semestre de la Facultad de Medicina sienten orgullo al pertenecer a una profesión que requiere la ética, el compromiso con las otras personas, la capacidad de servicio, la confianza y el amor por la humanidad.

Ítem 7. ¿Usted se olvida de todo lo que sucede a su alrededor cuando está concentrado en sus estudios?

Tabla 3.51.

Concentración en los estudios

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	42	95%
Casi siempre	2	5%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

**Gráfico 3.40.** Concentración en los estudios

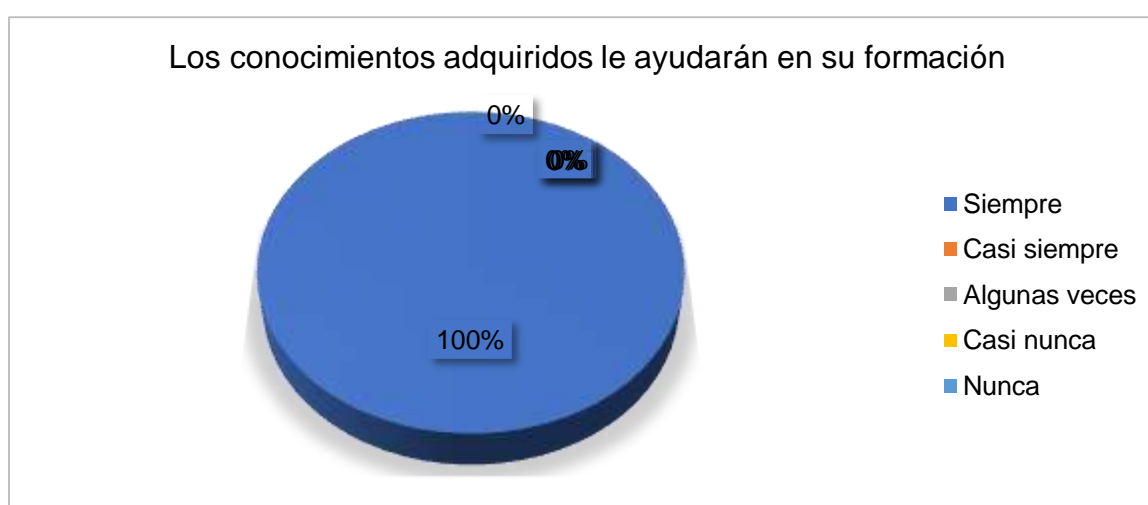
Con apoyo en las respuestas obtenidas de la encuesta aplicada a los estudiantes, el 95% siempre se olvida de todo lo que sucede a su alrededor cuando está concentrado en sus estudios; mientras un 5% casi siempre aprovecha al máximo las horas de estudio. por lo tanto, por lo tanto, orientan su pensamiento hacia la adquisición de conocimientos que benefician en el rendimiento académico y la formación profesional.

Según los resultados obtenidos, se establece que las estrategias de prevención han brindado la oportunidad para la reflexión y el encuentro con la importancia de su profesión; desde esta visión mejoran la concentración, la autorregulación mental, y el control de factores ambientales, al evitar la distracción ante estímulos irrelevantes como la preocupación excesiva, el cambio de comportamiento.

Ítem 8. ¿Los conocimientos adquiridos le ayudarán en su formación?

Tabla 3.52.*Los conocimientos adquiridos le ayudarán en su formación*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	44	100%
Casi siempre	0	0%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

**Gráfico 3.41.** Los conocimientos adquiridos le ayudarán en su formación

En relación con los resultados obtenidos de la encuesta aplicada los estudiantes, el 100% considera que siempre los conocimientos adquiridos le ayudarán en su formación; en este aspecto, los conocimientos adquiridos pueden ser significativo, por esta razón en el ambiente educativo se la mejorado el entusiasmo por aprender.

Según los resultados obtenidos, las estrategias aplicadas han conllevado a la cimentación de vivencias positivas por parte de los estudiantes durante sus actividades formativas, exteriorizado en el interés por aprender, con énfasis en las interacciones sociales, las vivencias y experiencias que varían con el periodo que curse, esto permitirá que genere relaciones interpersonales, aumente su dedicación e interés por su incorporación al grupo de trabajo y ejecución de tareas asignadas.

Ítem 9. ¿Usted realiza las tareas responsablemente, obtiene un buen rendimiento y se siente satisfecho?

Tabla 3.53.*Responsabilidad y rendimiento académico*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	40	91%
Casi siempre	3	7%
Algunas veces	1	2%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

**Gráfico 3.42.** Responsabilidad y rendimiento académico

Según los resultados obtenidos de la encuesta dirigida a los estudiantes; el 91% siempre que realiza las tareas de manera responsable obtiene un buen rendimiento y se siente satisfecho; por lo tanto, con la aplicación del programa, ha consolidado la capacidad de reflexionar sobre sus experiencias, vivencias y expectativas.

Con sustento en la información numérica obtenida, se deduce que las estrategias aplicadas favorecen en la labor pedagógica, al contribuir en el desarrollo de competencias, autoevaluación y reflexión en referencia a sus expectativas y experiencias que serán aplicadas en el campo profesional.

Ítem 10. ¿Considera usted que el tiempo dedicado a sus estudios es suficiente para obtener buenas calificaciones?

Tabla 3.54*Conformidad con el tiempo de estudio y sus calificaciones*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	40	91%
Casi siempre	4	9%
Algunas veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Total	44	100%

**Gráfico 3.43.** Conformidad con el tiempo de estudio y su rendimiento

De acuerdo con la información obtenida de la encuesta aplicada a los estudiantes, se menciona que el 91% siempre el tiempo dedicado a sus estudios es suficiente para obtener buenas calificaciones; mientras un 9% casi siempre se enfoca en el autoestudio para mejorar su rendimiento académico.

Según la información obtenida se deduce que los estudiantes entre los desafíos actuales en la Medicina es alcanzar un rendimiento académico apropiado; su complejidad en los contenidos de aprendizaje obliga al estudiante a dedicar un tiempo y esfuerzos considerables para lograr un desempeño apropiado, por tal razón las estrategias preventivas han aportado en el control de las actitudes y comportamientos frente al estudio, disminuye la deserción, y favorece en el éxito académico y profesional.

3.3. Validez del programa de prevención orientado al afrontamiento del Síndrome Burnout y la mejora del rendimiento académico

Valores medios de los estresores académicos, medidos en escala de uno a tres

Tabla 3.55.

Validez del programa de prevención

N.	Preguntas	Pre Test	Post Test
		Media	
1	¿Considera usted que las actividades académicas de esta carrera le agotan emocionalmente?	2,84	0,92
2	¿Usted es feliz cuando realiza las tareas relacionadas con los estudios de su carrera?	0,72	0,07
3	¿Siente usted que se ha distanciado de sus estudios porque considera que no serán realmente útiles en el futuro profesional?	0,38	0,04
4	¿En su opinión, se considera un buen estudiante?	0,58	0,07
5	¿Le estimula conseguir objetivos en sus estudios universitarios?	0,51	0,04
6	¿Usted durante las clases, demuestra seguridad y eficacia en la finalización de las cosas?	0,46	0,07
7	¿Para usted, estudiar o ir a clase todo el día es una tensión?	1,28	0,02
8	¿Considera que usted esta exhausto de tanto estudiar?	2,58	0,15
9	¿Usted se encuentra agotado físicamente al final de un día en la universidad?	2,45	0,08
10	¿Usted ha aprendido cosas interesantes durante su carrera?	1,09	0,00

Para conocer el nivel de intensidad del Síndrome Burnout observado al inicio (Pre Test) los estudiantes en la pregunta uno marcó su nivel de agotamiento emocional (2,84), visualiza un nivel alto.

En la pregunta ocho que manifiesta estar exhausto de tanto estudiar (2,58), en la interrogante nueve se siente agotado físicamente; en la interrogante siete exterioriza tensión (1,28). De acuerdo a los resultados obtenidos en el pretest al inicio la media

indica un nivel de complejidad alto y medianamente alto. El nivel más bajo de Burnout fue en la interrogante tres que menciona el distanciamiento en sus estudios (0,38).

