

Cansancio emocional en estudiantes de una universidad pública peruana

Emotional exhaustion in students at a Peruvian public university

 Edwin G. Estrada Araoz*, Doctor en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. Email: edwin5721@outlook.com

 Jimmy N. Paricahua Peralta, Doctor en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. Email: jparicahua@unamad.edu.pe

 Néstor A. Gallegos Ramos, Magíster en Ciencias de la Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. Email: ngallegor@gmail.com

 Mabeli C. Zuloaga Araoz, Licenciada en Educación, Escuela de Educación Superior Pedagógico Público Santa Rosa, Perú. Email: clau.zuar2402@gmail.com

 Yolanda Paredes Valverde, Doctora en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. Email: yovapel@yahoo.es

 Rosel Quispe Herrera, Doctor en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. Email: roquihe@yahoo.es

 Libertad Velásquez Giersch, Magíster en Gestión Pública, Universidad Andina del Cusco, Perú. Email: lvelasquezg@uandina.edu.pe

*Edwin Gustavo Estrada Araoz. E-mail: edwin5721@outlook.com

Los autores declaramos que la investigación fue autofinanciada y no tenemos conflicto de intereses.

Received/Recibido: 12/26/2021 Accepted/Aceptado: 03/15/2022 Published/Publicado: 04/25/2022 DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.6629161>

Resumen

Objetivo: Describir el cansancio emocional de los estudiantes de una universidad pública peruana.

Materiales y métodos: El enfoque de investigación fue cuantitativo, el diseño fue no experimental y el tipo descriptivo transeccional. La muestra fue conformada por 201 estudiantes de la carrera profesional de Administración y Negocios Internacionales a quienes se les aplicó la Escala de Cansancio Emocional, instrumento con niveles aceptables de confiabilidad y validez. Posteriormente, las respuestas fueron sistematizadas y analizadas utilizando el programa SPSS® versión 22.

Resultados: El 38,8% de los estudiantes presentaron altos niveles de cansancio emocional y se determinó que dicha variable se asocia significativamente ($p < 0,05$) al sexo, grupo etario, año de estudio, nivel socioeconómico y situación laboral de los estudiantes.

Conclusiones: Los estudiantes universitarios se caracterizaban por presentar altos niveles de cansancio emocional y fueron las mujeres, que tenían entre 16 y 20 años de edad, que se encontraban en el quinto año de estudio, cuyo nivel socioeconómico era bajo y trabajaban, quienes presentaron niveles de cansancio emocional ligeramente superiores que los demás grupos de contraste. Por ello, es necesario que el área de Psicopedagogía diseñe y ejecute programas preventivos y correctivos que permitan detectar a estudiantes con altos niveles de cansancio emocional y puedan recibir apoyo por parte de los profesionales competentes para se desenvuelvan adecuadamente y mejoren su calidad de vida.

Palabras clave: Agotamiento emocional, educación superior, estudiantes.

Abstract

Objective: Describe the emotional exhaustion of students from a Peruvian public university.

Materials and methods: The research focus was quantitative, the design was in the experimental and the transcriptional descriptive type. The study was made up of 201 students of the professional management and business affairs international who applied the Emotional Exhaustion Scale, an instrument with acceptable levels of reliability and validity. Subsequently, the responses were systematized and analyzed using the SPSS® version 22 program.

Results: The 38.8% of the students presented high levels of emotional exhaustion and it was determined that this variable is significantly associated ($p < 0.05$) with sex, age group, year of studies, socioeconomic status and employment status of the students.

Conclusions: The university students were characterized by presenting high levels of emotional exhaustion and it was the women, who were between 16 and 20 years old, who were in the fifth year of study, whose socioeconomic status was low and who worked, who presented levels of exhaustion slightly higher than the other contrast groups. It is necessary that the psychopedagogy area design and implement preventive and corrective programs that allow students to be detected with high levels of emotional weariness and can receive support from the competent professionals to develop properly and improve their quality of life.

Keywords: Emotional exhaustion, higher education, students.

Durante la educación universitaria los estudiantes suelen participar en distintas actividades académicas propias del mencionado periodo formativo¹⁻³, sin embargo, situaciones como la sobrecarga académica, el limitado tiempo para desarrollarlas, los exámenes, las exposiciones y la excesiva cantidad de horas destinadas a las clases limitan el tiempo de estudio y la realización adecuada de las responsabilidades académicas⁴.

