

SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES DE CIENCIAS DE LA SALUD
REVISIÓN DE LA LITERATURA

BOHÓRQUEZ GAMBOA CINDY PAOLA
CLAVIJO GÓMEZ JESSICA LIZETH
MARTIN SAMUDIO LEIDY DANIELA
ROJAS VÉLEZ VALENTINA

UNIVERSIDAD EL BOSQUE
FACULTAD ESCUELA COLOMBIANA DE MEDICINA
PROGRAMA DE INSTRUMENTACIÓN QUIRÚRGICA
BOGOTÁ D.C 21/2021

SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES DE CIENCIAS DE LA SALUD
REVISIÓN DE LA LITERATURA

BOHÓRQUEZ GAMBOA CINDY PAOLA

CLAVIJO GÓMEZ JESSICA LIZETH

MARTIN SAMUDIO LEIDY DANIELA

ROJAS VÉLEZ VALENTINA

Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de Profesional de
Instrumentación Quirúrgica de la Universidad El Bosque

DIRECTOR:

Dr. Reinaldo Acosta Martínez

UNIVERSIDAD EL BOSQUE
FACULTAD ESCUELA COLOMBIANA DE MEDICINA
PROGRAMA DE INSTRUMENTACIÓN QUIRÚRGICA

DEDICATORIA

En primer lugar, quiero agradecer a mi tutor por habernos acompañado durante este proyecto, brindándonos su ayuda y guiándonos en el camino para poder obtener siempre los mejores resultados, agradezco a mis compañeras, por el compromiso y la dedicación que tuvieron durante la realización de este trabajo, ya que sin sus conocimientos y entrega no había sido posible llevar a cabo este proyecto; finalmente agradezco a mis padres por haberme brindado su apoyo y su motivación desde el inicio de mi carrera hasta la culminación de ella, ya que sin ellos esto no hubiera sido posible.

CINDY PAOLA BOHORQUEZ GAMBOA

En primera instancia, le doy gracias a Dios por permitirme estar presente en la realización de este proyecto de grado, seguidamente, le agradezco a nuestro tutor por brindarnos sus conocimientos durante la realización de esta importante investigación, también agradezco a mis compañeras quienes fueron las personas que aportaron gran parte de este trabajo y por ende la presentación fue impecable y por último pero no menos importante, quiero agradecer a mis padres por ser las personas que están en frente de los procesos académicos en todo momento, muchas gracias.

LEIDY DANIELA MARTIN SAMUDIO

En primer lugar, quiero darle gracias a Dios por permitirme llegar a este punto, segundo le doy gracias a mi familia por apoyarme y ayudarme a tener constancia para el desarrollo de este proyecto de investigación ya que ellos hacen parte de mi motivación para luchar día tras día ante los obstáculos que se presentan, también quiero agradecer y recalcar el esfuerzo y la ayuda recibida por parte de mi grupo de investigación ya que sin los aportes realizados por ellas este no se hubiera desarrollado de esta forma tan excelente y por último agradecerle a nuestro tutor que día tras día nos motivó con la continuidad de este proyecto apoyándonos con su conocimiento.

VALENTINA ROJAS VELEZ

En la realización y ejecución de este proyecto quiero agradecerles a mis compañeras de trabajo quienes aportaron directamente como mano de obra para la realización del mismo, de esta forma, deseo retribuir mis agradecimientos a nuestro tutor por ayudarnos a dirigir este proyecto de investigación y brindarnos sus conocimientos, adicionalmente quiero reconocer los esfuerzos de mi madre para que cursara una carrera profesional, y por último pero no menos importante agradecer a la Universidad El Bosque por los recursos brindados para llevar a cabo una mejor investigación.

JESSICA LIZETH CLAVIJO

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a la Universidad El Bosque por brindarnos la oportunidad de desarrollar nuestro trabajo de grado de la mejor forma mediante el uso de las herramientas proporcionadas por las bases de datos especializadas incluidas en la plataforma de la biblioteca Juan Roa Vásquez; adicionalmente queremos agradecerle a nuestros tutores de Trabajo de Grado los cuales fortalecieron nuestros conocimientos y aportaron valores agregados a la presente investigación mediante críticas constructivas dando así la continuidad de este proyecto y por ultimo pero no menos importante queremos agradecer al programa de Instrumentación Quirúrgica el cual adecuó los espacios y el personal necesario para el seguimiento de cada proyecto de investigación.

NOTA DE SALVEDAD INSTITUCIONAL

“La Universidad El Bosque y su programa de Instrumentación Quirúrgica, no se hace responsable de los conceptos emitidos por los autores en este trabajo, solo velará por el rigor científico, metodológico y ético de éste en aras de la búsqueda de la verdad y la justicia”

RESUMEN

Objetivos: Identificar por medio de la revisión sistemática de la literatura la frecuencia y distribución de la ocurrencia del Síndrome de Burnout en estudiantes de ciencias de la salud. Identificar las características del Síndrome de Burnout, dando a conocer los factores predisponentes para la aparición de esta patología, en estudiantes del área de la salud. Determinar la proporción de ocurrencia del Síndrome de Burnout por cada profesión de ciencias de la salud. Identificar con qué frecuencia se presenta el Síndrome de Burnout en estudiantes de ciencias de la salud. **Materiales y métodos:** Estudio basado en la revisión sistemática de la literatura, en el cual se tuvo en cuenta cuatro bases de datos (Medline, PubMed, Lilacs, Embase), en donde se encontraron diferentes artículos basados en el tema. **Resultados:** Se realiza la depuración de los artículos teniendo en cuenta criterios de inclusión y exclusión, para esto, se utilizó la plataforma Caspe y finalmente quedaron 11 artículos que cumplían con los criterios establecidos inicialmente. **Conclusiones:** Se puede concluir que el Síndrome de Burnout más conocido como el síndrome de estar Quemado, afecta directamente a estudiantes y profesionales de Ciencias de la salud generando en ellos una carga excesiva de estrés, afectando al estudiante no solo en su parte emocional sino también en el rendimiento académico.

Palabras claves: Síndrome de Burnout, estudiantes de ciencias de la salud, desgaste.

ABSTRACT

Objectives: To identify through the literature systematic review the frequency and distribution of the occurrence of Burnout Syndrome in health sciences students. Identify the characteristics of the Burnout Syndrome, making known the predisposing factors for the appearance of this pathology, in students in the health area. Determine the proportion of occurrence of Burnout syndrome by each health sciences profession. Identify how often Burnout Syndrome occurs in health science students. **Materials and methods:** Study based on the systematic review of the literature, in which four databases were considered (Medline, PubMed, Lilacs, Embase), where different articles based on the topic were found. **Results:** The articles were refined considering inclusion and exclusion criteria, for this, the Caspe platform was used and finally 11 articles were left that met the criteria initially established. **Conclusions:** It can be concluded that the Burnout Syndrome, better known as the burnout syndrome, directly affects students and professionals of the Health Sciences, generating in them an excessive load of stress, affecting the student not only in his emotional part but also in academic performance.

Key words: Burnout syndrome, health science students, wasting.

TABLA DE CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN	1
2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	3
2.1 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.	4
2.1.2 ÁRBOL DE PROBLEMA.	4
3. JUSTIFICACIÓN	5
4. OBJETIVOS	7
4.1 OBJETIVO GENERAL.	7
4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.	7
5. MARCO TEÓRICO	8
5.1 SÍNDROME DE BURNOUT.	8
5.1.2 Definición.	8
5.1.3 Historia.	9
5.1.4 Causas.	11
5.1.5 Diagnóstico y Prevención.	12
5.1.6 Diferencia entre estrés y Síndrome de Burnout.	13
5.1.7 Síndrome de Burnout en estudiantes de ciencias de la salud.	14
5.1.8 Síndrome de Burnout en profesionales de la salud.	19
6. METODOLOGÍA	21
6.1 TIPO DE ESTUDIO.	21
6.2 ECUACIÓN DE BÚSQUEDA	22
6.3 TIPOS DE BASES DE DATOS.	23
6.3.1 Según su variabilidad.	23
6.3.2 Según su contenido.	23
6.3.3. Según sus Modelos de bases de datos	24
6.4 PICO	24
6.5 CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN	24
6.6 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	25
6.7 FASES DEL PROYECTO.	26
6.8. PLAN DE ANALISIS	28
6.8.1 Bases de datos.	28
6.8.2 Búsqueda inicial de artículos.	28

<i>6.8.3 Lectura inicial de los artículos.</i>	28
<i>6.8.4 Cribado y depuración de artículos.</i>	28
<i>6.8.5 Determinar la calidad de los artículos.</i>	29
<i>6.8.6 Lectura crítica de los artículos.</i>	30
<i>6.8.7 Tabulación de datos.</i>	30
<i>6.8.8 Depuración y análisis de las bases de datos.</i>	30
<i>6.8.9 Generación de resultados y conclusiones.</i>	30
<i>6.8.10 Diseño de informe final de investigación.</i>	31
6.9. PRESUPUESTO	31
7. ASPECTOS ÉTICOS	33
8. RESULTADOS	34
9. DISCUSIÓN	38
10. CONCLUSIONES	41
11. RECOMENDACIONES	42
12. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	43

TABLA DE TABLAS E ILUSTRACIONES

ILUSTRACIONES

Ilustración 1. Cuadro comparativo: estrés vs síndrome de burnout	14
Ilustración 2. Distribución porcentual del síndrome de Burnout: Encuestas de acuerdo con su profesión.	20

TABLAS

Tabla 1. Tipo de estudio.	21
Tabla 2. Operacionalización de variables.	25
Tabla 3. Diagrama de Gantt	27
Tabla 4. Presupuesto	31
Tabla 5. Criterios de selección de artículos	34
Tabla 6. Características Síndrome de Burnout	37

1. INTRODUCCIÓN

El Síndrome de Burnout es un fenómeno que afecta a los estudiantes y profesionales de salud generando un grado de estrés alto que puede ir acompañado de depresión y ansiedad, desencadenando una serie de síntomas que ayuda a su detección temprana, los síntomas más comunes son: baja autoestima, alteraciones emocionales, cansancio entre otros. Cabe aclarar que el Síndrome Burnout no siempre ha sido reconocido como una enfermedad grave, al contrario, muchos profesionales de la salud ignoran sus síntomas sintiéndose insatisfechos con ellos mismos y no tienen en cuenta que este puede afectar al desarrollo de su proceso académico y laboral comprometiendo la integridad de los pacientes.

Los profesionales en salud han desarrollado una vocación por su profesión generando así una entrega completa a la atención al paciente y provocando un alivio físico y mental para este y sus familiares; sí mismo, se reconoce que los profesiones en salud laboran extensas jornadas sobrellevando una carga laboral ardua lo que conlleva altos niveles de estrés que son generados por agresiones verbales tanto de los pacientes como los compañeros, no se le reconoce o tiene en cuenta en la toma de decisiones, falta de claridad en las funciones para el desarrollo de su trabajo y falta de comunicación de la dirección hacia el trabajador.

De igual forma, es importante mencionar que los estudiantes de ciencias de la salud han desarrollado una entrega a su preparación profesional para brindar cierto alivio a la comunidad, este con el fin, de poder fortalecer los servicios hospitalarios con sus conocimientos; como los profesionales los estudiantes también reciben presiones por parte de los docentes de práctica y equipo quirúrgico, el estrés que se genera en los sitios de práctica más precisamente en los quirófanos, está ligado al estar expuesto en procedimientos de alta complejidad de los cuales no se tienen bases sólidas de conocimiento o en algunas ocasiones la presión propia de no fallar durante el procedimiento conlleva a que de una u otra forma se padezca de Síndrome de Burnout

académico, es decir que no sea un Síndrome únicamente de los profesionales, sino que con el tiempo también se viene desarrollando en los estudiantes

Por medio de la revisión de la literatura se buscó determinar la frecuencia y distribución de la ocurrencia del Síndrome de Burnout en los estudiantes de ciencias de la salud, con el fin de proporcionar información clara y veraz a partir de información extraída de anteriores investigaciones realizadas, para de esta forma esclarecer el panorama de la población a la que afecta.