Posterior a la aplicación del Programa de Prevención se obtiene un nivel leve (0,92) en agotamiento emocional. La media más baja - baja fue la tensión acumulada al estudiar todo el día (0,02).

En consecuencia, el diseño de la intervención fue positivo para disminuir el nivel de Burnout, su implementación aportó con estrategias para el manejo adecuado del síndrome en el contexto académico.

CONCLUSIONES

En base al proceso de investigación efectuado, de los datos alcanzados y del análisis de resultados, se concluye:

- La fundamentación de los referentes teóricos sobre el Burnout y rendimiento académico, definió el problema de investigación en forma clara, para ello se organizó el contenido conceptual, lo que permitió obtener varias opiniones en cuanto a su objeto de estudio. La búsqueda de información se efectuó a nivel nacional, internacional y local, para ello, se revisó los repositorios de las diferentes universidades, artículos publicados en revistas indexadas, y documentos con escritos relevantes.
- En la identificación de la prevalencia del Síndrome en el rendimiento académico de los estudiantes de medicina de tercer semestre de la Universidad Regional Autónoma de los Andes se obtienen los siguientes datos: el 34% de los estudiantes se agotan emocionalmente en la realización de actividades académicas, un 43% casi siempre obedece y cumple actividades educativas, el 30% algunas veces obtiene excelentes calificaciones; al 14% algunas veces le estimula conseguir los objetivos en sus estudios universitarios.
- En el análisis de la relación e influencia del Burnout en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Universidad Regional, se obtiene que con una media (M) = 8,4091, la mayoría de estudiantes posee un nivel bajo en agotamiento emocional (por las demandas del estudio), mientras en la despersonalización, con una M=11,7045, que indica un nivel superior de cinismo (actitudes y sentimientos negativos hacia los compañeros en el aula), mientras en la eficacia académica con una M=12,4773, que establece que una parte de estudiantes exterioriza la sensación de no hacer adecuadamente las tareas y sentimientos de incompetencia, los factores mencionados aumentan la probabilidad de enfrentamiento a los indicadores de

afectación de la salud mental (mayor tensión y agotamiento, ansiedad y tendencia a la depresión).

RECOMENDACIONES

- Se recomienda a los futuros investigadores a los futuros investigadores profundizar en la importancia del síndrome burnout y el rendimiento académico mediante revisiones bibliográficas de literatura que conlleven al análisis, la comprensión y la reflexión en relación con otras variables desde una perspectiva psicopedagógica (depresión, desinterés, desconsideración frente al trabajo académico).
- Aplicar estrategias y técnicas que permitan identificar las soluciones a los problemas del Síndrome del Burnout, las bajas calificaciones y el bajo rendimiento académico, para fortalecer las habilidades, optimizar el tiempo y fijar metas, de esta forma se potenciará los niveles de competencia y la autodeterminación (capacidad de elección)
- Efectuar análisis de la relación e influencia del síndrome burnout en el rendimiento académico de los estudiantes, para disminuir la falta de concentración, la fatiga mental, el desinterés en la realización de trabajos, las tensiones musculares, el agotamiento intelectual o físico, el nerviosismo (inseguridad, ansiedad), el exceso de actividades formativas; todo ello orientado a reforzar el rendimiento general.

BIBLIOGRAFÍA

- Albán, J., & Calero, J. (2017). El rendimiento académico: aproximación necesaria a un problema pedagógico actual., 13(58), 213-220. *Revista Conrado*, 13(58), 213-220. Obtenido de <http://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado>
- Andes, U. R. (2017). *Gestión Documental y Archivo* . UNIANDES.
- Arayago et al. (2016). Síndrome de Burnout en residentes y especialistas de anestesiología. *Universidad de Carabobo. Salus*, 20(1), 13-21.
- Atencia, D., Plaza, M., & Hernández, H. (2020). Resiliencia, burnout y fracaso académico en estudiantes de Ingeniería de la Universidad de Córdoba, Colombia. *Revista Espacios*, 4(11), 15.
- Avecillas et al. (2021). Burnout académico. Factores influyentes en estudiantes de enfermería. *Revista Eugenio Espejo*, 15(2), 57–67.
- Ayala et al. (2022). *Estilos de afrontamiento y burnout académico en estudiantes universitarios de una universidad nacional de Lima Metropolitana*. Universidad Autónoma del Perú.
- Blanco, E. (2018). Síntomas que presentan las personas con un trastorno de la personalidad. *Ediciones Pléyades*.
- Brenes, H. (2018). Evaluación del riesgo y rendimiento individual de las acciones de Apple, Inc. y de Microsoft Corporation. *REICE: Revista Electrónica De Investigación En Ciencias Económicas*, 6(11), 34–48.
- Caballero et al. (2015). Burnout in university students. *Psicología desde el Caribe*, 18.
- Carmona, H. (2017). The Utrecht Work Engagement Scale for Students (UWES–9S): Factorial Validity, Reliability, and Measurement Invariance in a Chilean Sample of Undergraduate University Students. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-5.
- Chávez, B., & Chévez, M. (2016). Uso del mobile learning en el rendimiento académico. *Revista Números*, 1-36.

- Comella et al. (2021). Burnout y rendimiento académico: efecto de la combinación de la actividad laboral remunerada e iniciar los estudios de grado universitario. *Retos*, 41, 844-853.
- Contreras, A. (2021). *Variables predictoras del síndrome de burnout académico en estudiantes universitarios*. Fundación Universitaria Konrad Lorenz.
- Cruz et al. (2016). Relación entre las diferentes dimensiones del síndrome de Burnout y las estrategias de afrontamiento empleadas por los guardas de seguridad de una empresa privada de la ciudad de Tunja. *Universidad Simón Bolívar. Barranquilla*, 30(38), 268-281.
- Espinosa, J. (2016). *La adicción facebook.com a sus consecuencias psicológicas en los estudiantes de séptimo octavo nivel de la Facultad de Medicina de la Universidad Regional Autónoma de los Andes en el periodo octubre y diciembre del año 2015*. Universidad Regional Autónoma de los Andes.
- Espinoza, E. (2019). El problema de investigación. *Revista Conrado, Cienfuegos*, 14(64), 22-32.
- Fernández, M. (2021). 2020: Estudiantes, emociones, salud mental y pandemia. *Revista Andina de Educación*, 4(1), 23-29.
- Ferrel, L., Ferrel, F., & Bracho, K. (2018). Impacto del Síndrome de Burnout en el Bajo Rendimiento y la Salud Mental en Estudiantes Universitarios. *Conocimiento, Investigación, Educación*, 2(6), 45- 53.
- Freudenberger, H. (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159- 165.
- Freudenberger, H. (1974). Staff Burnout. *Journal of Social Issues*, 30, 18-47.
- García, A. (2018). Estilos de aprendizaje y rendimiento académico. *Revista Boletín Redipe*, 7(7), 218-228.
- García, E. (2021). *Burnout académico y engagement en los internos de la carrera de enfermería*. Universidad Estatal del Sur de Manabí.

