

Burnout académico y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de ingeniería que trabajan

Academic Burnout and Sociodemographic Variables in Engineering University Students Who Work

  Alexis Manuel Gutierrez Ticona¹

  María Mercedes Valdivia Cotrina¹

  Walter Lizandro Arias Gallegos²

  Carlos Renzo Rivera Calcina²

¹ Universidad Tecnológica del Perú, Arequipa, Perú

² Universidad Católica San Pablo, Arequipa, Perú

Fecha de recepción: 03.03.2025

Fecha de aprobación: 18.08.2025

Fecha de publicación: 20.12.2025

Cómo citar: Gutiérrez, A., Valdivia, M., Arias, W. y Rivera, C. (2025). Burnout académico y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de ingeniería que trabajan. *Psiquemag* 14 (2), 147-158.

<https://doi.org/10.18050/psiquemag.v14i2.4076>

Autor de correspondencia: Walter Lizandro Arias Gallegos

Resumen

El objetivo del presente estudio fue determinar la asociación entre el burnout académico y las variables sociodemográficas en 156 estudiantes de ingeniería que laboran y estudian en una universidad privada. En la investigación se empleó el Inventario de Burnout de Maslach (versión general) y una ficha sociodemográfica. Los resultados revelaron que el 80 % de los estudiantes exhiben un nivel moderado de burnout académico. Al analizar el agotamiento emocional y la eficacia académica, se observaron diferencias significativas siendo las mujeres las que presentan más agotamiento emocional; en cambio, los hombres presentan más eficacia académica. Asimismo, se pudo apreciar que hay diferencias significativas entre el burnout total y las horas de trabajo. También se encontraron diferencias significativas en la dimensión de eficacia académica en función de los ingresos económicos.

Palabras clave: Burnout académico, estudiantes universitarios, variables sociodemográficas, trabajo, agotamiento emocional.

Abstract

The objective of the present study was to determine the association between academic burnout and sociodemographic variables in 156 engineering students who work and study at a private university. The Maslach Burnout Inventory (general version) and a sociodemographic sheet were used in the research. The results revealed that 80% of the students exhibit a moderate level of academic burnout. When analyzing emotional exhaustion and academic effectiveness, significant differences were observed, with women presenting more emotional exhaustion; On the other hand, men present more academic efficiency. Likewise, it could be seen that there are significant differences between total burnout and work hours. Significant differences were also found in the dimension of academic effectiveness depending on economic income.

Keywords: Academic burnout, university students, sociodemographic variables, work, emotional exhaustion.

INTRODUCCIÓN

El burnout académico se define como una reacción al estrés crónico en entornos educativos que afecta negativamente al bienestar mental de los estudiantes (Caballero et al., 2015). Este síndrome se manifiesta a través de tres síntomas patognomónicos: cansancio emocional, despersonalización y realización personal. Originalmente, el síndrome de burnout fue estudiado en contextos organizacionales, describiéndose como una condición en la que los individuos que laboran en profesiones de servicios humanos (PSH) experimentaban agotamiento emocional debido al estrés crónico producto de la interacción con los beneficiarios de su trabajo, lo que terminaba afectando su desempeño laboral y su salud física y mental, de ahí que, el síndrome de burnout haya sido extensamente investigado en personal de salud (Osorio-Guzmán et al., 2021), profesores de nivel escolar y universitario y personal militar o policial (Arias, & Gutiérrez, 2018).

Asimismo, a partir de la década de 1990 se empezó a cuestionar en base en la evidencia disponible, la exclusiva afectación del síndrome en PSH y su anclaje etiológico a las teorías del intercambio; expandiéndose a nuevas y diferentes profesiones no relacionadas con la atención a personas y en otros contextos más allá del ámbito laboral, como el familiar y el académico. En ese sentido, el estudio del burnout académico se enfoca en el contexto educativo, y aunque existen factores similares a los del burnout laboral, las causas específicas difieren. Mientras que el burnout laboral puede ser provocado por demandas profesionales intensas, el burnout académico surge de exigencias académicas como el exceso de tareas, escasez de recursos, competencia y desequilibrio en la vida personal.

Por otro lado, el modelo tridimensional de Maslach, es una teoría ampliamente aceptada sobre el burnout en general, que explica el síndrome en base a tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. La primera se caracteriza por un cansancio emocional y falta de energía para realizar tareas normales, presentando síntomas tanto psicológicos como físicos. La dimensión de despersonalización se presenta cuando el individuo tiene una respuesta negativa hacia aspectos del trabajo o estudio, acompañada de sentimientos negativos.

Olivares (2017) indica que esto genera actitudes negativas y aislamiento social, lo que reduce el esfuerzo y la energía en sus labores, afectando su desempeño. La baja realización personal se refiere a la autopercepción o autoevaluación negativa de las competencias propias; que se acompaña de una sensación de incompetencia. En contextos educacionales, a esta dimensión se le conoce como ineficacia académica.

