



Universidad  
**Señor de Sipán**

**FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

**BURNOUT ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES**

**DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CHICLAYO**

**PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE**

**LICENCIADA EN PSICOLOGIA**

**Autor:**

Bach. Burga Sanchez, Sarai Abigail

ID ORCID: 0000-0001-5159-5233

Bach. Ordinola Alvarado, Wendy Susetty

ID ORCID: 0000-0002-4604-2375

**Asesor:**

Dr. Reyes Baca Gino Job

ID ORCID: 0000-0001-5869-4218

**Línea de Investigación**

Comunicación y Desarrollo Humano

**Pimentel – Perú**

**2022**

# BURNOUT ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CHICLAYO

Aprobación del jurado



---

Mg. Cruz Ordinola Maria Celinda  
**Presidente**



---

Mg. Bernal Marchena Luisa Paola de Los Milagros  
**Secretario**



---

Dra. Sotomayor Nunura Gioconda del Socorro  
**Vocal**



### DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quien(es) suscribe(n) la **DECLARACIÓN JURADA**, soy(somos) Elija un elemento. del Programa de Estudios de Haga clic o pulse aquí para escribir texto.de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaro (amos) bajo juramento que soy (somos) autor(es) del trabajo titulado:

#### **BURNOUT ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CHICLAYO**

El texto de mi trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Señor de Sipán (CIEI USS) conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación a las citas y referencias bibliográficas, respetando al derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

Burga Sánchez Sarai Abigail	DNI: 76468378	
Ordinola Alvarado Wendy Susetty	DNI: 71429758	

\* Porcentaje de similitud turnitin:10%

Pimentel, 20 de abril del 2023.

#### NOMBRE DEL TRABAJO

TESIS DE GRADO\_BURGA SÁNCHEZ & ORDINOLA ALVARADO (1).docx

#### RECuento DE PALABRAS

8951 Words

#### RECuento DE CARACTERES

49665 Characters

#### RECuento DE PÁGINAS

31 Pages

#### TAMAÑO DEL ARCHIVO

56.8KB

#### FECHA DE ENTREGA

Apr 27, 2023 3:34 PM GMT-5

#### FECHA DEL INFORME

Apr 27, 2023 3:35 PM GMT-5

#### ● 10% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos

- 9% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 6% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

#### ● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)
- Material citado

## **Dedicatorias**

Dedicamos el presente trabajo a Dios: puesto que, gracias a él hemos logrado culminar nuestra carrera. A nuestros padres porque siempre estuvieron presentes brindándonos su apoyo y motivándonos para mejores personas, A nuestros hermanos y familia en general. Finalmente a Lucy Burga que nos cuida desde el cielo y nos guía para tomar el camino correcto.

*Las autoras*

## **Agradecimientos**

Agradecemos a Dios por habernos guiado y dado la fortaleza para seguir adelante, a nuestros padres y familias por su comprensión y estímulo constante a lo largo de todo el proceso de elaboración de la tesis. También agradecemos especialmente a nuestro supervisor por todos los conocimientos compartidos en clase.

*Las autoras*

## Resumen

El estudio contempló como objetivo primordial determinar la relación entre el burnout académico y la ansiedad en los estudiantes de una universidad privada de Chiclayo. En relación con el método empleado contuvo un enfoque cuantitativo de alcance puramente correlacional y adjudicó un diseño no experimental en el que se hace uso del corte transversal. La población ascendió a 2,164 educandos de primer a décimo ciclo de la carrera profesional de psicología, de los cuales 326 formaron parte de la muestra en base a diversos criterios de inclusión. Así mismo, como instrumentos para poder recabar la información pertinente para la investigación se utilizó el Maslach Burnout Inventory y el inventario de ansiedad de Beck (BAI). Dentro de los principales resultados se detalla que se halló una correlación entre las variables y resulta ser directa, estadísticamente significativa y con tamaño de efecto grande. Finalmente, se determinó una fuerte conexión o relación entre el burnout académico y la ansiedad; puesto que, gracias al análisis se concreta un resultado de 0,691; lo que ratifica dicha afinidad entre las variables mencionadas.

**Palabras clave:** Burnout, ansiedad, psicosocial.

## **Abstract**

The primary objective of the study was to determine the relationship between academic burnout and anxiety in the students of a private university in Chiclayo. In relation to the method used, it contained a quantitative approach of purely correlational use and awarded a non-experimental design in which it is made from the cross section. The population amounted to 2,164 students from the first to the tenth cycle of the professional career in psychology, of which 326 were part of the sample based on various inclusion criteria. Likewise, the Maslach Burnout Inventory and Beck's Anxiety Inventory (BAI) were obtained as instruments to collect pertinent information for the investigation. Among the main results, it is detailed that a connection was found between the variables and it turns out to be direct, statistically significant and with a large effect size. Finally, a strong connection or relationship between academic burnout and anxiety will be terminated; since, thanks to the analysis, a result of 0.691 is specified; which ratifies said affinity between the mentioned variables.

**Keywords:** Burnout, anxiety, psychosocial.

# Índice

	Pág.
Dedicatorias.....	iv
Agradecimientos .....	v
Resumen .....	vi
Abstract .....	vii
Índice .....	viii
I. INTRODUCCIÓN .....	10
1.1. Realidad problemática .....	10
1.2. Antecedentes de estudio.....	13
1.3. Teorías relacionadas al tema .....	18
1.4. Formulación del problema.....	24
1.5. Justificación e importancia del estudio .....	24
1.6. Hipótesis.....	25
1.7. Objetivos.....	25
1.7.1. Objetivo general .....	25
1.7.2. Objetivos específicos.....	25
II. MATERIAL Y MÉTODOS .....	26
2.1. Tipo y diseño de investigación .....	26
2.2. Población y muestra .....	26
2.3. Variables y operacionalización.....	28
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad .....	30
2.5. Procedimientos de análisis de datos .....	32
2.6. Criterios éticos.....	33
2.7. Criterios de rigor científico.....	33
III. RESULTADOS.....	34
3.1. Resultados en tablas y figuras .....	34
3.2. Discusión de resultados.....	38
IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	42

4.1. Conclusiones .....	42
4.2. Recomendaciones .....	43
REFERENCIAS .....	44
ANEXOS.....	52

## I. INTRODUCCIÓN

### 1.1. Realidad problemática

La enseñanza e instrucción en tiempo de pandemia COVID-19 ha tenido un giro obligado e inesperado dado que, por la emergencia sanitaria, se pasó de las clases presenciales a la modalidad virtual. Ese proceso de transición de la educación ha demandado una adaptación frente al cual el personal docente y estudiantes han desarrollado estrategias de afrontamiento y ajuste psicosocial. Sin embargo, el temor al contagio, el consumo de información de la pandemia, el distanciamiento social, permanecer varias horas frente a una computadora, la sobrecarga académica, como también las exigencias y demandas de la educación virtual, las limitaciones tecnológicas, problemas de conexión de internet, fatiga física, exposición constante de dispositivos, entre otros; después de dos años de virtualidad, ha dejado una huella psicológica en la comunidad educativa, trayendo consigo problemas como el estrés, agotamiento, en muchas ocasiones la ansiedad y finalmente, la depresión. (Seperak et al., 2021).

Según la Organización mundial de la salud (2021), los acontecimientos relacionados a la propagación del COVID- 19 ha provocado el incremento de estrés psicológico, en todos los entornos posibles, como lo es el ámbito personal y/o familiar, y, en el centro de trabajo y estudios. Así mismo, los estudiantes universitarios no han estado ajenos a esta problemática, dado que han afrontado una exigencia académica caracterizado por el cumplimiento de tareas académicas en un plazo corto, lo cual demanda compromiso, organización, hábito de estudio organizado y trabajo intelectual, como también limitación de actividades de ocio y recreación, lo cual puede ser percibida como un estresor o situación amenazante. Además, de las limitadas estrategias para el aprendizaje en la modalidad virtual, problemas de comprensión al docente, frente al cual experimentan altos niveles de ansiedad, estrés académico, síntomas depresivos, somatización y evitación experiencial (Al-Alawi, et al., 2019).

Una de las causas que incide frecuente o paulatinamente en la salud mental de los universitarios fue la exposición de estresores académicos como la sobrecarga y presión académica por largos periodos constituye el burnout

académico y la ansiedad, dado que desarrollan agotamiento, cansancio, fatiga, evitación de situaciones y tareas académicas, así como las dificultades para afrontar los retos y exigencias que enfrentan en sus estudios diarios; Es probable que el rendimiento académico deshonroso y subestimado, y la tendencia a procrastinar, no logren el máximo rendimiento académico. (Banuzzi & Alba, 2021; Gastelo-Salazar, et al. (2020). La ansiedad es un tipo de desajuste emocional que cobra presencia debido a diversos factores y suele mostrarse mediante respuestas emocionales y conductuales que en algunos casos no son controladas. (Castillo et al., 2016).

En tal sentido el burnout académico y la ansiedad son desajustes comportamentales con alta comorbilidad, y se ocasiona ante la dificultad para afrontar situaciones estresantes y problemas de adaptación de estudiantes universitarios, los cuales no son diagnosticados y abordados en forma oportuna, por lo tanto incrementa la probabilidad de desarrollar desequilibrio emocional que incida en el desempeño académico, toma decisiones, y a la aparición de otras manifestaciones psicopatológicas. (Babu, et al., 2020).

A nivel internacional, en México, identificaron que el 50% de estudiantes presentaban nivel medio y alto del síndrome que presenta agotamiento en la persona; es decir, el burnout, situación que trajo consigo grandes conflictos e inconvenientes para quienes lo presentaban; ya que, comenzaron a presentar un mayor cansancio mental y emocional, falta de energía, disminución de la productividad, entre otros. (Osorio et al., 2020).

El burnout académico y la progresiva ansiedad que se adquiere son frecuentes en la población que accede a universidades debido a los requerimientos que se tienen, y de acuerdo con la OMS, el 15 % de la población a nivel global puede presentar ansiedad (Hernández et al., 2011); sin embargo, se ha incrementado su incidencia en tiempos de pandemia COVID-19, lo cual queda evidenciado en diversos reportes.

Por otra parte en Ecuador, Sigüenza y Vílchez (2021) realizaron un estudio en la ciudad de Loja, el cual indica que la ansiedad está presente en gran parte de los estudiantes universitarios y que los motivos pueden ser múltiples, incluso se

puede considerar que es una consecuencia del confinamiento por covid 19; sin embargo, la preocupación aumenta cuando dicha ansiedad repercute en un mal estado psicológico.

A nivel nacional en Perú, se realizó una indagación respecto a la variable burnout, en el que, después de varias pruebas detallaron un nivel alto en el 31% de personas que fueron objetivo de trabajo. En añadidura a ello, se acotaba que era el sexo femenino el predominante en los resultados, es decir, eran las mujeres quien tenían un mayor índice de padecimiento; misma investigación, intenta tratar de dar una solución al problema encontrado mediante la ejecución de ciertas estrategias, como la distribución de tareas, renovar el espacio de trabajo, entre otras. (Seperak, et al., 2021).

