

## **Burnout y síntomas asociados: estudio comparativo en alumnos de telesecundaria y de telebachillerato**

*Burnout and symptoms associated: a comparative study in students of telesecundaria and telebachillerato*

**María Esther Barradas Alarcón**

Universidad Veracruzana, México

[ebarradas@uv.mx](mailto:ebarradas@uv.mx)

**Pedro Gutiérrez Aguilar**

Universidad Veracruzana, México

[pgutierrez@uv.mx](mailto:pgutierrez@uv.mx)

**Rodolfo Delgadillo Castillo**

Universidad Veracruzana, México

[rdelgadillo@uv.mx](mailto:rdelgadillo@uv.mx)

**Cenet Valerio Aguilera**

Universidad Veracruzana, México

[cvalerio@uv.mx](mailto:cvalerio@uv.mx)

**Fátima Rodríguez González**

Universidad Veracruzana, México

[Faty\\_rod17@hotmail.com](mailto:Faty_rod17@hotmail.com)

### **Resumen**

El burnout pone en riesgo la salud psicológica, social e interpersonal de los estudiantes y su presencia en las comunidades académicas es cada vez más frecuente. Esta investigación tuvo como **objetivo** identificar el nivel del síndrome de burnout en estudiantes de telesecundaria y de telebachillerato. **Metodología.-** cuantitativa y tipo de investigación descriptiva. **Instrumento.** Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil. La **población** fue 77 estudiantes de secundaria y 76 de bachillerato de una escuela pública del Estado de Veracruz. **Resultados.-** Con una ponderación del 100% para toda la población de secundaria el 61.3%

de los alumnos presentan dolor de cabeza y de ellos presentan también burnout leve el 50.6% y burnout moderado el 6.4% y burnout profundo el 1.2%. Por otra lado el 24.6% de del total de alumnos presentan dolores musculares de los cuales también presentan 16.8% burnout leve y 6.4% burnout moderado y burnout profundo el 1.2%. Así mismo del total de alumnos el 27.2% presentan poca tolerancia a la frustración y de ellos 18.1% presentan burnout leve y 7.7% burnout moderado y 1.2% de burnout profundo. Con una ponderación del 100% para toda la población de bachillerato el 51.3% de los alumnos presentan dolor de cabeza y e ellos presentan también burnout leve el 42.1% y burnout moderado el 9.2%. De la población total el 28.9% de los alumnos de bachillerato presentan dolores musculares y ellos mismos también presentan el 23.6% burnout leve y 5,2% burnout moderado. De este total de alumnos de bachillerato El 21% presentan poca tolerancia a la frustración y de ellos 17.1% presentan también burnout leve y el 3.9% burnout moderado.

**Palabras claves:** *Alumnos, telesecundaria, telebachillerato, burnout.*

## **Abstract**

Burnout puts at risk the psychological, social and interpersonal health of students and their presence in academic communities is becoming more frequent. This research aimed to identify the level of burnout syndrome in telesecondary and high school students. Methodology.- Quantitative and type of descriptive research. Instrument. One-Dimensional Scale of Student Burnout. The population was 77 high school students and 76 high school students from a public school in the State of Veracruz. Results.-With a weighting of 100% for the entire secondary school population, 61.3% of the students present headache and they also present mild burnout 50.6% and moderate burnout 6.4% and deep burnout 1.2%. On the other hand, 24.6% of the total number of students have muscular pains, which also present 16.8% mild burnout and 6.4% moderate burnout and deep burnout 1.2%. Likewise of the total number of students, 27.2% showed little tolerance to frustration and 18.1% presented mild burnout and 7.7% moderate burnout and 1.2% profound burnout. With a weighting of 100% for the entire high school population, 51.3% of the students present headache and they also present mild burnout at 42.1% and moderate burnout at 9.2%. Of the total population, 28.9% of high school students present muscular pains and they also present a 23.6% mild burnout and 5.2% moderate burnout. Of this total of high school students 21% have little

tolerance to frustration and of them 17.1% also present mild burnout and 3.9% moderate burnout.

**Key words:** *Students, telesecundaria, telebachillerato, burnout.*

**Fecha Recepción:** Febrero 2018

**Fecha Aceptación:** Julio 2018

---

## **Introducción**

La sociedad actual vive vertiginosamente muchas transformaciones: sociales, económicas, políticas, tecnológicas y por supuesto educativas. Transformaciones que influyen en todas áreas de los seres humanos entre ellas, el área familiar. Ya Coll J, Palacios J, Marchesi A. (1990) Señalan que factores ecosistémicos: como el psicodinámico familiar pueden favorecer o inhibir el aprendizaje y por lo tanto el rendimiento académico, lo que significa que pueden ser aliados o enemigos para la manera en que el alumno percibe las demandas que la escuela le exige, por ejemplo, presentar exámenes, exponer, entregar tareas, enfrentar las presiones de su grupo de pares, tratar a profesores estresados, entre otros. Para algunos estudiantes estas demandas pueden ser bien libradas sin embargo para otros pueden ser estímulos generadores de estrés académico que a la larga se corre el riesgo se convierta en estrés crónico, generando así, las condiciones de desencadenar el síndrome de Burnout. De acuerdo con Shaufeli, Salanova, et ál., (2002). El síndrome de burnout es una respuesta emocional negativa, persistente, relacionada con los estudios, formada por una sensación de encontrarse exhausto, que como estudiante no poder más con las tareas (agotamiento); una actitud cínica o de distanciamiento con el significado y la utilidad de los estudios que se están realizando (cinismo); y un sentimiento como estudiante de incompetencia académica (ineficacia).