Diversos factores se asocian al burnout académico. Los factores académicos incluyen sobrecarga de trabajo, poco apoyo y altas expectativas, los cuales varían de un estudiante a otro. Caballero et al. (2010) mencionan factores externos como la retroalimentación inadecuada de los docentes, malas condiciones administrativas y sobrecarga de cursos. Los factores ambientales y sociales comprenden la falta de apoyo entre compañeros, la ausencia de espacios académicos disponibles y el apoyo social del entorno del estudiante (Estrada et al., 2021). Los factores intrapersonales incluyen características individuales como los rasgos de personalidad, las competencias sociales y cognitivas, la motivación y satisfacción personal, que influyen en las manifestaciones del burnout de manera diferenciada. Los factores sociodemográficos, incluyen datos que refieren características de una población, como sexo, edad, estado civil, situación laboral y condición socioeconómica.

Así pues, el burnout académico se ha relacionado con características sociodemográficas específicas. Estrada et al. (2021) y Amor et al. (2020) indican que los niveles de burnout aumentan significativamente a la par que los universitarios avanzan en sus estudios, observándose incrementos desfavorables para la salud en cada una de las dimensiones. Este fenómeno podría atribuirse al aumento de la exigencia académica en los últimos ciclos de estudio, donde las tareas requeridas demandan mayor esfuerzo. Además, en relación al sexo de los universitarios, se suele reportar que las mujeres presentan niveles moderados y altos del síndrome con mayor frecuencia (Mota et al., 2022). En ese sentido, Seperak et al. (2021) y Villamar et al. (2019) explican que las mujeres se esfuerzan más por destacar, lo que les genera estrés y las hace más vulnerables a la ansiedad y la depresión, a diferencia de los hombres, que tienden a mostrar una actitud de indiferencia hacia las actividades académicas.

Además, el hecho de que los estudiantes universitarios también trabajen influye significativamente en el aumento de los niveles de burnout. Estrada et al. (2021) y Osorio et al. (2020) señalan que los estudiantes que trabajan mientras estudian presentan mayor agotamiento emocional y físico en contraste con aquellos que solo se dedican a estudiar. Además, trabajar más horas a la semana parece repercutir en la aparición del síndrome, probablemente debido al cansancio emocional acumulado en los estudiantes.

Al respecto, las consecuencias del burnout académico abarcan varias esferas vitales de los estudiantes. En el ámbito emocional, los estudiantes pueden experimentar sentimientos de fracaso, desesperanza, pesimismo, irritabilidad y descenso académico (Castro et al., 2011). Las consecuencias cognitivas incluyen sensación de vacío y cansancio mental, cambios en el autoconcepto y pérdida de creatividad. Conductualmente, Martínez (2010) menciona una pérdida proactiva de acciones, abuso de sustancias y hábitos dañinos e irresponsabilidad en las actividades académicas. Socialmente, el burnout puede llevar a la pérdida de relaciones cercanas y conflictos interpersonales, así como insatisfacción con la pareja y el hogar (Rosales, & Rosales, 2013). Finalmente, las consecuencias físicas del burnout incluyen alteraciones cardiovasculares, cefaleas, dolores musculares, problemas respiratorios y gastrointestinales y cambios en el peso corporal (Caballero et al., 2010). Por todo ello, el burnout académico genera diversas consecuencias negativas para los estudiantes, pero de manera más intensa y perniciosa en los estudiantes que también trabajan (Agust et al., 2001; Estrada et al., 2021).

A pesar de ello, el síndrome de burnout ha sido más estudiado en el ámbito laboral que en el académico, ya que, desde sus inicios, ha sido reconocido por investigadores y profesionales como una cuestión de carácter psicosocial organizacional, sin embargo, por lo expuesto, es crucial analizarlo también en el ámbito académico (Dominguez-Lara et al., 2021; Fernández-Arata et al., 2020). Si bien existen numerosas investigaciones centradas en propuestas de prevención dirigidas a trabajadores, no se conocen ampliamente las medidas de prevención aplicables al ambiente académico. Esto es especialmente preocupante, dado que los estudiantes a menudo necesitan encontrar maneras efectivas de enfrentar el

burnout para evitar efectos negativos tanto mentales como físicos. Por esta razón, es esencial desarrollar y promover medidas de prevención para el afrontamiento de esta forma de burnout, asegurando que los estudiantes puedan mantener su bienestar integral mientras avanzan en su formación académica.

En el Perú, son escasas las investigaciones sobre burnout en el ámbito académico, sin embargo, Seperak et al. (2021) encontró que más del 40% de estudiantes universitarios peruanos manifestaban niveles preocupantes de burnout académico siendo las mujeres las más afectadas. Otro estudio que tomó a una muestra de estudiantes de la carrera de Educación reportó que los estudiantes evaluados presentaban niveles moderados de burnout académico en el 52.5% de la muestra, asimismo, los más afectados fueron los estudiantes de sexo femenino, quienes tienen entre 16 y 20 años, quienes cursaban los primeros semestres de estudio y quienes desempeñaban funciones laborales (Estrada et al., 2021). Por otro lado, Dominguez-Lara et al. (2021), analizaron las propiedades psicométricas de la Escala de Cansancio Emocional, que evalúa una de las dimensiones del burnout académico, reportando una estructura unidimensional con adecuados niveles de confiabilidad.

