

<https://doi.org/10.23913/ride.v12i23.1092>

Artículos científicos

Validación del Maslach Burnout Inventory en estudiantes universitarios de El Bajío mexicano

Validation of the Maslach Burnout Inventory in Mexican University Students

*Validação do Inventário de Burnout de Maslach em estudantes
universitários do Bajío mexicano*

Judith Banda Guzmán

Universidad de Guanajuato, México

j.bandaguzman@ugto.mx

<https://orcid.org/0000-0003-0816-1653>

Víctor Hugo Robles Francia

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, México

vicrob13@yahoo.com.mx

<https://orcid.org/0000-0003-1046-4768>

Robert Lussier

Springfield College, Massachusetts, Estados Unidos

rlussier@springfieldcollege.edu

<https://orcid.org/0000-0003-2691-2676>

Resumen

El objetivo del presente trabajo fue validar la estructura dimensional del Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS). Asimismo, analizar si la puntuación de las tres subescalas del *burnout* académico es adecuada en comparación con las interpretaciones de la nota técnica NTP-73 del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo de España. Para detectar y monitorear el *burnout* es necesario contar con instrumentos de medición válidos, en este caso específicos para el área educativa. Para contribuir a este propósito, se aplicó el instrumento en 84 estudiantes de licenciatura de una universidad de El Bajío mexicano (N = 84; 52 % hombres, 48 % mujeres). Para el análisis de confiabilidad se utilizó el alfa de Cronbach y para la validez factorial se utilizó el índice Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) y la prueba de esfericidad de Barlett. Se obtuvieron alfas de Cronbach de 0.856 para Agotamiento Emocional, 0.851 para Cinismo y 0.717 para Eficacia Académica y 58 % de varianza explicada. Los análisis factoriales confirmatorios de un solo grupo probaron el modelo de tres factores para la muestra compuesta, así como para tres muestras independientes. El análisis factorial posterior confirmó las tres dimensiones de Eficacia, Agotamiento Emocional y Cinismo. En conclusión, el análisis factorial apoya la validez en el uso del MBI-SS, y por lo tanto, un instrumento válido para evaluar el agotamiento estudiantil de la región de El Bajío mexicano.

Palabras clave: *burnout* académico, estudiantes universitarios, validez estructural.

Abstract

The objective of this work was to validate the dimensional structure of the Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS). Likewise, to analyze whether the score of the three subscales of academic burnout is adequate in comparison with the interpretations of the technical note NTP-73 of the National Institute of Safety and Hygiene at Work of Spain. To detect and monitor burnout, it is necessary to have valid measurement instruments, in this case specific for the educational area. To contribute to this purpose, the instrument was applied to 84 undergraduate students from a university in El Bajío, México (N = 84; 52 % men, 48 % women). Cronbach's alpha was used for the reliability analysis, and the Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) index and Barlett's sphericity test were used for factor validity. Cronbach's alphas of 0.856 were obtained for Emotional Exhaustion, 0.851 for Cynicism and 0.717 for Academic Efficiency and 58% of explained variance. Single-group confirmatory

factor analysis tested the three-factor model for the composite sample as well as for three independent samples. The subsequent factor analysis confirmed the three dimensions of Efficacy, Emotional Exhaustion and Cynicism. In conclusion, the factor analysis supports the validity in the use of the MBI-SS, and therefore, a valid instrument to evaluate student exhaustion in the Mexican Bajío region.

Keywords: academic burnout, university students, structural validity.

Resumo

O objetivo deste trabalho foi validar a estrutura dimensional do Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS). Da mesma forma, analisar se a pontuação das três subescalas de burnout acadêmico é adequada em comparação com as interpretações da nota técnica NTP-73 do Instituto Nacional de Segurança e Higiene no Trabalho da Espanha. Para detectar e monitorar o burnout, é necessário ter instrumentos de medição válidos, neste caso específicos para a área educacional. Para contribuir com este propósito, o instrumento foi aplicado a 84 alunos de graduação de uma universidade em El Bajío, México (N = 84; 52% homens, 48% mulheres). O alfa de Cronbach foi usado para a análise de confiabilidade, e o índice de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) e o teste de esfericidade de Barlett foram usados para a validade fatorial. Alfas de Cronbach de 0,856 foram obtidos para Exaustão Emocional, 0,851 para Cinismo e 0,717 para Eficiência Acadêmica e 58% de variância explicada. As análises fatoriais confirmatórias de grupo único testaram o modelo de três fatores para a amostra composta, bem como para três amostras independentes. A análise fatorial subsequente confirmou as três dimensões de eficácia, exaustão emocional e cinismo. Em conclusão, a análise fatorial apóia a validade no uso do MBI-SS e, portanto, um instrumento válido para avaliar a exaustão dos alunos na região mexicana de Bajío.