- García, M., Marín, M., & Aguayo, R. (2019). Burnout Syndrome in Secondary School Teachers: A Systematic Review and Meta-Analysis. *ERIC*, 20.
- García, V., & Vega, Y. (2018). Factores Asociados al Burnout Académico en Estudiantes de Internado Profesional de Fonoaudiología. *Ciencia & trabajo*, 20(62), 1 - 6.
- García, V., Vega, V., Farias, B., Rivas, L., & Aburto, R. (2018). Factores Asociados al Burnout Académico en Estudiantes de Internado Profesional de Fonoaudiología. *Ciencia & trabajo*, 20(62), 6.
- Gómez, M. (2020). COVID-19 intervention: using digital escape rooms to provide professional development to alternative certification educators. *Journal of Technology and Teacher Education*, 28(2), 425-432.
- González, V., & Schaufeli, W. (2006). Burnout and work engagement: Independent factors or opposite poles? *Journal of Vocational Behavior*, 68(1), 165-174.
- Güemes et al. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, 233-244.
- Guillén, A., Flores, E., & Díaz, J. (2019). Incremento de síndrome de burnout en estudiantes de Medicina tras su primer mes de rotación clínica. *Educación Médica*, 376-379.
- Gutiérrez, V., & Hernández, L. (2020). *Síndrome de burnout y su asociación con el rendimiento académico en estudiantes del programa de enfermería de dos instituciones de educación superior*. Universidad Cooperativa de Colombia.
- Gutiérrez, V., Hernández, L., Jaimes, N., & Serrano, M. (2020). *Síndrome de burnout y su asociación con el rendimiento académico en estudiantes del programa de enfermería de dos instituciones de educación superior*. Universidad Cooperativa de Colombia.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, L. (2014). *Metodología de la Investigación*. (Sexta ed.). México, México: Mc Graw Hill.

- Inga et al. (2018). *Síndrome de Burnout en estudiantes del primer año en la carrera de Enfermería de una Universidad privada de la ciudad de Guayaquil*. Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.
- Jaén, M. (2018). Incidencia del Burnout Estudiantil a partir de factores de Estrés Académico en estudiantes de Psicología. *REDES*, 1(10), 80-85.
- Limaico, C. (2019). Factores que intervienen en el rendimiento académico de los estudiantes del primer nivel de Ingeniería Forestal de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo en la asignatura Matemática. *Polo del Conocimiento*, 5(2), 226-249.
- López et al. (2021). El engagement académico y su incidencia en el rendimiento del alumnado de grado de la Universidad de La Laguna. *RELIEVE. Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa*, 27(1), 12.
- Manzano, A. (2020). Síndrome de burnout en docentes de una Unidad Educativa, Ecuador. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(16), 13.
- Martínez, G. (2019). *Modelo de Gestión de Calidad del Rendimiento Académico para la Carrera de Ingeniería en Ciencias de la Computación, de la FAREM Matagalpa, UNAN–Managua, en el periodo 2013 – 2017*. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua. Managua. Facultad Regional Multidisciplinaria, FAREM-Estelí.
- Martínez, R. (2017). *Estrategia metodológica para el desarrollo del aprendizaje reflexivo en el ciclo básico de la carrera de Medicina de la Universidad Regional Autónoma de los Andes "UNIANDES"*. Universidad Regional Autónoma de los Andes.
- Maslach, C., & Jackson, S. (1981). *Maslach Burnout Inventory*. Research Edition. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.
- Méndez, J. (2019). Estrés laboral o síndrome de burnout. *Acta pediatra de Mexico*, 299-302.

- Mendoza, A. (2021). *Relación entre el estrés y Síndrome de Burnout académico, en educación no presencial por pandemia Covid-19, en estudiantes de tecnología médica de la Universidad Privada de Tacna*. Universidad Privada de Tacna.
- Mendoza, K. (2018). Test psicológicos. *Universidad Ecotec*, 11(20), 1 - 2.
- Merchán et al. (2018). Síndrome de Burnout y factores asociados en estudiantes de Medicina. *Educación Médica Superior*, 32(3), 9. Obtenido de http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v32n3/a14_1377.pdf
- Montes, A. (2021). Aplicación del coeficiente de correlación de Spearman en un estudio de fisioterapia. Decimocuarta semana internacional estadística y la probabilidad 14 y 18 de junio de 2021. *Cuerpo académico de probabilidad y estadística BUAP*, 1 - 4.
- Murga, Í., & Lafuente, J. (2019). De la neurastenia a la enfermedad postesfuerzo: evolución de los criterios diagnósticos del síndrome de fatiga crónica/encefalomielitis miálgica. *Elsevier. Revista de Atención Primaria*, 51(19), 579-585.
- Nakandakari, M., Dyanne, R., Virgilio, F., & Keyko, H. (2015). Síndrome de burnout en estudiantes de medicina pertenecientes a sociedades científicas peruanas: Un estudio multicéntrico. *Revista Neuropsiquiatr*, 203-210.
- Neill, D., & Cortez, L. (2017). *Procesos y Fundamentos de la Investigación Científica*. Universidad Técnica de Machala.
- Oblitas, L., & Soto, D. (2019). Incidencia del mindfulness en el estrés académico en estudiantes universitarios: Un estudio controlado. *Terapia psicológica. Terapia psicológica*, 37(2), 116-128.
- Pardo, R. (2019). *El debate en reestructuración cognitiva análisis de los mecanismos terapéuticos de cambio clínico*. Universidad Autónoma de Madrid.
- Parra et al. (2010). Propiedades psicométricas de la escala de compromiso académico, UWES-S (versión abreviada), en estudiantes de psicología.

Revista de Educación de Ciencias de la Salud, 7(1), 128-133.

Parra, L., Castaño, L., Córdoba, I., Caicedo, G., & Valderrama, A. (2015). Correlación en Síndrome de Burnour y Estrés Académico en Estudaintes de Medicinca de una Facultad de Salud en Cali, Colombia. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional* , 31-34.

Pérez, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal. *Revista Alternativas en Psicología*, 41, 1-11.

Pineda, B. (1994). *Metodología de la investigación, manual para el desarrollo de person al de salud*. Organización Panamericana de la Salud.

Portilla, E. (2017). El desempeño académico: una opcion para la calificacioón de las instituciones educativas. *Revista Digital de Matemática*, 332-447.

Rivera, Á., Segarra, P., & Giler, G. (2018). Síndrome de Burnout en docentes de instituciones de educación superior. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 38(2), 10.

Rodríguez et al. (2019). El burnout académico percibido en universitarios; comparaciones por género. *Formación Universitaria*, 23-30.

Rodríguez, J., Guevara, A., & Viramontes, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *IE Revista de investigación educativa de la REDIECH*, 8(4), 28.

Rodríguez, J., Guevara, A., & Viramontes, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes . *Revista de investigación educativa de la rediech*, 45-67.

Rojas et al. (2017). Síndrome de Burnout en estudiantes de medicina de Santa Rosa del Aguaray. *Revista Medicina Clínica y Central*, 1(1), 26-30.

Rosales, Y., & Rosales, F. (2012). Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. *Salud mental*, 36(4), 9.

Schaufeli et al. (2002). Burnout and Engagement in University Students: A Cross-national Study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464-481.

- Sevilla, M., & Sánchez, M. (2021). *Síndrome de burnout*. Obtenido de Cúdate Plus: <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/sindrome-de-burnout.html>
- Tingo, T., & Urbano, I. (2017). *Rasgos de la personalidad y rendimiento académico en los estudiantes de la Unidad Educativa Isabel de Godin. Riobamba: Universidad Nacional de Chimborazo*, . Universidad Nacional de Chimborazo.
- Velasco, G. (2016). *El rendimiento académico en la etapa de educación secundaria en Chiapas (México)*. Universidad Autónoma de Barcelona.
- Viciano, V., & Fernández, A. (2018). Los estudios universitarios y el mindfulness. Una revisión sistemática. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 1 - 17.
- Vizoso, C., & Arias, O. (2018). Resiliencia, optimismo y burnout académico en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 11(1), 47-59.
- Zamora, A. (2018). *Síndrome de Burnout. La enfermedad de los profesionales*. Obtenido de Geo Salud : https://www.geosalud.com/salud_mental/burnout.htm

ANEXOS

Anexo 1. Instrumento aplicado en la recolección de información Test. Maslach Burnout Inventory Student Survey: MBI-SS (adaptado)

N.	Pregunta	Alternativas				
		S	CS	AV	CN	N
1	¿Considera usted que las actividades académicas de esta carrera le agotan emocionalmente?					
2	¿Usted es feliz cuando realiza las tareas relacionadas con los estudios de su carrera?					
3	¿Siente usted que se ha distanciado de sus estudios porque considera que no serán realmente útiles en el futuro profesional?					
4	¿En su opinión, se considera un buen estudiante?					
5	¿Le estimula conseguir objetivos en sus estudios universitarios?					
6	¿Usted durante las clases, demuestra seguridad y eficacia en la finalización de las cosas?					
7	¿Para usted, estudiar o ir a clase todo el día es una tensión?					
8	¿Considera que usted esta exhausto de tanto estudiar?					
9	¿Usted se encuentra agotado físicamente al final de un día en la universidad?					
10	¿Usted ha aprendido cosas interesantes durante su carrera?					