Por medio del análisis de la literatura, se ha apreciado que el burnout constituye una problemática en aumento, lo que hace importante investigar las diversas variables sociodemográficas que se asocian con su aparición. En ese sentido, dado que los estudios que consideran estas variables son escasos en el Perú, esta investigación proporcionará información valiosa sobre este tema en un contexto regional.

MÉTODO

Diseño de investigación

El diseño de investigación utilizado fue no experimental comparativo según Pérez et al. (2020), o de tipo asociativo según Ato et al. (2013).

Muestra

Participaron 156 universitarios de la Facultad de Ingeniería de una universidad privada de la ciudad de Arequipa, ubicada al sur de Perú, que además

de estudiar, laboran. En cuanto al sexo, el 42.3% fueron mujeres y 57.7% varones con una edad promedio de 23 años. El muestreo realizado fue no probabilístico por cuotas (Hernández et al., 2014). Con respecto a la carrera, el 15.4% estudia Ingeniería Civil, 27.6% Ingeniería Industrial, 9% Ingeniería Mecatrónica, 3.8% Ingeniería Mecánica, 11.5% Ingeniería de Minas, 27.6% Ingeniería de Seguridad Industrial y Minera, y 5.1% Ingeniería de Sistemas e Informática. Con respecto a su horario de trabajo, el 57.7% trabaja entre 4 y 7 horas diarias, el 30.8% entre 8 y 9 horas y el 11.5% entre 10 y 12 horas. Asimismo, el 22.4% percibe menos de 500 soles como ingreso mensual, el 44.2% entre 500 y 1000 soles y el 33.3% más de 1000 soles al mes.

Instrumentos

Se hizo uso de un cuestionario sobre variables sociodemográficas, elaborado *ad hoc* para recoger datos de cada estudiante como sexo, edad, carrera, número de horas de trabajo e ingresos económicos. Para evaluar el síndrome de burnout académico se utilizó el *Maslach Burnout Inventory - Student Version (MBI-URPSS)*. Este instrumento fue adaptado por Correa et al. (2019), quienes realizaron la validación en estudiantes universitarios peruanos. La prueba consta de 15 ítems en una escala de respuesta tipo Likert con siete alternativas: “Nunca”= 1, “Casi nunca”= 2, “A veces”= 3, “Regularmente”= 4, “A menudo”= 5, “Casi siempre”= 6, y “Siempre”= 7. Los 15 ítems están distribuidos en tres escalas que miden cada una las dimensiones propias del síndrome de burnout académico: cinco corresponden a Agotamiento emocional, cuatro a Cinismo y los últimos 6 a Eficacia académica. Con respecto a la validez del instrumento, se pudo verificar la estructura interna de la prueba mediante un análisis factorial confirmatorio, en el cual se obtuvieron índices de bondad de ajuste adecuados: $\chi^2= 165.616$; $gl= 86$; $p< .001$; $\chi^2/gl= 1.926$; CFI= .912; TLI= .892; RMSEA= .077; SRMR= .075. Asimismo, se evaluó la confiabilidad mediante el método de consistencia interna por medio del coeficiente omega de McDonald, es así que las tres dimensiones: agotamiento emocional ($\omega= .820$), eficacia académica ($\omega= .845$) y cinismo ($\omega= .737$) presentaron una adecuada confiabilidad.

Procedimientos

Previamente, se gestionaron los permisos correspondientes ante la universidad de la que proviene la muestra para llevar a cabo

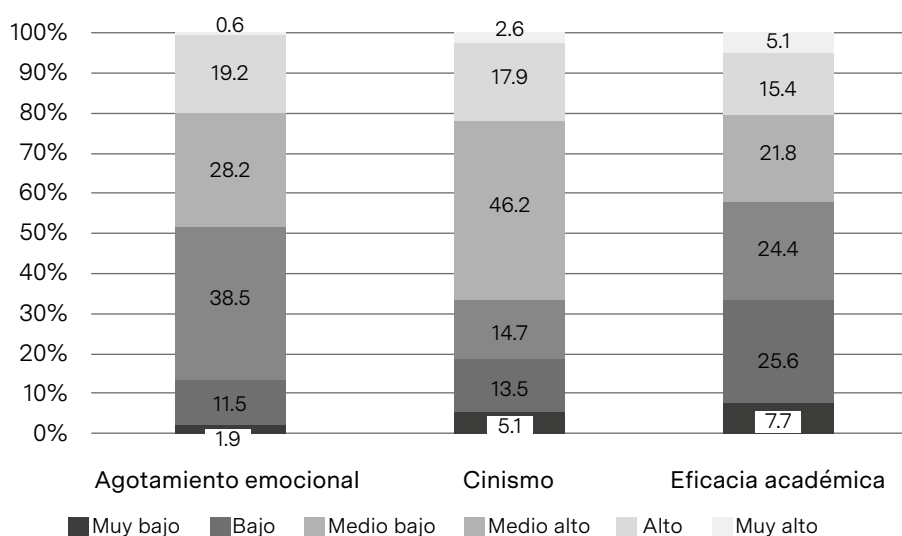
el levantamiento de información. Con el fin de realizar un muestreo no probabilístico, se contactó con los docentes de diversos cursos con el objetivo de poder solicitar su apoyo en este proceso de recojo de datos. La aplicación del instrumento tomó aproximadamente 20 minutos de las clases presenciales para dicho procedimiento. Los datos se recogieron entre los meses de octubre y diciembre del año 2023. La presente investigación fue aprobada por el Comité de Ética de la Universidad Tecnológica del Perú con el código 165-2023-CEI-UTP.