2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El Síndrome de Burnout o Síndrome de estar quemado consiste en un estado de agotamiento físico, mental y emocional, causado por el cansancio psíquico o estrés que surge a raíz de la relación con otras personas en un dificultoso clima laboral (1), para el año 2000 la (OMS) Organización Mundial de la Salud lo declaró como un factor de riesgo laboral, ya que tiene la capacidad de afectar la calidad de vida, salud mental e incluso poner en riesgo la vida de las personas que lo padecen (2)

Dicho Síndrome es expresado con excesivos niveles de estrés y depresión tanto en profesionales como en estudiantes del área de la salud generando implicaciones considerables que van mucho más allá de la educación médica. En la actualidad, existe un conjunto de síntomas que se relacionan con el desgaste laboral y la asociación con las patologías descritas, esta sintomatología se conoce como Síndrome de Burnout. (2)

Sin embargo, el problema de esta patología va más allá de lo que parece, pues el que lo padece posiblemente realizará sus funciones impacientemente, tendrá un ausentismo mayor y expondrá a su centro laboral a pérdidas y fallos en el logro de objetivos. La relevancia de este importante fenómeno entre los estudiantes universitarios y la detección precoz de niveles sintomáticos significativos puede llegar a ser un indicador de posibles dificultades tempranas o futuras, en los planos del éxito académico o profesional. (3)

En conclusión, esta revisión sistemática nos permitirá reconocer los aspectos predisponentes a padecer agotamiento profesional entre los estudiantes del área de la salud, de esta forma se recomienda el desarrollo de un estudio que tenga en consideración la salud mental y los niveles de dependencia de algunos hábitos nocivos existentes (alcoholismo, tabaquismo o consumo de bebidas energizantes) para que se puedan tomar medidas preventivas acorde a una mejor calidad de vida y el desempeño académico de los estudiantes. (2)

2.1 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.

De acuerdo con la literatura. ¿Cuál es la frecuencia y distribución de la ocurrencia de Síndrome de Burnout en estudiantes de ciencias de la salud en los últimos 10 años?

2.1.2 ÁRBOL DE PROBLEMA.

Psicológicos

La parte psicológica, hace del síndrome de Burnout un factor influyente para los estudiantes del área de la salud ya que debido a las múltiples cargas académicas hay posibilidad de deserción, y grandes niveles de estrés que desencadenan pérdida de control de las emociones y ansiedad.

Económicos

En cuanto a la parte económica, las empresas prestadoras de servicios de salud se ven afectadas financieramente, ya que, debido al desgaste profesional, existe la posibilidad de prestar servicios de mala calidad a los pacientes, los cuales desacreditan dichas instituciones y contribuyen a múltiples eventos adversos que condenan a las mismas a grandes pérdidas económicas.

Sociales

En cuanto a la parte social, los estudiantes del área de la salud se ven afectados ya que no cuentan con un entorno social agradable, sino por el contrario les cuesta tener relaciones interpersonales por su excesiva carga de trabajo y agotamiento, con largas jornadas de trabajo.

¿Cuál es la frecuencia de ocurrencia de Síndrome de Burnout en estudiantes de ciencias de la salud?

Agotamiento mental

Cansancio o desgaste generado por sobrecargas académicas que ocasiona estrés al momento de elaborar tareas cotidianas.

Estrés crónico

Estado de cansancio prolongado generado por factores asociados a problemas laborales, altas cargas académicas, problemas en el ambiente social y familiar.

Cansancio físico

Falta de energía, motivación y apatía en el entorno donde se desempeñan, desencadenado por un esfuerzo físico, mental y emocional.

Nula vida personal

Ausencia de relaciones interpersonales, familiares, falta de comunicación e interés por lo que lo apasiona, causante de un bajo rendimiento.

3. JUSTIFICACIÓN

Con la presente investigación se pretendió determinar la frecuencia y distribución de la ocurrencia del Síndrome de Burnout en estudiantes de ciencias de la salud, debido a que en múltiples estudios se define como el desgaste profesional y no se menciona la posibilidad de que los estudiantes puedan padecerla, sin embargo las elevadas cargas académicas que presentan, las múltiples adaptaciones que requieren para acoplarse al sitio de rotación y las constantes presiones en su entorno social conllevan a que el estudiante empiece a desarrollar actitudes inapropiadas relacionados estrechamente con dicho Síndrome.

Dicho lo anterior, esta investigación se desarrolló con el fin de proporcionar información relevante sobre las manifestaciones o factores de riesgo del Síndrome de Burnout en los estudiantes del área de la salud. Por otro lado es importante señalar, que la comunidad que se verá beneficiada con el resultado del presente proyecto de investigación, son aquellos estudiantes del área de la salud los cuales podrán prevenir a tiempo el desarrollo de este Síndrome, con el fin de mantener una calidad de vida sana y apropiada, ya que se ha logrado evidenciar que este fenómeno conlleva múltiples consecuencias tanto para la salud, como el bienestar y vida de la persona que lo padece, generando como consecuencia la disminución del ritmo académico, los elevados niveles de estrés en el proceso de aprendizaje y aún más preocupante contribuyendo con la deserción estudiantil.

En cuanto al impacto que esta investigación tendrá en nuestra profesión, es importante mencionar que mediante la misma y por medio de la revisión de la literatura, se les brindará a los estudiantes de Instrumentación Quirúrgica las bases necesarias para continuar con el estudio y plantear medidas preventivas en contra del Síndrome de Burnout con el propósito de evitar que este influya en el rendimiento académico y la aplicación de los conocimientos en un procedimiento quirúrgico.

Habría que decir también, que esta investigación tendrá un gran impacto en la sociedad, ya que por medio de este, tanto los estudiantes como los profesionales de la salud en general podrán conocer qué factores influyen en la aparición del Síndrome de Burnout, para brindar un servicio oportuno y de alta calidad a nuestra prioridad (los pacientes), disminuyendo a su vez las pérdidas económicas de las instituciones prestadoras de servicios de salud que simultáneamente funcionan como espacios de aprendizaje para la formación de los estudiantes.

Para concluir, si se logra identificar que el Síndrome de Burnout también afecta a los estudiantes que desarrollan carreras relacionadas con la salud esto implica que empiecen a desarrollar estrategias de vida, hábitos de salud y bienestar individual, con el fin de balancear las cargas académicas y responsabilidades para brindar un mejor servicio y rendimiento tanto en los sitios de práctica como en la universidad y en su futura profesión. Por otra parte, es importante subrayar que las implicaciones del presente proyecto son netamente prácticas, ya que a partir de los resultados de este se pretende que los estudiantes mejoren sus hábitos de vida, de tal forma que rindan en las prácticas y no surja un desgaste estudiantil o profesional a largo plazo.

4. OBJETIVOS

4.1 OBJETIVO GENERAL.

Identificar por medio de la revisión de la literatura la frecuencia y distribución de la ocurrencia del Síndrome de Burnout en estudiantes de ciencias de la salud.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- ▮ Identificar las características del Síndrome de Burnout, dando a conocer los factores predisponentes para la aparición de esta patología, en estudiantes del área de la salud.
- ▮ Establecer los aspectos sociodemográficos que conllevan al padecimiento del Síndrome de Burnout en los estudiantes de ciencias de la salud.
- ▮ Identificar las herramientas de medición o detección del Síndrome de Burnout para resaltar la frecuencia de este en estudiantes de ciencias de la salud.

5. MARCO TEÓRICO

5.1 SÍNDROME DE BURNOUT.

5.1.2 Definición.

El Síndrome de Burnout también conocido como Síndrome de desgaste profesional no se encuentra bien definido ni por el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-V), ni en la Clasificación internacional de enfermedades (CIE 10) , sin embargo para el año 2000 la Organización Mundial de la Salud lo declaró como un factor de riesgo laboral por su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida del profesional, usualmente este se describe como una forma inadecuada de afrontar el estrés crónico y se caracteriza por un estado de agotamiento emocional, una actitud cínica o distante frente al trabajo (despersonalización), una sensación de ineficacia y pérdida de habilidades para la comunicación y realización de las labores o tareas. (4)

Dentro de las características relevantes de este Síndrome encontramos:

- Agotamiento emocional: incluye sensaciones de sobre-esfuerzo y se refleja en un sentimiento de incapacidad de servir a los demás.
- Despersonalización: se presenta con actitudes, respuestas, emociones frías y distantes hacia los demás manifestadas por cinismo, irritabilidad e ironía con las personas con quien trabaja y a las que le sirve.
- Baja realización personal: se presenta disminución de la autoconfianza y el rendimiento laboral, baja tolerancia a la frustración que se plasma en precarias expectativas laborales y personales

Haciendo énfasis en lo anteriormente dicho es importante aclarar que este síndrome se da principalmente en personas que trabajan en el sector de servicios como la educación y la salud, donde la tarea implica una relación

directa con otras personas. Los efectos del burnout se dan en las esferas mental, física y psicosocial, de esta forma se logra identificar que en el campo mental se ha reportado depresión y ansiedad, mientras que en el campo físico se presentan, cefaleas frecuentes, cansancio injustificado y alteraciones del apetito, entre otros, y en el campo psicosocial se encuentran asociados los conflictos trabajo – familia y dependencias al alcohol, de esta forma, podemos determinar la importancia que tiene prevenir a tiempo este síndrome puesto que este afecta en su totalidad el entorno del profesional o estudiante, sin antes mencionar que también tiene implicaciones en las instituciones prestadoras de servicios en las cuales se evidencia un aumento de costos por mala realización de procedimientos, diagnósticos equivocados e incluso aumento de la pérdida de recursos por ausentismo laboral, pero no solo las instituciones quedan disconformes por este problema, sino que también los usuarios del servicio de salud se demuestran insatisfacción del servicio brindado. (6)