Hoy en día el índice internacional de la Organización Mundial para la Salud ICD-10, considera el burnout como una enfermedad como: “Z73.0 Problemas relacionados con el desgaste profesional (sensación de agotamiento vital)”, incluida en la categoría más amplia Z73 de “problemas relacionados con dificultades para afrontar la vida”, es una enfermedad a nivel mundial.

Razón por la cual este estudio tiene como objetivo identificar el nivel del síndrome de burnout estudiantil, en estudiantes de secundaria y de bachillerato, con el propósito de que a partir de sus resultados puedan realizarse propuestas de intervención, que permitan a las instituciones educativas cumplir con una educación integral como lo demanda la Secretaría de Educación Pública (SEP).

### **Burnout**

El concepto Burnout no tiene una traducción literal al español, es un término que surge desde 1974 por Freudenberg. Este autor lo señaló como una: "sensación de fracaso y una existencia agotada o gastada que resultaba de una sobrecarga por exigencias de energías, recursos personales o fuerza espiritual del trabajador"(pág. 30). Además, afirma que el *burnout* es el síndrome que ocasiona la "adicción al trabajo"(Freudenberg, 1974:30). Años después se explica en función de dos enfoques. El primer enfoque es el Tridimensional como es la propuesta por Maslach y Jackson (1986) quienes lo definen como: "una respuesta inadecuada a un estrés emocional crónico cuyos rasgos principales son: agotamiento físico, emocional y actitud fría y despersonalizada en la interacción con las demás personas, lo que deriva en comportamientos y sentimientos de inadecuación a las tareas que se han de llevar a cabo." (pág. 3). Ellos hacen hincapié que este trastorno se presenta en profesionistas cuyo trabajo es estar en contacto con otras personas.

Y el segundo enfoque es el unidimensional propuesta por Pines, Aonson y Kufry (1981) quienes señalan al burnout como un "estado de desgaste emocional, mental y físico" y añade baja autoestima y sentimientos de impotencia e inutilidad, así como algunos síntomas depresivos como la desilusión, de desesperanza y la sensación de desamparo. Este enfoque ubica al burnout en cualquier persona y señala que su manifestación no precisamente está ligada al entorno laboral como podrían ser los estudiantes.

Existen más estudios realizados desde el primer enfoque tridimensional, en población de licenciatura como son los siguientes: Preciado y Vázquez (2010), Extremera, Durán y Rey (2007) Caballero (2007), Caballero, Abello y Palacio (2007) entre otros. Mientras que desde el segundo enfoque unidimensional se ubican los que ha realizado Barraza (2009), Barraza, Carrasco y Arreola (2009), Vázquez y Rodríguez (2009), Barradas (2017). Y específicamente con población a nivel de Bachillerato desde el enfoque tridimensional se encuentran estudios

como los de Borges y Carlotto (2004) Carlotto, Câmara y Brazil (2005) Manzano (2002). Y desde el enfoque unidimensional en este nivel educativo de bachillerato solo se encontró el estudio de Gutiérrez (2010), en cuanto a población de nivel de secundaria, son aún más escasos los estudios, solo se encontró uno desde el enfoque unidimensional el de Gutiérrez (2009), quien trabajo con una muestra de 60 alumnos de la Escuela Secundaria Técnica núm. 57. Utilizó la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil de Barraza et. al., (2009). En cuanto a los resultados del análisis descriptivo fue de 1.90 ya que la media general de burnout moderado es de 2.0 lo que significa que la población estudiada estaba en los límites de un nivel leve y moderado de burnout, lo que agrega que este nivel de burnout es alarmante si se toma en cuenta la edad y etapa de desarrollo que tienen los alumnos participantes. Esta misma autora realizó otro estudio con 201 estudiantes de preparatoria, a los que le aplico la escala unidimensional de burnout estudiantil, pues su objetivo fue identificar las conductas del burnout y determinar si las variables: género, edad y semestre, establecen diferencias significativas en este Síndrome de Burnout presente en los alumnos, encontrando los siguientes resultados; el nivel leve de burnout en los límites del nivel moderado, además la diferencias de acuerdo a las variables señaladas, fue que los porcentajes mayores los obtuvieron los estudiantes de segundo y sexto semestres. . (Gutiérrez 2010<sup>a</sup>).

