

# Estrés académico, burnout y engagement en estudiantes de enfermería

Carlos Andrés Sarmiento, Luis Fernando Penagos, Jimmy David Ordóñez  
Alba Idaly Muñoz Sánchez\*

## RESUMEN

**Objetivo:** Describir características de estrés académico, burnout y engagement en los estudiantes de enfermería de una universidad de Bogotá en el segundo semestre de 2014.

**Metodología:** Se desarrolló un estudio cuantitativo, descriptivo y de corte transversal en el segundo semestre de 2014 con estudiantes de enfermería que se encontraban en práctica comunitaria u hospitalaria, aplicando tres instrumentos (SISCO, MBI-SS y UWES – S, 15) y un cuestionario de variables sociodemográficas.

**Resultados:** Se contó con la participación de 420 estudiantes. El 93,6% de los estudiantes presentan estrés académico, y de ellos el 35,7% lo presentan con una intensidad alta. El 18,60% de los estudiantes presentan burnout. Frente a engagement se encontró que el 70,05 % de los estudiantes presenta un nivel medio de engagement. Se hallaron relaciones entre la presencia de burnout, engagement estrés académico, y variables sociodemográficas/académicas.

**Palabras Clave—** burnout, engagement, estrés académico, estudiantes de enfermería

## I. INTRODUCCIÓN

En diversos estudios se ha identificado que los estudiantes en formación del sector salud, viven y perciben cargas de estudio altas, que asociadas a otros factores individuales y sociales, pueden llevarlos a desarrollar estrés o burnout; por lo tanto, cuando el estudiante tiene dificultades para adaptarse en medio de situaciones propias de la profesión, o incluso cuando no se muestra satisfecho con la elección de carrera, pueden ser identificadas algunas fuentes de estrés que pueden llevar al desarrollo de burnout [1], [2].

Estos fenómenos han sido estudiados ampliamente a nivel mundial, demostrando su importancia científica, laboral y

Carlos Andrés Sarmiento: [casarmientoh@unal.edu.co](mailto:casarmientoh@unal.edu.co), estudiante de pregrado en Enfermería - Universidad Nacional de Colombia.

Luis Fernando Penagos Cubillos: [lfpenagosc@unal.edu.co](mailto:lfpenagosc@unal.edu.co), estudiante de pregrado en Enfermería - Universidad Nacional de Colombia.

Jimmy David Ordóñez Pedroza: [jidordonezpe@unal.edu.co](mailto:jidordonezpe@unal.edu.co), estudiante de pregrado en Enfermería - Universidad Nacional de Colombia.

\*Alba Idaly Muñoz Sánchez: [aimunozs@unal.edu.co](mailto:aimunozs@unal.edu.co), docente facultad de Enfermería, Semillero de Investigación - Salud y cuidado de los colectivos. Tutora del proyecto de investigación. – Universidad Nacional de Colombia.

Este proyecto fue financiado por la convocatoria de apoyo a semilleros de investigación de la dirección de investigación. Sede Bogotá

social, indicando que la presencia e intensidad de estos pueden derivar en el deterioro de la salud y del bienestar de las personas [1] [3]; a pesar de este conocimiento, no se evidenció la existencia de investigaciones desarrolladas en estudiantes de enfermería en Colombia. El objetivo de esta investigación se centró en describir características de estrés académico, burnout y engagement en los estudiantes de enfermería de una universidad de Bogotá en el segundo semestre de 2014, identificando la presencia e intensidad de estos y las relaciones y asociaciones con variables sociodemográficas y académicas de los participantes.

A partir de la presente investigación se busca generar una base de conocimiento sobre la presencia de los fenómenos de burnout, engagement y estrés académico que presentan los estudiantes de enfermería practicantes frente a las actividades académicas.

## II. REVISIÓN DE LITERATURA

Para el desarrollo de la investigación se hizo necesaria una revisión de literatura con relación a la producción científica en el área hallando que durante las últimas 4 décadas se ha ampliado el interés en el estudio de los fenómenos de burnout [3] [4], estrés académico [5] y engagement [6], [7].