En ese sentido, la educación universitaria es percibida por muchos estudiantes como estresante⁵⁻⁸, lo que podría provocar la pérdida de la motivación, sentimientos de inadecuación y fracaso, así como frustración, lo cual deterioraría a su vez su salud física y mental^{9,10} y favorecería la prevalencia del cansancio emocional^{11,12}.

El cansancio emocional ha sido bastante estudiado en el ámbito laboral, sin embargo, en la presente investigación será estudiado en el contexto académico, ya que no es un padecimiento exclusivo de los trabajadores, sino también de los estudiantes¹³. De acuerdo modelo teórico de Maslach⁹, el cansancio emocional (originado a las excesivas demandas académicas) junto con la despersonalización (actitud de indiferencia hacia las actividades académicas) e insatisfacción al logro (conciencia de ineficacia como estudiante), son los tres componentes del burnout académico, sin embargo, el cansancio emocional es la dimensión que predomina en el caso de los estudiantes, puesto que las otras dos dimensiones mencionadas (despersonalización e insatisfacción al logro) no se observaron de manera significativa en ellos¹⁴⁻²⁰.

El cansancio emocional se refiere a la pérdida de energías, el desgaste, la fatiga, el agotamiento, tanto físico como psicológico, etc.²¹, es decir, la persona presenta síntomas somáticos y psicológicos¹⁰ y siente que ya no tiene energías para desenvolverse y realizar las actividades académicas pendientes. Puede afectar a nivel académico, vocacional, personal y familiar. De acuerdo con diversos estudios, el cansancio emocional se asocia de manera positiva con la ansiedad, la depresión, el estrés académico, la ansiedad ante las evaluaciones, la autculpa, la rumiación, la catastrofización y la ideación suicida^{3,22-24}. Por otro lado, se ha encontrado asociación inversa con la autoeficacia académica, la autoestima, el compromiso y la inteligencia emocional²⁵.

Centrándonos en el contexto universitario, un estudiante con niveles significativos de cansancio emocional puede sentir soledad, frustración e indiferencia, lo cual afectaría sus niveles de motivación y la autopercepción de las habilidades y destrezas para el desenvolvimiento de su futura profesión²⁶. Además, en casos más complejos, la presencia de cansancio emocional podría promover el ausentismo y a largo plazo puede provocar la deserción universitaria²⁷. Por ello, su abordaje y detección temprana es fundamental²⁵.

Existen diversos estudios que investigaron sobre del cansancio emocional en estudiantes universitarios y encontraron que existía una prevalencia entre moderada y

alta^{8,10,12,15,20,28-31}. Del mismo modo, otros estudios reportaron que el cansancio emocional estaba asociado de manera significativa a algunas variables sociodemográficas y académicas como el sexo^{12,20,25,28,29}, el grupo etario³²⁻³⁴ y el año de estudios^{2,8,29,32} que cursan los estudiantes.

Como se puede ver, el estudio del cansancio emocional y la determinación de su prevalencia es un tema bastante relevante en la actualidad debido a las implicancias que tiene el síndrome en mención en la salud física y emocional de los estudiantes, así como en su rendimiento académico. En el Perú, las universidades tuvieron que ser licenciadas, es decir, dar evidencia de que el servicio educativo que ofertaban cumplía con condiciones básicas de calidad. Actualmente, se encuentran en proceso de acreditación de sus carreras universitarias, lo cual ha originado que exista una mayor exigencia y dedicación en las labores académicas, por lo que es necesario que los estudiantes cuenten con los recursos y estrategias de afrontamiento para que puedan desenvolverse adecuadamente en estos nuevos escenarios.

Por último, el objetivo general de la presente investigación fue describir el cansancio emocional de los estudiantes de una universidad pública peruana.

Materiales y métodos

Diseño

La investigación tuvo un enfoque cuantitativo, ya que para se realizó la recolección de datos a través de la medición numérica, lo que permitió analizar estadísticamente la variable de estudio³⁶; el diseño fue no experimental, puesto que la variable no manipulada de manera intencional, sino se observó tal como se dio en su entorno³⁷ y el tipo de investigación fue descriptivo, puesto que se analizaron las propiedades y características de la variable cansancio emocional³⁸.