Así mismo, en Lima; Saravia, Cazorla y Cedillo (2020) encontraron que en estudiantes de una reconocida universidad del país, la ansiedad existía en un nivel leve en su mayoría, reflejándose por el 52,63% del total de muestra. Sin embargo, apenas el 24,6% no presentaba rasgos de ansiedad. Añadido a ello, un punto importante que rescataron fue que los niveles leve, moderado y severo de ansiedad, en su mayoría estaban representados por personas del sexo femenino. Sin duda, un panorama desalentador sobre el cual proponen trabajar en base a ciertas estrategias que puedan diseñar.

De acuerdo con la evidencia teórica, el burnout académico y ansiedad se encuentran relacionados, y ello responde al porqué son tan considerados en diversos estudios a lo largo de los años. Al respecto Núñez (2020), en su estudio identifica que la ansiedad y estrés afectan el desempeño académico. Por otra parte un estudio realizado en Trujillo identificó que los estándares de estrés incrementaron significativamente durante la travesía de salud que ha sufrido no solo el Perú, sino, todo el mundo. A su vez, ello trajo desajustes emocionales como el agotamiento emocional, volverse más conflictivos, más agresivos, etc. (Palomino-Oré, et al., 2020).

En tal sentido, es preciso acotar que gracias a una exhaustiva exploración se puede afirmar que el estudio del tema tratado en este documento prevalece con anterioridad a la pandemia y que, en muchos casos se ha tratado las variables de

forma separada, motivo por el que se genera una necesidad por congeniarlas y ver su semejanza.

A nivel local, en una de las instituciones educativas más reconocidas, en concordancia a lo reportado por fuentes orales, se ha evidenciado a los estudiantes presentar con frecuencia ansiedad académica, esto debido al estrés que abordan por motivos de sobrecarga de tareas académicas, agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Además de limitaciones referido a equipo informático y problemas de conectividad. Ello de alguna forma ha alterado su rendimiento o desempeño académico, siendo muchas veces causa de la deserción del estudiante a las clases universitarias.

Por lo anteriormente planteado, la investigación busca determinar si el supuesto de una posible correlación del síndrome de burnout con la variable ansiedad, existe o no en un espacio y tiempo real; así también, se ahonda en la presencia de las mencionadas en consideración del COVID 19.

## 1.2. Antecedentes de estudio

### **Contexto internacional**

Romero (2022) realizó un estudio destinado a determinar la prevalencia del síndrome de burnout en residentes de urología en Colombia. El trabajo fue de enfoque cuantitativo y tipo descriptivo, además del diseño no experimental. La muestra estuvo representada por 89 personas. Con relación al instrumento de acopio de datos se utilizó el cuestionario de Maslach Burnout Inventory. Los resultados son preocupantes; ya que, indican que el síndrome está presente en el 59,5% de los residentes. Se finiquita que el burnout está presente en un nivel mayor al esperado y que es propicio valerse de estrategias como la optimización de tiempo, actividades extraordinarias para la relajación, entre otras.

Babu et al. (2020), en Nepal, cuya investigación buscó identificar la prevalencia de síntomas depresivos, ansiedad, agotamiento, sus factores asociados e identificar sus predictores. El trabajo se ahondó en un alcance descriptivo, en el que se realizó sólo una intercepción con el grupo de estudio. Se tomó como muestra a 651 alumnos, los cuales fueron sometidos al cuestionario, medio que se utilizó para poder conocer y tener más entendimiento de la realidad

del tema tratado. Como resultados se precisa que el agotamiento en dichas personas permanecía a lo largo del tiempo en un 48%; mientras que, la predominancia de ansiedad fue del 45.3%, y de depresión fue de 31%. Por otra parte, los elementos asociados a padecer de síntomas de ansiedad fueron las mujeres, el agotamiento personal, depresión, el aprendizaje y haber padecido de alguna enfermedad.

Osorio, et al. (2020), en México, cuya investigación tuvo como propósito describir los niveles y tipos de burnout académico, además de su relación y diferencias con algunas variables sociodemográficas, en universitarios de México. Contuvo un enfoque cuantitativo, de alcance correlacional. Su unidad muestral ascendió a 2707 alumnos. Posteriormente, en el instrumento de recolección para obtener datos relevantes se hizo valer el cuestionario. Se finiquita que lamentablemente más de la mitad de encuestados se encontraban en niveles preocupes del burnout.

Johnson, et al. (2020) realizaron un estudio acerca de la relación entre depresión, ansiedad y agotamiento en estudiantes de una Universidad de Virginia (Estados Unidos). Para su trabajo consideró como muestra a 320 educandos que pertenecían a la carrera de medicina, mismos a los que se aplicó el inventario de agotamiento de Maslach, trastornos de ansiedad y un cuestionario. Entre los resultados más representativos se concreta que hay relación suficientemente comprobada de la ansiedad con el agotamiento que pueda sufrir cualquier persona. Se concluye que hay o cohabita una relación directa y que debe ser considerada para evitar problemas futuros.

Monreal et al., (2021) realizaron un estudio acerca del estrés, ansiedad y depresión relacionado con el burnout académico en estudiantes de una Universidad de Aguascalientes, México. Así mismo, indicó que el tipo de estudio era correlacional con un diseño que no pretendía experimentar ni mucho menos manipular. La muestra fue de 256 enfermeras en formación. Como instrumento se aplicó las escalas DASS – 21 y la unidimensional del burnout. El resultado indica que mientras más estrés o generación de ansiedad haya, mayor será el burnout que sufren las personas. Se finiquita que la relación fue muy cercana debido al apoyo en los gráficos de dispersión.

Al-Alawi, et al. (2019), en Omán realizaron una investigación con el fin de hallar la prevalencia y los determinantes del síndrome de desgaste y los síntomas depresivos entre los estudiantes de medicina. Se indicó un enfoque netamente cuantificable, en el que se empleó un diseño transversal. Para la formulación de la muestra se consideró a 662 estudiantes. Así mismo, el instrumento elegido para dicho estudio fue el cuestionario. Dentro de los hallazgos se puede concretar la presencia del síndrome de desgaste el cual a su vez lleva a concebir la depresión como una normalidad cuando no lo es así. En definitiva, se ha podido apreciar que hay un desgaste en los alumnos y también hay síntomas diversos que no solo generan la depresión sino ese sentir ansioso que algunas personas pueden llegar a padecer.

Bresó, Pedraza y Pérez (2019) buscaron identificar el nivel y relación existente del síndrome de burnout y la ansiedad en médicos de Santa Marta. El estudio fue cuantitativo con un enfoque explicativo correlacional, mediante el cual se seleccionó a 59 médicos como unidad muestral y a los cuales se les aplicó el cuestionario de Maslach Burnout Inventory y el inventario de ansiedad. Los resultados indican que el burnout está presente en el 25,4% y la ansiedad en un 42,7% guardando cierto grado de semejanza entre ambos. Se concluye que, las variables se encuentran en niveles que son de suma consideración y que además, se relacionan directamente, por lo que, es preciso aplicar las medidas correspondientes.

### **Contexto nacional**

Irigoin (2022) propuso una investigación a fin de determinar la relación que existe entre el síndrome de burnout y ansiedad en el Hospital Gustavo Lannata Luján. Así mismo, el trabajo se fundamentó en un enfoque correlacional, con un alcance correlacional y corte de carácter transversal. Con relación a la muestra se consideraron a 55 personas que hacen el total del conjunto poblacional, a quienes se les aplicó el cuestionario como método para recolectar la información pertinente. Como principales resultados se obtuvo que, las variables se encuentran en ambos casos en un nivel mínimo, pero guardan cierta semejanza en base a lo encontrado. Se finiquita que, estadísticamente hay una relación positiva entre el burnout y la ansiedad en la unidad de análisis estudiada.

Carranza y Granados (2021) realizaron un estudio destinado a determinar la relación entre el síndrome de burnout y la ansiedad en técnicos de enfermería de un centro de atención de covid 19. Para mayor detalle, presenta un alcance correlacional con diseño de estudio no experimental. Contó con una población de 200 técnicos de los cuales se escogió a 121 como elementos muestrales. El instrumento elegido fue la escala que pretendía hallar ansiedad, estado y rasgo. Los resultados, habiendo procesado la información, indican que existe una relación evidentemente moderada y directa de 0,601 entre el burnout y la ansiedad. Se finiquita que, hay una relación significativa y que, por ende, a medida que aumente el nivel del síndrome indicado también aumentará la consecuencia denominada ansiedad.

Apaza y Barrionuevo (2022) presentaron una investigación cuyo propósito específico es describir la correlación entre el agotamiento emocional del síndrome de burnout y la ansiedad por covid 19 en los conductores de taxi; de modo que, argumenta un enfoque completamente cuantitativo con alcance correlacional y corte de índole transeccional. La población la constituyeron alrededor de 30 mil choferes de los cuales se eligió a 150 como muestra representativa.

Para recabar información se aplicó la ficha de carácter sociodemográfico y también la escala de ansiedad producto del covid 19. Los resultados de spearman indican una relación moderada ascendente a 0,667. Se concluye en la comprobación del supuesto de correlación; es decir, a mayor agotamiento de los taxistas habrá mayor generación de ansiedad y ello será perjudicial para su labor.

En Lima, Giraldo (2021) adjudicó como objetivo particular hallar la relación entre cinismo, una dimensión de burnout, y la ansiedad en el personal de enfermería del área de UCI. Su estudio ascendió a un tipo correlacional y no se manipularon las variables. Así mismo, se contó con 101 personas profesionales como parte representativa para el estudio, a los que objetivamente se usó el cuestionario para poder recabar datos relevantes; así mismo, se indujo la escala de depresión y el inventario de burnout. En los hallazgos se sustenta que la correlación de spearman es moderada en un resultado de 0,424. En conclusión existe una relación relevante y directa que hace que un incremento de la primera variable influya en la otra.

En Trujillo, Cari (2021) sostuvo una indagación destinada a determinar la relación entre eficacia académica y ansiedad en el personal de enfermería de un hospital de Puno, concibieron una tesis con enfoque cuantitativo de tipo correlacional. La población ascendió a 167 enfermeras de las cuales solamente 116 quedaron como unidades muestrales. Se aplicó el instrumento del cuestionario para poder obtener información que sea de vital importancia. Los resultados indican un Rho de spearman de  $-0,074$ ; es decir, no hay una comprobación de correlación. Se consuma, la ausencia de la relación que en primera instancia había sido indicada, de modo que, las variables son total y expresamente independientes entre sí.