Anexo 2. Instrumento aplicado en la recolección de información. Escala de Engagement Académico (Adaptada)

N.	Pregunta	Alternativas				
		S	CS	AV	CN	N
1	¿Usted se siente con energía al alcanzar sus logros académicos con esfuerzo y dedicación?					
2	¿Cuándo se levanta por la mañana desea asistir a clases, estudiar y realizar las tareas?					
3	¿A pesar de las dificultades usted se considera una persona constante y perseverante a la hora de afrontar las tareas?					
4	¿Usted esta entusiasmado con los estudios que realiza en la universidad?					
5	¿Los estudios actuales, le motivan a crear cosas nuevas relacionadas con la formación que recibe?					
6	¿Usted se siente orgulloso de estar cursando esta titulación universitaria?					
7	¿Usted se olvida de todo lo que sucede a su alrededor cuando está concentrado en sus estudios?					
8	¿Cree usted que los conocimientos adquiridos le ayudarán en su formación?					
9	¿Usted realiza las tareas responsablemente, obtiene un buen rendimiento y se siente satisfecho?					
10	¿Considera usted que el tiempo dedicado a sus estudios es suficiente para obtener buenas calificaciones?					

Anexo 3. Validación de los instrumentos mediante juicio de tres expertos



EVALUACIÓN DE INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

Fecha: Ambato 4 de enero del 2022

Docente evaluador

Se solicita muy comedidamente su colaboración en la evaluación del cuestionario adjunto con la finalidad de que sea revisado y analizado en base a cuatro indicadores pertinencia redacción coherencia y relevancia.

Marque con una \times el casillero en las tablas de validación de contenido conforme su criterio y experiencia profesional.

Información general de la investigadora:

Nombre del investigador	Jessica Alejandra Silva Vaca
Programa de estudio institución	Maestría en Innovación en Educación
Tema de proyecto de investigación	Síndrome de burnout y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de medicina
Objetivos de la investigación	
Objetivo general	Determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Facultad de Medicina y su influencia en el rendimiento académico.
Objetivos Específicos	Fundamentar los referentes teóricos sobre el Síndrome de Burnout y rendimiento académico en el entorno educativo universitario. Identificar la prevalencia del Síndrome de Burnout en el rendimiento académico de los estudiantes de medicina de tercer semestre de la Universidad Regional Autónoma de los Andes. Analizar la relación e influencia del síndrome de burnout en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Universidad Regional Autónoma de los Andes.

Información general del evaluador

Nombre del evaluador	Ing. Patricio Bucheli Ponce Ma.
Institución a la que pertenece	Universidad Tecnológica Iberoamérica
Cargo	Docente Investigador
Años de experiencia en el cargo	10 años
Ultimo Título	Magister en Dirección de Empresas



Escala de valoración instrumento de investigación

Escala

Mayor de 0,9 = Excelente

Mayor de 0,8 = Bueno

Mayor de 0,7 = Aceptable

Menor o igual a 0,7: el modelo no es aconsejable

N.	Pregunta	Excelente	Bueno	Aceptable	No es aconsejable
1	¿El instrumento de medición cumple con el diseño adecuado?	X			
2	¿El instrumento de recolección de datos tiene relación con el título de investigación?	X			
3	¿En el instrumento de recolección de datos se mencionan las variables de investigación?	X			
4	¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	X			
5	¿El instrumento de recolección de datos se relaciona con las variables de estudio?	X			
6	¿La redacción de las preguntas tiene sentido coherente cada una de las preguntas?	X			
7	¿El instrumento de medición se relaciona con cada uno de los indicadores del diseño?	X			
8	¿El instrumento de medición facilitará el análisis y procesamiento de datos?	X			
9	¿Del instrumento de medición son entendibles sus alternativas de respuesta?	X			
10	¿El instrumento de medición es claro, preciso y sencillo para que contesten y de esta manera obtener datos requeridos?	X			



Escrito y controlado por:
PATRICIO
FABIAN BOCHALI
PCRC

Firma del validador

Cuestionario

N.	Pregunta	Alternativas				
		S	CS	AV	CN	N
	<i>Test adaptado. Maslach Burnout Inventory Student Survey: MBI-SS</i>					
1	¿Considera usted que las actividades académicas de esta carrera le agotan emocionalmente?					
2	¿Usted es feliz cuando realiza las tareas relacionadas con los estudios de su carrera?					
3	¿Siente usted que se ha distanciado de sus estudios porque considera que no serán realmente útiles en el futuro profesional?					
4	¿En su opinión, se considera un buen estudiante?					
5	¿Le estimula conseguir objetivos en sus estudios universitarios?					
6	¿Usted durante las clases, demuestra seguridad y eficacia en la finalización de las cosas?					
7	¿Para usted, estudiar o ir a clase todo el día es una tensión?					
8	¿Considera que usted está exhausto de tanto estudiar?					
9	¿Usted se encuentra agotado físicamente al final de un día en la universidad?					
10	¿Usted ha aprendido cosas interesantes durante su carrera?					

Gracias por su colaboración

Validación de los instrumentos, experto 2



EVALUACIÓN DE INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

Fecha: Ambato 4 de enero del 2022

Docente evaluador

Se solicita muy comedidamente su colaboración en la evaluación del cuestionario adjunto con la finalidad de que sea revisado y analizado en base a cuatro indicadores pertinencia redacción coherencia y relevancia.

Marque con una x el casillero en las tablas de validación de contenido conforme su criterio y experiencia profesional.

Información general de la investigadora:

Nombre del investigador	Jessica Alejandra Silva Vaca
Programa de estudio institución	Maestría en Innovación en Educación
Tema de proyecto de investigación	Síndrome de burnout y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de medicina
Objetivos de la investigación	
Objetivo general	Determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Facultad de Medicina y su influencia en el rendimiento académico.
Objetivos Específicos	Fundamentar los referentes teóricos sobre el Síndrome de Burnout y rendimiento académico en el entorno educativo universitario. Identificar la prevalencia del Síndrome de Burnout en el rendimiento académico de los estudiantes de medicina de tercer semestre de la Universidad Regional Autónoma de los Andes. Analizar la relación e influencia del síndrome de burnout en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Universidad Regional Autónoma de los Andes.

Información general del evaluador

Nombre del evaluador	Ing. Mg. SERAFIN SIMEON BARRENO SANCHEZ
Institución a la que pertenece	MINISTERIO DE EDUCACION
Cargo	ASESOR EDUCATIVO
Años de experiencia en el cargo	4 años
Ultimo Titulo	MAGISTER EN CIENCIAS DE LA EDUCACION MENCION EN GESTION EDUCATIVA Y DESARROLLO SOCIAL.