Participantes

La población fue constituida por 422 estudiantes de la carrera profesional de Administración y Negocios Internacionales de una universidad pública peruana y la muestra fue conformada por 201 estudiantes, cantidad que fue obtenida mediante un muestreo probabilístico, con un nivel de confianza del 95% y un nivel de significancia del 5%.

Instrumentos

Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron la Escala de Cansancio Emocional y una ficha de datos sociodemográficos y académicos.

La Escala de Cansancio Emocional¹⁵ está conformada por 10 ítems estructurados bajo una escala de Likert (nunca, muy raras veces, raras veces, a menudo y siempre). La puntuación obtenida en la mencionada escala oscila entre los 10 y los 50 puntos. Sus propiedades psicométricas fueron determinadas mediante los procedimientos de validez y confiabilidad. La validez de contenido se obtuvo mediante la técnica de juicio de expertos, para lo cual se

recurrió a 3 especialistas, obteniéndose un coeficiente V de Aiken de 0,919, lo cual significó que la escala posee una muy adecuada validez de contenido. En cuanto a la confiabilidad, fue determinada a través de una prueba piloto realizada a 25 estudiantes, obteniéndose un coeficiente Alfa de Cronbach de 0,929 lo que significó que la escala era altamente confiable.

Asimismo, se utilizó un cuestionario sobre aspectos sociodemográficos y académicos diseñado por los autores, con la finalidad de recoger información sobre algunas variables sociodemográficas y académicas como el sexo, el grupo etario, el año de estudio, el nivel socioeconómico, el promedio ponderado y la situación laboral de los estudiantes.

Procedimiento

El trabajo de campo se realizó en dos momentos, en primera instancia, se explicó el objetivo del estudio a las autoridades universitarias competentes y se solicitó el permiso respectivo. Posteriormente, se contactó a los estudiantes mediante el uso de la red social digital *Whatsapp* con el objetivo de indicarles el propósito de la investigación y enviarles el enlace para que puedan acceder a *Google Forms*, aplicación donde se estructuraron los instrumentos. Cuando ellos accedieron al mencionado formulario, leyeron con atención las orientaciones y brindaron su consentimiento informado, admitiendo que su participación se daba de manera voluntaria. Seguidamente, desarrollaron el cuestionario, el cual tuvo una duración aproximada 10 minutos. El acceso a la encuesta fue cerrado una vez que se obtuvieron 201 respuestas.

Análisis de datos

Para realizar el análisis estadístico se recurrió al Software SPSS® versión 22. Los resultados descriptivos fueron sistematizados en tablas de frecuencia y porcentaje. Por otro lado, la parte inferencial se realizó utilizando la prueba no paramétrica Chi Cuadrado (X^2) con la finalidad de conocer si el cansancio emocional se asociaba de manera significativa con las variables sociodemográficas y académicas propuestas.

Resultados

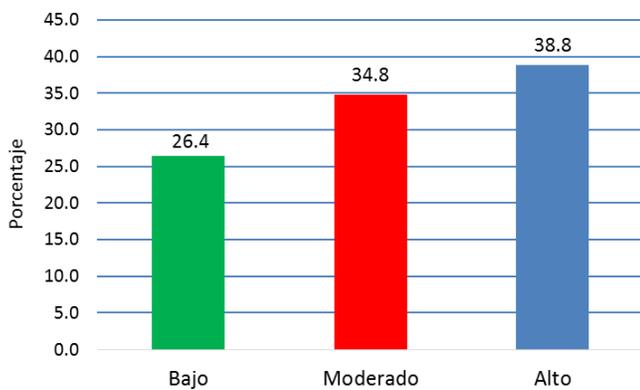
En la tabla 1 se describen las características sociodemográficas y académicas de la muestra. Se observa que la mayoría de participantes fueron mujeres (56,2%), tenían entre 16 y 20 años (50,2%), cursaban el primer año de estudios (23,9%), pertenecían a un nivel socioeconómico medio (57,7%), tenían un promedio ponderado que oscilaba entre 14 y 17 puntos (49,7%) y no trabajaban (69,2%).