Grijalba y Quiñonez (2021) propusieron como objetivo identificar el nivel del síndrome de burnout de los docentes de una I.E. de Huancayo. Contaron con un enfoque cuantitativo que no manipula las variables ni antes ni después de la recolección de información. La población fue de 178 docentes, de los cuales solo 90 fueron seleccionados como muestras, mismos a los que se les aplicó el instrumento del cuestionario MBI. Como principal resultado se obtuvo que, se registran niveles como muy leve, leve, moderado, alto y muy alto en los que se registran 6, 35, 44, 3 y 2 personas respectivamente. Se finiquita, prioriza la mayor parte de docentes en un nivel moderado de burnout, por lo que se deberán tomar las acciones correspondientes.

Por otra parte, Muñoz (2021) concibieron determinar el nivel de ansiedad en pacientes adultos de un consultorio odontológico. Contuvo un enfoque cualitativo de alcance descriptivo. Como población se contabilizó a 180 pacientes de los cuales 125 pertenecieron al conjunto que se aplicó el instrumento del cuestionario que se realizó en forma virtual. Los hallazgos indican que se registró niveles como: sin ansiedad, leve, moderada y severa; en los cuales, se visualizó a 19, 69, 22 y 15 pacientes respectivamente. Se consuma que la mayor parte de estos clientes 56,7% presentan una ansiedad leve, que de todas formas ha de tener importancia para poder brindar y recibir óptimas atenciones.

Núñez (2020) realizó un estudio con la finalidad de conocer la relación entre síntomas ansiosos y los estresores académicos en estudiantes de una universidad de Ancash. Ahondó en el tipo correlacional; sin embargo, fue transversal por lo que no manipuló las variables ni antes ni después de la indagación. Contó con una

muestra explícita de 166 educandos. El instrumento utilizado para poder conocer la realidad de las variables descritas fue la escala de síntomas ansiosos y finalmente, el inventario de tipos de estrés académico. Como resultado principal, se tuvo que los síntomas como los nervios al exponer, la ansiedad, entre otros, generan un mayor índice de estrés. Se finiquita que las variables en toda su extensión están muy unidas por que se ratifica la supuesta correlación.

Gonzales (2020) realizó un estudio acerca de la depresión, ansiedad y estrés asociados a confinamiento social en universitarios arequipeños, bajo el diseño observacional transaccional. La muestra estuvo conformada por 300 universitarios a quienes le aplicaron escala de ansiedad; así como, la misma de depresión y finalmente, la última escala asociada al estrés por el confinamiento. Los resultados evidenciaron una relación entre ansiedad y estrés asociado al confinamiento social.

### 1.3. Teorías relacionadas al tema

Entre las diversas teorías que han surgido y pueden surgir en relación con el burnout, se ha asumido el modelo teórico de Maslach que plantea que el burnout es un síndrome, obviamente psicológico, que tiene aparición gracias a la constante exposición inevitable de diversos estresores que suscitan en el ámbito laboral, que genera malestar emocional como desencadenamiento de aquella mala interacción del hombre y sus funciones que conlleva su puesto de trabajo. En tal sentido, Maslach enfoca esta problemática sociolaboral en las manifestaciones comportamentales desajustadas del individuo en el trabajo, donde se percibe sobrecarga laboral, conflictos interpersonales, y altos niveles de tensión crónica y progresiva (Maslach et al., 2001).

El concepto de Burnout se concibe por primera vez alrededor de 1970, para ser exactas y precisos en los Estados Unidos de América con el fin de describir el agotamiento o malestar emocional que presentaban los profesionales de la salud, cuyas investigaciones de Maslach evidenciaron la tensión laboral como factor emocional que interviene en el burnout y ocasiona fatiga, cansancio y demanda movilización de recursos personales y sociales para afrontar las exigencias (Castillo, 2001).

El padecimiento de burnout es un sufrimiento ocupacional que se caracteriza por presentar rasgos como cansancio o agotamiento en el aspecto emocional, la despersonalización y la negativa de realización que un ser humano puede conseguir en su trabajo. Por su parte, el cansancio o agotamiento puede ser definido como aquella situación en la que la persona concibe que ha intentado todo y sus tácticas han resultado ser una completa decepción. Así también, la despersonalización hace connotación a esas estrategias que en realidad no deben seguirse, pues le dicen al cuerpo humano que es mejor salirse y rendirse, que intentarlo. Finalmente, la realización de una persona es muy condicional, pues, generalmente el estar más concentrado puede traer serios desgastes y ello generaría que se carezca de ideales y metas por conseguir. (Maslach y Jackson, 1981).

Los estresores crónicos y reacciones comportamentales del ámbito laboral también se presentan en el ámbito académico, y se manifiesta con un abanico de signos y síntomas que genera malestar psicológico en el estudiante ante la sobrecarga académica que rebasa sus recursos de afrontamiento (Barraza, 2008). Ahora bien, como es de conocimiento, si existen estresores como el excesivo trabajo, la falta de empatía de los docentes, los problemas de acceso a internet o el estrés de estar 6 o 7 horas seguidas buscando información genera o da pie al inicio del burnout académico. En base a lo descrito, todo ello puede surgir en gran parte de evaluación que realiza el individuo de las situaciones personales y del contexto organizativo de la Universidad; puesto que, afecta el desempeño académico del estudiante al percibir que no provee las condiciones favorables para el progreso estudiantil, como también sobrecarga de tareas académicas (Caballero et al., 2012; Estrada-Araoz et al., 2020)

El burnout académico ha sido objeto de diversos estudios, y los hallazgos evidenciaron que los estudiantes que presentaban fatiga, cansancio físico, desinterés, despreocupación y desgaste emocional, lo cual incidía en su bajo rendimiento académico, presentando calificaciones significativamente inferiores en sus trabajos y tareas académicas (Martínez y Marques, 2005; Salanova et al., 2004).

En tal sentido, según Caballero et al. (2010) en la formación y desarrollo de burnout académico confluyen como factores personales (recursos cognitivos, motivacionales, eficacia académica, hábitos de estudio, estrategias de aprendizaje, ansiedad ante las evaluaciones) factores institucionales (interacción docente estudiante y el proceso de retroalimentación académica, la sobrecarga de tareas y complejidad académica creciente, baja satisfacción de los servicios académicos, entre otros), factores ambientales y sociales (relación tensa, distante y conflictivas con sus compañeros basado en disputa y competencia continúa, limitado soporte sociofamiliar, escasa participación en actividades).

El burnout académico comprende sintomatología somática, emocional, conductual que experimenta el estudiante ante los estresores académicos. Entre la sintomatología somática (reacciones musculares, sudoración, cansancio, fatiga, problemas gastrointestinales, falta de sueño, fatiga, problemas cardiovasculares, sueño alterado), síntomas emocionales (tensión, temor, ánimo decaído, irritabilidad, desagrado hacia los estudios, desmotivación) y conductuales (ausentismo, bajo rendimiento académico, faltas injustificadas a clases, consumo de alcohol) (Aguayo et al., 2019).

Los efectos de presentar el síndrome de desgaste pueden ser muy dañinos para la salud. Según Jiménez (2004), el rendimiento académico se puede ver perjudicado por consecuencias de nivel personal, familiar y laboral, entre ellas la falta de capacidad para desligarse de sus labores, problemas para conciliar el sueño, aumento de la fatiga, problemas digestivos, tensión muscular en extremidades superiores e inferiores, cefaleas, sudoración corporal, sensación de náuseas, aceleración del ritmo cardíaco, enfermedades respiratorias, etc. Así mismo de aumentar la administración de tranquilizantes como lo son: el café, el tabaco, sustancias psicoactivas

De acuerdo con el modelo de Schaufeli et al. (1996), que se asume para la medición de burnout académico, plantea las siguientes dimensiones de burnout académico: Agotamiento emocional, que se desarrolla ante los estresores académicos y genera desinterés y limitados recursos emocionales que están relacionados a sentirse abrumado de nivel emocional. El cinismo es aquella respuesta impersonal y disminución del compromiso e involucramiento del

estudiante en sus labores académicas, caracterizadas por la insensibilidad y pérdida de la vergüenza ante el comportamiento poco responsable en los estudios. Por último, la ineficacia académica, está relacionado a la valoración de sus recursos y limitaciones para el trabajo académico, llegando a minimizar sus competencias y a percibir que las exigencias académicas rebasan sus recursos cognitivos (Schaufeli et al., 2002).

En la revisión teórica de ansiedad, se ha asumido el modelo cognitivo de Beck, que fundamenta su teoría en los esquemas cognitivos, las distorsiones cognitivas y la triada cognitiva. La teoría cognitiva de Beck sostiene que en la depresión y ansiedad confluyen tres factores: la estructura cognitiva estable y duradera que atribuye significado a sus experiencias, la ponderación subjetiva de dichas vivencias y está asociado a la personalidad del individuo y la ocurrencia de un estresor que incide en las actitudes disfuncionales de la persona. Las distorsiones cognitivas son errores sistemáticos en el proceso de información que tienen lugar gracias a una manera de pensar las situaciones, lo que a su vez da paso al surgimiento de errores que no son identificables hasta el día de hoy en el pensamiento del ser humano. (Beck, 1983).

La teoría cognitiva de Beck plantea que en los trastornos ansiosos existe un error sistemático del procesamiento de la información, en las cuales sobrevalora el nivel de peligro de estímulos o estímulos amenazantes y una ponderación devaluada de sus destrezas y recursos de afrontamiento. Además, después de una experiencia frustrante, suele ir acompañada en forma temporal de distanciamiento emocional y conductual como respuesta de supervivencia. En cambio, en personas depresivas plantea como concepto central la tríada cognitiva basada es una perspectiva sobre sí, que es netamente negativa, a la que se le añade pensamientos de la misma índole sobre su entorno y también, sobre el futuro próximo que tenga. En tal sentido los errores sistemáticos de procesamiento están presentes en la ansiedad y depresión, originan un abanico de síntomas cognitivos, emocionales, motivacionales, conductuales, somáticos; y constituyen factores de mantenimiento de los desajustes psicológicos. (Clark y Beck, 1988).

Los esquemas cognitivos son una estructura cognitiva estable y duradera que se ha organizado a lo largo del ciclo vital del individuo, tratan en gran medida

de poder almacenar, recuperar y organizar la información que está suelta en el entorno y atribuye significado e interpretación a su experiencia; y explica la formación de actitudes y creencias disfuncionales (Clark y Beck, 1988).

Beck plantea que los esquemas de procesamiento difieren en estructura y contenido entre las personas normales y las personas con depresión y ansiedad. En contenido, los esquemas cognitivos son disfuncionales, desadaptativos y poco realistas, lo que conlleva a establecer inferencias arbitrarias. En personas con padecimiento de ansiedad, son normalmente seres condicionales (es decir, si hago esto o pasa aquello, seguramente tendrá tal desenlace y no será beneficioso), en cambio en depresión son absolutistas y catastróficas (Beck y Emery, 1985). En cuanto a la estructura, los esquemas de las personas llamadas normales son flexibles, funcionales y adaptativos, en tanto que en personas con ansiedad y depresión son rígidos y disfuncionales; en las personas con ansiedad basado en la vulnerabilidad, peligro o amenaza; y en caso de personas depresivas enfocados en autoconstrucción (Clark y Beck, 1988).