Escala de valoración instrumento de investigación

Escala

Mayor de 0,9 = Excelente

Mayor de 0,8 = Bueno

Mayor de 0,7 = Aceptable

Menor o igual a 0,7: el modelo no es aconsejable

N.	Pregunta	Excelente	Bueno	Aceptable	No es aconsejable
1	¿El instrumento de medición cumple con el diseño adecuado?	X			
2	¿El instrumento de recolección de datos tiene relación con el título de investigación?	X			
3	¿En el instrumento de recolección de datos se mencionan las variables de investigación?	X			
4	¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	X			
5	¿El instrumento de recolección de datos se relaciona con las variables de estudio?	X			
6	¿La redacción de las preguntas tiene sentido coherente cada una de las preguntas?	X			
7	¿El instrumento de medición se relaciona con cada uno de los indicadores del diseño?	X			
8	¿El instrumento de medición facilitará el análisis y procesamiento de datos?	X			
9	¿Del instrumento de medición son entendibles sus alternativas de respuesta?	X			
10	¿El instrumento de medición es claro, preciso y sencillo para que contesten y de esta manera obtener datos requeridos?	X			



Visite el sitio electrónico por:
SERAFIN SIMCÓN
BARRENO SANCHEZ

Validación de los instrumentos, experto 3



EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

Fecha: Ambato 4 de enero del 2022

Docente evaluador

Se solicita muy comedidamente su colaboración en la evaluación del cuestionario adjunto con la finalidad de que sea revisado y analizado en base a cuatro indicadores pertinencia redacción coherencia y relevancia.

Marque con una x el casillero en las tablas de validación de contenido conforme su criterio y experiencia profesional.

Información general de la investigadora:

Nombre del investigador	Jessica Alejandra Silva Vaca
Programa de estudio institución	Maestría en Innovación en Educación
Tema de proyecto de investigación	Síndrome de burnout y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de medicina
Objetivos de la investigación	
Objetivo general	Determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Facultad de Medicina y su influencia en el rendimiento académico.
Objetivos Específicos	Fundamentar los referentes teóricos sobre el Síndrome de Burnout y rendimiento académico en el entorno educativo universitario. Identificar la prevalencia del Síndrome de Burnout en el rendimiento académico de los estudiantes de medicina de tercer semestre de la Universidad Regional Autónoma de los Andes. Analizar la relación e influencia del síndrome de burnout en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Universidad Regional Autónoma de los Andes.

Información general del evaluador

Nombre del evaluador	<u>Dra. Mg. Navas Labanda Alegria Cumandá</u>
Institución a la que pertenece	<u>Universidad Nacional de Chimborazo</u>
Cargo	<u>Docente</u>
Años de experiencia en el cargo	<u>9</u>
Ultimo Titulo	<u>Maestría en Proyectos Educativos y Sociales</u>

Escala de valoración instrumento de investigación
Escala

Mayor de 0,9 = Excelente

Mayor de 0,8 = Bueno

Mayor de 0,7 = Aceptable

Menor o igual a 0,7: el modelo no es aconsejable

N.	Pregunta	Excelente	Bueno	Aceptable	No es aconsejable
1	¿El instrumento de medición cumple con el diseño adecuado?	X			
2	¿El instrumento de recolección de datos tiene relación con el título de investigación?	X			
3	¿En el instrumento de recolección de datos se mencionan las variables de investigación?	X			
4	¿El instrumento de recolección de datos facilitará el logro de los objetivos de la investigación?	X			
5	¿El instrumento de recolección de datos se relaciona con las variables de estudio?	X			
6	¿La redacción de las preguntas tiene sentido coherente cada una de las preguntas?	X			
7	¿El instrumento de medición se relaciona con cada uno de los indicadores del diseño?	X			
8	¿El instrumento de medición facilitará el análisis y procesamiento de datos?	X			
9	¿Del instrumento de medición son entendibles sus alternativas de respuesta?	X			
10	¿El instrumento de medición es claro, preciso y sencillo para que contesten y de esta manera obtener datos requeridos?	X			



 Dra. Mg. Navas Labanda Alegría Cumandá

Anexo 4. Tercera fase.

Ejecución: poner en práctica las acciones que se han establecido en las fichas de intervención

Primera Sesión. Introducción al programa de prevención

Preparación (Iniciar la sesión)

Antecedentes

En el aspecto psicológico, se considera que las técnicas conductuales refuerzan los comportamientos adaptativos, reemplazan o eliminan las conductas disfuncionales; influyendo en los efectos del estrés y la fatiga (insomnio, taquicardia, agitación motora y otras reacciones) (Rodríguez et al., 2019)

En la Universidad Autónoma de los Andes (UNIANDES) en el tercer semestre de la Facultad de Medicina, una vez comprobado que los estudiantes tienen dificultades en la autoestima, la autoeficacia, las habilidades de comunicación, las actitudes, la empatía, incluida la escucha atenta y la percepción de estados de ánimo, es esencial utilizar estrategias preventivas del síndrome del burnout y mejoren el rendimiento académico.

Objetivos establecidos en el programa

- Socialización de los objetivos perseguidos durante el proceso de intervención
- Caracterizar un problema de la vida real o una situación problemática para sugerir estrategias para tomar acciones definidas para remediarlo.
- Proporcionar a los estudiantes estrategias de afrontamiento para mejorar la salud, la calidad estudiantil y el bienestar personal.
- Desarrollar habilidades personales, emocionales y profesionales que ayuden en la comunicación eficaz, el trabajar en equipo, y el rendimiento académico.
- Proporcionar a los estudiantes estrategias de afrontamiento para mejorar el desempeño académico.

Comunicación efectiva

Es un proceso que permite optimizar la relación con los estudiantes implica, el uso de técnicas de observación, por medio de la interpretación de las señales verbales y no verbales, mediante recursos que estén al alcance de la persona sea interesada en participar de la comunicación.

Para una comunicación efectiva, se debe establecer una relación entre los estudiantes participantes, de tal forma es esencial el empleo de recursos que admiten fortalecer el conocimiento sobre sus problemas, complicaciones o conflictos. Al respecto se recomienda; usar lenguaje sencillo, ordenar la información, estimular soluciones, repetir las ideas principales, permitir la expresión de opiniones, aplicar múltiples canales de comunicación, entre otros.

Introducción

Revisar la información obtenida en la investigación para profundizar en el conocimiento sobre las estrategias de afrontamiento y el Burnout.

Desde el punto de vista de Gutiérrez et al (2020) las estrategias de afrontamiento brindan apoyo ante las dificultades y factores de riesgo que puedan surgir en el entorno académico; por otro lado, la presencia de los factores protectores es de vital importancia, ya que elevan los niveles de autoeficacia, en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

En cuanto a los beneficios de las estrategias de afrontamiento:

Estrategias de afrontamiento

Mejora el manejo emocional

Reduce los niveles de estrés y ansiedad

Fortalece la conducta adaptativa

Controla la respuesta a los pensamientos desordenados

Reduce el malestar psicológico y físico en pacientes con dolor crónico

Previene enfermedades mentales

Mejora de la memoria, la capacidad de almacenamiento de información

Adquiere responsabilidad de la toma de decisiones y la sensibilización.

Fuente: Elaboración propia a partir de Viciano et al., (2018); Oblitas y Soto (2019)

Desarrollo

Análisis estrategias de afrontamiento y Burnout

En definitiva, la estrategia contribuye en el cumplimiento de estándares establecidos para promulgar las condiciones de calidad que deben brindar las instituciones de educación superior en el país, incluido el aseguramiento en los programas académicos donde exista un modelo que permita prevenir y atender los factores que impidan el buen desarrollo y el rendimiento académico de los estudiantes.

Análisis de las consecuencias del síndrome de Burnout

Las consecuencias del síndrome de burnout pueden ser muy graves, al perjudicar en el área personal, familiar y profesional, entre las consecuencias sobresale los conflictos para cumplir actividades académicas, dificultad para dormir, la fatiga aumenta la probabilidad de enfermedad, enfermedades gastrointestinales, dolores de espalda, cuello, de cabeza, sudores fríos, náuseas; las puntuaciones más altas de personalización conducen a un mayor malestar psicosocial, mientras, los niveles altos de estrés predicen problemas de salud física y espiritual.

El síndrome de Burnout (SB) es consecuencia de una prolongada y continúa exposición a factores estresantes en el área formativa, afecta a los estudiantes en los aspectos físicos, psicológicos y emocionales, influye el rendimiento académico, la responsabilidad, la calidad de las actividades curriculares y extracurriculares.

Estrategia Una montaña de conflictos.

Los conflictos en el aula son usuales y totalmente normales, sin embargo, es significativo el dar una solución, por esta razón, se propone a los estudiantes la escritura de una situación compleja que en la actualidad ha generado malestar.