Palavras-chave: esgotamento acadêmico, estudantes universitários, validade estrutural.

Fecha Recepción: Junio 2021

Fecha Aceptación: Noviembre 2021

Introducción

Los jóvenes universitarios en la actualidad sufren alteraciones en el manejo de sus emociones, disminución de su energía, insomnio, problemas de memoria, ansiedad y depresión (Carlin y Garcés de los Fayos, 2010; Martín y Martínez, 2016), situaciones que los lleva a una pérdida de interés en sus actividades diarias y a alterar su rendimiento académico (Mosquera *et al.*, 2012; Quiliano y Quiliano, 2020).

El estrés prolongado de los estudiantes provocado por actividades relacionadas con la escuela es reconocido como *burnout* académico. Debido a que puede afectar el rendimiento académico, así como otros aspectos de la vida, es importante contar con instrumentos válidos para diagnosticar este tipo de agotamiento en poblaciones escolares particulares, en este caso en universitarios de El Bajío mexicano. Así, con un diagnóstico oportuno, se pueden prevenir mayores complicaciones, como evitación, violencia y abusos de sustancias adictivas prohibidas en alumnos universitarios (Barreto y Salazar, 2020).

Muchas veces la excesiva carga de estudio a la que están expuestos los alumnos, desde la realización de tareas y proyectos hasta la preparación de exámenes simultáneos, los lleva a un desgaste físico, mental y emocional (Toribio y Franco, 2016). Se trata de un estado que los induce a experimentar momentos amenazadores, de sobrepasar sus propios límites, empezar a sentir momentos de estrés a lo largo del semestre y un altibajo en sus emociones (Quiliano y Quiliano, 2020). Asimismo, experimentan diferentes niveles de agotamiento, trastornos emocionales, somatomorfos, comportamentales y psicóticos (la depresión, la ansiedad y la somatización las más asociadas), todo lo cual tiene un efecto negativo gradual en la salud mental, lo que lleva al individuo a este fenómeno conocido como *burnout* (Pepe, Míguez y Arce, 2014).

Los estudiantes universitarios con síndrome de *burnout* se sienten constantemente abrumados y pierden el interés en las actividades académicas. Quienes padecen este trastorno afrontan de diferente manera las diversas situaciones de intenso estrés. Algunos recurren al uso de redes sociales como soporte afectivo, buscan nuevas soluciones o apoyo; otros, a estrategias menos saludables como evitar el problema, escapar de la realidad y el consumo de sustancias (Barreto y Salazar, 2020). Desafortunadamente, los estudiantes no cuentan con estrategias que les ayuden a afrontar estas situaciones, que los mantengan en un estado de alta eficacia y equilibrio emocional.

Maslach (citada en Olivares, 2017) define el *burnout* en el ámbito laboral como una manifestación de estrés por largo tiempo resultado de la sensación de conflicto entre el empleo y el trabajador. Maslach arrojó claridad conceptual sobre este síndrome, y al hacerlo, le dio la importancia que verdaderamente demanda. El trabajador se siente tan extenuado emocionalmente por las fuertes presiones y tensiones que comienza a dudar de sí mismo y de su capacidad para laborar de manera funcional y adopta una actitud negativa hacia con los demás (Olivares, 2017).

Si bien el *burnout* ha sido estudiado especialmente en áreas laborales (Maricuțoiu, Sava y Butta, 2014), sobre todo en los profesionales que trabajan con personas, por ejemplo, del área de la medicina, aunque también en quienes integran el ámbito profesional deportivo y en quienes ostentan medios y altos mandos empresariales (Maslach y Schaufeli, 1993), también se ha examinado fuera de allí, tal y como en la esfera académica (Motta, Oliveira, Rodrigues y Figueiredo, 2020).

Al respecto, Caballero, Hederich y Palacio (2010) y Cruz y Puentes (2017) aportan una definición más de *burnout* académico, bastante afín a la ya mencionada líneas arriba: trastorno mental ocasionado por el estrés prolongado y caracterizado por un agotamiento tanto físico como mental y emocional que puede llevar a quienes lo padecen a desertar de sus estudios. Los estudiantes universitarios están en constante presión al cumplir no solo con la carga académica, sino también con la responsabilidad de realizar proyectos, trámites y actividades complementarias de su área, todo esto sumado a sus demás obligaciones de su vida personal y en familia (Caballero *et al.*, 2010).

El *burnout* afecta más a quienes no logran adaptarse a las demandas de las instituciones. Esta situación se presenta en aquellas universidades que mantienen una exigencia excesiva y constante en los estudiantes y no proveen de estrategias para hacer frente a los diferentes estresores (Barreto y Salazar, 2020; Osorio, Parello y Prado, 2020).