En tal sentido de acuerdo con la teoría de Beck, los errores de procesamiento se originan a partir de conexión de los dibujos o esquemas, propiamente dicho, pertinentes al compendio común específico del desajuste; y desactivación de esquemas que no guarden relación con el contenido ideativo. En los trastornos de ansiedad, los errores de procesamiento se activan ante peligro o amenaza, e ignora cualquier contenido ideativo de seguridad y protección (Clark y Beck, 1988).

Además, Beck (1987) plantea que un estímulo o situación percibida como peligro o amenaza puede activar un esquema ansiógeno y depresógeno, lo cual está influenciado por la estructura de su personalidad, que constituyen esquemas cognitivos superiores sobre el cual se organiza los demás esquemas (Clark y Beck, 1988). De acuerdo con la teoría cognitiva, las dimensiones de personalidad de sociotropía y autonomía constituyen una cierta vulnerabilidad a las enfermedades de carácter emocional. Los esquemas socio trópicos se basan en creencias sobrevaloradas de las relaciones interpersonales e interdependencia social; en tanto que la autonomía pondera la libertad, el autovalimiento y responsabilidad de sí mismo.

Beck et al. (1985) realizan una diferenciación entre miedo y ansiedad. El miedo es aquella comprensión de un peligro que existe en la naturaleza; es decir, es real; en tanto que la ansiedad constituye la respuesta emocional de malestar al percibir un peligro o amenaza. Partiendo del enfoque de Beck, la ansiedad no es más que la respuesta que da el cuerpo humano como reacción ante una situación que para él o para ella generan o son representativas de un peligro real que podría afectar gravemente su ser. Así mismo, ello genera que la persona presente distintas reacciones provenientes de su sistema nervioso en afán de poder prever o defenderse de la situación acotada. (Sierra, Ortega y Zubeidat, 2003).

En tal sentido la ansiedad constituye un accionar que puede ser involuntario, pero que, en definitiva, se da gracias al miedo proveniente de algún factor externo. Ello provoca muchas sensaciones, pero compromete en gran medida a todo su ser, y este reacciona en afán de guardar su integridad, ya sea, por el miedo propiamente dicho o por cualquier otro objetivo que vaya de la mano en estar bien. (Sarudiansky, 2013).

La reacción ansiosa es aquella respuesta adaptativa de emergencia que desarrolla el individuo ante estímulos o situaciones que el individuo percibe de manera amenazante y se activa el sistema neuroendocrino. (Riveros, Hernández y Rivera, 2007). La ansiedad es un fenómeno natural que conduce al autoconocimiento, activando las defensas del organismo, por lo tanto, es el centro del aprendizaje, el cual estimula el desarrollo personal, favorece el concretar las metas y ayuda a mantener los niveles altos en el trabajo y comportamiento. No obstante, la ansiedad descontrolada es peligrosa, debido a que disminuye la eficacia y puede generar enfermedades (Reyes, 2010).

La ansiedad abarca un abanico de sintomatología cognitiva (Preocupación, temores, pensamientos sobredimensionados, déficit de atención y concentración, pensamientos rumiativos), somáticos (sudoración, temblores, malestar estomacal, taquicardia, tensión muscular, alteración del sueño, apetito, cansancio), emocional (angustia, aprensión, temor, irritabilidad), conductuales (inquietud motora, alerta, impulsividad) e interpersonales (aislamiento, conflictos interpersonales) (Belloch et al., 2009; Ries et al., 2012).

#### 1.4. Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre el burnout académico y la ansiedad en los estudiantes de una universidad privada de Chiclayo?

#### 1.5. Justificación e importancia del estudio

El presente documento de índole investigativo es suma de importancia para el progreso de los estudiantes de la universidad elegida, debido a que se analizará y determinará la relación que puede existir entre el burnout académico; que es un problema que toma más importancia cada vez, y los síntomas ansiosos de ansiedad de los educandos de dicha institución, de modo tal que cubra el vacío teórico, mediante fundamentada para el desarrollo teórico conceptual del fenómeno de estudio y sirva de base para posteriores investigaciones.

La investigación demuestra justificación a nivel práctico, puesto que se aplicarán instrumentos para analizar una problemática, de modo tal que los insumos de información sirvan de base para desarrollo de programas de prevención y abordaje psicopedagógico para contribuir al bienestar de la población universitaria. Además, el estudio aporta con las propiedades psicométricas de los medios e instrumentos que se emplean para la obtención y procesamiento de datos, de tal modo que puedan emplearse por la comunidad psicológica en la evaluación de los atributos estudiados.

Finalmente, la investigación se orienta hacia un aporte social, puesto que, el estudio analizará un fenómeno muy frecuente que incide en la salud, mentalmente hablando, de los educandos universitarios, por lo que, los hallazgos del estudio ayudarán al desarrollo de conocimiento en materia de prevención y tratamiento de las enfermedades dispuestas y así también, en generar un mayor beneficio para la comunidad universitaria, de modo que posteriores estudios y abordaje de la problemática permita contribuir al bienestar en los hogares de cada uno de los estudiantes.

## 1.6. Hipótesis

### **Hipótesis general**

Existe relación entre el burnout académico y la ansiedad en los estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

### **Hipótesis específicas**

Existe relación entre el agotamiento emocional y la ansiedad en los estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

Existe relación entre el cinismo y la ansiedad en los estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

Existe relación entre la eficacia académica y la ansiedad en los estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

## 1.7. Objetivos

### 1.7.1. Objetivo general

Determinar la relación entre el burnout académico y la ansiedad en los estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

### 1.7.2. Objetivos específicos

Diagnosticar el nivel de burnout académico en los estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

Diagnosticar el nivel de ansiedad en los estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

Conocer la relación entre el agotamiento emocional y la ansiedad en los estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

Hallar la relación entre el cinismo y la ansiedad en los estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

Conocer la relación entre la eficacia académica y la ansiedad en los estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

## II. MATERIAL Y MÉTODOS

### 2.1. Tipo y diseño de investigación

La indagación se realizó estrictamente mediante un enfoque cuantitativo; puesto que, en primera instancia se ahondó en el procedimiento hipotético deductivo; así como, la respectiva medición del objeto de estudio y posterior a ello, el análisis respecto de la información para poder aceptar o rechazar los supuestos de investigación; es decir, las hipótesis. Según el nivel o alcance, se argumenta en un estudio correlacional, pues, ha medido la relación entre síndrome burnout y ansiedad. Con igual importancia, se detalla el diseño, el cual para efectos del presente estudio es no experimental, debido a la no manipulación deliberada de las variables. Finalmente, el corte es expresamente transversal debido a que la intercepción con la unidad muestral se realiza en un solo momento. (Hernández et al., 2014).

El esquema de investigación es el siguiente:

01 - 02

De donde:

01 : Burnout académico

- : Correlación entre las variables

02 : Ansiedad

### 2.2. Población y muestra

El conjunto objeto de estudio o conjunto poblacional está constituido por 2,164 estudiantes universitarios del primer al antepenúltimo ciclo de la ciencia psicológica, misma que se lleva a cabo en una de las instituciones más representativas a nivel local, la Universidad Señor de Sipán.

La muestra para el presente caso se adjudica a un total de 326 educandos de psicología, los cuales se encuentran entre las edades de 18 – 26 años de ambos sexos. Este estudio está basado en un muestreo probabilístico bajo el criterio de conveniencia, lo cual permitirá seleccionar a los estudiantes para el estudio según su tendencia, la disponibilidad y aceptación de estos. Para poder delimitar y obtener

el número de unidades muestrales se empleó una fórmula de población contable o finita que se encontraba situada en un documento de Microsoft Excel. Para tal caso, y en medida de obtener respuestas más viables ha sido conveniente, establecer un error del 5% y, por ende, un nivel de confianza ya conocido como lo es el del 95%.

La fórmula empleada fue la siguiente:

$$n = \frac{N * Z^2 * p * q}{e^2 * (N - 1) + Z^2 * p * q}$$
$$n = \frac{2164 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{0.05^2 * (2164 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5}$$
$$n = 326$$

Dónde:

Población (N): 2164

Nivel de confianza (Z): 1.96<sup>2</sup>

Probabilidad de que ocurra el evento (p): 0.5

Probabilidad de que no ocurra el evento (q): 0.5

Margen de error: 0.05

Criterios de inclusión

- Estudiantes de primero a décimo ciclo de psicología del semestre 2022-II.
- Conformado por educandos de ambos sexos.
- Educandos que tengan de 17 a 25 años y que hayan otorgado consentimiento informado para su contribución y/o cooperación en el estudio.

Criterios de exclusión

- Estudiantes con diversas necesidades que puedan ser especiales.
- Estudiantes de otras facultades.
- Estudiantes ausentes en el periodo académico.
- Estudiantes que tengan menos de 17 años.

- Aquellos que no respondan a todos los ítems.

### 2.3. Variables y operacionalización

#### **Burnout académico**

##### Definición conceptual

Representa aquella respuesta excesiva y no apropiada hacia estresores y sistemas de soporte no suficientes, la cual se caracteriza principalmente por aquel agotamiento o cansancio que sufre el ser humano y sobre el cual siente que las cosas le salen mal frecuentemente. (Hederich et al., 2016).

##### Definición operacional

Se entiende por estrés crónico que padecen los educandos universitarios de la Facultad de Humanidades de una institución superior privada, los cuales serán sometidos a una evaluación congruente mediante el instrumento Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI - SS) que cuenta con 3 dimensiones, 15 ítems con respuestas del 1 al 5, y con las dimensiones: Agotamiento emocional, cinismo, autoeficacia académica

#### **Ansiedad**

##### Definición conceptual

Se refiere al estado emocional, que se caracteriza por el temor, tensión y sufrimiento frente a un peligro real o imaginario que la persona supone que va a suceder. (Aparicio, 2019).

##### Definición operacional

La variable acotada será medida expresamente por el valor obtenido gracias al inventario de ansiedad de Beck; es decir, se sumarán todas las puntuaciones obtenidas. Este instrumento alberga 21 ítems diferentes y contiene una categorización de respuestas que son valoradas desde 1; siendo el número más pequeño, y 5, el cual es el número más alto y con mayor valor.