Para fines de esta investigación se retoma la definición que Barraza (2006) propone:

como un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta a) cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio profesor o alumno son considerados estresores (input); b) cuando estos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio); y c) cuando este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico (p. 10).

Esta definición se fundamenta en el modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico (Barraza, 2007<sup>a</sup>, Berrio y Mazo, 2011).

### **Síntomas Asociados al síndrome de Burnout.**

Síntoma es un término con origen en el latín *symptōma* significa la presencia de una enfermedad. El concepto síndrome significa en medicina, el Síndrome es la constelación de síntomas y/o signos relacionados con un mecanismo anormal, que conduce al diagnóstico de la enfermedad que afecta al paciente.

Los síntomas asociados al síndrome de burnout son de diferente índole: psicológico, social físico. A nivel psicosocial.- pueden presentar síntomas de depresión, ansiedad, baja tolerancia a la frustración, dificultad para concentrarse, malas relaciones con sus compañeros, cansancio, no asistencia a clases, problemas en el rendimiento académico, no cumplimiento de las tareas, indiferencia para ir a clases, deserción de la escuela. Dentro de los síntomas físicos. - puede presentarse insomnio, dolores musculares, dolores de cabeza al grado de migraña, problemas gastrointestinales como gastritis, colitis, otros síntomas como: alergia, asma, problemas con el ciclo menstrual, fatiga crónica. alteración en el peso, ya sea pérdida o aumento de peso. Así como llegar a abusarse de sustancias psicoactivas (psicofármacos, alcohol, tabaco, entre otras).

### **Telesecundaria y Telebachillerato**

La Telesecundaria es una modalidad educativa que busca la equidad, ha sido eficaz pues abarca una cobertura extensa sobre todo en comunidades pequeñas (de 2500 personas) que, por supuesto no cuentan con este servicio. Fue creada hace más de treinta años. Ha estado a la vanguardia con todas las reformas y políticas educativas. Su visión filosófica se apega, también, a los instrumentos que norman la educación pública en México; y sus principios se fundamentan sobre los siguientes ideales que a la letra dicen lo siguiente:

- *Desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano; fomentar el amor a la Patria y la conciencia de solidaridad internacional en la independencia y la justicia.*
- *Promover valores que permitan a los alumnos formarse como personas críticas capaces de implementar acciones responsables que contribuyan al bienestar común, a una vida digna y una organización social justa.*

- *Inculcar en el alumno el aprecio y respeto a la dignidad humana, la integridad de la familia, la inclusión social y la igualdad de derechos entre los individuos, para una mejor convivencia humana.*
- *Dar continuidad a la labor iniciada en la educación preescolar y primaria, respecto del desarrollo de competencias para la vida, considerando el contexto nacional pluricultural y la circunstancia de cada región, entidad y comunidad; para que el alumno se logre insertar en el desarrollo socioeconómico del país como agente activo de transformación.*
- *Desarrollar capacidades y habilidades en el alumno en los ámbitos intelectual, afectivo, artístico y deportivo, que coadyuven en la formación armónica de un ser integral y responsable de sus acciones.*
- *Buscar el equilibrio entre los ámbitos científico, tecnológico y humanístico en la formación del alumno que le permitan acercarse a la realidad para observarla analizarla y modificarla para el bien común.*
- *Crear condiciones que posibiliten la reflexión del alumno sobre los problemas del entorno con el propósito de proponer acciones viables y constructivas orientadas a la mejora del mismo. (Pág. 8,9).*

De acuerdo con lo anterior, la telesecundaria brinda todo lo que se requiere para formar en el estudiante un desarrollo pleno de sus capacidades y potencialidades. Se espera que al concluir sus estudios de telesecundaria el alumno debe ejercer adecuadamente su libertad; sabe convivir y establecer relaciones interpersonales; se responsabiliza por su sexualidad, siente pertenecerá a su comunidad y a país; sabe cuidar y enriquecer su patrimonio cultural, natural e histórico.

En cuanto al Telebachillerato en Veracruz, es una institución educativa con intensa vocación de servicio que contribuye al desarrollo de las comunidades, es una modalidad alternativa de la Educación Media Superior que utiliza los medios audiovisuales para brindar un servicio de calidad en el proceso de enseñanza – aprendizaje, está dirigida a jóvenes de diversas zonas geográficas a fin de que obtengan los conocimientos y habilidades que le permitan incorporarse al sector productivo o continuar sus estudios en el nivel superior. Su Visión, Misión y Modelo Psicopedagógico se explican a continuación:

**a) Visión.** *-Es una Institución consolidada en su estructura, que ofrece un servicio de calidad, donde los actores educativos están comprometidos con su función en aras de una formación integral basada en valores, desarrollo de competencias y el uso de tecnologías modernas de información y comunicación.*

**b) Misión.** *- Formar alumnos críticos y propositivos, capaces de enfrentar con eficacia, orgullo y dignidad, los retos y demandas de la sociedad, a través de la implementación de un modelo pedagógico propio, que fomente el compromiso de los actores educativos con el entorno sociocultural.*