Tabla 1. Características de la muestra

Variables sociodemográficas y académicas		n= 201	%
Sexo	Masculino	88	43,8
	Femenino	113	56,2
Grupo etario	De 16 a 20 años	101	50,2
	De 21 a 25 años	48	23,9
	De 26 a 30 años	36	17,9
	De 31 a más años	16	8,0
Año de estudio	Primero	48	23,9
	Segundo	44	21,9
	Tercero	40	19,9
	Cuarto	37	18,4
	Quinto	32	15,9
Nivel socioeconómico	Bajo	54	26,9
	Medio	116	57,7
	Alto	31	15,4
Promedio ponderado	Menos de 11	5	2,5
	De 11 a 13	60	29,9
	De 14 a 17	100	49,7
	De 18 a 20	36	17,9
Situación laboral	Trabaja	62	30,8
	No trabaja	139	69,2

En la figura 1 se observa que el 38,8% de los estudiantes presentaban altos niveles de cansancio emocional, el 34,8% presentan niveles moderados y el 26,4% evidencian bajos niveles. De acuerdo con la información presentada los estudiantes presentan síntomas somáticos (principalmente tensión, insomnio y dolor de cabeza) así como psicológicos (entre los cuales destacan frustración, desmotivación, estrés y tensión) que disminuyen significativamente sus energías para desenvolverse en el contexto universitario y desarrollar sus actividades académicas pendientes.

Figura 1. Niveles de cansancio emocional



De acuerdo a la tabla 2, el sexo, el grupo etario, el año de estudio, el nivel socioeconómico y la situación laboral de los estudiantes se asociaron de manera significativa con el nivel de cansancio emocional ($p < 0,05$), no obstante, no se encontró asociación significativa entre el promedio de notas y el nivel de cansancio emocional ($p > 0,05$). De esta manera, se pudo determinar que los estudiantes del sexo femenino, que tenían entre 16 y 20 años de edad, que cursaban el último año de estudios, que su condición económica era baja y trabajaban presentaron niveles de cansancio emocional ligeramente superiores a los demás grupos.

Tabla 2. Cansancio emocional y variables sociodemográficas y académicas

Variables sociodemográficas y académicas		Cansancio emocional			X ²	Sig.
		Bajo	Moderado	Alto		
Sexo	Masculino	26 (29,6)	31 (35,2)	31 (35,2)	9,109	0,000*
	Femenino	27 (23,9)	39 (34,5)	47 (41,6)		
Grupo etario	De 16 a 20 años	24 (23,8)	33 (32,7)	44 (43,5)	8,654	0,009*
	De 21 a 25 años	13 (27,1)	16 (33,3)	19 (39,6)		
	De 26 a 30 años	10 (27,8)	15 (41,7)	11 (30,5)		
	De 31 a más años	6 (37,5)	6 (37,5)	4 (25,0)		
Año de estudio	Primero	14 (29,2)	17 (35,4)	17 (35,4)	22,353	0,000*
	Segundo	16 (36,4)	15 (34,1)	13 (29,5)		
	Tercero	12 (30,0)	16 (40,0)	12 (30,0)		
	Cuarto	7 (19,0)	15 (40,5)	15 (40,5)		
	Quinto	4 (12,5)	7 (21,9)	21 (65,6)		
Nivel socioeconómico	Bajo	9 (16,7)	20 (37,0)	25 (46,3)	12,987	0,001*
	Medio	35 (30,2)	38 (32,7)	43 (37,1)		
	Alto	9 (29,0)	12 (38,7)	10 (32,3)		
Promedio ponderado	Menos de 11	1 (20,0)	1 (20,0)	3 (60,0)	4,352	0,063
	De 11 a 13	18 (30,0)	22 (36,7)	20 (33,3)		
	De 14 a 17	26 (26,0)	39 (39,0)	35 (35,0)		
	De 18 a 20	8 (22,2)	8 (22,2)	20 (55,6)		
Situación laboral	Trabaja	15 (24,2)	20 (32,3)	27 (43,5)	10,214	0,007*
	No trabaja	38 (27,3)	50 (36,0)	51 (36,7)		

Discusión

El agotamiento emocional es la respuesta a situaciones estresantes que se presentan en el contexto universitario y se caracteriza por la disminución de las energías, un sentimiento de desgaste, tanto emocional como físico, y conllevaría al incumplimiento de las actividades académicas, la deserción estudiantil y la afectación a la calidad de vida. Por ello, la presente investigación buscó describir el cansancio emocional de los estudiantes de una universidad pública peruana.