Cuando el estudiante no logra adaptarse a los estresores pueden manifestarse actitudes negativas: la falta de interés en el estudio y cambios emocionales que impactan negativamente en el rendimiento académico: su capacidad de enfoque se empieza a ver afectada al punto de no lograr ser asertivo en la solución de conflictos y toma de decisiones (Palacio, Caballero, González, Gravini y Contreras, 2012), lo cual lo lleva a sentirse incapaz de realizar sus actividades por sí mismo.

En esa misma línea, Maslach y Jackson (1981) caracterizaron el *burnout* a partir de tres dimensiones: el agotamiento emocional (cansancio emocional), la despersonalización

(indiferencia e insensibilidad para con los demás) y la falta de realización personal en el trabajo (sentirse incapaces de desempeñar sus actividades con éxito).

El agotamiento emocional es el sentimiento de fatiga, aburrimiento, cansancio físico y emocional que el trabajador experimenta cuando se siente sobrepasado de carga laboral o existe una sobreexigencia por parte de sus superiores y no cuenta con la inteligencia emocional que le permita gestionar las situaciones de estrés (Maslach y Jackson, 1981). La falta de energía y aburrimiento los vuelve más insensibles, inadaptables, malhumorados, situación que los lleva a trabajar sin interés y motivación (Tello, 2010).

Por otro lado, la despersonalización es una reacción negativa del empleado hacia sus superiores. Se manifiesta por la falta de sensibilidad, desánimo e indiferencia. Las personas no solo se alejan de sus empleadores, sino también de sus colaboradores de trabajo, porque atribuyen a ellos su falta de interés y productividad. En suma, actúan de manera negativa hacia su fuente de trabajo y lo que la rodea (Tello, 2010).

La tercera dimensión, la falta de eficacia personal en el trabajo, está relacionada con la sensación de falta de competencia y logro en el trabajo, de no poder cumplir con las expectativas esperadas (Maslach y Jackson, 1981).

Para el análisis del *burnout* en el ámbito académico se ha adaptado el Maslach Burnout Inventory-General Survey (MBI-GS), lo que ha dado lugar al Maslach Burnout Inventory-Students Survey (MBI-SS). Los resultados de este último han mostrado que los estudiantes también pueden padecer de *burnout*, un trastorno caracterizado por la sensación de no poder avanzar y trascender, una actitud negativa hacia sí mismos, falta de autovaloración, interés y trascendencia, pérdida de credibilidad en los estudios y dudas de ser capaces para llevarlos a cabo. El MBI-SS mide tres dimensiones: Agotamiento, Eficacia Académica y Cinismo, este último en lugar de la despersonalización, que se relaciona con la falta de interés hacia el estudio (Schaufeli, Martínez, Marques, Salanova y Bakker, 2002).

El síndrome del *burnout* ha sido declarado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el año 2000 como un factor de riesgo laboral (Gutiérrez, Celis, Moreno, Farias y Suárez, 2006), por lo que es importante tener un instrumento confiable para el ámbito laboral, sí, pero también uno específico para el académico: para medir la magnitud del problema, buscar soluciones e implementar en las universidades técnicas terapéuticas que ayuden a mejorar tanto la salud física como mental y emocional de los estudiantes.

Como ya lo dijimos, la mayoría de los estudios del *burnout* se han enfocado en el área de la medicina, aunque cada vez hay más enfocados en lo académico. Por ejemplo, Rosales

y Rosales (2013) encontraron en su investigación que los estudiantes de derecho son los que predominantemente sufren de estrés (34 %), seguido de los de psicología y administración (13 %), de comercio (10 %), de contaduría pública (9 %), de relaciones internacionales (8 %), de sistemas de información (6 %) y, finalmente, de turismo y de comunicación (3 % y 2 %, respectivamente).

Si bien el MBI-SS, el instrumento que se ha utilizado con mayor frecuencia en el ámbito académico, se ha traducido y adaptado a diversos idiomas, sin embargo, estas traducciones, normalmente, han sido realizadas por los mismos investigadores, quienes suelen pasar por alto los posibles cambios semánticos, lo que puede restar validez a su aplicación. Incluso algunos estudios omiten reactivos o los realizan de manera bidimensional para adecuarlo a las condiciones de su investigación (Martín y Martínez, 2016).