**c) Modelo Pedagógico.** *- La enseñanza y el aprendizaje escolar son el resultado de un complejo proceso de relaciones que se establecen entre tres elementos que conforman el llamado “triángulo interactivo” los estudiantes que aprenden, los contenidos curriculares y los docentes que ayudan a los alumnos a construir significados y a atribuir sentido a lo que hacen y aprenden.*

Tanto la telesecundaria como el telebachillerato están en congruencia con la Alianza por la Calidad de la Educación, la cual contempla como objetivo principal elevar la calidad de la educación con el propósito que los estudiantes mejoren su nivel de logro educativo, además cuenten con medios para tener acceso a un mayor bienestar y contribuyan al desarrollo nacional; su enfoque educativo está basado en el desarrollo de competencias para la vida; la inclusión; el uso eficiente de herramientas para el aprendizaje permanente; así como la capacidad de actuar en grupos heterogéneos y de manera autónoma, que respondan a las necesidades de desarrollo de México en el siglo XXI.

Se ha considerado que los entornos universitarios son muy estresantes, y al parecer no solo en la universidad sino también en educación media y media superior, así lo demuestran estudios como el de Gutiérrez (2009, 2010), cuyos resultados merecen ser reflexionados, pues el porcentaje y nivel de burnout que se encontraron en alumnos de secundaria y bachillerato corroboran, que los entornos académicos en estos niveles también son estresantes desde la propia perspectiva del alumno, no solo por las tareas excesivas, exámenes, evaluaciones externas, entornos competitivos, descontextualizados sino también por la etapa de desarrollo que están atravesando y por la problemática familiar. Y los entornos académicos de la telesecundaria como la del telebachillerato no es la excepción, en

estas instituciones se suma una agravante más, la carencia económica de la mayoría de los alumnos. Por esta razón es que se propone este estudio cuyo objetivo es identificar el nivel del síndrome de burnout estudiantil y síntomas asociados que presentan los alumnos de telesecundaria y telebachillerato en Veracruz. Quizás este sea uno de los primeros estudios que se realizan en estos entornos académicos.

## **Método**

**Tipo de investigación.** El estudio es de tipo descriptivo, que de acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2014), pretende establecer las características, los niveles de asociación, las formas de manifestación o los índices de ocurrencia del problema de investigación.

**La Orientación Metodológica.** Se realizó a través de una metodología cuantitativa; que según Hernández, Fernández y Baptista (2014) es el método que utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación, confiando en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población.

**Definición de variable.- Burnout.-** Estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo producido por el involucramiento prolongado en situaciones generadoras de estrés. (Barraza, A. 2008).

**Síntoma asociado.** - son las manifestaciones que misma persona refiere sentir, y que nadie, a excepción de quien los padece, puede constatar. Son, por tanto, manifestaciones subjetivas, percibidas solamente por la persona que las padece.

**Instrumentos:** Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (EUBE), esta escala está constituido por 15 preguntas, que pueden ser contestadas mediante la escala tipo Likert de cuatro valores asignados (nunca, algunas veces, casi siempre y siempre). Tiene una confiabilidad de .91 y un alfa de Cronbach de .89 en la confiabilidad por mitades; estos resultados han sido valorados como muy buenos de acuerdo a la escala de valoración asignada por De Vellis (Barraza 2008). Se utilizó además el Cuestionario de Síntomas físicos. (Barradas 2017).- Es un cuestionario que contempla algunos indicadores sociodemográficos, así como preguntas sobre diferentes síntomas asociados al burnout con respuestas dicotómicas. (CSAB)