En ese sentido, se halló que el 38,8% de los estudiantes presentaban altos niveles de cansancio emocional, el 34,8% tenían niveles moderados y el 26,4% evidencian bajos niveles. Lo expuesto indica que los estudiantes se caracterizaban porque sentían que sus recursos de afrontamiento han disminuido, se encuentran desmotivados, frustrados, presentan sentimientos de tensión y estrés y bajo compromiso académico. Lo reportado previamente es preocupante ya que la prevalencia del cansancio emocional encontrado afectaría el rendimiento académico de los estudiantes y la afectación de la salud física y emocional, tanto en su vida personal, familiar y social.

El hallazgo reportado coincide con los resultados de un estudio realizado en estudiantes de las carreras profesionales de psicología, enfermería y medicina en cuatro universidades de la ciudad de Bucaramanga (Colombia)¹⁰, donde se encontró que existía una alta incidencia de cansancio emocional, lo cual afectaba su salud física y mental. Entre los principales síntomas somáticos y psicológicos se encontraban las cefaleas, alteraciones del sueño, afecciones gástricas, estrés, intranquilidad, tensión, falta de concentración y angustia. Asimismo, guarda relación con otro estudio realizado en universitarios españoles²⁹, donde hallaron que los estudiantes se caracterizaban por presentar cansancio emocional, lo que podría ocasionar la disminución de sus expectativas por culminar sus estudios de manera exitosa y estarían menos preparados para afrontar el mundo laboral.

Como se puede ver, el cansancio emocional puede afectar el funcionamiento personal y social y, frecuentemente, disminuye la calidad de las actividades académicas que realizan los estudiantes y produce daños psicológicos, caracterizados por la depresión, la mala calidad de vida, la deserción universitaria e incluso podría fomentar la ideación suicida²⁴. Por ello, es importante conocer la incidencia del cansancio emocional en los estudiantes para poder realizar programas de intervención sobre los casos que lo requieran²⁵.

En cuanto a las variables sociodemográficas, se pudo hallar que el cansancio emocional se asociaba de manera significativa con el sexo de los estudiantes ($p = 0,000 < 0,05$). En ese sentido, las mujeres se caracterizaron por presentar altos niveles de cansancio emocional, sin embargo, en el caso de los varones predominaban los niveles altos y moderados, lo cual sería explicado porque ellas suelen padecer con mayor frecuencia de trastornos interiorizantes, como la depresión y la ansiedad frente a

situaciones estresantes² y tienden a exteriorizar más las manifestaciones emocionales y fisiológicas producidas por dicho padecimiento. Lo hallado coincide con lo reportado por diversas investigaciones^{12,20,25,28,29} que encontraron que existe una mayor prevalencia de cansancio emocional en las mujeres que en los varones.

Asimismo, se encontró que el cansancio emocional se asociaba significativamente con el grupo etario al cual pertenecían los estudiantes ($p=0,009<0,05$). De esta manera, los estudiantes más jóvenes, cuyas edades fluctuaban entre los 16 y 25 años, presentaron altos niveles de cansancio emocional en comparación a los estudiantes cuyas edades eran mayores a 25 años, quienes tenían niveles moderados. El hallazgo expuesto es coherente con algunos estudios^{2,32-34,39} que encontraron que la edad era una variable sociodemográfica que se asociaba de manera inversa a los niveles de cansancio emocional, es decir, los estudiantes más jóvenes padecían en mayor medida de cansancio emocional, lo cual sería explicado porque ellos recién estarían adquiriendo y aprendiendo a utilizar recursos y estrategias para enfrentar los diversos factores estresantes propios de la actividades académicas universitarias, sin embargo, los estudiantes con más edad ya habrían desarrollado, de manera formal o informal, dichos recursos y estrategias.

Otro hallazgo importante indica que el cansancio emocional también se asociaba de manera significativa al año de estudios que cursan los estudiantes ($p=0,000<0,05$). En la medida que los estudiantes continúan sus estudios, los niveles de cansancio emocional aumentan, en ese sentido, la mayoría de los estudiantes que se encontraban en el último año de estudio presentaban altos niveles de cansancio emocional. Ello se debería a que los estudiantes, durante el último año de estudio, se encontraban realizando sus prácticas preprofesionales y elaborando sus trabajos de investigación para que obtengan su grado de bachiller y su título profesional, respectivamente. El hallazgo expuesto coincide con diversos estudios^{2,8,29,32} que encontraron que en los estudiantes del último año de estudio había una mayor prevalencia del cansancio emocional y, de manera general, del burnout académico.