5.1.3 Historia.

La palabra Burnout fue descrita por primera vez como el estar quemado en el año 1974 cuando Herbert Freudenberger, un médico psiquiatra que trabajaba como voluntario en una clínica de New York de toxicómanos, empezó a notar los diferentes cambios en el comportamiento como ansiedad y pérdida de la energía que tenían los demás voluntarios cuando eran expuestos a horarios con número de horas elevadas, poco salario, ambientes hostiles y exigentes; luego en el año 1976 la psicóloga Cristina Maslach que se encontraba estudiando las respuestas emocionales de los profesionales que están al servicio de la comunidad ante condiciones de estrés, utilizó el mismo término refiriéndose a la pérdida de responsabilidad y desinterés en el trabajo; en el año 1978 Pines y Kafry empezaron a describir el término como un estado general que se caracterizaba por el agotamiento no solo físico sino emocional y actitudinal, para que en el año 1979 por Spaniol y Caputo el término Burnout ya fuera descrito como un síndrome que integraba la falta de capacidad para afrontar cada situación laboral y personal que se presentaba. En 1980 Edelwich y Brodsky retomaron los conceptos de la psicóloga Maslach pero plantearon que el Síndrome de Burnout es una pérdida del idealismo, energía y motivos de realización diaria debido a

las condiciones de trabajo, además de proponer cuatro fases de desarrollo del Síndrome: a) entusiasmo, caracterizado por elevadas aspiraciones, energía desbordante y carencia de la noción de peligro; b) estancamiento, que surge tras no cumplirse las expectativas originales, empezando a aparecer la frustración; c) frustración, en la que comienzan a surgir problemas emocionales, físicos y conductuales, con lo que esta fase sería el núcleo central del Síndrome; d) apatía, que sufre el individuo y que constituye el mecanismo de defensa ante la frustración. En el mismo año Freudemberger complementa a Edelwichy y Brodsky mencionando que el Síndrome de Burnout se caracteriza por un estado de frustración o fatiga debido al modo de vida y las situaciones que no producen los objetivos esperados, a diferencia de Cherniss que propone que este Síndrome se debe a un proceso donde se relaciona el estrés y la tensión dentro del ámbito laboral y resalta tres momentos en los que los trabajadores se ven más afectados: a) cuando existe un desequilibrio entre demandas en el trabajo y recursos individuales, b) cuando resulta una respuesta emocional a corto plazo, ante el anterior desequilibrio, caracterizada por ansiedad, tensión, fatiga y agotamiento, y c) cambios en actitudes y conductas. En el año 1981 Pines y Kafry se unen al psicólogo Aaronson en donde asemejan el Síndrome a un estado de agotamiento físico, emocional y mental debido a la exposición por un periodo largo de tiempo a situaciones que afectan al individuo emocionalmente, así como Maslach y Jackson en el mismo año exponen ante la convención de asociación americanos de psicólogos al Síndrome como la respuesta dada al estrés crónico laboral que resulta en la afectación de la calidad de vida por aspectos como el agotamiento emocional, desarrollo de actitudes negativas hacia sus compañeros de trabajo y desvalorización del rol propio a nivel profesional. Además, expresan que el Síndrome de Burnout es un estado tridimensional dado por: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal reducida; en el año 1983 Smith y Nelson contradijeron lo que Maslach y Jackson habían expresado ya que ellos concluyeron que no era indicado definir al Síndrome de Burnout por su alta complejidad en características, desde ese entonces varios psicólogos y médicos describieron características similares del Síndrome como lo fueron Gardem, Shirom y Connop hasta el año 1997 donde Gil- Monte y Perlo establecieron la diferencia de los estados psicopatológicos que se presentan y las actitudes afectivas y

cognoscitivas que afectan los procesos psicofisiológicos de los trabajadores. Actualmente el Síndrome de Burnout está conceptualizado como un desgaste profesional crónico dado por la respuesta al estrés que se genera, que afecta la calidad de vida de los trabajadores ya que no solo implica la parte física si no la psicológica y emocional en donde se disminuye la calidad en el servicio prestado. (9)

5.1.4 Causas.

El Síndrome de Burnout se debe a múltiples causas. Una de las más importantes es el estrés generado por las diferentes actividades laborales, seguida de la sobrecarga de trabajo, la exposición frecuente al contacto con personas, la exposición a largas jornadas laborales y la injusta remuneración económica. También estando implicadas las características del entorno laboral como:

- Temperaturas extremas
- Iluminación inadecuada
- Exposición a riesgos ocupacionales (físicos, químicos, ergonómicos, arquitectónicos)
- Olores molestos
- Escasez de personal en la empresa
- Inconformidad con el cargo asignado
- Mal trato por parte del empleador
- Inconformidad con los compañeros de trabajo

Además de los aspectos mencionados en estudios realizados se ha evidenciado que algún rasgo de la personalidad del trabajador lo hace más vulnerable a sufrir el Síndrome de Burnout como lo son:

- Personalidad empática
- Personalidad sensible
- Preocupación excesiva por el trabajo (10)

5.1.5 Diagnóstico y Prevención.

El Síndrome de Burnout ha avanzado y junto a esto los métodos de diagnóstico, la principal prueba para diagnosticar el Síndrome de Burnout se realiza por medio de un examen llamado Maslach Burnout Inventory la cual consta en realizar un cuestionario que contiene 22 enunciados sobre los sentimientos y pensamientos en relación con la interacción con el trabajo en entidades hospitalarias, también se pueden otros tipos de pruebas con diferentes cuestionarios están también son importantes mencionarlas Copenhagen Burnout Inventory (CBI): la cual valora el desgaste personal relacionado al trabajo y al desgaste relacionado con el cliente y Oldenburg Burnout Inventory (OLBI): solo evalúa el agotamiento y la falta de compromiso con el trabajo, la evaluación para el Síndrome de Burnout en la escala española es muy diferente a las anteriores ya que incluye la ilusión (desilusión progresiva, pérdida del sentido del trabajo y las expectativas como un aspecto para evaluar el Síndrome de Burnout. (4)

El Síndrome de Burnout está acompañado de ciertas presentaciones clínicas esquematizadas en unos niveles, estos niveles son:

- Leve: quejas vagas, cansancio, dificultad para levantarse a la mañana.
- Moderado: cinismo, aislamiento, suspicacia, negativismo.
- Grave: enlentecimiento, automedicación con psicofármacos, ausentismo, aversión, abuso de alcohol o drogas.
- Externo: aislamiento muy marcado, colapso, cuadros psiquiátricos, suicidios.

Aparte de esto es importante aclarar y recalcar que los métodos de prevención consisten en importantes estrategias que permitan modificar los sentimientos y los pensamientos principalmente en los estudiantes del área de la salud ya que durante su paso por la práctica generan un tipo de comportamiento asociado a este Síndrome. (4)

Los métodos para prevenir el Síndrome de Burnout son: adaptación de las expectativas a la realidad cotidiana, equilibrio de áreas vitales: familia, amigos, aficiones, descanso y trabajo, fomento de una buena atmósfera de equipo:

espacios comunes, objetivos comunes, limitar la agenda laboral y formación continua dentro de la jornada laboral. (4)

Cabe aclarar que este Síndrome se debe prevenir para evitar daños que no solo se encuentran asociados al estudiante afectando su fluidez para desarrollar sus tareas sino también perjudicando la vida del paciente y las actividades del equipo de profesionales tratantes, estas estrategias se deben ir implementando a medida que se presenten los síntomas para prevenir un colapso total a la hora de enfrentar actividades estresantes sin afectar o poner en riesgo la vida de otras personas. (4)

5.1.6 Diferencia entre estrés y Síndrome de Burnout.

Pese a la frecuente confusión asociada el estrés y al Síndrome de Burnout, los dos conceptos enlazan diferencias significativas puesto que el segundo es consecuencia del primero, además, mientras que el estrés suele caracterizarse por una sobre implicación en los problemas ocasionando daños principalmente físicos, agotamiento e hiperactividad emocional, en el Síndrome de Burnout se hace referencia a un problema que genera falta de implicación, desgaste emocional y desmotivación como daños principales, afectando secundariamente a la pérdida de energía física. (8)

Además de esto, las consecuencias del estrés pueden tener efectos positivos en exposiciones moderadas que no existen en el “Burnout”, cabe destacar, que el estrés aparece como respuesta a estímulos potencialmente estresantes como puede ser un horario o una carga de trabajo excesivo, mientras que el “Burnout” puede producirse por un trabajo no estresante pero altamente desmotivador, que inhibe las capacidades de la persona. (8)

En la siguiente (Ilustración 1) se reconocerán los diferentes factores causales que determinan el estrés y el Síndrome de Burnout.

Ilustración 1. Cuadro comparativo: estrés vs Síndrome de Burnout

	ESTRÉS	BURNOUT
Sustrato primario	Daño fisiológico	Daño emocional
Factores causales	Estímulos estresores Tipo de personalidad	Organizacionales y laborales modulados por tipo de personalidad
Instauración	Episodios agudos de sobrecarga o dificultad	Episodios crónicos de sobrecarga o dificultad
Efectos	Positivos (eustrés) en exposiciones moderadas y negativos	Solo negativos
Problemas en el trabajo	Sobreimplicación	Falta de implicación
Emocionalmente	Hiperactividad	Embotamiento
Agotamiento	Relacionado con falta de energía física	Afecta a motivación y a energía psíquica
Sobrecarga laboral	Directamente proporcional	No identificación habitual
Si depresión	Reacción a preservar energías físicas	Pérdida de ideales de referencia-tristeza
Periodo de reposo y descanso	Puede desaparecer	No desaparece
Población diana	Personas con ideas omnipotentes, aspiraciones irreales, horas excesivas de trabajo y sobrecarga de agenda	Cualquier profesión, especialmente del ámbito de la sanidad y educación
Características de personalidad	Altruismo, compromiso y desinterés	Dos perfiles: •Falta de asertividad, baja autoestima, dependencia y escasa implicación •Entusiasmo, idealismo, alto nivel de implicación

Fuente. Campos Méndez, R. Estudio sobre la prevalencia de la fatiga de la compasión y su relación con el síndrome de burnout en profesionales de centros de mayores en Extremadura [tesis doctoral]. Extremadura: Universidad de Extremadura, Departamento Terapéutica Médico Quirúrgica; 2015:

5.1.7 Síndrome de Burnout en estudiantes de ciencias de la salud.

Although burnout syndrome was first described clinically about sixty years ago, it has not yet found its place in the classification of mental disorders. The wide range of clinical signs and etiopathogenic theories has certainly contributed to this situation. There are different clinical forms of exhaustion and various therapeutic strategies. Psychiatrists play a key role in the multidisciplinary diagnosis of Burnout. (12)

Teniendo en cuenta que el Burnout es un Síndrome de naturaleza psicosocial estrechamente vinculado con las condiciones negativas de la actividad y la organización laboral, es necesario reflexionar inicialmente en torno al concepto de trabajo y su extrapolación de la actividad laboral/asistencial a la actividad académica en estudiantes universitarios, para una mejor comprensión de la naturaleza y de los factores de riesgos y protectores asociados al Burnout

académico en estas poblaciones. El concepto de trabajo ha ido evolucionando a través del tiempo, a la par que se producían cambios significativos en las sociedades y la población en general. Así, el significado de la palabra trabajo ha cambiado a lo largo del tiempo como consecuencia de la evolución de la sociedad y del mercado de trabajo. De hecho, desde la Psicología del Trabajo y de las Organizaciones, se considera que el trabajo es un fenómeno socialmente construido, una realidad que dista mucho de ser permanente e inmutable. En coherencia con lo anterior, Grint señala que el trabajo no puede ser extraído de un análisis objetivo de actividades específicas ya que el significado de la palabra trabajo no es inmanente a un grupo de actividades; este es socialmente construido y se mantiene en el presente, pero no inmutable de cara al futuro. Aun así, son muchas las definiciones que se han realizado en torno a este término. Por ejemplo, en Oxford Dictionary, se define trabajo como “an activity involving mental or physical effort done in order to achieve a result”. Del mismo modo, pero haciendo uso de una definición más específica dentro del ámbito de la Psicología del Trabajo y de las Organizaciones, describe el concepto de trabajo como: El conjunto de actividades humanas, remuneradas o no, de carácter productivo y creativo, que, mediante el uso de técnicas, instrumentos, materiales o informaciones disponibles, permite obtener, producir o prestar ciertos bienes, productos o servicios. En dicha actividad, la persona aporta energías, habilidades, conocimientos, y otros diversos recursos, y obtiene algún tipo de compensación material, psicológica y/o social. (7)

Sin embargo, a nivel práctico, existen discrepancias en torno a qué actividades se pueden considerar trabajos y cuáles no. De hecho, hay tareas que encajan perfectamente en la definición expuesta más arriba, pero que tradicionalmente, y hasta hace bien poco, no eran consideradas trabajos propiamente dichos. Es el caso, por ejemplo, de la limpieza del hogar, el cuidado de los niños, de los ancianos y/o de los enfermos. Todas estas actividades, con el transcurrir de los años, se han considerado exclusivamente del ámbito doméstico. No obstante, las necesidades de las sociedades actuales han determinado que hoy en día sean consideradas reales actividades laborales, si no es que profesionales, con todas las consecuencias contractuales, económicas y psicosociales que ello conlleva. Es decir, las transformaciones y las necesidades ocupacionales emergentes de la sociedad son las que determinan cuáles actividades serán

consideradas trabajo, y cuáles no. En última instancia, lo que se considera trabajo depende del contexto social que lo envuelve. (7)