Análisis de datos

Para procesar los datos de la investigación, se empleó el programa JASP versión 0.95 (JASP Team, 2025). Los datos fueron previamente codificados en una base de datos en Microsoft Excel®. Una vez que realizado ello, se procedió a realizar el análisis descriptivo de los datos mediante frecuencias y porcentajes y luego a evaluar la normalidad a través la prueba de Shapiro-Wilk. Posteriormente, se emplearon pruebas estadísticas paramétricas como el análisis de varianza (ANOVA), o bien pruebas no paramétricas como U de Mann-Whitney y H de Kruskal-Wallis, para hacer las respectivas comparaciones del síndrome de burnout académico en función de los datos sociodemográficos. Adicionalmente, se empleó la prueba chi cuadrado para relacionar las variables sociodemográficas con la presencia de burnout en los evaluados.

RESULTADOS

Respecto a la presencia del burnout académico, solo el 11.5% de los universitarios presentaron el problema. En lo correspondiente a las dimensiones del burnout académico, en la Figura 2, se puede apreciar que, en agotamiento emocional el 38.5% experimenta un nivel medio bajo, el 28.2% nivel alto y el 19.2% alto. En relación con la dimensión de cinismo, los resultados revelan que el 46.2% presenta un nivel medio alto, un 17.9% alto y el 2.6% muy alto. Asimismo, respecto a la eficacia académica, se encontró que el 7.7% presenta un nivel muy bajo, el 25.6% bajo y el 24.4 % medio bajo.

Figura 1*Dimensiones del burnout académico*

No se encontró normalidad en ninguna de las dimensiones del burnout académico según el sexo ($p < .05$), por lo que las comparaciones se hicieron con la prueba U de Mann-Whitney. Es así que la Tabla 1 muestra que las mujeres presentan significativamente más agotamiento emocional que los hombres, con un tamaño del efecto pequeño ($U = 3753$; $p = .005$; $r_{rb} = -.264$). Por su parte, los hombres presentan significativamente más eficacia académica que las mujeres, con

un tamaño del efecto pequeño ($U = 2393.5$; $p = .039$; $r_{rb} = .194$). Por el contrario, no se hallaron diferencias estadísticamente significativas en la dimensión de cinismo en función del sexo de los evaluados ($U = 2882.5$; $p = .754$).

Además, no se encontró una relación estadísticamente significativa entre el sexo y la presencia de burnout académico ($\chi^2 = 0.038$; $p = .845$).

Tabla 1*Análisis comparativo del síndrome de burnout académico según el sexo*

	Sexo	N	Rango promedio	U	p-valor	r_{rb}
Agotamiento emocional	Femenino	66	90.36	3753	.005	-.264
	Masculino	90	69.80			
Cinismo	Femenino	66	77.17	2882.5	.754	-
	Masculino	90	79.47			
Eficacia académica	Femenino	66	69.77	2393.5	.039	.194
	Masculino	90	84.91			

Solo se encontró normalidad en la dimensión del burnout académico de agotamiento emocional según la carrera profesional ($p > .05$), por lo que dicha comparación se hizo con ANOVA; además, la variable presentó homogeneidad de varianzas según la prueba de Levene ($p = .490$).

La Tabla 2 muestra que no se hallaron diferencias significativas en las dimensiones del burnout académico en función de la carrera profesional que los evaluados estaban cursando: agotamiento emocional ($F(6,149) = 0.230$; $p = .966$), cinismo ($H = 8.594$; $p = .198$) y eficacia académica ($H = 5.273$; $p = .509$).

Adicionalmente, no se halló una relación estadísticamente significativa entre la carrera profesional y la presencia de burnout académico ($\chi^2= 0.919$; $p= .988$).

Tabla 2

Análisis comparativo del burnout académico en función de la carrera profesional

ANOVA				
	Carrera	N	Media	DE
Agotamiento emocional	Ing. Civil	24	10.67	4.082
	Ing. Industrial	43	11.07	5.170
	Ing. Mecatrónica	14	10.43	3.694
	Ing. Mecánica	6	9.17	2.041
	Ing. de Minas	18	11.33	4.563
	Ing. de Seguridad	43	10.84	4.587
	Ing. de Sistemas	8	11.38	4.779
Kruskal-Wallis				
	Carrera	N	Rango promedio	
Cinismo	Ing. Civil	24	65.35	
	Ing. Industrial	43	69.09	
	Ing. Mecatrónica	14	85.07	
	Ing. Mecánica	6	84.83	
	Ing. de Minas	18	80.72	
	Ing. de Seguridad	43	86.20	
	Ing. de Sistemas	8	105.88	
Eficacia académica	Ing. Civil	24	75.56	
	Ing. Industrial	43	85.81	
	Ing. Mecatrónica	14	79.57	
	Ing. Mecánica	6	88.00	
	Ing. de Minas	18	88.19	
	Ing. de Seguridad	43	71.02	
	Ing. de Sistemas	8	57.38	