Finalmente, se halló que el cansancio emocional se asociaba de manera significativa al nivel socioeconómico ($p=0,001<0,05$) y la situación laboral ($p=0,007<0,05$) de los estudiantes. En ese sentido, los estudiantes con bajo nivel socioeconómico y que además de estudiar trabajaban, presentaban niveles ligeramente superiores de cansancio emocional en comparación a los estudiantes con niveles socioeconómicos más altos y que no trabajaban. Lo expuesto es coherente puesto que los estudiantes, además de lidiar con las actividades académicas, tienen que buscar solventar sus estudios y trabajar, lo cual provoca que se esfuercen y se desgasten, tanto emocional como físicamente. Lo expuesto es corroborado por algunas investigaciones⁴⁰⁻⁴³ que reportaron que existía mayor cansancio emocional en estudiantes con limitaciones económicas y que trabajaban, puesto que los estudiantes, al tener que estudiar y trabajar, suelen estar más preocupados por gestionar su tiempo,

cumplir sus responsabilidades oportunamente y ello a su vez genera mayor desgaste.

A pesar de que en la presente investigación se realizaron hallazgos importantes, es necesario mencionar algunas limitaciones, como la limitada cantidad de participantes y la homogeneidad de los mismos, ya que pertenecían a una sola carrera profesional, lo que no permite generalizar los resultados. Asimismo, es necesario precisar que la investigación se realizó en la época final del ciclo académico, periodo donde se realizan las evaluaciones finales, lo cual pudo haber influido en los resultados. En tal sentido, es necesario incrementar la cantidad de participantes e incluir a estudiantes de otras carreras profesionales para que los hallazgos puedan ser generalizados.

Conclusión

Se concluyó que los estudiantes de la carrera profesional de Administración y Negocios Internacionales de una universidad pública peruana se caracterizan por presentar altos niveles de cansancio emocional. Asimismo, se halló que algunas variables sociodemográficas y académicas como el sexo, el grupo etario, el año de estudio, el nivel socioeconómico y la situación laboral de los estudiantes se asociaron de manera significativa a la mencionada variable de estudio. En virtud de lo expuesto, se sugiere que el área de psicopedagogía de la universidad promueva programas de detección y tratamiento a los estudiantes que presenten altos niveles de cansancio emocional para que desarrollen a su vez factores protectores y estrategias de afrontamiento que les permitan afrontar adecuadamente las exigencias académicas propias de la universidad.

Referencias

1. Garrosa, E., Blanco, L., Carmona, I. & Moreno, B. How do Curiosity, Meaning in Life, and Search for Meaning Predict College Students' Daily Emotional Exhaustion and Engagement? *Journal of Happiness Studies*. 2017. (18):17-40. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9715-3>
2. Estrada, E. Gallegos, N. & Mamani, H. Burnout académico en estudiantes universitarios peruanos. *Apuntes Universitarios*. 2021. 11(2):48-62. <https://doi.org/10.17162/au.v11i2.631>
3. Domínguez, S. & Merino, C. Cognitive Emotional Regulation Questionnaire-18 en Universitarios: Evidencias de Validez Convergente y Discriminante. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica. RIDEP*. 2018. 47(2):171-184. <https://doi.org/10.21865/RIDEP47.2.12>
4. Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., Mamani, H. & Zuloaga, M. Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 2021. 40(1):88-93. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>
5. Domínguez, S. & Merino, C. Medición con ítem único del agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios peruanos: evidencias de validez y confiabilidad. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*. 2019. 1(50):45-