Todos los estudiantes ubican los papeles en una caja y, cada alumno sacará uno y lo

leerá, se quiere lograr con esta actividad la toma de conciencia del malestar de los demás y fomentar el aprendizaje a través de su ubicación en los pies de sus compañeros.

Información global sobre prevención y control del Burnout.

El síndrome de burnout, es denominado síndrome de agotamiento físico y mental, en respuesta a elevados niveles de tensión, que alteran la personalidad y la autoestima de los estudiantes; en este contexto, el estrés y la ansiedad son los principales síntomas, relacionados con la aparición de trastornos como el insomnio, aumento de peso o pérdida de apetito, reflejados en dolores musculares, migraña y problemas gastro intestinales.

Prevención y control del burnout.

- Eliminar los estresores ambientales.
- Modificar patrones de conducta, y estilos de afrontamiento.
- Identificar factores estresantes y riesgo.
- Reducir el estrés.
- Conocer y aprender estrategias que aborden y prevengan el Burnout.

Cierre

En general, los estudiantes universitarios en la Facultad de medicina, debido a la sobrecarga de actividades académicas, enfrentan incertidumbre y niveles de estrés que podrían afectar de manera progresiva, en su formación profesional, por esta razón, el plan de prevención permite:

- Prevenir enfermedades mentales y aumentar el bienestar
- Mejorar la salud mental y el bienestar durante periodos estresantes
- Potenciar la concentración en el presente.
- Explorar el mundo intensificando nuestros sentidos, sin prejuicios
- Aceptar el mundo como es reduciendo pensamientos negativos sobre el pasado o el futuro.

Actividad “Eres un sol brillante”

A continuación, se comparte una hoja que tiene como imagen central un sol con una sonrisa.

Se solicita a los estudiantes que redacten en esa hoja sus virtudes o aquellas cosas positivas que son de su conocimiento.

- Cada uno en sus hogares podrán reflexionar sobre sus actitudes positivas.
- Para esta actividad, los estudiantes deberán preguntar a sus familiares o allegados las cosas o aspectos positivos que ven en el estudiante.
- La información recibida será comentada en la sesión siguiente.

“SOL BRILLANTE”



Narración

“Espacio, espacio” de Carolina Gorrindo, en Cuentos de Verano.

La narración hace referencia a un estudiante que desea tener una mayor edad un hada le obsequia un carrete de hilo dorado, cada vez que quiera tener más edad, debe tirar del hilo; sin darse cuenta, en sus deseos de contraer matrimonio, tener su familia, hijos y nietos malgasta todo el hilo; por su apresuramiento perdió momentos importantes para vivir a plenitud.

Era un sueño, la finalidad fue, concientizar sobre la trascendencia de los estudiantes en vivir de acuerdo a cada etapa de crecimiento, disfrutar el presente, estudiar en el presente y adquirir conocimientos para su vida profesional y laboral.

Finalización

Dinámica de sustento social

Cada estudiante tiene un componente esencial, que realza su virtud, su autoestima y autovaloración, este aspecto incrementa los sentimientos de pertenencia, la autoconfianza en la colectividad, la observación de lo positivo en el área interior y exterior.

- En esta dinámica se vendará los ojos los estudiantes que previo a un control que requiere de la concentración, y respiración fomentarán su confianza hacia el compañero que le conducirá por el camino con obstáculos (sillas, gradas, mesas).
- En esta dinámica no se podrá hablar, por esa razón sobresale la confianza y seguridad.
- Posteriormente se cambian los roles.

Con la dinámica se ha propuesto lograr que los estudiantes que lleven por un tiempo los ojos vendados sean capaces de relajarse, adquirir confianza en sí mismo, en sus actos, y seguridad en cada una de sus actividades o acciones a pesar de los obstáculos que enfrente en su diario vivir.

Al finalizar se establece la pregunta: ¿qué ha sentido usted al estar los ojos vendados? ¿usted ha generado confianza en sus compañeros? En definitiva, se establece un detalle relacionado con la trascendencia que tiene la confianza en cada uno de los estudiantes, siendo un factor que reduce el estrés, favorecen el bienestar en el área interpersonal y social.

Aplicación de la relajación “Respiración Profunda”

El oxígeno es un elemento imprescindible para el perfecto funcionamiento del organismo, existe una relación directa entre la respiración y la condición física; por lo tanto, la respiración al ser controlada, reduce la activación fisiológica y ayuda a combatir o gestionar la ansiedad y el estrés.

- Esta técnica implica aprender a respirar lentamente: 8 o 12 respiraciones por minuto (normalmente respiramos de 12 a 16 veces por minuto)
- Respirar a través del pecho.
- Intenta hacer esta respiración en un lugar limpio, cómodo y tranquilo.

Segunda Sesión. Aspectos significativos relacionados con el Estrés y Burnout en el área académica

Preparación

Renovar variables personales: de comportamiento, búsqueda de apoyo social, y estilos de afrontamiento.

Introducción

Contenido Práctico para la Prevención y Control del Burnout

Presentación

En el momento inicial, se efectúa una dinámica integradora, la finalidad es fomentar la interacción entre los estudiantes.

Lluvia de ideas

- ¿Qué deseo lograr mediante la asistencia a las sesiones?
- Para el efecto se aplica la dinámica con la pelota, la finalidad es incentivar en la participación.
- El primer estudiante que llegue a la pelota es el participante.
- En lo posterior pasará a otro compañero y así sucesivamente, de esta forma se disminuye las tensiones en la comunicación y expresión, estableciendo una secuencia definida.

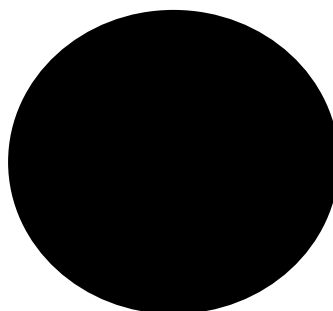
Palabra rápida

¿Con que contribuiré yo al curso? En el mismo contexto, con la dinámica efectuada anteriormente, cada estudiante en frases cortas exteriorizará su aportación al grupo durante las sesiones, estableciendo un compromiso colectivo.

El orificio negro

- Luego de pasar la actividad anterior mediante el uso de una hoja (cartulina) se procede a efectuar la reflexión durante 10 minutos.
- Cada estudiante deberá escribir un significado personal referente (¿qué considera usted que es el orificio negro?; incluye las cosas, o acciones que desea cambiar de sí mismo.
- El ejercicio tiene como fin, fomentar la interiorización, por una parte, se observa aspectos negativos, mientras por otro se valora lo que otros ven negativo.

Aspectos negativos
Aspectos Positivos



Desarrollo

Contenido teórico de prevención y control del burnout

- El Estrés, interviene en el entorno y el área personal, en el contexto académico surge cuando el estudiante enfrenta situaciones como amenaza, incluye la excesiva responsabilidad en la interacción, el cumplimiento de actividades y tareas, frente a esta situación existe la necesidad de ser conscientes de la magnitud del problema o dificultad y buscar ayuda, orientación o asesoramiento, que poste en la toma de decisiones complejas, sin embargo en cualquier dificultad es importante el

compromiso personal y esfuerzo, ingredientes que fortalecen la anomía y autoestima.

- El Burnout, es exteriorizado en un estado de fatiga o frustración producido debido a las actividades que ejecuta, el estilo de vida o las metas no logradas alcanzadas; en este sentido, los estudiantes comprometidos con sus actividades tienen mayor vulnerabilidad en el padecimiento del síndrome especialmente los estudiantes de carreras o profesiones prácticas como la medicina.
- Estrategias de afrontamiento al estrés, Con el propósito de fortalecer la actitud, el comportamiento, las habilidades y competencias en el área académica, es significativo aplicar las técnicas de relajación, que influyen de forma efectiva en la optimización del tiempo, organización de tareas y actividades, adquisición de hábitos de estudio, y el control emocional ante situaciones vulnerables.
- Estrategias de afrontamiento al Burnout, es significativo el control del potencial estresante, por esta razón se incrementan el uso de recursos personales, que incluye el apoyo social, la comunicación, las relaciones interpersonales.
- Relajación, la relajación disminuye las tensiones, desde la visión psicológica y terapéutica favorece en la concentración, la atención y memoria, en este contexto es importante la aplicación de las técnicas.