Desde la creación de las primeras universidades en el siglo XI, hasta la incorporación de las nuevas tecnologías en la enseñanza de hoy, pasando por el desarrollo de la investigación como objetivo complementario al de la formación disciplinar o profesional, la educación universitaria es uno de los ámbitos de la vida social que más se ha transformado históricamente en nuestras sociedades. Junto con la tendencia general al aumento de la duración y complejidad de la escolarización básica y superior, se desarrollado una creciente conciencia y evidencia del valor de la educación universitaria para el desarrollo y el bienestar de las sociedades; los Estados en desarrollo se vienen encaminando a promover el acceso a la educación universitaria a un mayor número de personas y que el bajo estatus económico sea cada vez menos uno de los motivos de exclusión de la misma que, por el contrario, sean las motivaciones, las capacidades y el trabajo comprometido de los formados, y las condiciones sociales, de calidad académica y organizacional de las instituciones universitarias las que sean los determinantes más importantes de la permanencia y éxito académico de los estudiantes. Cambios como estos nos presentan una nueva realidad del contexto universitario que conlleva, a su vez, a dimensionar el rol del estudiante universitario, en términos de considerar su actividad académica como consistente con la concepción de trabajo expuesta anteriormente. Si bien es cierto que los estudiantes universitarios no son trabajadores en un sentido formal, contractualmente hablando y sin retribución salarial por su labor, desde un punto de vista psicológico y social, muchas de las actividades que realizan son comparables a las que lleva a cabo un trabajador. Como cualquier empleado, forman parte de una organización donde desempeñan un determinado rol, realizan tareas que requieren un esfuerzo, tienen unos objetivos que cumplir, y su rendimiento es constantemente evaluado y recompensado por sus profesores quienes ejercen una función análoga a la de un supervisor en el ámbito laboral. Por otra parte, con su ‘trabajo’ el estudiante produce aprendizajes o desarrolla competencias de relevancia no solo personal, sino social, por su valor más o menos diferido de generar bienes, productos o servicios para la sociedad. Aunque el estudiante no recibe una compensación salarial por aprobar sus exámenes, escribir excelentes trabajos u obtener buenas notas, sin

embargo, su rendimiento académico, eventualmente, es recompensado o incentivado económicamente con el acceso a una beca de estudios o de investigación, lo cual puede equipararse a una promoción laboral, en el sentido que hay un aumento del estatus del estudiante o una ampliación de las tareas, funciones y responsabilidades dentro de la comunidad universitaria, y, en ocasiones, hasta el logro de una retribución económica por ello. En todo caso, los estudiantes reciben una compensación no económica por su desempeño académico, en concepto de educación y/o formación, títulos académicos y aprendizaje de competencias para su desarrollo profesional. (7)

La investigación sobre el Burnout ha puesto de manifiesto tres dimensiones en la conceptualización de este Síndrome: agotamiento, despersonalización y baja eficacia profesional. La primera de ellas hace referencia a la sensación de no poder dar más de sí a nivel emocional. La segunda contempla una actitud distante hacia otras personas, especialmente las que son beneficiarias del propio trabajo, pero también hacia los compañeros. La última se refiere a la sensación de no hacer adecuadamente las tareas y ser incompetente en el trabajo. (7)

Si bien es claro que el Burnout tiene implicaciones negativas sobre la salud mental, en el bienestar y calidad de vida del sujeto; sin embargo, no existe consenso respecto a su estatus como cuadro clínico: mientras se encuentran posturas que intentan equiparar o vincularlo con ciertos trastornos psicopatológicos reconocidos, o hasta establecerlo como una entidad psicopatológica independiente, otras son más difusas al respecto. Con todo, conceptual y clínicamente, resulta más relevante que lograr el mencionado consenso, clarificar la distinción y relación entre Burnout, ansiedad y depresión, lo cual contribuiría a comprender mejor tanto al Burnout entre estudiantes universitarios, como su relación frecuente con las manifestaciones clínicamente significativas de ansiedad y depresión. (7)

Alcanzar un adecuado desempeño o rendimiento académico constituye para los estudiantes una meta que determina su promoción. Dicho desempeño ha de ser considerado como producto emergente de un conjunto complejo de factores interdependientes: volitivos, afectivos, cognitivos, conductuales y psicosociales del estudiante y del contexto de su actividad académica, lo que incluye, por supuesto, condiciones propias de la institución universitaria que median la interacción de enseñanza-aprendizaje del estudiante, con los conocimientos o

competencias de su campo de estudio y con los dispositivos formativos (pedagógicos) aportados para dicho desempeño. (7)

La población total incluía a 640 estudiantes de medicina. De estos, 39 participantes no dieron su consentimiento (tasa de rechazo del 6,1) y no fueron considerados dentro del estudio; posteriormente, se eliminaron 18 encuestas debido a que los registros eran ilegibles u otras causas imposibilitaban su análisis (2,8 %). Al final fueron incluidos en el estudio 583 estudiantes (Figura 1). En suma, el 8,9 de la población en general no fue incluido. (2)

El 50,6 % (295) de los entrevistados fueron varones, la edad promedio fue de $23 \pm 3,4$ años. Respecto al año de estudios el 35 % (204) cursaba el quinto año y el promedio de horas de estudio por semana fue de $12,5 \pm 9,95$ horas. El IMC promedio fue de 23,7 kg/m² (rango: 17 a 35 kg/m²). Por otro lado, respecto a los hábitos nocivos, el consumo de café predominó con 41,2 % (240), mientras que sólo el 15,8 % (92) fumaba cigarrillos. (2)

El 37,4 % tenía el antecedente de tener una enfermedad crónica; de la misma forma respecto a fumar (38,0 %), consumo de bebidas alcohólicas (30,2 %), consumo de café (25,0 %), consumo de bebidas energizantes (20,7 %) y sobrepeso (35,1 %). Se encontró una asociación significativa entre estos factores y la presencia de Síndrome Burnout. En relación con las horas de estudio, el 56 % de los estudiantes con Síndrome Burnout estudiaban menos de 10 horas a la semana. (2)

En relación con el diagnóstico de Síndrome Burnout con al menos un componente alterado, todas las edades tuvieron una asociación negativa: 20 – 25 años (RP: 0,78; IC: 0,68 – 0,88), 26 - 30 años (RP: 0,70; IC: 0,55 – 0,89) y más de 30 años (RP: 0,70; IC: 0,49 – 0,99) en relación con ser menor de 20 años. El recibir dinero de sus padres y trabajar (RP: 0,75; IC: 0,60 – 0,92) también disminuye la probabilidad de padecer Síndrome Burnout en comparación de aquellos que sólo reciben dinero de sus padres. El cursar el sexto año de medicina (RP: 0,74; IC: 0,62 – 0,88) presentaba un 26 % menos probabilidad de padecer Síndrome Burnout en comparación de los que cursan el tercer año. (2)

Durante el presente estudio se pudo observar que por lo menos dos de cada diez estudiantes de medicina presentaron Síndrome Burnout. Estudios similares realizados en Chile, Colombia y Brasil nos muestran que existe poca frecuencia para desarrollarse este agotamiento profesional, sin embargo, a pesar de que se

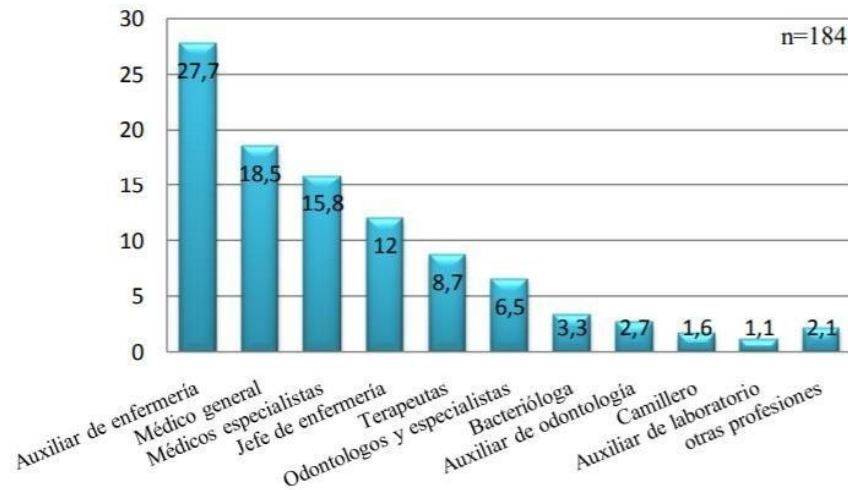
presente muy pocas veces, aquellos estudiantes que lo padecen están predispuestos a presentar mayores problemas de salud mental ocasionando una problemas para identificarse con su institución, tener problemas académicos, e incluso que se presenten intentos de suicidio, por lo que el manejo del Síndrome Burnout también debe contemplar los factores asociados. (2)

5.1.8 Síndrome de Burnout en profesionales de la salud.

De acuerdo a un estudio de corte transversal realizado por la facultad de medicina de la Universidad del Rosario y la universidad CES, se pretendió identificar la prevalencia, las dimensiones y los factores asociados al Síndrome Burnout en 184 trabajadores de la salud, para lo cual en una de las encuestas aplicadas el factor predisponente era la profesión que desempeñan, de esta forma se logró identificar que el 27,7 % que presentaban Síndrome Burnout eran auxiliares de enfermería y el 18,5 % médico general y hospitalario. El 15,8 % fueron médicos especialistas de distintas áreas (pediatría, anestesiología, cardiología, oftalmología, neumología, neumología pediátrica, neurología, oncohematología pediátrica, ortopedia, otorrinolaringología, urología pediátrica y radiología) y un 12,0 % jefes de enfermería. (11)

También hubo 8,7 % de profesionales terapeutas en distintas disciplinas (terapia física, fonoaudiología, terapia ocupacional, terapia respiratoria, psicología, neuropsicología) y profesionales en odontología general y especializada (6,5 %) así como auxiliares en odontología e higienista oral (2,7 %). El 3,3 % de los encuestados fueron bacteriólogas y 1,6 % camilleros. Finalmente se encuestaron auxiliares de laboratorio (1,1 %), y para instrumentadoras quirúrgicas, nutricionistas, técnicos en radiología y trabajadora social (0,5 %) (Ilustración 2).

Ilustración 2. Distribución porcentual del Síndrome de Burnout: Encuestas de acuerdo con su profesión.



Fuente. Rodríguez M, Rodríguez R, Riveros A, Rodríguez M & Pinzón J. Síndrome de burnout y factores asociados en personal de salud en tres instituciones de Bogotá en diciembre de 2010.

Esto nos permite concluir que el personal que presenta más desgaste profesional, estrés, agotamiento físico y mental son las auxiliares de enfermería, por las múltiples tareas que desempeña. (11)

6. METODOLOGÍA

6.1 TIPO DE ESTUDIO.

Para el presente proyecto de investigación se llevó a cabo un estudio de tipo cuantitativo, ya que, por medio de la revisión de la literatura, el análisis estadístico y la medición numérica se pretendió establecer qué incidencia presenta el Síndrome de Burnout en los estudiantes del área de la salud con el fin de darle solución a la pregunta problema anteriormente planteada.

Tabla 1. Tipo de estudio.