56. <https://doi.org/10.21865/RIDEP50.1.04>
6. Suárez, N. & Díaz, L. Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior. *Revista de Salud Pública*. 2015. 17(2):300-313. <http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v17n2.52891>
7. Berrio, N. & Mazo R. Estrés académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*. 2011. 3(2),55-82. Recuperado de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369>
8. Castro, Y., Valenzuela, O., Hinojosa, M. & Piscoche, C. Agotamiento emocional en estudiantes de Odontología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*. 2019. 18(1):150-163. Recuperado de: <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/2427>
9. Maslach, C., Schaufeli, W. & Leiter, M. Job burnout. *Annual Review of Psychology*. 2001. 52:397-422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
10. Barreto D. & Salazar H. Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud. *Universidad y Salud*. 2021. 23(1):30-39. <https://doi.org/10.22267/rus.212301.211>
11. García, R., Pérez, F., Pérez, J. & Natividad, L. Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 2012. 44(2):143-154. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/805/80524058011.pdf>
12. Herrera, L., Mohamed, L. & Cepero, S. Cansancio emocional en estudiantes universitarios. *Dedica. Revista de Educação e Humanidades*. 2016. 9:173-191. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5429381>
13. Fínez, M. & Morán, C. Resiliencia y autoconcepto: su relación con el cansancio emocional en adolescentes. *INFAD Revista de Psicología*. 2014. 6(1):289-296. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v6.746>
14. Ramos, F., Manga, D. & Morán, C. Escala de Cansancio Emocional (ECE) para estudiantes universitarios: Propiedades psicométricas y asociación. *Interpsiquis*. 2005. 6:1-10. Recuperado de <http://psiqui.com/1-2898>
15. Gonzales, M. & Landero, R. Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios: Propiedades psicométricas en una muestra de México. *Anales de Psicología*. 2007. 23(2):253-257. Recuperado de <https://revistas.um.es/analesps/article/view/22321>
16. Domínguez, S. Análisis psicométrico de la Escala de Cansancio Emocional en estudiantes de una universidad privada. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*. 2013. 7(1):45-55. <https://doi.org/10.19083/ridu.7.186>
17. Domínguez, S. Escala de Cansancio Emocional: estructura factorial y validez de los ítems en estudiantes de una universidad privada. *Avances en Psicología*. 2014. 22(1):89-97. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2014.v22n1.275>
18. Langade, D., Modi, P., Sidhwa, Y., Hishikar, N., Gharpure, A., Wankhade, K., Langade, J. & Joshi, K. Burnout syndrome among medical practitioners across India: A Questionnaire-Based Survey. *Cureus*. 2016. 8(9):e771. <https://doi.org/10.7759/cureus.771>
19. Schaufeli, W., Leiter, M., Maslach, C. & Jackson, S. The Maslach Burnout Inventory: General Survey (MBI-GS). En C. Maslach, S.E. Jackson & M.P. Leiter (Eds.). *Maslach Burnout Inventory Manual* (3ª ed.). California: Consulting Psychologists Press; 1996.
20. Lledó, A., Perandones, T., Herrera, L. & Lledó, G. Cansancio emocional, autoestima y satisfacción con los estudios en estudiantes universitarios. *INFAD Revista de Psicología*. 2014. 7(1):161-170. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v7.787>
21. Vizoso, C. & Arias, O. Resiliencia, optimismo y burnout académico en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*. 2018. 11(1):47-59. <https://doi.org/10.30552/ejep.v11i1.185>
22. Caballero, C., Gonzales, O. & Palacio, J. Relación del burnout y el engagement con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Científica Salud Uninorte*. 2015. 31(1):59-69. <http://dx.doi.org/10.14482/sun.31.1.5085>
23. Youssef, F. Medical student stress, burnout and depression in Trinidad and Tobago. *Academic Psychiatry*. 2016. 40, 69-75. <https://doi.org/10.1007/s40596-015-0468-9>
24. Jiménez, J., Islas, R., Jiménez, J., Pérez, E., Hernández, M. & Gonzales, F. Emotional exhaustion, burnout, and perceived stress in dental students. *Journal of International Medical Research*. 2019. 47(9):4251-4259. <https://doi.org/10.1177/0300060519859145>
25. Domínguez, S., Fernández, M., Manrique, D., Alarcón, D. & Díaz, M. Datos normativos de una escala de agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios de psicología de Lima (Perú). *Educación Médica*. 2018. 19(S3):246-255. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2017.09.002>
26. Rosales, Y. & Rosales, F. Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. *Salud Mental*. 2013. 36(4):337-345. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=44895>
27. Rigg, J., Day, J. & Adler, H. Emotional Exhaustion in Graduate Students: The Role of Engagement, Self-Efficacy and Social Support. *Journal of Educational and Developmental Psychology*. 3(2):138-152. <http://dx.doi.org/10.5539/jedp.v3n2p138>
28. Bernable, E. Uso del internet y cansancio emocional en estudiantes universitarios. *Revista ConCiencia EPG*. 2016. 1(2):33-42. <https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.1-2.3>
29. Fernández, E., Liébana, C. & Morán, C. Relación entre el sentido de coherencia y el cansancio emocional en estudiantes universitarios. *Psychology, Society, & Education*. 2017. 9(3):393-403. <http://dx.doi.org/10.25115/psye.v9i3.861>
30. Ríos, M., Carrillo, C., Sabuco, E. & Gómez, C. Agotamiento emocional y síntomas de malestar psíquico en alumnos de enfermería. *Revista Iberoamericana de Educación e Investigación en Enfermería*. 2013. 3(4):7-13. Recuperado de <https://www.enfermeria21.com/revistas/aladefe/articulo/85/agotamiento-emocional-y-sintomas-de-malestar-psiquico-en-alumnos-de-enfermeria/>
31. Osorio, M., Parrello, S. & Prado, C. Burnout académico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*. 2020. 2(1):27-37. Recuperado de <https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/86>
32. Bolaños, N. & Rodríguez, N. Prevalencia del Síndrome de Burnout académico en el estudiantado de Enfermería de la Universidad de Costa Rica. *Revista Enfermería Actual en Costa Rica*. 2016. 31:1-19. <http://dx.doi.org/10.15517/revenf.v0i31.24519>
33. Aguayo, R., Cañadas, G., Assbaa, L., Cañadas, G., Ramírez, L. & Ortega, E. A risk profile of socio-demographic factors in the onset of academic burnout syndrome in a sample of university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2019. 16(5):707-716. <https://doi.org/10.3390/ijerph16050707>
34. Estrada, H., De la Cruz, S., Bahamón, M., Pérez, J. & Cáceres, A. Burnout académico y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitario. *Revista Espacios*. 2017. 39(15):7-