Cierre

Lluvia de ideas

- ¿Cuándo siento que estoy estresado?
- Siguiendo con la pelota cada estudiante exterioriza las situaciones que incrementan sus niveles de estrés.
- Con esta técnica se estima alcanzar el conocimiento en referencia a los estresores de mayor significación de los estudiantes participantes; de igual

forma se fomenta la participación, la confianza y seguridad durante las actividades grupales.

- Además, facilita el conocimiento de las similitudes en cada estudiante (factores estresores)

Scar

- En este literal se aplica la técnica: “El león de los miedos”:

Se entrega a cada integrante una hoja en la cual aparece Scar conocido como el león que realiza actividades negativas, (representa al hermano de Mufasa tomado de la película “El Rey León”).

En el centro y en los costados de las tablas se recomienda la escritura de los miedos, en relación a las sesiones que están cumpliendo, con afinidad al trabajo y con razón a cualquier otro momento en su vida personal o académica.

Miedos en el aula
Miedos en el diario vivir

“SCAR”



Finalización

Técnicas de respiración

Se orienta en la práctica de técnicas de respiración 5/7 (atención, concentración, se aplica un conteo lento hasta 5 y consecutivamente hasta 7), la respiración es diafragmática con una derivación del yoga. La finalidad es disminuir los niveles de activación fisiológica, constituyéndose en un recurso útil que controla las situaciones estresantes.

Gráfico, “reconociendo circunstancias estresantes”

Se entrega un gráfico que facilita la escritura de las situaciones que generen estrés. En la hoja deberá indicar: el día, hora, el origen, la sensación y la acción efectuó en ese momento.

“Reconociendo situaciones de estrés?”

Día	Hora	Origen de Estrés	¿Qué sintió?	¿Qué hizo?

Tercera sesión. Estrategias dirigidas al aprendizaje y aplicación de recursos cognitivos

Preparación

Introducción

- Plantear los objetivos iniciales que orientarán en la estrategia
- Explicar los componentes la importancia del autocontrol.
- Reconocer la trascendencia de la autoestima.
- Enfatizar en la Reestructuración cognitiva

Desarrollo

Contenido Teórico. Aprendizaje y empleo de recursos cognitivos.

Autocontrol

Etapas del autocontrol (autoobservación, autorregistro, autoevaluación y autorrefuerzo, autoestima, autorrealización, autocrítica), estrategias (prevención de las conductas de preocupación, afrontamiento de la hostilidad), técnicas de autocontrol (estimulan el control, la programación de comportamiento, etc.) (Pérez, 2019).

Autoestima

Relacionada a la autoimagen, (concepto que una persona tiene de sí misma), y la autoaceptación (autorrealización); la autoestima puede aumentar o disminuir en función de las situaciones afectivas, familiares, sociales o profesionales, incluso de la autocrítica positiva o negativa.

Reestructuración cognitiva

Implica la comprensión del mundo mediante el uso de representaciones mentales e imágenes que promueven la percepción del entorno con sustento en las creencias y expectativas que posee el ser humano, en este sentido, se considera necesaria la realización de terapias cognitivas que incluyen técnicas centradas en las emociones, la conducta, la resolución de problemas (Pardo, 2019)

Su utilización disminuye los trastornos de ansiedad, la depresión, los conflictos psicológicos, la baja autoestima, los problemas familiares, personales, e interpersonales; incrementa la comunicación, los sentimientos positivos, el sentido de aceptación, la responsabilidad, el control en las emociones, entre otros aspectos

Contenido Práctico. Aprendizaje y empleo de recursos cognitivos

La lectura de la “fábula de Ulises y el autocontrol”, publicada en Costa y López (1996); pretende concienciar sobre los procesos de autorregulación y autocontrol, el autocastigo/autocrítica, así como la necesidad de pensar en escenarios de acción que favorezcan en la integración al entorno.

“El autocontrol del surfista”

En la pantalla se programa una imagen atletas que surfean en las olas, muestra el control en la realización de su exhibición. La pregunta es ¿Cuál de los surfistas han seguido el procedimiento para efectuar una demostración adecuada? Al respecto:

- Se efectúa un brainstorming (tormenta de ideas).
- Se anota las ideas en la pizarra
- Por último, se detalla la analogía para el autocontrol emocional.

Cierre

Mejorar la autoestima como un proceso importante para el bienestar emocional.

“Contextos de pérdida de control”

Día	1	2	3	4
Hora				
¿Qué paso?				
¿Qué hice				
¿Qué sentí?				
¿Qué resultado obtuve?				

Finalización

Lluvia de ideas: “Rompe tus cadenas”.

Una vez leído el cuento “El elefante encadenado” ubicado en el libro “Recuentos para Demian” escrito por Jorge Bucay, es necesario reforzar la concientización, por esta razón se establece la interrogante: ¿cuáles son las cadenas que atrapan al estudiante de medicina? ¿Se puede hacer algo para soltar?

Dinámica: “Esto me gusta de ti...”.

- Los estudiantes, con una hoja o cartulina y un esfero/bolígrafo, se ubica en parejas.
- Cada uno tiene un tiempo de 2 minutos para exteriorizar la virtud de su

compañero.

- De forma consecutiva escribe en su hoja o cartulina el criterio.
- Se efectúan los cambios de pareja, en un tiempo establecido.
- Cada estudiante debe tener en su cartulina escrita las virtudes que sus compañeros han expuesto.
- Para finalizar, los estudiantes deben leer el criterio de los compañeros.

Anexo 5. Cuarta Fase. Evaluación

Evaluar la aplicación del programa de prevención orientado al afrontamiento del Síndrome de Burnout y la mejora del rendimiento académico de los estudiantes de tercer semestre de la Facultad de Medicina, en la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES).

- Recompensas: encontrar resultados valiosos.
- Se entrega a los estudiantes una hoja de papel.
- Evalúan y descubren las actitudes sus compañeros.
- Reconoce comportamientos y acciones positivas.
- Menciona quien es, el compañero y felicita.

Evaluar
Descubrir

“Recompensas”



“He mejorado en ...”.

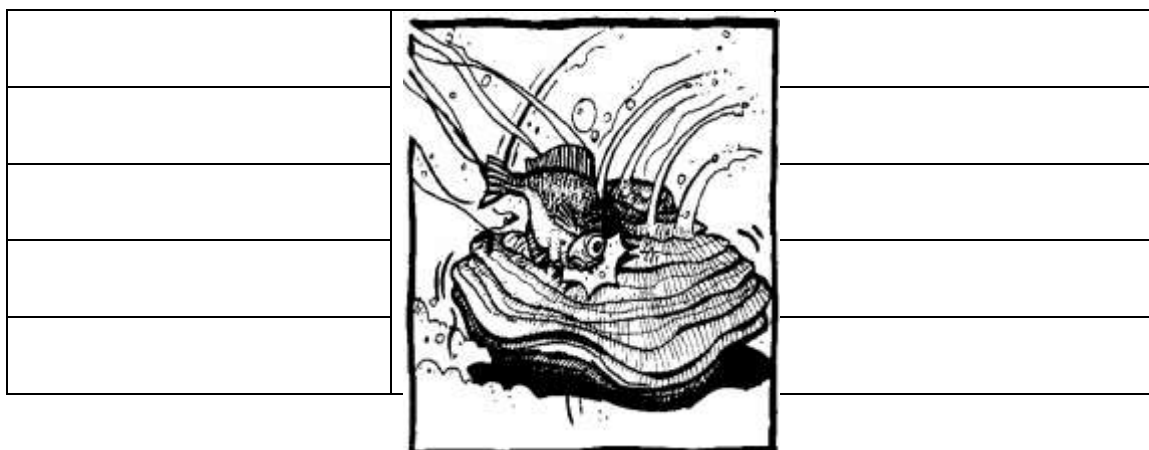
- Se entrega a los estudiantes una hoja de papel.
- Los estudiantes escriben los aspectos han mejorado entorno al rendimiento.
- Toman como inicio las sesiones de prevención.