No se encontró normalidad en ninguna de las dimensiones del burnout académico según las horas de trabajo ($p < .05$), por lo que las comparaciones se hicieron con la prueba H de Kruskal Wallis. Con respecto a la variable horas de trabajo, en Tabla 3 se muestra que no se encontraron diferencias significativas entre las dimensiones del síndrome de burnout académico: agotamiento emocional ($H= 5.492$; $p= .064$), cinismo ($H= 0.918$; $p= .632$) y eficacia académica ($H= 3.523$; $p= .172$).

Por otro lado, se encontró una relación estadísticamente significativa entre las horas de trabajo y la presencia de burnout académico ($\chi^2= 11.969$; $p= .003$). Es así que hay una mayor presencia de burnout en aquellos que trabajan 10 a 12 horas (33.3%) o 8 a 9 horas (14.6%) en contraste con quienes trabajan 4 a 7 horas (5.6%).

Tabla 3

Análisis comparativo de los niveles de burnout académico en función de las horas de trabajo

	Horas de trabajo	N	Rango promedio	H	p-valor
Agotamiento emocional	4-7 horas	90	73.87	5.492	.064
	8-9 horas	48	78.71		
	10-12 horas	18	101.11		
Cinismo	4-7 horas	90	76.61	0.918	.632
	8-9 horas	48	78.57		
	10-12 horas	18	87.75		
Eficacia académica	4-7 horas	90	72.83	3.523	.172
	8-9 horas	48	87.61		
	10-12 horas	18	82.53		

Solo se encontró normalidad en la dimensión del burnout académico de agotamiento emocional según la carrera profesional ($p > .05$), por lo que dicha comparación se hizo con ANOVA; además, la variable presentó homogeneidad de varianzas según la prueba de Levene ($p = .320$).

La Tabla 4 muestra el análisis comparativo del burnout académico en función de los ingresos económicos, donde se puede evidenciar que existen diferencias estadísticamente significativas en la dimensión eficacia académica, con un tamaño del efecto mínimo ($H = 7.010$; $p = .030$; $\epsilon^2 = .045$). La prueba de comparaciones múltiples de Dunn mostró que aquellos que

perciben más de 1000 soles de ingresos tienen significativamente más eficacia que los que perciben menos de 500 soles ($z = -2.331$; $p = .020$; $r_{rb} = .292$) y entre 500 a 1000 soles ($z = -2.219$; $p = .026$; $r_{rb} = .237$), en ambos casos con un tamaño del efecto pequeño. Por otro lado, no se encontraron diferencias significativas en las dimensiones de agotamiento emocional ($F_{(2,153)} = 2.722$; $p = .069$) y cinismo ($H = 5.501$; $p = .064$).

Asimismo, no se halló una relación estadísticamente significativa entre los ingresos económicos y la presencia de burnout académico ($\chi^2 = 0.342$; $p = .843$).

Tabla 4

Análisis comparativo de burnout académico en función de los ingresos económicos

ANOVA				
	Ingresos mensuales	N	Media	DE
Agotamiento emocional	Menos de 500	35	12.23	5.128
	500-1000	69	10.84	3.999
	Más de 1000	52	9.96	4.520

Kruskal-Wallis				
	Ingresos mensuales	N	Rango promedio	H
Cinismo	Menos de 500	35	87.86	5.501
	500-1000	69	82.49	
	Más de 1000	52	66.90	
Eficacia académica	Menos de 500	35	68.80	7.010
	500-1000	69	73.41	
	Más de 1000	52	91.79	

DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la asociación entre el síndrome de burnout académico y las características sociodemográficas de una muestra de estudiantes de una universidad privada, contando con 156 participantes de las carreras de ingeniería. Esta problemática es abordada debido a que, como se ha evidenciado en la revisión de la literatura, tiene consecuencias desfavorables en la salud física y psicológica de los estudiantes, así como en su rendimiento académico. Por este motivo, es fundamental comprender y entender cómo las características sociodemográficas influyen en la aparición y gravedad del burnout.

Los datos recabados revelan, en primer lugar, que una amplia cantidad de estudiantes presenta ciertos niveles de burnout, siendo que hasta un 80% de la muestra presenta un nivel moderado del síndrome. Estos resultados superan los porcentajes de reportes previos con muestras de Perú, que indican que un 40% (Seperak et al., 2021) o un 52.5% (Estrada et al., 2021) de estudiantes universitarios presentan niveles moderados de burnout académico. En ese sentido, el primer estudio evaluó a estudiantes de carreras Psicología, ingenierías, Derecho y Administración de empresas diversas regiones de Perú, de los cuales un 74% provenía de Arequipa y un 19% contaba con un trabajo remunerado; mientras que en el segundo estudio se tomó una muestra de estudiantes peruano de la carrera de Educación de los cuales un 48% trabaja. Es posible, que estas diferencias en la caracterización sociodemográfica de la muestra puedan explicar las diferencias obtenidas en la presente investigación,

ya que aquí solo se evaluaron a estudiantes que trabajan, que radican en Arequipa, y que en todos los casos estudian la carrera de ingenierías. Esto revelaría que el hecho de trabajar y estudiar a la vez, eleva considerablemente los niveles de síndrome de burnout en los estudiantes universitarios, como se ha reportado en otras investigaciones, dado que están expuestos no solo a las demandas propias de la universidad, sino también a las del ambiente de trabajo, lo cual incluye el estrés por carga laboral, a menudo acompañado de fatiga (Arias, & Gutiérrez, 2018; Castro Bastidas et al., 2011).