Enfoque	Tipo de estudio	Justificación
Según la profundidad	Exploratorio	Se hace una revisión de la literatura e identificará en qué estado se encuentra la investigación.
Según la intervención	Observacional	En este tipo de estudio no se realizará ningún tipo de prueba a los sujetos y tampoco se realizarán intervenciones.
Según el fenómeno	Retrospectivo	Se realizará una investigación sobre documentos realizados en los últimos 10 años.
Según el tiempo de recolección de información	Transversal	No se realizarán varias pruebas sino se recolecta la información durante un periodo de tiempo.
Según fuente de información	Documental	Se hará solo revisiones de la literatura y no se llevará a cabo ningún trabajo de campo.
Fin u Objetivo de la Investigación	Aplicada	Se van a obtener datos para apoyar en la aplicación de los estudios en un método que ya existe, buscando más fuentes de información.

Fuente. Construcción propia

6.2 ECUACIÓN DE BÚSQUEDA

Se plantearon las siguientes ecuaciones de búsqueda para la recolección de artículos que incluyan estudios sobre el tema propuesto, para esto se tuvo en cuenta 4 bases de datos a las cuales se les estableció diferentes ecuaciones de búsqueda adicionalmente se utilizó los operadores booleanos AND y OR.

Lilacs:

- ❖ (Burnout) AND ("Síndrome del Quemado")
- ❖ (Burnout) AND ("Estudiantes del área de la salud")
- ❖ ("Agotamiento psicológico" OR "Agotamiento emocional" OR "Agotamiento psíquico" OR "Burnout") AND "Estudiantes del área de la salud"
- Medline:
 - ❖ ("Agotamiento psicológico" OR "Agotamiento emocional" OR "Agotamiento psíquico" OR "Burnout") AND "Estudiantes del área de la salud"
 - ❖ (Burnout) AND ("Agotamiento emocional")
 - ❖ (Burnout) AND ("Estudiantes del área de la salud")
- PubMed
 - ❖ (Burnout) AND (medical students)
 - ❖ ("Burnout, Professional"[Mesh] OR "emotional, burnout" OR "Emotional Exhaustion" OR "Psychological exhaustion") AND "Students, Health Occupations"[Mesh]
- Embase
 - ❖ burnout AND students AND health
 - ❖ ('professional burnout'/exp OR 'professional burnout') AND ('health student'/exp OR 'health student')

6.3 TIPOS DE BASES DE DATOS.

Las bases de datos constituyen una forma segura y eficiente de almacenar datos y utilizarlos para el análisis posterior, de manera que se puedan responder las preguntas que formule el usuario investigador.

6.3.1 Según su variabilidad.

Depende de la forma en la que los datos se encuentran estructurados y también sirven para operaciones de consulta fundamentales, estas se dividen en dos tipos que son:

- Bases de datos Estáticas: Se encuentran diseñadas solo para la lectura de los datos, en la mayoría de los casos su implementación consiste en almacenar y registrar datos, así mismo, se utiliza para estudiar el comportamiento de un conjunto de datos a través del tiempo. Ejemplos: INE, DANE.
- Bases de datos dinámicas: Éstas permiten unas funciones constantes de actualización, edición y eliminación de datos. Ejemplo: Excel.

6.3.2 Según su contenido.

Estas bases de datos básicamente consisten en analizar la información que se va a investigar, estas se dividen en algunos tipos que son:

- Bases de datos Bibliográficas: Son aquellas recopilaciones de publicaciones de contenido científico-técnico, como artículos de revistas, libros, tesis, congresos, etc., de contenido temático que tiene como objetivo reunir toda la producción bibliográfica posible sobre un área de conocimiento. Ejemplo: Medline, Embase, The Cochrane Library, Redalyc, Access Medicina, Scielo y ISOC.
- Bases de datos de texto completo: Estas almacenan las fuentes primarias del contenido de todas las ediciones de una colección de revistas científicas, así mismo, permite buscar términos específicos, palabras clave y diferentes tipos de opciones de datos bibliográficos. Ejemplos: JSTOR, EBSCO y ProQuest.

6.3.3. Según sus Modelos de bases de datos

- ▮ Bases de datos jerárquicas: En estas se almacena un gran volumen de información que está organizada según su nivel de importancia y de datos compartidos. Parte de lo más importante a los datos complementarios. Su mayor defecto es la repetición de datos. Ejemplo: SCO.
- ▮ Bases de datos de red: Es aquella que contiene una serie de datos registrados y conectados entre sí, es ampliamente utilizada por programadores. Ejemplo: LM, Codasyl y DLD.

Bases de datos documentales: permiten la visualización de los índices a texto completo para realizar una búsqueda más potente. Ejemplo: Thesaurus.

6.4 PICO

Para estructurar la pregunta se usó la metodología PICO.

- P=Población= Estudiantes.
- I=Intervención= Estudiantes de Ciencias de la Salud.
- C=Comparativo= Entre las diferentes Profesiones de la Salud.
- O= Desenlace= Síndrome de Burnout.

De acuerdo con la literatura. ¿Cuál es la frecuencia y distribución de la ocurrencia de Síndrome de Burnout en estudiantes de ciencias de la salud en los últimos 10 años?

6.5 CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN

Se determinaron criterios de inclusión y exclusión, con el fin de establecer parámetros para aceptar o rechazar las revisiones o bases de datos consultadas de acuerdo con su relevancia para el producto de investigación.

En cuanto a los criterios de inclusión de información de acuerdo con la temporalidad se tuvo en cuenta la búsqueda de artículos y estudios de tipo corte

transversal de los últimos 10 años, con el fin de adquirir información más actualizada y precisa sobre el Síndrome de Burnout.

6.6 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Tabla 2. Operacionalización de variables.

Número Variable	Nombre de variable	Definición conceptual	Definición operativa	Clase y tipo	Escala de medición
1	Autor	Persona que ha producido alguna obra científica, literaria o artística. (13)	Investigador que realizó la investigación y por ende tiene los derechos legales.	Cualitativa nominal	Autores de los artículos nuevos
2	Título de artículo	Se define el título del artículo científico como el menor número de palabras que describen adecuadamente su contenido. (13)	Identificación de la investigación realizada por parte de los autores.	Cualitativa nominal	Títulos de los artículos nuevos que van a ser leídos y comprendidos, determinando su calidad mediante el uso de la plataforma Caspe.
3	Año	Curso académico, de los varios en que suele dividirse el estudio de una materia, o de cada una de las etapas educativas. (13)	Tiempo estimado en el que se realizarán las investigaciones para el desarrollo del estudio.	Cualitativa categórica	2013 2014 2015 2016 2017 2018 2019 2020
4	Base de datos	Conjunto de datos organizado de tal modo que permita obtener con rapidez diversos tipos de información. (13)	Fuentes de información usadas para el desarrollo de la investigación	Cualitativa nominal	Scielo Redalyc PubMed Clinicalkey Embase Lilacs
5	Tipo de estudio	Es aquel que determina todo el enfoque de la investigación	Son los enfoques que se tienen en cuenta a la hora de	Cualitativa ordinal politómica	Cualitativo Cuantitativo Descriptivos Exploratorio

		influyendo en los instrumentos, y la manera de cómo se analiza los datos recaudados. (13)	revisar artículos relacionados con estudios del Síndrome de Burnout en estudiantes de ciencias de la salud.		Documental Transversal Observacional Aplicada Retrospectivo
6	Profesión	Empleo, facultad, carrera u oficio que ejerce y por el que recibe una retribución. (13)	Carrera a las cuales se les aplicó el estudio sobre el síndrome de Burnout	Cualitativa nominal Politómica	1.Medicina 2.Instrumentación Quirúrgica 3. Enfermería 4.Optometría 5.Fisioterapia 6.Bacteriología 7.Trabajo social 8.Optometría 9.Fonoaudiología 10.Terapia respiratoria 11. Nutrición 12. Terapeuta ocupacional 13.Trabajador social 14. Odontología
7	Idioma	Modo particular de hablar de algunos o en algunas ocasiones. (13)	Lengua en la que están escritas las investigaciones.	Cualitativa ordinal dicotómica	Inglés Español

Fuente. Construcción propia

6.7 FASES DEL PROYECTO.

Tabla 3. Diagrama de Gantt

Diagrama de Gantt													
Fase del proyecto /Mes	Descripción	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Establecer términos de búsqueda	Fijar un tema específico para el desarrollo de la investigación por medio de la aplicación Decs	X											
Diseñar ecuación de búsqueda	Se utilizaran operadores booleanos como AND, para obtener una búsqueda mas concisa acerca del Síndrome de Burnout	X											
Determinar criterios de inclusión y exclusión	Establecer parametros para aceptar o rechazar las revisiones o bases de datos consultadas de acuerdo a su relevancia para el producto de investigación.	X											
Determinar bases de datos	Con esta fase del proyecto, se busca determinar la información importante para el desarrollo de nuestra investigación.	X											
Realizar búsqueda inicial de artículos	Realizar una búsqueda de artículos que aporten a la investigación.	X											
Realizar la lectura inicial de artículos	Se hace una revision de cada artículo para determinar si se asemeja al tema de investigación.		X										
Cribado y depuración de artículos	Selección de los artículos que contengan información relevante para la investigación y depuración de los artículos con información irrelevante		X	X									
Determinar la calidad de los artículos	Se determina la calidad de los artículos seleccionados mediante el uso de la plataforma Caspe			X	X								
Lectura crítica de los artículos	Se realizo de manera independiente teniendo en cuenta la información contenida en el titulo, resumen, tipo de estudio y la metologia implementada en el mismo				X	X							
Tabulación de datos	Los datos recogidos en las diferentes busquedas se les hara la respectiva tabulación por medio de la herramienta excel					X							
Depuración y análisis de base de datos	Con base a los resultados de la tabulación se va a excluir datos que no cumplen con todos los criterios de aceptación para ser incluidos en la revision final, en cuanto a los que queden seleccionados se les hará el respectivo análisis					X	X						
Generación de resultados y conclusiones	Con los datos seleccionados a los que se les realizo un previo análisis seran incluidos y con base en ellos se harán las debidas conclusiones teniendo en cuenta los objetivos del proyecto de investigación.						X						
Diseño de Informe final de investigación	Con base a los parametros establecidos se hará el diseño final del proyecto de investigación.						X						

Fuente. Construcción propia

6.8. PLAN DE ANALISIS

Se establecieron los términos de búsqueda mediante la fijación de un tema específico para el desarrollo de la investigación por medio de la aplicación DeCs durante un tiempo estimado de 1 mes.

6.8.1 Bases de datos.

Se determinaron las bases de datos, donde se buscó encontrar la información relevante para el desarrollo de la investigación; por otra parte, es importante decir que se tuvieron en cuenta 5 bases de datos para la recolección de información verídica las cuales fueron: Embase, Scielo, Lilacs, Redalyc y PubMed.

6.8.2 Búsqueda inicial de artículos.

Se realizó la búsqueda inicial de los artículos, esto con el fin de identificar los artículos que aporten significativamente a la investigación.

6.8.3 Lectura inicial de los artículos.

Se realizó la lectura inicial de los artículos, buscando determinar si se asemejaron al proyecto de investigación.

6.8.4 Cribado y depuración de artículos.

Se realizó el cribado y la depuración de los artículos, con el fin de seleccionar artículos con información relevante y depurar los otros que no contenían información necesaria para la investigación.

Cabe mencionar que mediante la revisión de la literatura se establecieron 11 artículos en los cuales se hallaron distintas preguntas de investigación que coincidían con la pregunta problema inicial del presente trabajo de investigación: ¿Cuál es la prevalencia y posibles factores asociados al padecimiento de Síndrome de Burnout en estudiantes de ciencias de la salud?, en 2 artículos se hablaba de ¿Cuál es el nivel y porcentaje demostrado del Síndrome Burnout en estudiantes de medicina?

En los artículos se resaltó que el Síndrome de Burnout se considera una respuesta típica del estrés crónico en estudiantes con excesiva carga académica, que puede afectar tanto a estudiantes como trabajadores formales,

caracterizándose por cansancio emocional, fatiga, despersonalización y baja realización personal; sin embargo, en la revisión de la literatura se determinó un cuarto componente frente a este padecimiento en estudiantes llamado emoción negativa frente al aprendizaje.