“He mejorado en”



Problemas de integración

- Se distribuye una hoja de papel a cada estudiante.
- Escriben los problemas más complejos que han enfrentado en su rendimiento académico.
- Proponen las alternativas solución para mejorar su desempeño universitario.



Dibujo reproducido con permiso del autor (Costa y López, 1996)

Anexo 6. Lista de tablas

Tabla 2.1. Análisis estadístico de los Datos Sociodemográficos. Dimensión Personal	27
Tabla 2.2. Análisis de fiabilidad del cuestionario (MBI-SS)	30
Tabla 2.3. Análisis de fiabilidad del cuestionario Engagement Académico.....	31
Tabla 2.4. Fases de la propuesta.....	39
Tabla 2.5. Matrices de planificación didáctica.....	42
Tabla 2.6. Segunda Sesión. El Estrés y Burnout en el área académica	43
Tabla 2.7. Tercera sesión. Estrategias de aprendizaje y aplicación de recursos cognitivos	44
Tabla 3.9. Resultados de la escala de valoración de los instrumentos	46
Tabla 3.9. Análisis Global del Cuestionario MBI-SS	49
Tabla 3.10. Agotamiento emocional.....	51
Tabla 3.11. Felicidad al realizar las tareas relacionadas con los estudios	53
Tabla 3.12. Distanciamiento de los estudios.....	54
Tabla 3.13. Se considera un buen estudiante.....	55
Tabla 3.14. Estimulación al lograr sus objetivos	56
Tabla 3.15. Seguridad en sí mismo	57
Tabla 3.16. Tensión emocional.....	58
Tabla 3.17. Cansancio mental	60
Tabla 3.18. Agotamiento físico	61
Tabla 3.19. Aprendizaje significativo.....	62

Tabla 3.21. Análisis Escala de Engagement Académico	63
Tabla 3.22. Energía por los logros académicos	65
Tabla 3.23. Asiste a clases, estudia y realiza las tareas	67
Tabla 3.24. Enfrenta las dificultades con constancia y perseverancia	68
Tabla 3.25. Entusiasmo por los estudios que realiza	69
Tabla 3.26. Motivación por crear cosas nuevas relacionadas	71
Tabla 3.27. Orgullo por cursar la titulación universitaria en medicina	72
Tabla 3.28. Concentración en los estudios	74
Tabla 3.29. Los conocimientos adquiridos le ayudarán en su formación	75
Tabla 3.30. Responsabilidad y rendimiento académico	76
Tabla 3.31. Conformidad con el tiempo de estudio y sus calificaciones	77
Tabla 3.32. Correlación Rho de Spearman	79
Tabla 3.33. Rho Spearman	80
Tabla 3.34. Correlación entre las variables de estudio	80
Tabla 3.35. Resumen de prueba de hipótesis	81
Tabla 3.36. Agotamiento emocional	82
Tabla 3.37. Felicidad al realizar las tareas relacionadas con los estudios	83
Tabla 3.38. Distanciamiento de los estudios	84
Tabla 3.39. Se considera un buen estudiante	85
Tabla 3.40. Estimulación al lograr sus objetivos	86
Tabla 3.41. Seguridad en sí mismo	87
Tabla 3.42. Tensión emocional	88
Tabla 3.43. Cansancio mental	89
Tabla 3.44. Agotamiento físico	90
Tabla 3.45. Aprendizaje significativo	91
Tabla 3.46. Energía por los logros académicos	92
Tabla 3.47. Asiste a clases, estudia y realiza las tareas	93
Tabla 3.48. Enfrenta las dificultades con constancia y perseverancia	94
Tabla 3.49. Entusiasmo por los estudios que realiza	95
Tabla 3.50. Motivación por crear cosas nuevas relacionadas	96
Tabla 3.51. Orgullo por cursar la titulación universitaria en medicina	97
Tabla 3.52. Concentración en los estudios	98
Tabla 3.53. Los conocimientos adquiridos le ayudarán en su formación	99
Tabla 3.52. Responsabilidad y rendimiento académico	100

Tabla 3.53. Conformidad con el tiempo de estudio y sus calificaciones	101
Tabla 3.56. Validez del programa de prevención.....	102

Anexo 7. Lista de gráficos

Gráfico 1.1. Sintomatología del Burnout.....	11
Gráfico 1.2. Características del Síndrome de Burnout	13
Gráfico 1.3. Variables del Síndrome de Burnout	15
Gráfico 1.4. Rendimiento académico	20
Gráfico 1.5. Tipos de rendimiento educativo	18
Gráfico 3.6. Resultados de la escala de valoración de los instrumentos.....	48
Gráfico 3.7. Análisis Global del Cuestionario MBI-SS	50
Gráfico 3.8. Agotamiento emocional	52
Gráfico 3.9. Tareas relacionadas con los estudios.....	53
Gráfico 3.10. Distanciamiento de los estudios	54
Gráfico 3.11. Opinión personal soy un buen estudiante.....	55
Gráfico 3.12. Estimulación al lograr sus objetivos	56
Gráfico 3.13. Seguridad en sí mismo	57
Gráfico 3.14. Tensión emocional.....	59
Gráfico 3.15. Cansancio mental	60
Gráfico 3.16. Agotamiento físico	61
Gráfico 3.17. Aprendizaje significativo	62
Gráfico 3.18. <i>Análisis Escala de Engagement Académico</i>	64
Gráfico 3.19. Energía por los logros académicos.....	66
Gráfico 3.20. Asiste a clases, estudia y realiza las tareas.....	67
Gráfico 3.21. Enfrenta las dificultades con constancia y perseverancia.....	68
Gráfico 3.22. Entusiasmo por los estudios que realiza.....	70
Gráfico 3.23. Motivación por crear cosas nuevas relacionadas	71
Gráfico 3.24. Orgullo por cursar la titulación universitaria en medicina.....	73
Gráfico 3.25. Concentración en los estudios.....	74
Gráfico 3.26. Los conocimientos adquiridos le ayudarán en su formación.....	75
Gráfico 3.27. Responsabilidad y rendimiento académico.....	76
Gráfico 3.28. Conformidad con el tiempo de estudio y su rendimiento	78
Gráfico 3.29. Agotamiento emocional	82

Gráfico 3.30. Tareas relacionadas con los estudios.....	83
Gráfico 3.31. Distanciamiento de los estudios	84
Gráfico 3.32. Opinión personal soy un buen estudiante.....	85
Gráfico 3.33. Estimulación al lograr sus objetivos	86
Gráfico 3.34. Seguridad en sí mismo	87
Gráfico 3.35. Tensión emocional.....	88
Gráfico 3.36. Cansancio mental	89
Gráfico 3.37. Agotamiento físico	90
Gráfico 3.38. Aprendizaje significativo	91
Gráfico 3.39. Energía por los logros académicos.....	92
Gráfico 3.40. Asiste a clases, estudia y realiza las tareas.....	93
Gráfico 3.41. Enfrenta las dificultades con constancia y perseverancia.....	94
Gráfico 3.42. Entusiasmo por los estudios que realiza.....	95
Gráfico 3.43. Motivación por crear cosas nuevas relacionadas	96
Gráfico 3.44. Orgullo por cursar la titulación universitaria en medicina.....	97
Gráfico 3.45. Concentración en los estudios.....	98
Gráfico 3.46. Los conocimientos adquiridos le ayudarán en su formación.....	99
Gráfico 3.47. Responsabilidad y rendimiento académico.....	100
Gráfico 3.48. Conformidad con el tiempo de estudio y su rendimiento	101