**Tabla 1***Operacionalización de las variables*

<b>Variables</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>
Síndrome de Burnout	Representa aquella respuesta excesiva y no apropiada hacia estresores y sistemas de soporte no suficientes, la cual se caracteriza principalmente por aquel agotamiento o cansancio que sufre el ser humano y sobre el cual siente que las cosas le salen mal frecuentemente. (Hederich et al., 2016).	La variable se evaluará mediante el cuestionario de Maslach con respuestas que van desde el 1 al 5, siendo este último el número positivo más alto.	Agotamiento emocional	1,2,3,4,5	Ordinal
			Cinismo	6,7,8,9	
			Autoeficacia académica	10,11,12,13,14,15	
Ansiedad	Se refiere al estado emocional, que se caracteriza por el temor, tensión y sufrimiento frente a un peligro real o imaginario que la persona supone que va a suceder. (Aparicio, 2019).	La variable se evaluará mediante el inventario de ansiedad de Beck con respuestas que van desde el 1 al 5, siendo este último el número positivo más alto.	Unidimensional	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21	Ordinal

Nota: Elaboración propia.

#### 2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

Para poder recabar información es preciso mencionar de qué técnica se valió el estudio. La escogida por el tipo de exploración que se realiza es la encuesta, misma que conlleva dentro diferentes ítems que están orientados a enriquecer el trabajo mediante una mejor gestión de la información. (Hernández, 2006). Ahora bien, con el fin de conseguir mejores resultados se plantean los siguientes instrumentos para medir las variables acotadas con anticipación.

##### **Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI –SS)**

El MBI – SS es una adaptación del Inventario de Maslach a estudiantes universitarios, y estableció una analogía del malestar que experimentan los trabajadores en estudiantes universitarios, llegando a experimentar agotamiento, cansancio, fatiga, desinterés, cuyo instrumento se sistematiza en las dimensiones de agotamiento, cinismo y autoeficacia. (Schaufeli et al., 2002).

Schaufeli, Martínez et al., (2002) realizaron un estudio psicométrico en 1661 educandos que pertenecían a su muestra, los cuales a su vez eran de tres países distintos. Lograron finiquitar que había excelentes índices de confiabilidad para las dimensiones que ellos estudiaban y que por ende, la factibilidad y validez de dicha prueba era totalmente ratificada.

La validez del constructo original se analizó mediante la prueba muestral y diferencia de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO), obteniéndose .894 (Olivares, 2014). Entre los resultados de lo mencionado, se puede textualizar que el alfa correspondiente ascendió a 0,658; y como, es de conocimiento en investigación, dicho resultado otorga esa credibilidad de que el instrumento es viable y generará grandes descubrimientos. Por otro lado, analizó las dimensiones del burnout, en las que igualmente obtuvo alta credibilidad para las tres, concluyendo así dicha parte de su trabajo.

Ahora bien, este cuestionario tiene tal nombre por quienes tenían su patente, Maslach y Jackson a inicios del año 81. Con el pasar del tiempo y de los años, para ser precisos en el 2002, surgía la necesidad de poder acoplarlo académicamente hablando y para ello se trabajó arduamente en conseguirlo, proceso que estuvo a cargo de Schaufeli et al. (2002). En tal situación ha transcurrido aún más tiempo y

en consideración de que cada país presenta una realidad diferente, nació el interés por acoplar este método o estrategia en el Perú. Pasaron algunos años hasta que ello se logró, pues, fue Correa et al. (2019) quien lo consigue. Esta adecuación progresiva que fue adquiriendo logró congeniar en una misma idea, evaluar el agotamiento o cansancio emocional que se generaba por las altas responsabilidades frente al estudio, el sentir equívoco de incompetencia y la falta de interés y responsabilidad frente a diversas funciones o tareas que se tenían en las instituciones. Así mismo, cabe rescatar que concibe 15 ítems pero que está categorizado en base a Likert, es decir, se pueden cuantificar sus respuestas para poder obtener los resultados correspondientes.

Para la validación de contenido correspondiente, se empleó la estrategia del juicio de expertos, misma que arrojó un resultado de 0,838 en el coeficiente de Aiken, en base a ello, según Ruiz (2022) era una validez más que aceptable. En lo que respecta a su índice o porcentaje de confiabilidad, se realizó primeramente un análisis piloto, en el que se estudiaba a cierto grupo de la muestra y se obtenían los datos necesarios; es así como, tanto para la variable como para las dimensiones previstas se concretaron resultados por encima del 0,8; resultado que según Ruiz (2022) indicaba que fiabilidad estaba más que comprobada y demostrada.

### **Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)**

Para comenzar a textualizar este tipo de cuestionario es necesario conocer que durante los años 80 se creó gracias a su máximo precursor Aaron T. Beck y que tenía por objetivo claramente poder medir el nivel de ansiedad para que en base a ello se puedan tomar las medidas correspondientes y así contribuir a la salud y bienestar físico y mental de cada ser humano.

Los ítems que representaban a las preguntas estaban formados de tal forma que sólo existiesen 4 opciones para su llenado o respuesta; siendo las siguientes: Nada absolutamente, leve y moderadamente de forma respectiva. Es decir, para responder se tenían tres alternativas y si se quería llegar a los resultados habría que hacer una suma total de los valores registrados en cada solución. Para lo cual se afirmó que si la puntuación llegaba hasta 7 adjudicaba un rango mínimo, mientras que si se registraba de 8 hasta 15 se estaba hablando de un rango leve y

finalmente, de 16 a 25 el rango era moderado y de 26 en adelante representaba un rango netamente grave.

El Inventario descrito ha sido aceptado y validado a través de los años; pues, un claro ejemplo de ello es la versión de España quienes tratan de enriquecer sus ciencias de la salud con una nueva opción para recabar información. Registra diversos autores como Sanz (et al. 2011)

En tal sentido, al haber sido aprobado ya puede utilizarse clínicamente para concretar diagnósticos y enriquecer el tratamiento, pues se conocerá desde donde ser parte y también se ha de conocer el punto final al que se llegue después de aplicada dicha técnica.

Con igual importancia, se describe que esta técnica se relaciona significativamente con más medidas de ansiedad que están dispuestas actualmente. Es así como; por ejemplo, con la escala de Hamilton y la subescala de SCL-90R se obtuvo resultados correlacionales superiores al 0.5 y 0.8 respectivamente.

Finalmente, la fiabilidad del instrumento es cerciorada por valores que casi llegan a la excelencia (0.9). Por otro lado, en el sentir correlativo se cuenta con valores de 0, 30 que representa un rango estimado hasta 0.7. Añadido a ello, se optó por aplicar la misma prueba nuevamente una semana después en la que se obtuvieron resultados un poco más superiores. (Frías, 2022).

## 2.5. Procedimientos de análisis de datos

Como primer paso, se hizo la gestión efectiva para poder obtener el permiso de suma relevancia en la entidad elegida, con la finalidad de poder conocer un poco más a cada educando y así obtener la información pertinente mediante algún medio facilitador, que para efectos de este estudio es la plataforma de formularios de Google. Como siguiente paso, se detalla la organización de todas las respuestas en una base de datos y en base a los números que han sido destinados, con la finalidad de poder cuantificar y procesar.

En el afán de dicho procesamiento, se valió del software estadístico SPSS en su versión número veinticuatro. Mediante este se elaboró la prueba de

normalidad para validar el tipo de correlación que se haría y finalmente evaluar las correlaciones arrojadas de variables y dimensiones.

## 2.6. Criterios éticos

El presente estudio emplea ciertos parámetros éticos que sirven para defensa de los derechos humanos descritos en el informe Belmont, propone Kenneth et al. (2014). los cuales se utilizan como sustento en la justificación de valoraciones éticas aceptadas de forma transversal independientemente de la cultura reflejando tres principales:

**Respeto a las personas:** este estudio respetó el derecho a optar por participar, manifestado a través del consentimiento informado, y proporcionó conocimiento de las características del estudio; se consideró a cada persona como un ser independiente y con capacidad autónoma.

**Beneficencia:** la investigación buscó el bienestar de la población, y de ninguna manera tiene la intención de dañarlas. Además, genera un beneficio en las personas involucradas en diagnóstico y prevención, es decir, centrándose en su salud y bienestar general.

**Justifica:** todos los participantes resolvieron los instrumentos en las mismas condiciones, no se discrimina, ni rechaza la participación de quienes quisieron formar parte del estudio, siempre y cuando cumplieron con los criterios de la muestra mediante procedimientos justos, tanto a nivel social como individual (Informe Belmont, 1978).

## 2.7. Criterios de rigor científico

El presente documento está regido a la validez de carácter interno, pues, prima a ser objetivo y auténtico en todo su sentido, dejando detrás aspectos que están lejos de lo que se requiere o que estén relacionados a objetivamente a hallazgos que no pertenezcan a este estudio; es decir, es auténtico en cuanto cada resultado obtenido sea en base al trabajo y esfuerzo de los autores. Así mismo, se ahonda también en la credibilidad; puesto que, serán personas desconocidas las que sustenten sus respuestas, mismas que servirán para el procesamiento de la información. Finalmente, se describe como criterio la confortabilidad; ya que,

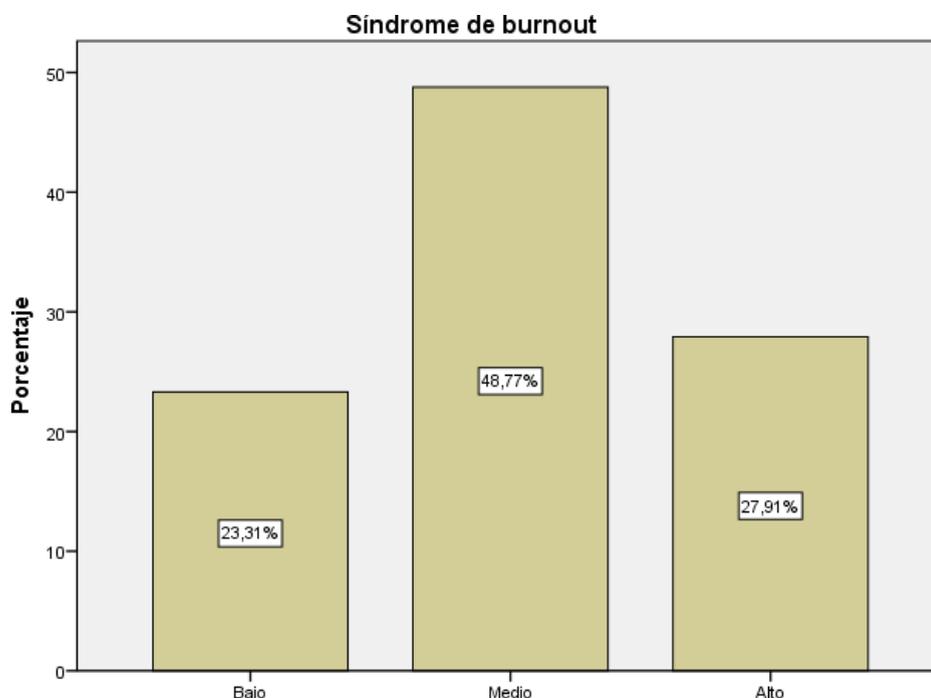
mediante lo expuesto en todas las líneas que comprenden esta investigación se intentará brindar de forma coherente y racional una información en la que prime la objetividad y no la subjetividad. (Hernández et al., 2014).