Durante la lectura, se determinó que 11 estudios utilizaron como instrumento de medición para la aparición de este síndrome la encuesta de Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI – SS), la cual se conforma de 22 ítems sobre sentimientos y actitudes de los estudiantes del área de la salud frente al desgaste académico; su principal función es medir la prevalencia y factores asociados al Síndrome de Burnout, caracterizados por una sobrecarga emocional negativa, teniendo en cuenta que en la realización de práctica clínica deben tener a cargo el tratamiento de los pacientes, lo cual se relaciona con lo mencionado en el trabajo.

Algunas de las causas principales enfocadas en la aparición del Síndrome de burnout son las pérdidas económicas, debido al alto nivel de deserción de estudiantes tanto de instituciones públicas como de instituciones privadas; para esto, se ha determinado que es de vital importancia la realización de medidas preventivas enfocadas en los atributos personales de los estudiantes. Por otra parte, se destaca la baja realización personal, caracterizado por altas tasas de depresión, estrés y agotamiento, que pueden desencadenar al suicidio; para esto es necesario la realización de programas de intervención psicológica en las facultades de ciencias de la salud, previniendo el deterioro de la salud mental.

6.8.5 Determinar la calidad de los artículos.

Inicialmente, se encontraron 28 artículos dentro de la revisión de la literatura, los cuales pasaron por un proceso de depuración, mediante el cuestionario estipulado en la plataforma CASPE (cuestionario de revisiones sistemáticas); de esta forma, se realizó una lectura crítica de los artículos seleccionados, teniendo en cuenta las respectivas preguntas estipuladas, con el fin de determinar la calidad de los artículos.

Luego del respectivo análisis, se depuraron 17 artículos que no cumplían con los criterios de selección establecidos por la plataforma, en primer lugar, se eliminaron 3 artículos ya que no cumplían con la opción de ver el texto completo;

en segundo lugar, se eliminaron 4 artículos que no cumplían con el ítem N°1 que es ¿Se hizo la revisión sobre un tema claramente definido? pues hablaban de manera global del síndrome de burnout, y su enfoque principal eran los factores de estrés y ansiedad, muestra insuficiente, calidad del sueño, entre otras, que no aportan ideas claras al tema principal; en tercer lugar, se eliminó un artículo que no cumplía con el ítem N°5, ya que no era razonable realizar una mezcla de los resultados de los diferentes estudios, además, 9 artículos fueron eliminados debido al tipo de estudio (Cuantitativos, cualitativos, observacional, analítico transversal, descriptivo empírico, analítico, revisión narrativa, descriptivo interpretativo) , teniendo en cuenta que en la revisión de la literatura, se seleccionaron únicamente los artículos de corte transversal.

6.8.6 Lectura crítica de los artículos.

La lectura crítica de los artículos se realizó de manera independiente teniendo en cuenta la información contenida en el título, resumen, el tipo de estudio y la metodología que se implementó en el mismo para determinar si se asemejaba al tema de investigación.

6.8.7 Tabulación de datos.

Se realizó la tabulación de los datos recogidos en las diferentes búsquedas y se hizo la respectiva tabulación por medio de la herramienta Excel.

6.8.8 Depuración y análisis de las bases de datos.

Se llevó a cabo la depuración y análisis de bases de datos, con base en los resultados de la tabulación, excluyendo los datos que no cumplieron con todos los criterios de aceptación para ser incluidos en la revisión final; en cuanto a los que quedaron seleccionados se les hizo el respectivo análisis.

6.8.9 Generación de resultados y conclusiones.

Con base en los artículos seleccionados se determinaron los resultados y conclusiones a la pregunta de investigación.

6.8.10 Diseño de informe final de investigación.

Se hizo el diseño del informe final de la investigación, con base en los parámetros establecidos.

6.9. PRESUPUESTO

Tabla 4. Presupuesto

Presupuesto				
Personal				
Ítem	Cantidad	Valor		Justificación
Investigadores	4	25.000.000		Los investigadores que participen deben recibir un salario base de 2'500.000
Personal técnico	1	1.000.000		Es la persona encargada de realizar la parte estadística de la investigación
Servicios				
Ítem	Cantidad	Unidad de medida	Valor total	Justificación
Luz	6	meses	337.482	Es el servicio publico usado durante los meses que se va a realizar el estudio
Internet	6	meses	362.180	Es el servicio público usado durante los meses que se va a realizar el estudio
celular	6	meses	106.800	Es el servicio privado usado durante los meses que se va a realizar el estudio
Total			806.462	
Equipos - De compra				
Ítem	Cantidad	Valor unitario	Valor total	Justificación
Impresora	1	350.000	350.000	Dispositivo tecnologico usado para la impresión de los articulos que aporten a la investigación
Total			350.000	

Fungibles				
Ítem	Cantidad	Valor unitario	Valor total	Justificación
Resma de papel	1	9.500	9.500	Recurso material utilizado para la impresión de los artículos
Tinta computador	1	70.000	70.000	Recurso usado para la impresión de artículos
Esferos	8	800	6.400	Recurso utilizado para escribir ideas importantes que aporten a la investigación
Total			85.900	

Equipos - Propios				
Ítem	Cantidad	Valor unitario	Valor total	Justificación
Computadores	4	1.360.000	7.400.000	Dispositivo tecnológico requerido para la realización del proyecto de investigación
Celulares	4	1.000.000	3.600.000	Dispositivo tecnológico requerido para la realización del proyecto de investigación
Total			11.000.000	

Software y programas				
Ítem	Licencias	Valor licencia	Valor total uso	Justificación
Microsoft office	4	200.000	199.990	Programa tecnológico utilizado para la redacción, tabulación y presentación del proyecto de investigación
Epiinfo	4	0	0	Programa tecnológico utilizado para determinar los estadígrafos de dispersión, tendencia central, estadísticos con ayuda de las bases de datos
Software Atlas Ti	1	1.000.000	1.000.000	Programa tecnológico usado para la investigación cualitativa de datos textuales, gráficos, de video y análisis de datos.
Total			1.199.990	
Total presupuesto			52.884.704	

	Valor	FR	Porcentaje
Personal	26.000.000	0,679101361	68
Equipos	11.000.000	0,287312114	28,73121142
Fungibles	85.900	0,002243646	0,224364642
Software	1.199.990	0,031342879	3,134287854
Total	38.285.890		

Fuente. Construcción propia

7. ASPECTOS ÉTICOS

Conforme la bioética se tuvieron en cuenta 2 principios, Beneficencia y Maleficencia los cuales se respetaron, ya que por medio de la revisión de la literatura se buscó analizar las diferentes características del Síndrome de Burnout sin realizar ningún tipo de alteración o experimento en el cual se pudiera afectar la integridad de una persona; se recalca que el principio de Respeto a la autonomía es el que primó más en esta investigación ya que por medio de las revisiones se tuvieron en cuenta los derechos de autor, el no plagio, proporcionar una investigación clara y precisa generando así confianza de los temas tratados durante el desarrollo de este proyecto.

Según la Resolución 8440 Artículo 11 se realizó una investigación sin riesgo ya que se hizo con la implementación de técnicas y métodos de investigación documental retrospectiva y no se realizó ninguna intervención o modificación intencionada de las variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales al individuo. (14)

8. RESULTADOS

Se determinó que 11 estudios realizados en Portugal, Arabia Saudita, Guatemala, México, Brasil, Argentina cumplían con los criterios previamente estipulados y fueron realizados en estudiantes de Enfermería, Médicos Residentes en traumatología, cirugía, ortopedia, medicina interna, ginecología y anestesiología, dando como resultado los siguientes artículos:

Tabla 5. Criterios de selección de artículos

Nombre de revista	Título del artículo	Autores	Año de publicación	Tipo de estudio	Resumen					Referencia bibliográfica
					Problema de investigación	Objetivos	Metodología	Número de muestra	Resultados	
European Journal of Investigation in Health Psychology and Education	Burnout y en estudiantes de Ciencias de la Salud	África Martos, María del Carmen Pérez-Fuentes, María del Mar Molero, José Jesús Gázquez, María del Mar Simón y Ana Belén Barragán	2018	Estudio transscriptivo transversal	Estudiantes que se ven inmersos en situaciones de estrés por actividades y eventos académicos	Analizar el nivel de burnout y engagement en estudiantes de ciencias de la salud	Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI)	63 alumnos que cursaban titulaciones de ciencias de la salud	No se presentan diferencias estadísticas, así mismo se halló que los jóvenes que desarrollan de manera adecuada sus actividades presentan una autoeficacia más alta	África Martos, María del Carmen Pérez-Fuentes, María del Mar Molero, José Jesús Gázquez, María del Mar Simón y Ana Belén Barragán- Burnout y engagement en estudiantes de Ciencias de la Salud, 2018 https://formacionasunivap.com/eijhpe/index.php/journal/article/view/223/173
Revista Methodo	Síndrome de Burnout en médicos residentes de la Clínica Universitaria Reina Fabiola	Diego G. Freille, Florencia Gazzoni Ivana A. Claros, Fiorella S. Curti, Benjamín A. Álvarez Valdes	2019	Estudio observacional, descriptivo transversal	Los residentes son vulnerables al estrés debido a que no logran forjar los mecanismos de adaptación para lidiar la transformación de estudiantes a profesionales de la salud	Determinar la prevalencia de SB en médicos residentes de la institución con predisposición a la aparición del agotamiento emocional, la despersonalización y la falta de desarrollo profesional	Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI)	107 médicos residentes durante el periodo 2016-2019	34 residentes (32%) presentaron Síndrome de Burnout en su expresión clásica, se obtuvieron valores elevados de dominios como: cansancio emocional, despersonalización y realización personal	Freille, Diego G; Gazzoni, Florencia; Claros, Ivana A; Curti, Fiorella S; Álvarez Valdes, Benjamín A. - Síndrome de Burnout en médicos residentes de la Clínica Universitaria Reina Fabiola - Burnout syndrome in resident of the Clínica Universitaria Reina Fabiola - Revista Methodo: Investigación Aplicada a las Ciencias Biológicas;5(3): 88-92, jul.-sept. 2020. http://methodo.ucc.edu.ar/files/vol5/num3/ART%203.pdf
Revista da Escola de Enfermagem da USP	Factores predictivos del Síndrome de Burnout académicos de enfermería de una universidad pública	Eduardo Motta de Vasconcelos, Charlene Oliveira Trindade, Luciene Rodrigues Barbosa, Milva Maria Figueiredo de Martino	2020	Estudio cuantitativo, descriptivo y transversal	Existencia de factores predictivos de Burnout en estudiantes de enfermería	Identificar la prevalencia y analizar la existencia de factores predictivos del burnout en académicos de enfermería de una universidad pública.	Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) y cuestionario sociodemográfico	100 estudiantes de enfermería	El 20% de la muestra presentó el síndrome de Burnout los cuales usaron medicamentos y unos pensaron en desistir de la carrera	Vasconcelos Eduardo Motta de, Trindade Charlene Oliveira, Barbosa Luciene Rodrigues, Martino Milva Maria Figueiredo de, Factores predictivos del síndrome de burnout en estudiantes de enfermería de una universidad pública. Rev. Esc. enferm. USP [Internet]. 2020 [consultado el 23 de agosto de 2021]; 54: e03564. Disponible en: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342020000100421&lng=pt . Publicación electrónica 26-jun-2020. http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342020000100421