A nivel comparativo, existen diferencias significativas en el burnout académico en función de las variables sociodemográficas en universitarios que trabajan, como también se ha reportado en otras investigaciones (Agust et al., 2001; Mota et al., 2022). Sin embargo, aunque la existencia o carencia del burnout puede estar estrechamente relacionada con la situación laboral, las personas que no trabajan pueden experimentar este síndrome, aunque con diferencias en sus niveles en sus tres dimensiones, ya que el burnout académico es desencadenado por el estrés académico (Arias, & Rivera, 2024; Pepe-Nakamura et al., 2014; Tirado-Amador et al., 2023). Respecto al sexo, hemos encontrado que el agotamiento emocional y la eficacia académica presentan niveles mayores entre las mujeres y los varones, respectivamente; lo que sugiere que las mujeres suelen ser afectadas más negativamente por el síndrome que sus pares de sexo masculino, como se ha reportado en otros estudios previos (Agust et al., 2001; Núñez, 2017; Seperak et al., 2021; Villamar et al., 2019). Estos resultados coinciden con los de Espinoza et al. (2020), Merchán-Galvis et al. (2018) y Rodríguez et al. (2019) que mues-

tran que la incidencia del burnout académico se da con mayor incidencia en universitarias, quienes en su mayoría tienen el síndrome en niveles moderados, debido a los estudios que cursan y a las actividades extra-académicas que realizan en casa.

En cuanto a la carrera profesional, Seperak et al. (2021) explican que a manera de tener una información más precisa es necesario tomar en cuenta esta variable, ya que estaría asociada a la diferencia de los niveles en los que se presenta el burnout académico. De la misma forma, Puertas et al. (2020) confirman que la existencia del síndrome de burnout académico difiere porcentualmente según la carrera universitaria que los estudiantes cursen (Medicina, Odontología y Veterinaria), lo que podría ser debido a diversos factores como el exceso de trabajo, exigencias según carrera, la competencia, y expectativas profesionales. Sin embargo, en el presente estudio se muestra que no hay una asociación significativa entre el burnout académico y la carrera universitaria de los universitarios de la Facultad de Ingeniería, lo cual muestra la posibilidad de que existan otros factores que influyan en sus manifestaciones. Esto sugiere que al menos dentro del contexto específico en el que se realizó la investigación, otros aspectos pueden estar desempeñando un papel más importante en la determinación de los niveles de cada una de las dimensiones, o bien que las carreras de ingenierías presentan elementos comunes por las características propias de estas disciplinas o la cultura institucional de la universidad de la que proviene la muestra.

Por otro lado, en el análisis comparativo del burnout académico según las horas de trabajo, se observó que los participantes que laboran entre 10 a 12 horas, es decir, los que tienen más horas de trabajo diarias, muestran niveles más elevados del síndrome. Este resultado es similar al de Arias y Gutiérrez (2018) y Merchán-Galvis et al. (2018), quienes hallaron que a medida que la cantidad de horas de trabajo asciende, incrementa la probabilidad de experimentar burnout académico. Los resultados sugieren que el tiempo que los participantes dedican al trabajo puede constituirse en una condición de amenaza asociada a la aparición de burnout académico, ello debido a que la sobrecarga de responsabilidades de trabajo junto con las exigencias propias del contexto académico universitario puede contribuir al aumento de agotamiento emocional y en consecuencia, llevar a niveles más altos de burnout. Los hallazgos encontrados remarcen la ne-

cesidad e importancia de encontrar un equilibrio entre los estudios y el trabajo que favorezca el desempeño del estudiante en ambos contextos.

Para finalizar, el análisis comparativo del burnout académico en función de los ingresos económicos, sugiere que existe una asociación significativa, más específicamente en la eficacia académica, de modo que quienes tienen menores ingresos presentan también puntajes más bajos en esta dimensión. Podría decirse entonces, que los sentimientos de eficacia académica del estudiante se asocian negativamente con los ingresos económicos que percibe. En efecto, este problema se atribuye a diversos factores, como la presión por mantener un nivel económico de vida, la preocupación por los gastos personales y, por último, la necesidad de querer mantener un equilibrio entre las responsabilidades académicas y laborales. Pese a ello, es de suma importancia contextualizar lo mencionado con hallazgos de la investigación de Figueroa et al. (2023), quienes señalan que el nivel de burnout tiene una relación estrecha con aspectos que surgen en el contexto laboral, como el horario de trabajo, el reconocimiento dentro el área laboral y el salario en relación con las necesidades económicas. También, se menciona que, si dichos factores no son manejados correctamente, se puede generar insatisfacción que se pueda ver reflejada en diversos ámbitos.