El concepto de burnout puede entenderse en forma general como la experiencia de una persona de perder la capacidad de realizar contribuciones importantes que tengan un impacto en su entorno [7]. En el contexto académico estudiantil, el burnout está caracterizado por: 1) sentirse agotado por las demandas del estudio, lo que se denomina fatiga emocional; 2) tener una actitud distante hacia el estudio, denominada como cinismo o despersonalización; y 3) Sentimientos de incompetencia como estudiante, lo que se denomina ineficacia académica [6], [7], [8], [2], [9], [10].

La investigación de Gibbons, Dempster y Moutray (2009) [11] de Reino Unido halló que la fatiga emocional en estudiantes de último año de formación se asocia de forma positiva con problemas o fallas la organización del curso y de forma negativa con experiencias positivas en la práctica [11]. Rella, Winwood, y Lushington (2009) [12] realizaron un estudio en Australia con 431 participantes en donde encontraron que un 20% de los participantes presentaban signos serios de fatiga/estrés en forma mal adaptativa [12].

En Latinoamérica se han realizado varios estudios [2], [13], [10]; uno de ellos realizado en una universidad pública del sur de Brasil en el año 2013 por Tomaschewski *et al*, que reveló que el distanciamiento hacia el estudio se ve influenciado por la debilidad emocional [2]. El estudio de Oliveira *et al*, reveló por ejemplo que si bien no hay presencia de burnout establecida, si existen altos índices de fatiga emocional entre los estudiantes [13].

El “*engagement*”, la hipótesis opuesta a burnout [6], es definido como un estado positivo, gratificante y relacionado con el trabajo de la mente, también se refiere a un estado afectivo y cognitivo persistente, no momentáneo, que no está centrado en un objeto, evento o comportamiento particular. En las personas con engagement se pueden evidenciar tres aspectos [6]: vigor, dedicación y absorción; El vigor se caracteriza por altos niveles de energía y resiliencia mental durante las actividades; y por la voluntad y habilidad para gastar o invertir esfuerzo en la actividad que se realice. La dedicación es caracterizada por un sentimiento de significación, entusiasmo, inspiración, orgullo y reto. La absorción se caracteriza porque la persona está completamente concentrada y felizmente compenetrada en la actividad que realiza, por lo que el tiempo se pasa rápidamente y la persona se siente realizada con lo que hace.

Con relación a estrés académico, actualmente existen diferentes modelos explicativos de su desarrollo. Actualmente, se ha fortalecido el modelo de estrés transaccional de Lazarus [5], en donde se entiende el estrés como una respuesta psicológica del individuo en relación con su entorno, lo que permite una comprensión de la dinámica del estrés como una acción que se establece a partir del ambiente en el que se interactúa. El concepto de estrés académico ha captado la atención de diferentes investigadores alrededor del mundo durante las cuatro últimas décadas dada la evidenciada relación del estrés en la afectación de cada vez más personas, interfiriendo en el comportamiento y la salud [14], al tiempo que está considerada como una de las mayores responsables de la aparición de alteraciones psicológicas y somáticas en nuestros días en adultos, niños y adolescentes [15].

De acuerdo con Barraza [5], el estrés académico es un estado psicológico que manifiestan los estudiantes debido a las demandas o exigencias de su ambiente de aprendizaje; Las fuentes de estrés académico se sitúan fundamentalmente en el contexto académico [5]. Los indicadores del desequilibrio sistémico están comprendidos en tres componentes:

Los estresores físicos corresponden a reacciones propias del cuerpo, por ejemplo, morderse las uñas, presentar temblores musculares, migrañas, insomnio, entre otros; Los estresores psicológicos se relacionan con funciones cognoscitivas o emocionales del estudiante, en esta agrupación se encuentran la inquietud, los problemas de concentración, el bloqueo mental, y la depresión, entre otros; Por último, se encuentran las estrategias de afrontamiento, siendo estas respuestas de la persona en las cuales usa sus recursos disponibles para intentar resolver la situación estresante.

La revisión de literatura previa pone de manifiesto la escasa bibliografía existente que relaciona el estrés académico, burnout y engagement en estudiantes de enfermería con variables sociodemográficas y académicas en el contexto Colombiano.