UNMSM	Nivel de síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en los estudiantes del 2° y 4° ciclo de la segunda especialidad de enfermería en cuidados intensivos de la UNMSM	Leon K	2017	Estudio cuantitativo de método descriptivo de corte transversal	¿Cuál es el Nivel De Síndrome De Burnout Y las Estrategias De Afrontamiento En Los Estudiantes Del 2° y 4° Ciclo De La Segunda Especialidad de Enfermería En Cuidados Intensivos De La UNMSM-2016?	Determinar las estrategias de afrontamiento en los estudiantes del 2 y 4 ciclo de la segunda especialidad de enfermería en cuidados intensivos de la UNMSM-2016.	Escala de COPE y Cuestionario Marshal Burnout Inventory	40 estudiantes	Los estudiantes padecen un grado de medio a alto de Burnout, se utilizan estrategias de afrontamiento adecuadas y oportunas que les ayudan y motivan para hacer frente a las situaciones estresantes	Leon k, Nivel de síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en los estudiantes del 2° y 4° ciclo de la segunda especialidad de enfermería en cuidados intensivos de la UNMSM; tomado de: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7347/Leon_dk.pdf?sequence=1&isAllowed=y
Revista Cuidarte	Prevalencia del síndrome Burnout residentes especialidades médicas	Jácome SJ, Villaquirán-Hurtado A, García CP, Duque IL	2018	Estudio observacional, descriptivo de corte transversal, analítico.	La alta carga de actividades académico-asistenciales durante la residencia de medicina, pueden generar un estado de desgaste de tipo ocupacional por causa del estrés psicológico y emocional.	Determinar la prevalencia del síndrome de Burnout en residentes de especialidades médicas de una universidad pública en el departamento del Cauca-Colombia.	Test Maslach Burnout Inventory Human Services Survey, instrumento que evalúa la prevalencia de síndrome de Burnout	Realizado en 40 estudiantes de residencia médica, en quienes se estableció la presencia de agotamiento emocional, despersonalización y realización personal	En una población de residentes de medicina compuesta por hombres en un 55%, se encontró que la razón de prevalencia del síndrome de Burnout fue del 0,9 y estuvo presente en el 47,5% de los participantes. El 42,5% presentaban cansancio emocional, el 55% presentaron baja despersonalización y solo la mitad reportaron estar en un alto nivel de realización personal	Jácome SJ, Villaquirán-Hurtado A, García CP, Duque IL. Prevalencia del síndrome de Burnout en residentes de especialidades médicas. Rev Cuid. 2019; 10(1): e543. http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.v10i1.543
Lilacs	Síndrome de Burnout y factores asociados en médicos estudiantes	Avila C, García J, Galicia A.	2016	Estudio transversal	El Síndrome de Burnout es una respuesta típica al estrés crónico característico en profesionales de organizaciones de servicios	Determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout en estudiantes de medicina de Pre y Postgrado de un Hospital General (IMSS), y su relación con factores psicosociales, de personalidad y variables sociodemográficas.	Se utilizaron las subescalas del Cuestionario para Evaluar la Calidad de Vida en el Trabajo en Personal de Salud (UNIPSCO 2007) incluyendo el CESQT.	Una muestra de 82 estudiantes de medicina	Se obtuvo una prevalencia del 1,64 por ciento. Para cada dimensión se encontró que el 95 por ciento de los participantes tuvo niveles altos de Ilusión por el Trabajo, el 74,4 por ciento presentó niveles altos de Agotamiento Emocional, el 13,6 por ciento altos niveles de Indolencia y el 9,8 por ciento altos niveles de Culpa.	Camacho-Ávila, Anabel; Juárez-García, Arturo; Arias Galicia, Fernando. - Síndrome de Burnout y factores asociados en médicos estudiantes - Burnout Syndrome and associated factors in medical students - Cienc. Trab;12(35): 251-254, ene.-mar. 2010. tab https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/s/11-559602
Lilacs	Síndrome de Burnout en Residentes del Hospital Roosevelt de Guatemala	Montiel C.	2016	Estudio transversal	Las personas que laboran en ambientes que se dedican a la atención de otras, en situaciones de emergencias o bajo gran cantidad de estrés están más predispuestas a sufrir el Síndrome de Burnout	Determinar la prevalencia del síndrome de burnout en residentes del Hospital Roosevelt de Guatemala y su relación con la especialidad, nivel académico, género, edad y estado civil.	Empleando una encuesta anónima con el cuestionario de Maslach MBI-HSS	Participando 239 estudiantes de diferentes especialidades y diferentes niveles de residencia.	La prevalencia del síndrome fue 55%. En medicina interna 74%; pediatría 74%; cirugía 54%; anestesiología 50%; ortopedia y traumatología 47%; ginecobstetricia 40%; patología 40%; oftalmología 35% y radiología 31%. En el primer año fue 64%, segundo 55%, tercero 48% y cuarto año 20%	Chacón Montiel, JL. - Síndrome de Burnout en Residentes del Hospital Roosevelt de Guatemala - Burnout Syndrome in Residents of the Roosevelt Hospital of Guatemala - Rev. med. interna Guatem;19(1): 7-18, ene-abr. 2015. ilus http://biblioteca.medicina.usac.edu.gt/revistas/revmedi/2015/19/1/01
Lilacs	La prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes de medicina.	Almeida, Gilson de Cavalcante; Souza, Hercílio Ribeiro de; Almeida, Paulo César de; Almeida, Beatriz de	2016	Estudio descriptivo transversal, cuantitativo	El síndrome de burnout es ahora un importante problema psicosocial con repercusiones para diversos grupos profesionales,	Determinar la prevalencia de SB en estudiantes de medicina de una universidad del estado de Ceará, Brasil.	Se administró un cuestionario de evaluación socioeconómica y el Maslach Burnout Inventory - Human	De los 517 estudiantes matriculados en su primer a octavo semestre en 2013, 376 (72,7%) fueron contactados	El Burnout se detectó en el 14,9% de los estudiantes y el 57,7% mostró riesgo de desarrollar el síndrome. Las regresiones logísticas mostraron asociación entre	Almeida, Gilson de Cavalcante; Souza, Hercílio Ribeiro de; Almeida, Paulo César de; Almeida, Beatriz de Cavalcante; Almeida, Gilson Holanda. - The prevalence of burnout syndrome in medical students - Rev. psiquiatr. clín. (São Paulo);43(1): 6-10, Jan.-Feb. 2016.

		Cavalcante; Almeida, Gilson Holanda			especialmente aquellos con contacto directo con el público		Services Survey (MBI-HSS).		burnout y "han reprobado exámenes" y "han considerado abandonar el curso", $p = 0,047$ y $p < 0,0001$, respectivamente.	tab, graf Tomado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-59962020000100005
Lilacs	El Síndrome de Burnout en enfermeros básicos del segundo año de la carrera	Barco Díaz, Vladimir; Miranda Pérez, Yusimy; Herrera Cañellas, Dinorah; Álvarez Figueredo, Zoraida Caridad.	2018	Estudio descriptivo transversal	Problemas que se presentan en los enfermos en el transcurso de su carrera.	Identificar la presencia del Síndrome en enfermeros básicos del segundo año de la carrera	Se aplicó un cuestionario propuesto por Maslach C y Jackson S	De 130 estudiantes se seleccionó por muestreo simple aleatorio una muestra del 26 % (34 estudiantes)	Al analizar el "cansancio emocional" ante el trabajo y ante los estudios, la mayor afectación aparece ante el estudio con 12 estudiantes para un 35,2 %,	Barco Díaz, Vladimir; Miranda Pérez, Yusimy; Herrera Cañellas, Dinorah; Álvarez Figueredo, Zoraida Caridad. - El Síndrome de Burnout en enfermeros básicos del segundo año de la carrera - The Burnout Syndrome in the basic nurses of the 2nd year of the career - Rev. cuba. enferm;24(3/4)jul.-dic. 2008.Tomado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192008000300005
PlosOne (PubMed)	Burnout entre estudiantes de medicina durante los primeros años de la escuela de pregrado: prevalencia y factores asociados	Santos Boni R, Paiva C, Oliveira M, Lucchetti G, Fregnani J, Paiva B	2018	Estudio Transversal	La salud mental de los estudiantes de medicina ha sido motivo de preocupación por parte de las facultades de medicina de varios países: además de las cargas relacionadas con el estudio, se imponen muchas demandas y responsabilidades a estos estudiantes porque la profesión se dedica al cuidado de la salud de personas y tiene muy poca tolerancia a los errores, lo que favorece el desarrollo del estrés y la ansiedad	Evaluar la prevalencia y posibles factores asociados al desarrollo del burnout entre estudiantes de medicina en los primeros años de la carrera de pregrado.	Cuestionarios sociodemográficos y de Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)	330 estudiantes de los primeros cuatro años de la escuela de medicina	Un total de 187 estudiantes (187/265, 70,6%) presentaron altos niveles de agotamiento emocional, 140 (140/265, 52,8%) tenían alto cinismo y 129 (129/265, 48,7%) tenían baja eficacia académica. El criterio bidimensional indicó que 119 (44,9%) estudiantes experimentaron agotamiento	Santos Boni R, Paiva C, Oliveira M, Lucchetti G, Fregnani J, Paiva B, Burnout entre estudiantes de medicina durante los primeros años de la escuela de pregrado: prevalencia y factores asociados, Brasil (2018) [Consultado el 01 de septiembre del 2021] Disponible en: https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0191746
Saudi Medical Journal	Prevalencia y determinantes del síndrome de agotamiento y la depresión entre los estudiantes de medicina de la Universidad de Qassim, Arabia Saudita	Abdulmajeed A. Alkhamees , Naif S. Alaqil , Ali S. Alsoghayer y Basil A. Alharbi	2020	Estudio Transversal	El agotamiento y la depresión se han convertido en problemas de salud mental importantes en las facultades de medicina. Existe un conjunto de pruebas que demuestran que los futuros profesionales de la salud sufren tasas alarmantes de agotamiento y depresión y que continúan viéndose afectados después de la graduación y en la vida profesional.	Investigar la prevalencia y los determinantes del Síndrome de Burnout y la depresión entre los estudiantes de medicina de la Facultad de Medicina Unaizah (UCM), Universidad de Qassim, Qassim, Reino de Arabia Saudita (KSA).	Estudio transversal de todos los estudiantes de medicina sauditas que estudian en la UCM, Qassim University, Al Qassim, KSA, entre febrero y marzo de 2020.	305 estudiantes de medicina de la UCM	Del total de 305 estudiantes muestreados, 153 (50,2%) encajaban en la categoría de depresión. Con respecto al agotamiento, solo el 5,6% de la población total cumplió con los criterios diagnósticos de agotamiento del Inventario de Burnout de Maslach, y los que se determinó que tenían agotamiento ocuparon un lugar alto en las subescalas de agotamiento emocional y cinismo, y bajo en la subescala de eficacia académica.	Abdulmajeed A. Alkhamees , Naif S. Alaqil , Ali S. Alsoghayer y Basil A. Alharbi. Prevalencia y determinantes del síndrome de agotamiento y la depresión entre los estudiantes de medicina de la Universidad de Qassim, Arabia Saudita. [Internet]. Arabia Saudita, 2020. [consultado en septiembre 03 de 2021]. Disponible en: https://smj.org.sa/content/41/12/1375

Fuente. Construcción propia

Después de analizar los diferentes artículos se pudo englobar las características del Síndrome de Burnout en estudiantes de ciencias de la salud de la siguiente manera:

Tabla 6. Características Síndrome de Burnout

Físicas	Cefalea, irritabilidad, cansancio físico, estrés, agotamiento emocional, ansiedad, despersonalización, depresión, desmotivación, baja actividad física, baja frecuencia de encuentros familiares, fatiga crónica, incremento del consumo de sustancias psicoactivas, problemas de salud.
Psicosociales	Baja realización personal, bajo rendimiento académico, nula vida personal, explotación.
Sociodemográficas	Género, edad, estado civil, programa académico, número de hijos, ingresos familiares.
Económicas	Deserción estudiantil, baja calidad de la prestación de servicio de salud.