### III. RESULTADOS

#### 3.1. Resultados en tablas y figuras

**Figura 1:**

*Nivel del síndrome de burnout*



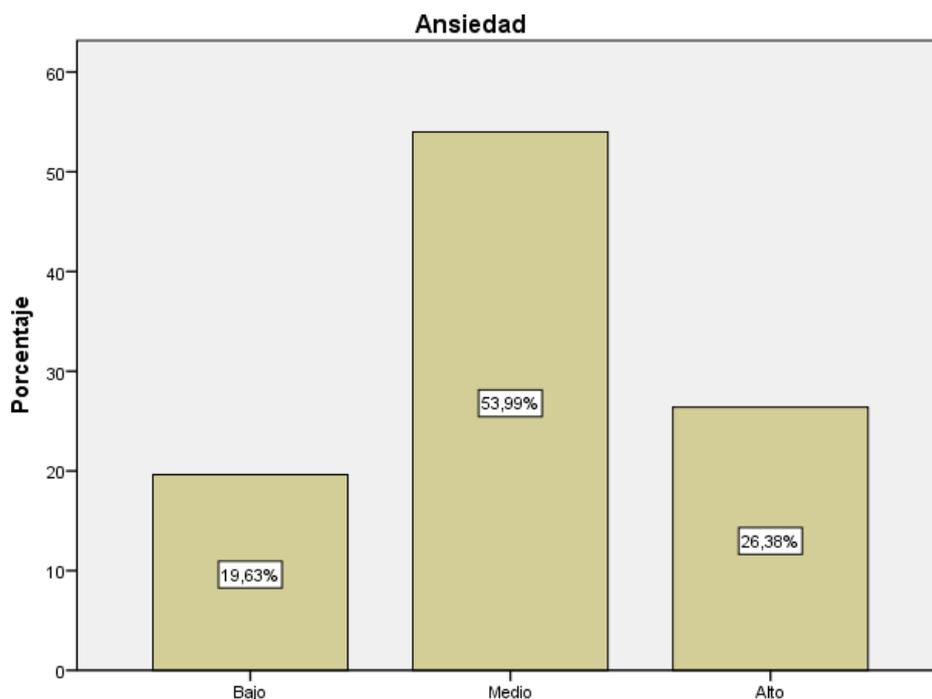
Nota: Obtenido del cuestionario de la investigación.

De acuerdo con la figura propuesta se puede finalizar que existe la presencia de dicho síndrome en los estudiantes que fueron encuestados. Si bien es cierto, del total de la muestra la mayoría (48,77%) se encuentra en un nivel medio, es un punto para tomar de gran consideración para que se busquen soluciones óptimas y no influye significativamente ni en la vida de cada alumno ni en su rendimiento en la universidad. Así mismo, se puede reflejar que el 27,91% presenta un nivel alto, situación que reitera la primera premisa que busca brindar

una salida o solución a este problema; es decir, erradicar por completo el estado de estrés en el que se encuentran.

**Figura 2:**

*Nivel de ansiedad.*



Nota: Obtenido del cuestionario de la investigación.

El nivel de ansiedad encontrado tras el procesamiento de datos es realmente alarmante; puesto que, en su mayoría se registra en un nivel medio y alto con 53,99 y 26,38% respectivamente, dejando tan solo al 19,63 en el nivel bajo. Datos que generan gran preocupación ya que la ansiedad es un factor que puede traer consigo múltiples consecuencias.

**Tabla 2**

*Correlación entre agotamiento emocional y ansiedad.*

	Ansiedad
Agotamiento emocional	.733**

Nota: Cuestionario de la investigación.

En la tabla 2 se puede observar la correlación entre la dimensión agotamiento emocional y ansiedad en una muestra de estudiantes de una universidad de Chiclayo. Dicha correlación resulta ser directa, estadísticamente significativa, directa y con tamaño del efecto grande.

**Tabla 3**

*Correlación entre cinismo y ansiedad.*

	Ansiedad
Cinismo	.668**

Nota: Cuestionario de la investigación.

En la tabla 3 se puede observar la correlación entre la dimensión cinismo y ansiedad en una muestra de estudiantes de una universidad de Chiclayo. Dicha correlación resulta ser directa, estadísticamente significativa, directa y con tamaño del efecto grande.

**Tabla 4**

*Correlación entre eficacia académica y ansiedad.*

	Ansiedad
Eficacia académica	.453**

Nota: Cuestionario de la investigación.

En la tabla 4 se puede observar la correlación entre la dimensión baja autoeficacia académica y ansiedad en una muestra de estudiantes de una universidad de Chiclayo. Dicha correlación resulta ser directa, estadísticamente significativa, directa y con tamaño del efecto mediano.

**Tabla 5**

*Correlación entre burnout académico y ansiedad*

	Ansiedad
Burnout académico	.691**

Nota: Cuestionario de la investigación.

En la tabla 5 se puede observar la correlación entre burnout académico y ansiedad en la muestra de estudiantes de una universidad de Chiclayo. Dicha correlación resulta ser directa, estadísticamente significativa, directa y con tamaño del efecto grande.

### 3.2. Discusión de resultados

En adelante, se discute de manera certera y racional cada resultado obtenido en el presente estudio. Tal acción va de acorde a los objetivos propuestos en el primer capítulo de la investigación.

En relación con el objetivo general, que textualiza hallar un supuesto de relación entre dos variables muy relevantes actualmente en una universidad de la localidad de Chiclayo, los hallazgos indican de manera objetiva una relación de carácter fuerte (0,691) entre las variables; es decir, la relación es directa y ello indica que a medida que la variable burnout tenga más representación o aparición, mayor será el padecimiento de ansiedad. Así mismo, si se buscara o se pretendiese lograr disminuir la ansiedad en la muestra trabajada se tendrá que optar por eliminar radicalmente la exposición al síndrome causante.

En tal sentido, lo encontrado coincide con lo expuesto por Carranza y Granados (2021) quienes adjudican una relación positiva y moderada de 0,601 entre las variables descritas, lo que ha permitido aceptar los supuestos teóricos de su investigación y finiquitarla.

En comparación de ambos resultados, se puede apreciar que la relación, tanto en el presente estudio como en el del antecedente acotado, es directa y positiva, motivo por el cual se adjudica de forma certera que a medida que se trabaje y ahonde en un plan de mejora o ciertas estrategias que permitan disminuir el burnout también se podrá finiquitar la existencia o propagación de la ansiedad, que si bien es cierto puede ser considerada como un problema no menor para algunas personas, para quienes la padecen es realmente un pozo que en muchas ocasiones pareciera que no tiene salida.

En lo que corresponde al primer objetivo específico, destinado a conocer la relación entre el agotamiento que pueda tener una persona en el aspecto emocional y la progresiva ansiedad que pueda ir adquiriendo, se describe como principal resultado que existe una correlación relevantemente significativa; la misma que por su categorización es directa, e implica que mientras haya más agotamiento emocional por la que fuese la causa, mayor será la ansiedad que esa o ese grupo de personas experimenten. Este resultado en concreto, al analizar de forma más

detallada una de las dimensiones de la variable burnout, ratifica en gran medida lo que se ha detallado con anterioridad en la primera discusión del presente apartado.

Por otro lado, un estudio presentado por Azapa y Barrionuevo (2022) respecto a la relación existente entre el agotamiento y la variable problema, se certifica que existe relación positiva moderada, por lo que para efectos de su trabajo a mayor cansancio emocional mayor sería el padecimiento de ansiedad de los conductores de taxi.

En contraste de ambas realidades, se puede textualizar que a pesar de presentar unidades muestrales y realidades diferentes, los resultados presentados son semejantes; pues, en ambos estudios se ratifica una correlación positiva, que en gran medida debe ser tomada en cuenta por las personas correspondientes para de dicha forma, poder prever situaciones que generen conflictos de estrés y así evitar que desencadene en el problema principal de este documento. A su vez, este postulado ratifica también la primera correlación que anteriormente ha sido demostrada y discutida con el antecedente correspondiente, y se exhibe la idea racional de que al matar la exposición al síndrome de burnout se estará logrando disminuir dos problemas con menos esfuerzo o acciones.

Ahora bien; en referencia al segundo objetivo específico, hallar la relación entre el cinismo y la ansiedad en los alumnos de una universidad perteneciente a la ciudad de Chiclayo, los resultados indican de forma explícita una correlación directa de la dimensión cinismo y la variable objeto de la realidad problemática; es por ello que, este hallazgo apoya aún más la primera premisa que indica una fuerte conexión entre el burnout y la ansiedad, de modo que el cinismo al considerarse como aquella disminución progresiva y/o paulatina de la responsabilidad del alumno con sus labores o pendientes, generará con su presencia un mayor grado de estrés lo que a su vez desemboca en el problema origen de esta investigación: la ansiedad.

En este contexto, es preciso citar a Giraldo (2021) quien luego de aplicar su respectivo instrumento y procesar la información, ha consumado una correlación moderada de 0,424 entre el cinismo, que es dimensión del síndrome de burnout y

la ansiedad; es decir, si hubiese un aumento o disminución de la dimensión acotada también lo habría en la variable ansiedad.

Analizando ambos resultados, se puede concretar la existencia de una similitud propiamente dicha, pues a pesar de tratarse de diferentes escenarios, se han medido las mismas variables y se ha concreta que para ambos estudios existe una relación positiva, de modo que ratifica una vez más la primera relación hallada en el objetivo general e incentiva a generar acciones de mejora en las empresas que coexisten estos problemas. Ahora bien, generar estos descubrimientos en diferentes contextos enriquece el conocimiento y sabiduría para que se pueda trabajar de forma óptima en eliminar todos aquellos baches que retardan el crecimiento profesional o académico de las personas.

Así mismo; ahondando en el tercer objetivo específico, conocer la conexión que pueda existir entre una dimensión como eficacia en el aspecto académico y la ansiedad alumnos pertenecientes a escuela profesional de psicología en una universidad de Chiclayo, se abrevia un resultado de 0,453 lo que indica una correlación directa; es decir, a medida que los estudiantes sean más eficaces aumentará el esfuerzo, dedicación y tiempo que dedican en ser mejores y ello conlleva a un aumento de la ansiedad que se padezca, pues hay un mayor trabajo día y a día que sin pensarlo desencadena gravemente en una consecuencia que a veces parece irremediable.

No obstante, existe un trabajo patente por Cari (2021) que presenta una realidad alejada a la que se presenta en el párrafo antecesor a este, pues, el autor indica una correlación negativa de -0,074; lo que implica que, no existe relación alguna entre la eficacia académica y la ansiedad. Dicho de otra forma, aumentar o disminuir el índice o nivel de eficacia no generará en tal estudio consecuencias proporcionales.