En función a lo expuesto, se sugiere que las investigaciones futuras amplíen el tamaño de la muestra, incorporando tanto a universitarios que laboran como a aquellos que no, con el fin de lograr una generalización más precisa de los resultados y poder hacer una comparación exhaustiva entre ambos grupos. Asimismo, sería pertinente incluir otras variables como el estado civil, el tiempo de servicio, el rendimiento académico, entre otras; para así obtener una comprensión más completa de esta problemática. Además, sería beneficioso poder considerar las variables académicas en el estudio, para así poder tener más información con respecto a los factores que pueden estar contribuyendo al estrés de los estudiantes. En ese sentido, es crucial tener en cuenta que la predicción de variables ofrece una base teórica para reducir los niveles de burnout y aliviar sus consecuencias, por lo tanto, es necesario fortalecer las estrategias de afrontamiento y de apoyo social, que tienen un efecto amortiguador en el síndrome de burnout; aspectos que deben ser investigados en futuros estudios (Castillo et al., 2018).

Con respecto a los resultados, surge la necesidad de seguir investigando y analizando diversos factores que puedan estar desencadenando el burnout académico, con el objetivo de desarrollar programas y servicios de asesoría académica que aborden eficazmente esta problemática y promuevan el bienestar estudiantil. Esta línea de investigación puede conducir a la implementación de intervenciones específicas diseñadas para gestionar el estrés y elevar la calidad de vida de los universitarios. Además, aportará datos adicionales sobre factores sociodemográficos que podrán ser utilizados en futuras investigaciones que busquen profundizar en la problemática del burnout en el ámbito educativo. Asimismo, los resultados del estudio proporcionan información para diseñar planes de prevención o intervención, los cuales serán útiles para brindar apoyo a los grupos específicos que lo necesiten.

Fuentes de financiamiento:

No aplica

Agradecimientos:

A los estudiantes participantes del estudio

Conflicto de intereses:

Los autores declaran no haber incurrido en conflicto de interés al realizar este artículo

Rol de los autores:

AMGT: Conceptualización, Curación de datos, Análisis formal, Redacción - revisión y edición.

MMVC: Conceptualización, Análisis formal, Redacción - revisión y edición.

WLAG: Supervisión, Metodología, Redacción - revisión y edición.

CRRC: Análisis formal, Redacción - revisión y edición.

REFERENCIAS

Agust, S., Grau, R., & Beas, M. (2001). Burnout en mujeres: Un estudio comparativo entre contextos de trabajo y no trabajo. *Ansiedad y Estrés*, 7(1), 79–88. <https://psycnet.apa.org/record/2001-18370-007>

Amor, E., Baños, J. E., & Sentí, M. (2020). Prevalencia del síndrome de burnout entre los estudiantes de medicina y su relación con variables demográficas, personales y académicas. *Educación Médica*, 23(1), 25. <https://doi.org/10.33588/fem.231.1036>

Arias, R., & Gutiérrez, E. (2018). Prevalence factors of burnout syndrome in medicine interns at Lima's Central Military Hospital. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 47(4), 401–411. <http://scielo.sld.cuhttp://www.revmedmilitar.sld.cu>

Arias, W. L., Huamani, J. C., & Ceballos, K. D. (2019). Síndrome de burnout en profesores de escuela y universidad: un análisis psicométrico y comparativo en la ciudad de Arequipa. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 72–110. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.390>

Arias, W. L., & Rivera, R. (2024). Análisis psicométrico del Inventario SISCO de Estrés Académico en universitarios de Arequipa. *Eureka*, 21(1), 75–101. <https://psicoeureka.com.py/publicacion/21-2/articulo/12>

Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología Introducción Un marco conceptual para la investigación. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16728244043>

Caballero, C. C., Hederich, C., & Palacio, J. E. (2010). El burnout académico: Delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(1), 131–146. <http://www.redalyc.org/pdf/805/80515880012.pdf>

Caballero, C., Bresó, É., & González, O. (2015). Burnout en estudiantes universitarios. *Psicología desde El Caribe*, 32(3), 424–441. <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v32n3/v32n3a07.pdf>

Castillo, K. T., Cestagalli, N., Vernaza, J. S., Riveros, F., Bernal, L., & Quiñonez, A. P. (2018). Variables asociadas al síndrome de burnout en el área de la salud de una clínica de Villavicencio, Colombia. *Psicología y Salud*, 29(1), 51–62. <https://doi.org/10.25009/pys.v29i1.2568>

Castro, C., R., Ceballos, O. O. D., & Le, O. D. L. (2011). Síndrome de burnout en estudiantes de pregrado de la universidad de Nariño. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(4), 223–246. <https://sired.udenar.edu.co/5332/>