**Población.-** 153 alumnos de los cuales 77 son de telesecundaria y 76 de telebachillerato en Veracruz.

## Resultados

Fig. 1

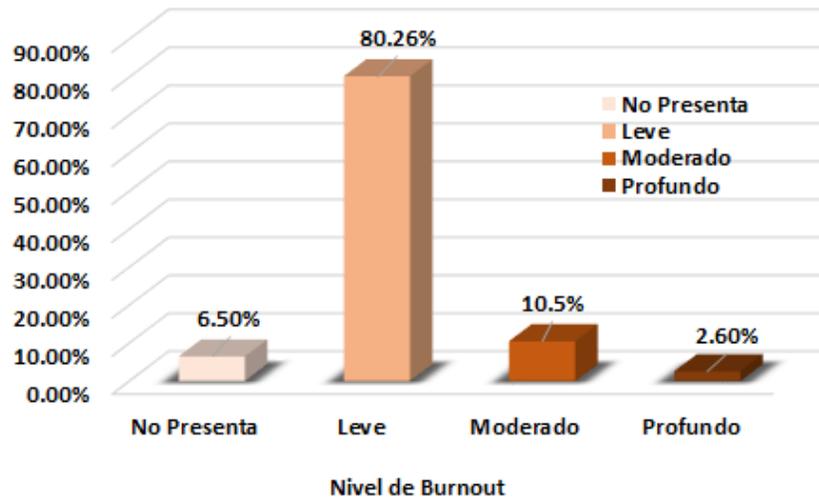


Figura 1. Nivel de Burnout en alumnos de telesecundaria

Fuente Propia

Fig. 2

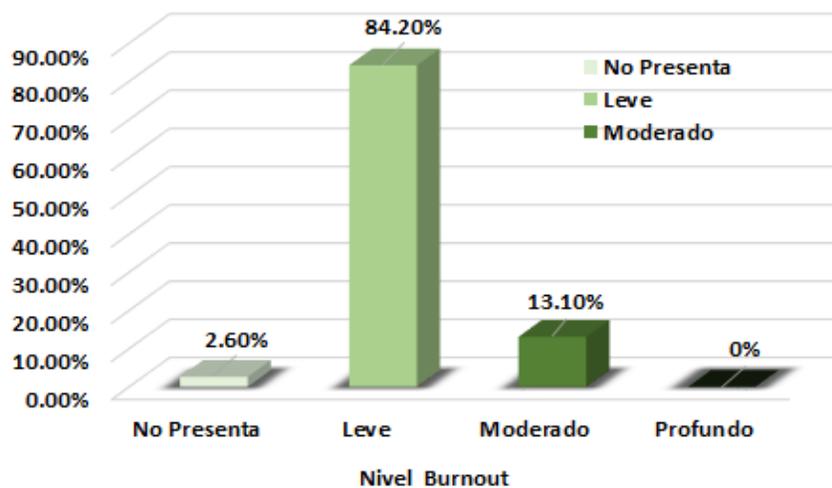


Figura 2. Nivel de Burnout en alumnos de telebachillerato

Fuente Propia

Fig. 3

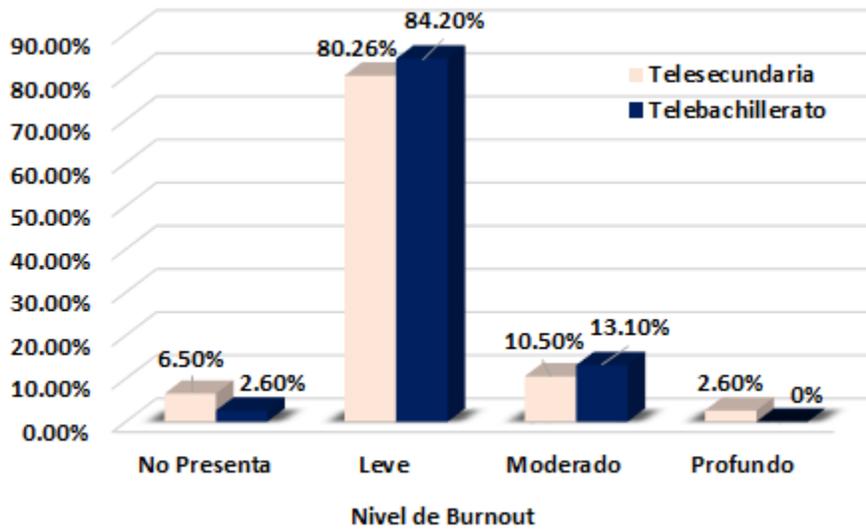


Figura 3. Comparación del Nivel de Burnout en alumnos de telesecundaria y telebachillerato

Fuente Propia

Tabla 1. Comparación de síntomas asociados y nivel de Burnout en alumnos de Telesecundaria “Ejército Mexicano”

Tipo Síntomas	Secundaria F (n=77) %		Nivel de Burnout							
			S/Burnout		Leve		Moderado		Profundo	
0/síntoma	14	18.18%	3	3.8%	11	14.2%	0	0%	0	0%
Dolor de cabeza	47	61%	2	2.5%	39	50.6%	5	6.4%	1	1.2%
Gastritis	9	11.6%	0	0%	8	10.3%	1	1.2%	0	0%
Colitis	4	5.1%	0	0%	4	5.1%	0	0%	0	0%
Insomnio	8	10.3%	0	0%	5	6.4%	2	2.5%	1	1.2%
Dolor muscular	19	24.6%	0	0%	13	16.8%	5	6.4%	1	1.2%
Exceso de Apetito	10	12.9%	0	0%	8	10.3%	2	2.5%	0	0%
Sin apetito	14	18.18%	0	0%	10	12.9%	2	2.5%	2	2.5%
Poca tolerancia frustración	21	27.2%	0	0%	14	18.18%	6	7.7%	1	1.2%
Irritabilidad	5	6.4%	0	0%	4	5.1%	1	1.2%	0	0%

Fuente Propia

**Tabla 2. Comparación del Número de síntomas asociados por cada alumno y nivel de Burnout en los estudiantes de Telesecundaria “Ejército Mexicano”**