23. Recuperado de <https://www.revistaespacios.com/a18v39n15/18391507.html>
35. Domínguez, S. Agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios: ¿Cuánto influyen las estrategias cognitivas de regulación emocional? *Educación Médica*. 2018. 19(2):96-103. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2016.11.010>
36. Sánchez, H., Reyes, C. & Mejía, K. Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística. Lima: Universidad Ricardo Palma; 2018. Recuperado de <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1480>
37. Hernández, R. Fernández, C. & Baptista, P. Metodología de la Investigación. (6ªed.). México: Mc Graw-Hill; 2014.
38. Bisquerra, R. Metodología de la Investigación Educativa. (2a ed.). Madrid: La Muralla S.A.; 2009.
39. Carlotto, M. & Gonçalves, S. Preditores da Síndrome de Burnout em estudantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*. 2008. 4(10):101-109. Recuperado de <https://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/pensamientopsicologico/article/view/95>
40. Caballero, C. Burnout, engagement y rendimiento académico entre estudiantes universitarios que trabajan y aquellos que no trabajan. *Revista Psicogente*. 2006. 9(16): 11-27. Recuperado de <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/2678>
41. Feitosa, V., Víctor, I., Sampaio, R., Mendes, V. & Magalhães, T. Estresse em estudantes de enfermagem: estudo sobre vulnerabilidades sociodemográficas e acadêmicas. *Acta Paulista de Enfermagem*. 2017. 30(2):190-196. <https://doi.org/10.1590/1982-0194201700029>
42. Preciado, M., Pozos, E., Colunga, C., Vázquez, J. & Ávalos, M. Relación entre factores psicosociales, agotamiento emocional laboral y burnout en odontólogos mexicanos. *Universitas Psychologica*. 2017. 16(2):1-11. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-2.refp>
43. Muñoz, J., Del Amor, N., Lázaro, M., Carranza, A. & Martínez, M. Análisis de impacto de la crisis económica sobre el síndrome de Burnout y resiliencia en el personal de enfermería. *Enfermería Global*. 2017. 16,(2):315-335. <https://doi.org/10.6018/eglobal.16.2.239681>