### III. MÉTODO

#### A. Diseño

Se llevó a cabo un estudio cuantitativo descriptivo de corte transversal para describir las características de estrés académico, burnout y engagement en los estudiantes de enfermería de una universidad de Bogotá en el segundo semestre de 2014 mediante la aplicación de varios instrumentos. Además de la descripción de las variables objeto de estudio, se realizó análisis estadístico con el fin de determinar si existía asociación o relación entre burnout, engagement y estrés académico con variables sociodemográficas.

#### B. Población - Participantes

El universo del estudio estuvo formado por estudiantes de enfermería que cursaran asignaturas de componente teórico-práctico en el segundo semestre de 2014 (N=462). Dentro de los criterios de exclusión se encuentra el no firmar el consentimiento informado y no estar presente al momento de la aplicación de los instrumentos con la totalidad del grupo.

#### C. Instrumentos

*Maslach Burnout Inventory – Students Survey (MBI-SS)* [6]. Instrumento compuesto por 15 ítems en tres dimensiones: agotamiento emocional (5 ítems), cinismo o despersonalización (4 ítems) y eficacia académica (6 ítems); estos son respondidas según una escala tipo Likert de 7 niveles (0=nunca y 7=siempre) donde puntuaciones altas en agotamiento emocional en combinación con un alto puntaje negativo en una de las dos dimensiones restantes determinan la presencia de burnout.

*Utrecht Work Engagement Scale – Students. Versión 15 (UWES – S, 15)* [16]. Este instrumento está compuesto por 15 ítems dividido en tres dimensiones: vigor (5 ítems), absorción (5 ítems) y dedicación (5 ítems); estos son respondidas según una escala tipo Likert de 7 niveles (0=nunca y 7=siempre) cuya intensidad se presenta por cada dimensión.

*Instrumento SISCO de estrés académico* [5]. Este instrumento se compone por 36 ítems distribuidos de la siguiente manera: un ítem filtro que, en términos dicotómicos (sí-no) permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario para a continuación dividirse en 3 categorías: estresores (10 ítems), síntomas físicos (18 ítems) y estrategias de afrontamiento (8 ítems); estos son respondidos según una escala tipo Likert de 5 niveles (1=nunca y 5=siempre), donde la presencia se define cuando hay altos niveles en las tres categorías [17].

Estos tres instrumentos están validados para el contexto colombiano: los dos primeros (los cuales miden burnout y engagement respectivamente) por Carmen Caballero en Barranquilla [18] y el tercero (el cual mide estrés académico) por Rossana Jaimes en Bucaramanga [17]. Adicionalmente, se recolectaron datos sociodemográficos y académicos de los participantes para relacionarlos con los resultados de los instrumentos.

#### D. Procedimiento

La muestra de estudiantes participó de forma voluntaria coincidiendo con su asistencia al último encuentro grupal dentro de la asignatura práctico-teórica. Los estudiantes participaron bajo consentimiento informado, asegurando en todo momento la confidencialidad y anonimato de los datos recogidos. Los instrumentos se entregaron a los participantes tras ser informados sobre el estudio, posteriormente se codificó cada paquete de instrumentos con el fin de mantener el anonimato y confidencialidad de los datos recogidos. La aplicación de los cuestionarios fue desarrollada por los tres estudiantes de enfermería investigadores.

Para el análisis estadístico de la información se utilizó el programa R-studio, el cual es un software de licencia libre que permite procesar datos y realizar procedimientos de estadística descriptiva e inferencial. Para la realización de tablas y gráficos se optó por el software Microsoft Excel 2010.

## IV. RESULTADOS

Participaron voluntariamente en el estudio un total de 420 (90,91%) utilizando, por tanto, para el diseño del estudio una muestra de conveniencia. La edad media de los participantes fue de 22,52 años (D.E 3,24), con un rango de edades entre los 17 y los 46 años. Predominó el sexo femenino con un 73.4% de la muestra. En cuanto al estado civil, el principal hallazgo fue soltero (69.9%).

Para el análisis bivariante se utilizó la prueba chi cuadrado y el estadístico de Sommers; y se utilizó la técnica estratificación univariada de Dalenius y Hodges para comparar las dimensiones de burnout y engagement.