Numero de Síntomas x Estudiante	Secundaria F (n=77) %		Nivel de Burnout							
			S/Burnout		Leve		Moderado		Profundo	
0 Síntoma	14	18.18%	3	3.8%	11	14.2	0	0%	0	0%
1 Síntoma	29	37.6%	2	2.5%	24	31.1%	2	2.5%	1	1.2%
2 Síntomas	16	20.7%	0	0%	14	18.18%	2	2.5%	0	0%
3 Síntomas	6	7.7%	0	0%	5	6.4	1	1.2%	0	0%
4 Síntomas	5	6.4%	0	0%	4	5.1%	1	1.2%	0	0%
5 Síntomas	4	5.1%	0	0%	3	3.8%	1	1.2%	1	1.2%
6 Síntomas	3	3.8%	0	0%	2	2.5%	1	1.2%	0	0%
7 Síntomas	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
8 Síntomas	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
9 Síntomas	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%

Fuente Propia

**Tabla 3. Comparación de síntomas asociados y nivel de Burnout en alumnos de Telebachillerato “Ejército Mexicano”**

Tipo Síntomas	Bachillerato F (n=76) %		Nivel de Burnout							
			S/Burnout		Leve		Moderado		Profundo	
0/síntoma	16	21.05%	2	2.6%	14	18.4%	0	0%	0	0%
Dolor de cabeza	39	51.3%	0	0%	32	42.10%	7	9.2%	0	0%
Gastritis	6	7.8%	0	0%	4	5.2%	2	2.6%	0	0%
Colitis	5	6.5%	0	0%	6	7.8%	0	0%	0	0%
Insomnio	15	19.7%	0	0%	13	17.1%	2	2.6%	0	0%
Dolor muscular	22	28.9%	0	0%	18	23.6%	4	5.2%	0	0%
Exceso de Apetito	6	7.8%	0	0%	4	5.2%	2	2.6%	0	0%
Sin apetito	10	13.1%	0	0%	8	10.5%	2	2.6%	0	0%
Poca tolerancia frustración	16	21.05%	0	0%	13	17.1%	3	3.9%	0	0%
Irritabilidad	5	6.5%	0	0%	5	6.5%	0	0%	0	0%

Fuente Propia

**Tabla 4. Comparación del Número de síntomas asociados por cada alumno y nivel de Burnout en los estudiantes de Telebachillerato “Ejército Mexicano”**

Numero de Síntomas x Estudiante	Bachillerato F (n=76) %		Nivel de Burnout							
			S/Burnout		Leve		Moderado		Profundo	
0 Síntoma	16	21.05%	2	2.6%	14	18.4%	0	0%	0	0%
1 Síntoma	25	32.8%	0	0%	21	27.6%	4	5.2%	0	0%
2 Síntomas	22	28.9%	0	0%	19	25%	3	3.9%	0	0%
3 Síntomas	3	3.9%	0	0%	2	2.6%	1	1.3%	0	0%
4 Síntomas	5	5.2%	0	0%	4	5.2%	1	1.3%	0	0%
5 Síntomas	4	5.2%	0	0%	3	3.9%	1	1.3%	0	0%
6 Síntomas	1	1.3%	0	0%	1	1.3%	0	0%	0	0%
7 Síntomas	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
8 Síntomas	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
9 Síntomas	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%

Fuente Propia

## Discusión

El tema central de la presente investigación es el burnout estudiantil considerado como una problemática que apenas se empieza a estudiar en contextos académicos de diferentes niveles educativos, (Barraza 2009). Hablar de burnout, significa aquel estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo producido por el involucramiento prolongado en situaciones generadoras de estrés. Hasta llegar al extremo de no tomar en cuenta las necesidades personales. (Barraza, A. 2008). El objetivo propuesto es identificar el nivel del síndrome de burnout estudiantil y síntomas asociados que presentan los alumnos de la telesecundaria y del telebachillerato de la escuela “Ejército Mexicano” en Veracruz. Se consideró como síntoma asociado a las manifestaciones que la mismo estudiante refirió sentir, y que nadie, a excepción de quien los padece, puede constatar. Es decir, manifestaciones subjetivas, percibidas solamente por la persona que las padece. La población con la que se trabajó fueron 153 alumnos de los cuales 77 fueron de telesecundaria y 76 de telebachillerato de la escuela “Ejército Mexicano” en Veracruz. Se utilizó la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil. Los resultados manifiestan la presencia de burnout estudiantil destacando el nivel leve en ambos niveles académicos y síntomas asociados sobre todo los dolores de cabeza, dolores musculares y poca tolerancia a la frustración. Estos son los primeros resultados que