Resultados que al ser discutidos, demuestran no solo realidades distintas; sino que, también argumentan correlaciones distintas. Ello implica que, si bien es cierto, el antecedente refleja una relación negativa, ello no condiciona la correlación que se descubre en esta investigación, pues, es allí donde nace el verdadero amor por esta ciencia, al saber que por más temas parecidos que se trate siempre se ha

de descubrir nuevos conocimientos, nuevas dimensiones y condiciones o variables que permitan enriquecer el conocimiento del ser humano. Para finalizar, se ha de concebir la idea de que la correlación depende de la variable, lugar, y personas que se estudien; pero, en los alumnos de la Universidad Señor de Sipán, sí existe una correlación directa que influye en el tema tratado.

## IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 4.1. Conclusiones

Se determinó una fuerte y directa conexión o relación entre el burnout académico y la ansiedad; puesto que, gracias al análisis se concreta un resultado de 0,691; lo que ratifica dicha afinidad entre las variables mencionadas.

Se diagnosticó que el síndrome de burnout genera gran alarma en los estudiantes, puesto que, se encuentra en un nivel medio y alto en su mayoría, representado por el 48,77 y 27,91% respectivamente. Cifras que ratifican la presencia del síndrome y que a su vez reflejan una realidad que cada vez es más preocupante.

Se diagnosticó que la ansiedad en la unidad de análisis se encuentra en un nivel bajo en un 19,63% mientras que en un nivel medio y alto se encuentra en 53,99 y 26,36% correspondientemente; es decir, la variable registra niveles que están por encima de lo esperado y que son gran consideración para los evaluar el estado y rendimiento de los alumnos.

Se determinó que hay una analogía de carácter directo entre el agotamiento emocional y la variable ansiedad; ya que, los resultados indican un Rho de spearman de 0,733; validando así el supuesto de la cierta asociación que existe entre ambas.

Se determinó que la dimensión cinismo se relaciona fuertemente con la variable ansiedad, es decir, a medida que se incremente o disminuya el nivel de cinismo, también lo hará su contraparte de forma proporcional. La correlación es corroborada mediante el resultado de 0,668.

Se determinó que existe relación de índole directa – moderada en la dimensión eficacia académica, perteneciente a la primera variable y la ansiedad en el alumnado que fue objeto de investigación. Se comprueba mediante un resultado de 0,453.

## 4.2. Recomendaciones

A los alumnos de psicología del 1 al 10 ciclo de la carrera se recomienda llevar un control exhaustivo del síndrome de burnout con el fin de poder prevenirlo o erradicarlo de sus vidas por completo; ya que, guarda una relación directa con la segunda variable, de modo que si en base a algunas técnicas o herramientas se logra disminuir el burnout, también se estará disminuyendo los niveles de estrés y ansiedad.

Al decano de la facultad de Derecho y Humanidades, crear talleres en los que su alumnado pueda despejar la mente y a su vez pueda hacer cosas que a él o ella le gusten, fomentando de tal forma una mejor y mayor motivación para que puedan realizar sus pendientes día a día sin verse afectados. A fin de poder reducir los niveles en los que se encuentran ambas variables analizadas en el desarrollo del presente trabajo.

A los estudiantes diagnosticados con niveles de ansiedad, en su vida fuera de la universidad se recomienda comenzar a realizar actividades como: ejercicios matutinos, escuchar música, practicar con frecuencia algún deporte, tratar de evadir en gran medida aquellos pensamientos equívocos que tenga su mente, pasar más tiempo con amigos y familiares, cuidar sus horas de sueño, entre otros. Con el objetivo de poder disminuir dicha enfermedad en su persona y así sean más libres de poder ser quienes realmente son.

A los futuros investigadores, tener en gran consideración las dimensiones del burnout académico como el agotamiento emocional, cinismo y eficacia académica, para que se pueda concebir de manera más detallada cuál de las tres partes es la que más se relaciona con la ansiedad y así focalizar una estrategia que permita el desarrollo sostenible de la persona.

## REFERENCIAS

- Aguayo, R., Cañadas, G., Assbaa-Kaddour, L., Cañadas-De la Fuente, G., Ramírez, L., y Ortega, E. (2019). A Risk Profile of Sociodemographic Factors in the Onset of Academic Burnout Syndrome in a Sample of University Students. *Environment research and Public Health*, 16(1), 707. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph16050707>
- Aguirre, R., López, J y Flores, R. (2011). Prevalencia de la ansiedad y depresión de médicos residentes de especialidades médicas. *Universidad Autónoma de Nayarit*, 6(8), 28-33. <http://dspace.uan.mx:8080/jspui/handle/123456789/754>
- Al-Alawi, M., Al-Sinawi, H., Al-Qubtan, A., Al-Lawati, J., Al-Habsi, A. y Al-Shuraiqi, M. (2019). Prevalence and determinants of burnout Syndrome and Depression among medical students at Sultan Qaboos University: A cross-sectional analytical study from Oman. *Archives of Environmental & Occupational Health*, 74(3). <https://doi.org/10.1080/19338244.2017.1400941>
- Aparicio, P. (2019). *Ansiedad: Síntomas, tipos y recomendaciones*. Trastorno límite. <https://www.trastornolimitado.com/trastornos/ansiedad>.
- Apaza, N. y Barrionuevo, E. (2022). *Relación entre ansiedad por COVID-19 y Burnout en conductores de taxi en la ciudad de Arequipa* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio institucional - Universidad Católica de Santa María. <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12920/11507>
- Babu, N., Khadayat, R., y Pratikchya, T. (2020). Depression, anxiety, and burnout among medical students and residents of a medical school in Nepal: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 20(298). <https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-020-02645-6>
- Biondi, A., y Benuzzi, A. (2021). Ansiedad, engagement y burnout académico en estudiantes de la Facultad de Química, Bioquímica y Farmacia de la Universidad Nacional de San Luis. *Perspectivas en Psicología*, 18(1), 118-122. <http://perspectivas.mdp.edu.ar/revista/index.php/pep/article/view/556>

- Bresó, E., Pedraza, L. y Pérez, K. (2019). Síndrome de burnout y ansiedad en médicos de la ciudad de Santa Marta. *Duazary*, 16(2). <https://revistas.unimagdalena.edu.co/index.php/duazary/article/view/2958>
- Cari, C. (2021). *Síndrome Burnout y ansiedad en personal de enfermería, durante el periodo de crisis sanitaria en un hospital de Puno* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional – Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/66063>
- Caballero, C., Hederich, C. y Palacio, J. (2010). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Scielo*, 42(1), 131-146. <http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v42n1/v42n1a12.pdf>
- Caballero, C., Gutiérrez, O., y Palacio, J. (2015). Relación del burnout y el engagement con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Salud Uninorte*, 31(1), 59 – 69. <http://dx.doi.org/10.14482/sun.31.1.5085>
- Carlin, M., Garcés, R. y Enrique, J. (2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Análisis de Psicología*, 26(1), 169 - 180. <https://www.redalyc.org/pdf/167/16713758020.pdf>
- Carranza, M. y Granados, P. (2021). *Relación entre ansiedad y el síndrome de burnout en técnicos de enfermería de atención COVID-19 en Lima, 2020* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional – Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/62962>
- Castillo, C., Chacón, T. y Díaz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Scielo*, 5(20). 230-37. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-50572016000400230&script=sci\\_abstract](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-50572016000400230&script=sci_abstract)
- Castillo, S. (2001). El Síndrome de "Burn Out" o Síndrome de Agotamiento Profesional. *Medicina Legal de Costa Rica*, 17(2), 11-14. [http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1409-00152001000100004&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152001000100004&lng=en&tlng=es).

- Correa L, Cruz J, Perez M. (2017). *Factores asociados al Síndrome de Burnout en estudiantes de la Universidad Ricardo Palma en el periodo 2017* [Tesis de Licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional de la Universidad Ricardo Palma. <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/1599>
- Estrada, E., Gallegos, N., y Mamani, H. (2021). Burnout académico en estudiantes universitarios peruanos. *Apuntes Universitarios*, 11(2), 48 - 62. <https://doi.org/10.17162/au.v11i2.631>
- Frías, D. (2022). *Apuntes de estimación de la fiabilidad de consistencia interna de los ítems de un instrumento de medida*. Universidad de Valencia. España. <https://www.uv.es/friasnav/AlfaCronbach.pdf>
- Gastelo, K., Rojas, A., Díaz, C., y Maldonado, W. (2020). Clima educativo hospitalario y síndrome de burnout en internos de medicina. *Educación Médica*, 21(4), 237-246. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2018.09.004>
- García, R. (2014). *Niveles de Ansiedad según la Escala de Zung en los pacientes que acuden a la consulta de emergencia del hospital Regional de Loreto Julio-septiembre 2013* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de la Amazonía Peruana]. Repositorio institucional UNAP. <https://repositorio.unapikitos.edu.pe/handle/20.500.12737/3709>
- Giraldo, M. (2021). *Ansiedad y burnout en el personal de enfermería del área de UCI, 2020* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional – Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/62245>
- Gonzales, J. (2020). *Nivel de depresión, ansiedad y estrés en jóvenes universitarios asociados a confinamiento social* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio institucional de la Universidad Católica de Santa María. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/10219>
- Grijalba, B. y Quiñonez, G. (2021). *Nivel de Burnout en el trabajo remoto de los docentes en una Institución Educativa Piloto de Huancayo 2020* [Tesis de

Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional – Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/62475>

Hederich, C. y Caballero, C. (2016). Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano. *Redalyc*, 9(1). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=423545768002>

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. (6ta edición). McGraw-Hill. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>

Irigoin, A. (2022). *Síndrome de Burnout y ansiedad en profesionales de la salud, Hospital Gustavo Lanatta Luján, Amazonas, 2021* [Tesis licenciatura, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas. <https://repositorio.untrm.edu.pe/handle/20.500.14077/2740>

Johnson, A., Blackstone, S., Skelly, A., y Sommons, W. (2020). The Relationship Between Depression, Anxiety, and Burnout Among Physician Assistant Students: A Multi-Institutional Study. *ScienceDirect*, 6(3), 420-427. <https://doi.org/10.1016/j.hpe.2020.04.003>

Kenneth. C. y Travel, C. G. (2014). *E-commerce essentials*. Pearson. <https://www.pearsonhighered.com/assets/preface/0/1/3/4/013483951X.pdf>

Manríquez, M., Veloz, K., Pérez, E., Martínez, A., y Altamira, R. (2021). Estrés, ansiedad y depresión relacionado con burnout estudiantil en alumnos de enfermería en universidad pública. *Garnata* 91, 24. <https://ciberindex.com/index.php/g91/article/view/e212407/e212407>

Montenegro, J. (2020). La inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y el estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista científica institucional Tzhoecoén*, 12(4), 449-461. <https://doi.org/10.26495/tzh.v12i4.1395>