En la Tabla 1 se encuentran los resultados porcentuales obtenidos para cada una de las variables sociodemográficas y académicas estudiadas

En la Tabla 2 se presenta la motivación para estudiar enfermería

En la Tabla 3 se observan los niveles registrados por los participantes para cada una de las categorías de estrés académico y cada una de las dimensiones de burnout y engagement.

En la Tabla 4 se presentan los resultados que tuvieron relación o asociación estadísticamente significativa entre

alguna de las tres variables dependientes estudiadas (estrés académico, burnout y engagement) y las variables sociodemográficas y académicas de los participantes

Tabla 1. Resultados porcentuales obtenidos para cada una de las variables sociodemográficas y académicas.

Variable Sociodemográfica	%
<b>Sexo</b>	
Mujer	73,4
Hombre	26,6
<b>Estado civil</b>	
Casado	2,9
Con novio/a	22,7
Soltero	69,9
<b>Lugar de procedencia</b>	
Bogotá	68,8
<b>Lugar de residencia</b>	
Bogotá	92,0
Ciudades aledañas	8,0
<b>Familia</b>	
Familia nuclear	64,5
Solo	8,5
Tienen hijos	0,7
<b>Consumo sustancias</b>	
Alcohol	69,2
Cigarrillo	15,3
<b>Dieta</b>	
Desayuno	86,4
Merienda am	44,7
Almuerzo	96,0
Merienda pm	34,8
Cena	78,6

Variable Académica	Media (desviación estándar)
Horas de estudio presencial semanal	33,4 (11,02)
Horas de estudio no presencial semanal	21,32 (12,89)
Horas de estudio totales semanales	54,68 (17,7)
Créditos inscritos	16,69 (3,26)
Horas de estudio semanal según créditos	50,07

Tabla 2. Motivación para estudiar enfermería.

Variable académica	%
<b>Motivado para estudiar enfermería</b>	
Si	92,8
No	7,2

Tabla 3. Niveles registrados en las categorías de estrés académico y dimensiones de burnout y engagement

Categorías de estrés académico	Bajo	Medio	Medio Alto	Alto
Estresores	37,25%	14,22 %	19,61 %	28,92 %
Síntomas físicos	33,82 %	13,87 %	14,84 %	37,47%
Estrategias de afrontamiento	38,01 %	16,22 %	13,80 %	31,96 %

Dimensiones de burnout	Bajo	Medio	Alto
Agotamiento emocional	34 %	34%	32 %
Despersonalización o cinismo	37 %	30 %	33 %
Eficacia académica	34 %	25 %	41 %

Dimensiones de engagement	Muy Bajo	Bajo	Medio	Alto	Muy Alto
Vigor	8,25 %	44,9 %	44,9 %	1,94 %	0 %
Absorción	3,87 %	15,98 %	69,73 %	9,93 %	0,48 %
Dedicación	1,22 %	8,27 %	47,69 %	29,20%	13,63%

Tabla 4. Relación o asociación entre variables dependientes y variables sociodemográficas y académicas

	Estrés académico	Burnout	Engagement
Trabajo	0,93	0,0327**	0,24
Lugar de residencia	0,11	0,05**	0,56
Desayunar	0,12	0,0472**	0,425
Salud Pública	0,39	0,02**	0,17
Más de 45 horas estudio presencial	0,18	0,06*	0,48
Motivado para estudiar enfermería	0,0068**	0,000**	0,00** (Nivel muy bajo)
Escoger una carrera diferente para estudiar de nuevo	0,47	0,000**	0,0043** (Nivel muy bajo)
Bajo promedio académico (<3,5)	0,88	0,08**	0,83

## V. CONCLUSIONES

La presente investigación ha descrito las características con las que se presenta *burnout*, *engagement* y *estrés académico* en estudiantes de enfermería en una universidad en Bogotá en el segundo semestre de 2014 a la vez que hace evidente a través del método estadístico la presencia de asociaciones entre diversas variables, señalando altos niveles de agotamiento emocional y despersonalización sumados a bajos niveles de eficacia académica entre los estudiantes participantes.

Se considera importante llevar a cabo estudios similares con estudiantes de otras facultades de enfermería y áreas de la salud, con el propósito de determinar si los resultados del presente trabajo se relacionan con procesos investigativos posteriores en otras facultades.