se tiene en este tipo de población y nivel académico, por lo que se considera, que son los aportes principales del presente estudio. Es importante señalar que el estudio enfatiza el enfoque unidimensional y confirma el modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico (Barraza, 2007<sup>a</sup>, Berrio y Mazo, 2011), quienes, mencionan la importancia de la interacción de las variables del estrés, como filtro a través del cual se valoran los estímulos estresores en los que está inmerso el estudiante. El análisis de resultados de este estudio es muy similares a los encontrados por Gutiérrez (2009), quien trabajo con una muestra de 60 alumnos de la Escuela Secundaria Técnica núm. 57. Utilizó la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil de Barraza et. al., (2009), encontraron como resultados destacado el nivel de burnout leve con tendencia a moderado. Oro estudio que encontró resultados parecidos fue el de Jaik Dipp (2012) quien trabajo con una muestra de 189 estudiantes de secundaria, sus objetivos fueron: Identificar el perfil descriptivo del Síndrome de Burnout que presentan los alumnos de la Escuela Secundaria Educación y Docencia de la ciudad de Durango, Dgo., y establecer la relación que existe entre el Síndrome de Burnout y las variables sociodemográficas edad y género, y la variable situacional año escolar, en alumnos de la Escuela Secundaria Educación y Docencia de la ciudad de Durango, Dgo. El instrumento que aplico fue la Escala unidimensional del burnout estudiantil Barraza (2011). Y los resultados que obtuvo fue que los alumnos presentan nivel leve de burnout asociando este con las variables sociodemográficas edad y género mostraron diferencias significativas desfavorables para el género femenino y para los alumnos entre 14 y 15 años. Así mismo los porcentajes mayores de burnout se encontrados en los alumnos de primero y tercer grado. En cuanto a investigaciones en bachillerato con resultados similares a los de la presente investigación fueron los encontrados por esta misma autora Gutiérrez (2010a) quien trabajo con 201 estudiantes utilizo la escala unidimensional de burnout estudiantil y encontró porcentajes altos del nivel leve de burnout en los límites del nivel moderado, destacando a demás diferencias de acuerdo a las variables señaladas como que; los porcentajes mayores los obtuvieron los estudiantes de segundo y sexto semestres. Es importante enfatizar que de los pocos estudios de burnout en estudiantes, utilizando este mismo instrumento, la mayoría de ellos son en educación superior. *Las fortalezas* de esta investigación es que hay muy pocos estudios en estos niveles académicos de educación media y media superior, y con este modelo educativo de telesecundaria y telebachillerato es el primero que se realiza, otra fortaleza es

que hay representatividad en ambas poblaciones, que se aplicaron los mismo instrumentos la misma escala Unidimensional del Burnout Estudiantil y el cuestionario de síntomas asociados al burnout (CSAB), En cuanto a *sus debilidades* se encuentra el que la representatividad es exclusiva para esa institución, también que sería muy interesante analizar la presencia de burnout relacionada con otras variables como podría ser las características sociales, culturales, económicas, dinámica familiar y rasgos de, personalidad en esta población así como el estrés académico presente en los profesores que les dan clases a esta población participante.

### **Conclusiones**

De acuerdo a los resultados encontrados porcentajes altos de burnout leve se concluye que se refuerza la concepción de que los contextos académicos entre ellos; la telesecundaria y teledbachillerato son generadores de estímulos estresantes que afectan al estudiante al grado de provocarles el síndrome de burnout, lo que significa un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo. En el estudio también se refuerza la postura que es el propio alumno quien pondera o da el juicio de valor de estímulo estresante. Se concluye que la mayoría de los estudiantes como síntomas asociados al burnout que presentan sobresale los dolores de cabeza, dolores musculares, poca tolerancia entre otros, además que un porcentaje alto manifiesta más de un síntoma asociado al síndrome de burnout. , razones suficientes que motivaron la presente investigación.

Los resultados encontrados nos comprometen a realizar proyectos de intervención que promuevan erradicar el burnout en los alumnos a través de capacitarlos para que desarrollen mejores estrategias de afrontamiento al estrés académico intenso y prolongado al que se exponen, también nos comprometen a continuar con esta temática pero ahora asociándole con otras variables de tipo demográfico. Lo anterior tiene como propósito contribuir con la Alianza por la Calidad de la Educación, cuyo objetivo principal es elevar la calidad de la educación para que los estudiantes mejoren su nivel de logro educativo, cuenten con medios para tener acceso a un mayor bienestar, ya que se contribuye a su enfoque educativo mismo que está basado en el desarrollo de competencias para la vida; la inclusión; el uso eficiente de herramientas para el aprendizaje permanente; así como la capacidad de actuar en grupos

heterogéneos y de manera autónoma, que respondan a las necesidades de desarrollo de México en el siglo XXI.