- Correa-López, L. E., Loayza-Castro, J. A., Vargas, M., Huamán, M. O., Roldán-Arbieto, L., & Pérez, M. (2019). Adaptación y validación de un cuestionario para medir burnout académico en estudiantes de medicina de la Universidad Ricardo Palma. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 19(1), 1–5. <https://doi.org/10.25176/rfmh.v19.n1.1794>
- Estrada, E. G., Gallegos, N. A., & Mamani, H. J. (2021). Burnout académico en estudiantes universitarios peruanos. *Apuntes Universitarios*, 11(2), 48–62. <https://doi.org/10.17162/au.v11i2.631>
- Dominguez-Lara, S., Alarcón-Parco, D., Fernández-Arata, M., Tamayo-Agudelo, W., Bernal-Vargas, L., & Campos-Usanga, Y. (2021). Invarianza factorial de una medida de burnout académico entre estudiantes universitarios de Perú, México y Colombia. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 13(3), 70–86. <https://www.redalyc.org/journal/3334/333472232003/html/>
- Fernández-Arata, M., Calderón, G. A., Merino-Soto, C., & Juárez-García, A. (2020). Efectos sociodemográficos multivariados sobre la experiencia del burnout en docentes de colegios peruanos. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 12(1), 40–49. <https://www.redalyc.org/journal/3334/333468037005/html/>
- Figuroa, E., Silva, C. A. C., & Terrones, J. M. (2023). *Relación entre el síndrome del burnout y la satisfacción laboral en profesionales del rubro salud*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de Lima, Lima, Perú. <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/15787>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- JASP Team (2025). JASP (versión 0.95). Programa informático. <https://jasp-stats.org/download/>
- Martínez, A. (2010). El síndrome de Burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*, 112, 42–80. <https://doi.org/10.15178/va.2010.112.42-80>
- Merchán-Galvis, Á. M., Albino, A. Y., Bolaños-López, J. E., Millán, N., & Arias-Pinzón, A. A. (2018). Síndrome de Burnout y factores asociados en estudiantes de Medicina. *Educación Médica Superior*, 32(3), 172–180. http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v32n3/a14_1377.pdf
- Mota, I. D., Both, J., Pereira, M. P., Araldi, F. M., Zilch, G. R., Cardoso, A. A., Dutra, J., & Farias, G. (2022). Prevalência da síndrome de burnout em diferentes áreas acadêmicas e relação com as características sociodemográficas. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 14(1), 82–90. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8503090>
- Núñez, L. (2017). Predictores del burnout académico en estudiantes de enfermería de las universidades nacionales de Áncash. *Aporte Santiaguino*, 10(15), 3–30. https://revistas.unasam.edu.pe/index.php/Aporte_Santiagouno/article/view/179
- Olivares, V. (2017). Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout. *Ciencia & Trabajo*, 19(58), 59–63. <https://doi.org/10.4067/s0718-24492017000100059>
- Osorio, M., Parrello, S., & Prado, R. (2020). Burnout académico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 2(1), 27–37. <https://www.revis-tacneip.org/index.php/cneip/article/view/86/67>
- Osorio-Guzmán, M., Prado-Romero, C., & Bazán-Riverón, G. E. (2021). Burnout y afrontamiento en profesionales de la salud. *Psicología y Salud*, 31(2), 267–274. <https://doi.org/10.25009/pys.v31i2.2695>
- Pepe-Nakamura, A., Miguez, C., & Arce, R. (2014). Equilibrio psicológico y burnout académico. *Revista de Investigación en Educación*, 12(1), 32–39. <http://webs.uvigo.es/reined/>
- Pérez, L., Pérez, R., & Seca, M. V. (2020). *Metodología de la investigación científica*. Editorial Maipue.
- Puertas, K., Mendoza, G., Cáceres, S., & Falcón, N. (2020). Síndrome de Burnout en estudiantes de Medicina Veterinaria. *Revista de Investigaciones Veterinarias del Perú*, 31(2), 1–10. <http://dx.doi.org/10.15381/rivep.v31i2.17836>
- Rodríguez, J. M., Benavides, E. V., Ornelas, M., & Jurado, P. J. (2019). El Burnout académico percibido en universitarios; comparaciones por género. *Formación Universitaria*, 12(5), 23–30. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062019000500023>

- Rosales, Y., & Rosales, F. R. (2013). Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. *Salud Mental*, 36(4), 337–345. <https://doi.org/10.17711/sm.0185-3325.2013.041>
- Seperak, R., Fernández, M., & Dominguez, S. (2021). Prevalencia y severidad del burnout académico en estudiantes universitarios durante la pandemia por la COVID-19. *Interacciones*, 7, e199. <https://doi.org/10.24016/2020.v7.199>
- Tirado-Amador, L. R., Morales-Vega, J. J., Vargas-Quiroga, E. D., & Arce-Vanegas, J. A. (2023). Estrés académico autopercebido y factores relacionados en una escuela privada de odontología en Cartagena, Colombia. *Universidad y Salud*, 25(1), C1–C7. <https://doi.org/10.22267/rus.232501.294>
- Villamar, D., Juárez, A., González, I. G., & Osna-ya, M. (2019). Factores psicosociales y síndrome de Burnout en académicos de una universidad pública de México. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 111. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.360>