La identificación y análisis de la presencia e intensidad de estos fenómenos pueden ayudar a establecer medidas que permita mejorar la salud física y psicológica de los estudiantes. Resultaría de utilidad que futuras investigaciones realizaran un análisis que permita establecer correlaciones entre algunas de las variables tales como *estar motivado estudiando enfermería* y la *presencia de burnout*, que generen evidencia científica que contribuyan a la comprensión del impacto de desarrollar actividades académicas con asignaturas teórico- prácticas en estudiantes de enfermería frente a las asociaciones descritas.

## REFERENCIAS

- [1] D. Edwards, P. Burnard, K. Bennett, & U. Hebden. (2010). A longitudinal study of stress and self-esteem in student nurses. *Nurse Education Today*, 30 (1), 78–84.
- [2] J. G. Tomaschewski, V. L. Lunardi, A. M. Ramos, R. S. Silveira, E. L. Barlem, & C. M. Ernandes. (2013). Manifestações da síndrome de burnout entre estudantes de graduação em enfermagem. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 22 (3), 754–762.
- [3] C. Maslach, M. Leiter. (1997) The truth about burnout: how organizations cause personal stress and what to do about it. San Francisco (CA): Jossey-Bass.
- [4] P. R. Gil-Monte. El síndrome de quemarse por el trabajo (Burnout): una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar. Editorial Pirámide. España. 2005, pp 19–27.
- [5] A. Souto. Regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia. (Tesis doctoral). Universidade da Coruña, España. 2013.
- [6] W. Schaufeli, I. Martinez, M. Pinto, M. Salanova, & B. Bakker. (2002). Burnout and Engagement in University Students: A Cross-National Study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 33 (5), 464–481.
- [7] W. Schaufeli, M. Leiter, C. Maslach. (2009). "Burnout: 35 years of research and practice". *Career Development International*. 14 (3), 204 – 220.
- [8] B. Michalec, C. Diefenbeck, & M. Mahoney. (2013). The calm before the storm? Burnout and compassion fatigue among undergraduate nursing students. *Nurse Education Today*. 33 (4), 314–320.
- [9] A. Rudman, & J. Gustavsson. (2012). Burnout during nursing education predicts lower occupational preparedness and future clinical performance: a longitudinal study. *International Journal of Nursing Studies*. 49 (8), 988–1001.
- [10] Y. Rosales, & F. Rosales. (2013). University students burnout: Conceptualization and study. *Salud mental*. 36 (4), 337-345.
- [11] C. Gibbons. (2010). Stress, coping and burn-out in nursing students, *International Journal of Nursing Studies*. 47 (10), 1299-1309.
- [12] S. Rella, P. C. Winwood, K. Lushington. (2009). When does nursing burnout begin? An investigation of the fatigue experience of Australian nursing students. *Journal of Nursing Management*. 17 (7), 886-897.
- [13] R. Oliveira, R. C. Caregnato, & S. G. Câmara. (2012). Burnout syndrome in senior undergraduate nursing. *Acta Paulista de Enfermagem*. 25 (2), 54-60
- [14] M. Casuso. Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud. (Tesis doctoral). Universidad de Málaga. España. 2011.
- [15] M. L. González, P. Martín. (2009). Estrés y adolescencia: estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. *Revista de Humanidades*. 15, 327-344
- [16] W. Schaufeli, & A. Bakker. (2003) UWES – Utrecht Work Engagement Scale, Escala Utrecht de Engagement en el Trabajo. Occupational Health Psychology Unit Utrecht University. Traducido al español por H. Valdez, & C. Ron (2011).
- [17] Jaimes, R. Validación del Inventario SISCO del Estrés Académico en adultos jóvenes de la Universidad Pontificia Bolivariana Seccional Bucaramanga. (Tesis de grado). Universidad Pontificia Bolivariana. Colombia. 2008.
- [18] C. Caballero, R. Abello, & J. Palacio. (2006). Burnout, engagement y rendimiento académico entre estudiantes universitarios que trabajan y aquellos que no trabajan. *Revista Psicogente*. 9 (16), 11–27