## **Referencias**

- Álvarez A, Del Río P. Educación y Desarrollo: La Teoría de Vygotski y la Zona de Desarrollo Próximo. En: Coll J, Palacios J, Marchesi A. Desarrollo psicológico y educación II. Psicología de la Educación. Madrid: Alianza; 1990.
- Aranda, C., Pando, M., Velásquez, I., Acosta, M. y Pérez, M. (2003). Síndrome de burnout y factores psicosociales, en estudiantes de posgrado del Departamento de Salud Pública de la Universidad de Guadalajara, México. *Revista Psiquiatría Facultad de Medicina Barna*, 30(4), 193-199
- Barradas, A., Trujillo C., Sánchez B., López G.(2017) *Burnout estudiantil en universitarios veracruzanos*. 8 (14) 15-33. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*. DOI: <http://dx.doi.org/10.23913/ride.v7i14.267>
- Barraza, A. (2009). Estrés académico y burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Psicogente*, 12(22), 272-283.
- Barraza, A., Carrasco, R. y Arreola, M.G. (2009). Burnout estudiantil. Un estudio exploratorio. En A. Barraza, D. Gutiérrez y D. I. Ceniceros (Coords.): *Alumnos y profesores en perspectiva* (pp. 68-84), Durango, Dgo.: Universidad Pedagógica de Durango.
- Borges A., M.B. y Carlotto M., S. (2004). Síndrome de burnout e factores de estrés en estudiantes de un curso técnico de enfermagem. *Aletheia*, 19, 45-56.
- Byrne, Barbara (1999) *The nomological network of teacher burnout: aliterature review and empirically validated model*. En: Huberman Michael and Vandenberghe, Roland. *Understanding and Preventing Teacher burnout*. (Pp.15-37) New York. Cambridge University Press.
- Caballero, C. (2007). Burnout, engagement y rendimiento académico entre estudiantes universitarios que trabajan y aquellos que no trabajan. *Psicogente*, 9(16), 11-27.
- Caballero, C., Abello, R. y Palacio, J. (2007). Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 25(2), 98-111.

- Carlotto M., S., Câmara G., S. y Brazil, A. M. (2005). Predictores del síndrome de burnout en estudiantes de un curso técnico de enfermería. *Diversitas*, 1(2), 195-205.
- El Telebachillerato de Veracruz. Modelos Educativos y Televisión: Algunas experiencias. Material de apoyo. (2001) Coordinación de apoyo editorial de la Subsecretaría de Desarrollo Educativo y Cultural. Xalapa, Ver.
- Extremera, N., Durán, A. y Rey, L. (2007). Inteligencia emocional y su relación con los niveles de burnout, engagement y estrés en estudiantes universitarios. *Revista de Educación*, 342, 239-256.
- Freudenberger, HJ (1974). Quemado del personal. *Revista de Asuntos Sociales*, 30 (1), 159-165.
- Freudenberger, H. J. (1974) Staff burnout. *Journal of social Issues*, 30, 159-165.
- Gutiérrez, D. (2009). El síndrome de burnout en alumnos de educación secundaria. *Investigación Educativa Duranguense*, 5(10), 26-35.
- Gutiérrez, D. (2010). Prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes de Educación Media Superior. *Investigación Educativa Duranguense*, 5(11), 18-23.
- Hernández-S., Fernández, C. y Baptista, M; (2014). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Jaik D. y Gutiérrez R. (2012) *Presencia del Síndrome de Burnout en educación secundaria*. En **Red Durango de Investigadores Educativos A. C.** Barraza M., malo S. *Investigaciones en Salud Mental, patología, afrontamiento e intervención* (pp. 14-36). Mexico. ReDIE
- Manzano, G. (2002). Burnout y engagement en un colectivo preprofesional. Estudiantes universitarios. *Boletín de Psicología*, 74, 79-102.
- Maslach, C. y Jackson, S. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Social Issues*, 2, 99-113
- O.M.S.: CIE-10. Trastornos Mentales y del Comportamiento. Décima Revisión de la Clasificación Internacional de las Enfermedades. Descripciones Clínicas y pautas para el diagnóstico. Organización Mundial de la Salud, Ginebra, 1992.
- Preciado M., L. y Vázquez J., M.N. (2010). Perfil de estrés y síndrome de burnout en estudiantes mexicanos de odontología de una universidad pública. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 48(1), 11-19.
- Pines, A. y Aronson, E. (1981). *Burn out: from tedium to personal growth*. Nueva York: Free Press.

Secretaría de Educación Pública (2011) Modelo Educativo para el Fortalecimiento de Telesecundaria. Documento base fue desarrollado por la Dirección General de Materiales Educativos (DGME), de la Subsecretaría de Educación Básica. Recuperado de [www.telesecundaria.sep.gob.mx/assets/pdf/Modelo Educativo FTS.pdf](http://www.telesecundaria.sep.gob.mx/assets/pdf/Modelo_Educativo_FTS.pdf) Consultado el 15 de Julio del 2017.

Subsecretaría de Desarrollo Educativo y Cultural. (2001) El Telebachillerato de Veracruz. Modelos Educativos y Televisión: Algunas experiencias. Material de apoyo. Xalapa, Ver. Coordinación de apoyo editorial de la Subsecretaría de Desarrollo Educativo y Cultural. Recuperado de [xalapacteba.com/academico/ORIENTACION/PROGRAMA%20O.E.%20%20I.pdf](http://xalapacteba.com/academico/ORIENTACION/PROGRAMA%20O.E.%20%20I.pdf) . Consultado el 15 de Julio del 2017.

Vázquez, J.C. y Rodríguez, M.E. (2009). Diagnóstico del síndrome de burnout en la comunidad académica de la Universidad del Valle de Atemajac, campus Puerto Vallarta. UNIVallarta, s/d.