Fuente. Construcción propia

9. DISCUSIÓN

Desde 1974 se han realizado estudios relacionados con el Síndrome presente en profesionales de la salud, conocido como “Síndrome de Burnout” o “Síndrome del Quemado”, desde entonces y hasta el año “1976 la psicóloga Cristina Maslach definió por primera vez el término “Burnout”, como una tríada integrada por agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. Posterior a esto, se empezaron a desarrollar diversas investigaciones tanto en estudiantes como en profesionales de la salud” (Montiel, J – 2015).

A Partir de lo anteriormente mencionado, en las recientes investigaciones también se evidenció que el Síndrome de Burnout es “más frecuente en estudiantes de primer año ya que es el año en que se requiere de mayor adaptación al medio ambiente laboral y estudiantil” (Montiel,J-2015), adicionalmente se ha logrado determinar diferentes factores predisponentes dentro del ambiente académico relacionados al padecimiento del síndrome, como "La realización de un examen, la sobrecarga académica y la falta de tiempo para cumplir con las tareas asignadas por cada uno de los docentes encargados" (León K - 2017), Así mismo, el autor (Montiel,J-2015) expone que los "Turnos prolongados, malas condiciones de trabajo, períodos de descanso inadecuado son parte de esta lista de factores", que conllevan a su vez “bajo entusiasmo por los estudios, aparece un sentimiento de vacío o de fracaso, baja autoestima y sienten deseo de abandonar los estudios”(Díaz, V-2018), a lo que se le suma depresión y problemas en el cuidado de los pacientes” (Freille D, 2020); por esta razón se habla que el síndrome no afecta únicamente a los profesionales sino también a los estudiantes universitarios.

Además, en la investigación realizada por (Paiva, C. - 2018) se plantea que "En cuanto a los niveles de burnout, se observó que más del 70 % de los participantes del presente estudio presentaba altos niveles de agotamiento emocional y aproximadamente la mitad de los estudiantes presentaba cinismo, lo que lleva a una prevalencia de Burnout del 44,9 %. Estos resultados son

similares a los de otros estudios realizados a nivel internacional, en los que la prevalencia de burnout en promedio oscila entre el 21 y el 71 %".

Habría que mencionar además que "Numerosos estudios se ha informado que las mujeres son más propensas a desarrollar altos niveles de agotamiento; sin embargo, la causa sigue sin estar clara. La explicación sugerida fue que, en comparación con los hombres, las mujeres tienen una mayor probabilidad de ver estas dificultades enfrentadas como estresantes". (Abdurmajeed, A. - 2020) con lo que coincide (Montiel, J-2015) en su estudio, quien adicional a lo anteriormente mencionado, plantea que este "Síndrome tiene un factor causal en el ambiente laboral y el estrés que se sufre; junto con los factores predisponentes de cada individuo".

Según lo que expone el autor (Jácome, S. - 2018) cabe resaltar que "Respecto a los dominios del test Mashal Burnout Inventory, se pudo establecer que un porcentaje mayoritario presentó un nivel alto de cansancio emocional, un nivel bajo de despersonalización y un grado alto de realización personal que llevaron a un alto porcentaje de residentes con riesgo de Burnout, esto a pesar que la bibliografía reporta que el diagnóstico del Síndrome Burnout se realiza con puntuaciones altas en los dos primeros y bajas en el tercero." por consiguiente, la investigación realizada por (Camacho, A. - 2010) concuerda que "Es importante resaltar: en las dimensiones de Desgaste psíquico el 74,4 % de los participantes en este estudio alcanza niveles altos, en la dimensión de Indolencia el 13,6 %, y en Culpa el 9,8 %. Lo anterior es preocupante pues recordemos que se trata de jóvenes estudiantes médicos con una media de edad de 26,49 años, los cuales se encuentran en el inicio de lo que será su vida profesional".

Finalmente, es de gran importancia resaltar la investigación realizada por (Fernandez, V - 2017) la cual menciona que "En cuanto a las especialidades médicas, los estudiantes de Medicina interna y ginecología fueron quienes presentaron mayor riesgo de Síndrome Burnout; al respecto que los médicos internistas son uno de los profesionales que más sufren de este síndrome,

sugiriendo algunas recomendaciones para mitigar este problema. Dentro de las principales propuestas realizadas está el asegurar la satisfacción y bienestar del médico, fortalecer el trabajo en equipo.”

10. CONCLUSIONES

Se puede concluir que el Síndrome de Burnout más conocido como el Síndrome de estar quemado, afecta directamente a estudiantes y profesionales de Ciencias de la salud, generando en ellos una carga excesiva de estrés; perturbando al estudiante no solo en su parte emocional sino también en el rendimiento académico y en el desarrollo de su práctica profesional, ocasionando posibles fallas en la atención al paciente.

Por otra parte, es importante recalcar que los estudiantes del área de la salud tienen poco conocimiento sobre el Síndrome debido al déficit de información, lo que conlleva a no saber diferenciar entre estrés y Síndrome de Burnout generando así confusiones que no permiten el reconocimiento temprano del padecimiento del síndrome.

Adicionalmente, de acuerdo a la revisión de la literatura realizada se pudo concluir que, a nivel mundial, estudios anteriores mostraron que la frecuencia del Síndrome de Burnout oscila entre el 10 y 80% de los estudiantes que se encuentran cursando carreras relacionadas con el área de la salud presentando síntomas significativos.

Finalmente, se logró determinar que Síndrome de Burnout afecta en mayor proporción al sexo femenino que masculino en edades de 18 a 25 años, adicionalmente se encontró relacionado en los diferentes artículos que los factores predisponentes del Síndrome de Burnout son elevadas cargas académicas, falta de tiempo para la realización de tareas y trabajos asignados, nula vida personal y periodos de descansos inadecuados que se desencadenan en bajo entusiasmo por el estudio y por ende deserción estudiantil.

11. RECOMENDACIONES

Después de realizar todo el proceso de lectura y depuración, se logró identificar que existen artículos relacionados con el proyecto de investigación, sin embargo, se recomienda a los próximos investigadores dirigir el estudio hacia el Síndrome de Burnout presente en los estudiantes de Instrumentación Quirúrgica, pues que hay pocos que se enfocan en esta carrera universitaria; si bien no se mencionó en esta investigación se encontraron dos trabajos de grado realizados, el primero en una universidad oficial colombiana donde estudiantes de Instrumentación Quirúrgica presentaron síntomas de depresión y ansiedad, sin correlacionarse con el Síndrome de Burnout y el segundo, en una universidad privada colombiana donde se hace referencia al riesgo psicosocial en profesionales de Instrumentación Quirúrgica.

Se considera que al igual que cualquier carrera del área de la salud, la Instrumentación Quirúrgica tiene altas cargas académicas y responsabilidades previas; adicionalmente, se recomienda desarrollar medidas preventivas enfocadas en los atributos personales de los estudiantes y programas de intervención psicológica en las facultades de ciencias de la salud, ya que en los artículos investigados, su enfoque principal era la medición del Síndrome de Burnout y no se menciona ninguna solución para disminuir la prevalencia de la presente problemática.

12. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Síndrome de Burnout o Trabajador Quemado. [Internet]. MAPFRE. [Consultado en: abril 30 de 2020]. Disponible en: <https://www.salud.mapfre.es/cuerpo-y-mente/psicologia/estoy-quemado-el-sindrome-de-burnout/>
2. Vilchez, J. Huaman, R. Arce, L. Moran, C. Miahashiro, K. Melo, N. Eyzaguirre, J. Rojas, C. Síndrome de Burnout en Estudiantes de Medicina: frecuencia, características y factores asociados. [Internet]. Acta Médica Peruana, 2016 [Consultado en abril 30 de 2020]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/966/96650072004.pdf>
3. Martínez, I. Marques, A. Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas. [Internet]. Periódicos electrónicos de psicología, 2015. [Consultado en abril 30 de 2020]. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1413-03942005000100003&script=sci_arttext
4. Lachiner S, Hidalgo L. Síndrome de Burnout. Medicina. pierna. Costa Rica [Internet]. 2015 Mar [consultado el 30 de abril de 2020]; 32 (1): 119-124. Disponible en: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152015000100014
5. Gomero Cuadra R, Palomino Baldeón J, Ruíz Gutierrez F, Llap Yesan C. El Síndrome de Burnout en personal sanitario de los hospitales de la empresa minera de Southern Perú Copper Corporation: estudio Piloto [Internet]. Scielo.org.pe. 2020 [Citado el 30 abril del 2020]. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1018-130X2005000400002&script=sci_arttext&lng=en

6. Edith M. Síndrome de Burnout en médicos: ausentismo, seguridad del paciente. una revisión sistemática exploratoria. (Tesis de pregrado). Universidad nacional de Colombia, 2017. [Consultado el 05 de mayo de 2020]. Disponible en: <http://bdigital.unal.edu.co/60627/1/Tesis%20Marlene%2010-2017%20pdf.pdf>
7. Caballero, C. Bresó, E. González, O. Burnout en estudiantes universitarios [Internet]. Psicología desde el Caribe. 2015. [Consultado en mayo 05 de 2020]. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v32n3/v32n3a07.pdf>
8. Merino S. Canal de prevención [Internet]. ¿Qué es el síndrome de “Burnout” y ¿En qué se diferencia del estrés? .2016. [Citado el 05 de mayo del 2020]. Disponible en: https://prevencion.fremap.es/Doc%20CONSULTAS%20TECNICA/S/Psicosociologia/CTF_15_1012.pdf
9. Miravalles J. Gabinete psicológico-San Juan de la Cruz. Cuestionario de Maslach burnout Inventory. 2021[Consultado en mayo 5 de 2020]. Disponible en: <http://www.javiermiravalles.es/sindrome%20burnout/Cuestionario%20de%20Maslach%20Burnout%20Inventory.pdf>
10. Carrillo R, Gómez K, Espinosa I. [Internet]. síndrome de burnout en la práctica médica. 2012. [Consultado en mayo 05 de 2020]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/medintmex/mim-2012/mim126j.pdf>
11. Rodríguez M, Rodríguez R, Riveros A, Rodríguez M & Pinzón J. Síndrome de burnout y factores asociados en personal de salud en tres instituciones de Bogotá en diciembre de 2010. [Internet] [Consultado en mayo 05 de 2020]. Disponible en: <https://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/2389/52931143-1.pdf;jsessionid=F82753D0F77BD915E7CD11BE217E69F6?sequ>

[ence=1](#)

12. National Library of Medicine. [Internet]. Burnout Syndrome: Definition, Typology and Management. [Consultado en abril 30 de 2020]. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30241629/?from_term=burnout+syndrome&from_pos=6
13. REAL ACADEMIA ESPAÑOLA. [Internet]. Definiciones. [Consultado el 11 de septiembre de 2020]. Disponible en: <https://dle.rae.es/profesi%C3%B3n>
14. Ministerio de Salud. Resolución N°008430 de 1993. [Internet] 1993. [Consultado el: 05 de octubre de 2020]. Disponible en: https://urosario.edu.co/Escuela-Medicina/Investigacion/Documentos-de-interes/Files/resolucion_008430_1993.pdf
15. Guerrero V, & Ávila M. Elaboración de bases de datos. Metodología de la investigación, bioestadística y bioinformática en ciencias médicas y de la salud, 2e. McGraw-Hill. 2014. Disponible en: <https://accessmedicina-mhmedicalcom.ezproxy.unbosque.edu.co/content.aspx?sectionid=115931245&booki=1721&Resultclick=2>
16. Bases de datos bibliográficas. [Internet]. EcuRed. [Consultado en octubre 23 de 2020]. Disponible en: https://www.ecured.cu/EcuRed:Enciclopedia_cubana.