- Muñoz, A. (2021). *Nivel de ansiedad en pacientes adultos en un consultorio odontológico Lima 2020* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional – Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/75531>
- Núñez, L. (2017). Predictores del burnout académico en estudiantes de enfermería de las universidades nacionales de Áncash. *Aporte Santiaguino*, 10(1). <https://doi.org/10.32911/as.2017.v10.n1.179>
- Núñez, L. (2020). Ansiedad y estrés académico en estudiantes de enfermería. *Revista Científica de Enfermería*, 10(2), 45-59. <https://revista.cep.org.pe/index.php/RECIEN/article/view/73>
- Olivares, V., Mena, L., Jélvez, C. Macía, F. (2014). Validez factorial del Maslach Burnout Inventory Human Services (MBI-HSS) en profesionales chilenos. *Redalyc*, 13(1). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64730432013>
- Organización Mundial de la Salud (2021). *La movilización de la juventud mundial, con respecto de la oms, finanzas ideas de los jóvenes para combatir el impacto de la pandemia sde Covid - 19*. <https://www.who.int/es/news/item/19-04-2021-who-backed-global-youth-mobilization-funds-young-people-s-ideas-to-combat-impact-of-covid-19-pandemic>
- Osorio, M., Parelo, S., y Prado, C. (2020). Burnout académico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Consejo Nacional para la Enseñanza e Investigación en Psicología A.C.*, 2(1). <https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/86>
- Palomino, C. y Huarcaya, J. (2020). Trastornos por estrés debido a la cuarentena durante la pandemia por la COVID-19. Universidad San Martín de Porres, 20(4). <https://doi.org/10.24265/horizmed.2020.v20n4.10>
- Paz, M. (2014). *Comparación de la prevalencia del síndrome de burnout en los estudiantes del internado médico de los hospitales nivel III de Trujillo; 2013*. [Tesis licenciatura, Universidad Nacional de Trujillo]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional de Trujillo.

[http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/373/PazPe%c3%b1a\\_M.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/373/PazPe%c3%b1a_M.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Reyes, A. (2010). *Trastornos de ansiedad: Guía práctica para diagnóstico y tratamiento. Biblioteca virtual en salud. Honduras.* <http://www.bvs.hn/Honduras/pdf/TrastornoAnsiedad.pdf>
- Ries, F., Castañeda, C., Campos, M., y Del Castillo, O. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Scielo*, 12(2), 9-16. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1578-84232012000200002&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232012000200002&lng=es&tlng=es).
- Riveros, M., Hernández, H. y Rivera, J. (2007). Niveles de depresión y ansiedad en estudiantes Universitarios de Lima Metropolitana [Tesis licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/3909>
- Romero, V. (2022). Síndrome de Burnout académico en residentes de urología de Colombia [Tesis de maestría, Universidad Nacional de Colombia]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional de Colombia. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/82939>
- Saravia, M., Cazorla, P. y Cedillo, L. (2020). Nivel de ansiedad de estudiantes de medicina de primer año de una universidad privada del Perú en tiempos de Covid-19. *Scielo*, 20(4), 568 – 573. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2308-05312020000400568](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312020000400568)
- Saborío, L. y Hidalgo, L. (2015). Síndrome de Burnout. *Scielo*, 32(1), 119-124. [http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1409-00152015000100014&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152015000100014&lng=en&tlng=es).
- Salanova, M. Grau, R, Martínez, I. y Llorens, S. (2004). Facilitadores, obstáculos, rendimiento académico relacionados con la satisfacción con los asuntos del estudio. *Scielo*, 34(4).

[http://www.scielo.co/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=000237&pid=S0120-0534201000010001200063&lng=es](http://www.scielo.co/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000237&pid=S0120-0534201000010001200063&lng=es)

Sánchez, H., Yarlequé, L., Javier, L., Nuñez, E., Arenas, C., Matalinares, M., Gutiérrez, E., Egoavil, I., Solís, J. y Fernández, C. (2021). Indicadores de ansiedad, depresión, somatización y evitación experiencial en estudiantes universitarios del Perú en cuarentena por Covid-19. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 21(2), 346-353. <http://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v21i1.3179>

Sarudiansky, M. (2013). Ansiedad, angustia y neurosis. Antecedentes conceptuales e históricos. *Redalyc*, 21(2), 19-28. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133930525003>

Seperak, R., Fernández, M., & Dominguez, S. (2021). Prevalencia y severidad del burnout académico en estudiantes universitarios durante la pandemia por la COVID-19. *Interacciones*, 7(1), 180 - 199. <http://dx.doi.org/10.24016/2020.v7.199>

Schaufeli, W., Salanova, M., Gonzalez, V. and Bakker, A. (2002) The Measurement of Engagement and Burnout: A Two Sample Confirmatory Factor Analytic Approach. *Journal of Happiness Studies*, 3, 71-92. <https://doi.org/10.1023/A:1015630930326>

Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-Estar e Subjetividad / Fortaleza*, 3(1), 10-59. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1518-61482003000100002&lng=pt&tlng=es](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482003000100002&lng=pt&tlng=es)

Sigüenza, W. y Vílchez, J. (2021). Aumento de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios durante la época de pandemia de la COVID-19. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 50(1). <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=105657>

Tonon, G. (2003). *Calidad de vida y desgaste profesional: una mirada al síndrome de burnout*. Editorial Espacio.

<https://trabajosocial5.files.wordpress.com/2019/04/tonon-calidad-de-vida-y-desgaste-profesional.pdf>

Tuesta, J. (2020). Comparación del burnout académico entre estudiantes de dos universidades en la región de Huánuco. *Revista Científica Hacedor-AIAPAEC*, 4(2), 37-43. <https://doi.org/10.26495/rch.v4i2.1488>

Vivanco, A., Saroli, D., Caycho, T., y Carbajal, C. (2020). Ansiedad por COVID-19 y salud mental en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación en Psicología*, 23(2), 197-215. <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v23i2.19241>

## **ANEXOS**

## Anexo 1



### "AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

Pimentel, octubre del 2022

Señora  
**Dra. ZUGEINT JACQUELIN BEJARANO BENITES**  
Directora de la Escuela Profesional de Psicología.  
Presente.-

**Asunto: Autorización para la Aplicación de Instrumento De Investigación.**

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo a nombre de la Escuela Profesional de Psicología de la Facultad de Derecho y Humanidades de la Universidad Señor de Sipán, asimismo teniendo presente su alto espíritu de colaboración, le solicito gentilmente autorice el ingreso a los estudiantes del **XI ciclo**, de la asignatura "Investigación II", para que ejecute su investigación denominada "BURNOUT ACADÉMICO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CHICLAYO."

A continuación, se detalla los estudiantes:

- SARAI ABIGAIL BURGA SÁNCHEZ
- WENDY SUSETTY ORDINOLA ALVARADO

*Sin otro en particular, agradecido de su amable consideración a la presente y oportuna respuesta, me despido no sin antes expresarle las muestras de mi especial consideración y estima.*

Atentamente,



Dra. Zugeint Jacquelin Bejarano Benites  
Directora de la Escuela Profesional  
de Psicología  
UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPÁN S.A.C.

## Anexo 2

### ACTA DE ORIGINALIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, Gino Job Reyes Baca docente de la asignatura Investigación II (XI-B) de la Escuela Profesional de Psicología y revisor de la investigación aprobada mediante Resolución N° 1044-2022/FADHU-USS de los estudiantes, Burga Sánchez Sarai Abigail y Ordinola Alvarado Wendy Susetty, titulada: Burnout Académico y Ansiedad en estudiantes de una Universidad Privada de Chiclayo.

Se deja constancia que la investigación antes indicada tiene un índice de similitud del 11%, verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el software de similitud TURNITIN.

Por lo que se concluye que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con lo establecido en la Directiva sobre índice de similitud de los productos académicos en la Universidad Señor de Sipán S.A.C., aprobada mediante Resolución de Directorio N° **015-2022/PD-USS**

Pimentel, 26 de Diciembre de 2022



.....  
Dr. Reyes Baca, Gino Job

DNI N° 09176095

### Anexo 3 Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI - SS)

Marca con una aspa o cruz la alternativa con la frecuencia de acuerdo a su criterio personal, teniendo en cuenta la siguiente escala:

1 = Nunca; 2 = Casi nunca; 3 = A veces; 4 Casi siempre; 5 = Siempre

		1	2	3	4	5
<b>Agotamiento Emocional</b>						
1	Me siento emocionalmente agotado por mis estudios.					
2	Me siento cansado al final de la jornada de estudio.					
3	Me siento fatigado cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de estudio.					
4	Se me hace difícil prestar atención ya sea en clase o al momento de estudiar.					
5	Me siento quemado por mis estudios (consumido, agotado)					
<b>Cinismo</b>						
6	El entusiasmo por mis estudios ha disminuido.					
7	Dudo de la importancia de mis estudios.					
8	El interés por mis estudios ha disminuido desde mi ingreso a la universidad.					
9	Me he vuelto más insensible con la gente desde que estudio esta carrera.					
<b>Eficacia Académica</b>						
10	Puedo solucionar efectivamente los problemas que se presentan durante el estudio.					
11	Pienso que cuando asisto a clases mis aportes son importantes.					
12	En mi opinión soy un buen estudiante.					
13	Me siento estimulado cuando alcanzo mis metas de estudios.					
14	He conseguido y aprendido muchas cosas útiles en el transcurso de mi carrera.					
15	Durante mis estudios siento confianza de mi habilidad para entender y resolver problemas con mucha calma.					

## Anexo 4

### INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK (BAI)

En este inventario existe una lista de preguntas relacionadas a su forma de comportarse durante todos los días de su vida. Se le solicita que marque una sola alternativa por cada ítem. Lea cada uno de los ítems atentamente, e indique con una "X" en el casillero, dependiendo el grado en el que se ha visto afectado por cada uno de ellos durante la última semana incluyendo hoy.

Nombre: \_\_\_\_\_ Grado de instrucción: \_\_\_\_\_

Género: \_\_\_\_\_ Carrera profesional: \_\_\_\_\_

	1	2	3	4	5
1. Sensación de hormigueo en el cuerpo.					
2. Sensación de calor.					
3. Debilidad, temblor en las piernas					
4. Incapacidad para relajarse					
5. Con temor a que ocurra lo peor					
6. Mareos, vértigo.					
7. Palpitaciones, aumento del ritmo cardíaco.					
8. Sensación de inestabilidad o inseguridad.					
9. Sensación de estar aterrorizado					
10. Sensación de nerviosismo					
11. Sensación de ahogo.					
12. Temblor de manos.					
13. Temblor generalizado o estremecimiento.					
14. Miedo a perder el control.					
15. Dificultad para respirar.					
16. Miedo a morir.					
17. Sobresaltos, con miedo, asustadizo.					

18. Indigestión o molestias abdominales.					
19. Palidez, sensación de desmayo.					
20. Rubor facial.					
21. Sudoración, fría o caliente (no debido al calor).					