En cuanto a los baremos del *burnout* académico y los datos normativos para el MBI-SS, no se tienen estudios o un referente de interpretación para este instrumento. Frecuentemente, para la interpretación del grado de *burnout* en los estudiantes, se utilizan los datos normativos de la nota técnica NTP-732 del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo de España, solo que esta nota fue diseñada para la interpretación del MBI-GS. Esta interpretación ha sido conveniente para los empleados españoles, pero puede no adaptarse al contexto estudiantil, sin mencionar las diferencias culturales entre países. En suma, se requiere de estudios que analicen si la interpretación de la nota técnica NTP-732 es adecuada para el MBI-SS.

Los estudios que examinan la validez del MBI-SS advierten que los resultados de su trabajo se limitan a la población estudiada. Consecuentemente, un resultado positivo del presente estudio en la validación factorial del MBI-SS proporcionará un instrumento confiable en la evaluación del *burnout* académico en sus tres dimensiones para la comunidad universitaria de El Bajío mexicano.

Por lo anterior, el objetivo de esta investigación es examinar la validez factorial del MBI-SS en estudiantes universitarios de El Bajío por medio de un diagnóstico del agotamiento académico en estudiantes de pregrado de dicha zona. La validación estructural de una escala del *burnout* académico es importante porque significa un instrumento de medida confiable para las instituciones académicas y la comunidad científica. Asimismo, analizar si la puntuación de las tres subescalas es adecuada tomando como referente las interpretaciones de la nota técnica. Realizar dichos diagnósticos permitirá identificar y prevenir niveles altos de *burnout* académico, así como advertir a la administración

universitaria la necesidad de herramientas terapéuticas y creativas para mejorar el bienestar y la productividad académica de los estudiantes, como lo enuncian Corporán, Pérez y Ortega (2014).

Método

Diseño de investigación

El presente estudio realizó un análisis factorial del MBI-SS sobre el desgaste académico de una universidad del Bajío Mexicano.

Participantes

Se convocó a participar de manera voluntaria a estudiantes de licenciatura de una universidad pública de la región El Bajío de la república mexicana que estuvieran entre la quinta y novena inscripción de su carrera para la aplicación del instrumento. De la población estudiantil de poco más de 5000 estudiantes (5504), se obtuvo una muestra de 84 participantes (52 % hombres, 48 % mujeres), con un nivel de confianza de 95 % y un margen de error de 10 % con una media de 22 años (desviación estándar = 1.71), de los programas de artes digitales, ingeniería y gestión empresarial.

Instrumento

Antes de la intervención, se utilizó un cuestionario sociodemográfico para recoger información relevante: edad, sexo, convivencia (solo o en familia), licenciatura y actual semestre en curso, si también trabaja, percepción del estado de salud (muy malo, malo, bueno, excelente), antecedentes psiquiátricos, media semanal de horas dedicadas al ejercicio físico y formación académica. La muestra incluyó hombres (52 %) y mujeres (48 %). La edad de los participantes incluyó entre los 20 y los 25 años, 22 años como media y 1.71 de desviación típica.

El instrumento de evaluación del *burnout* utilizado fue el MBI-SS, que fue adaptado del MBI-GS, y este a su vez del original Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey (MBI-HSS). El MBI-SS es el cuestionario más aceptado como instrumento para evaluar el *burnout* académico; consta de 15 ítems para las dimensiones de Agotamiento Emocional (cinco ítems), Cinismo (despersonalización) (cuatro ítems) y Eficacia Académica (seis ítems). Los ítems de las tres dimensiones se valoraron en una escala de frecuencia que

comprende de cero (nunca) a seis (siempre). El MBI-SS ha sido examinado en cuanto a escalabilidad, validez estructural y fiabilidad, con resultados significativos en diferentes instrumentos (Pérez y Brown, 2019).

Para la valoración de los resultados se utilizó la nota técnica NTP-732 del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo de España, la cual contiene los datos normativos para la interpretación del MBI-SS, que señala los niveles de *burnout* por cada subescala entre cero y seis, para lo cual se determinaron las medias para cada subescala y se compararon con cada uno de los valores de la norma con la finalidad de identificar los niveles de *burnout* (tabla 1).

Tabla 1. Niveles de burnout de acuerdo con la nota técnica NTP-732

		Agotamiento	Cinismo	Eficacia
Muy bajo	> 5 %	< 0.4	< 0.2	< 2.83
Bajo	5-25 %	0.5-1.2	0.3-0.5	2.83-3.83
Medio (bajo)	25-50 %	1.3-2.0	0.6-1.24	3.84-4.5
Medio (alto)	50-75 %	2.1-2.8	1.25-2.25	4.51-5.16
Alto	75-95 %	2.9-4.5	2.26 4	5.17-5.83
Muy alto	> 95 %	> 4.5	> 4	> 5.83
Media aritmética		2.12	1.50	4.45
Desviación típica		1.23	1.30	0.9

Fuente: Nota técnica NTP-732 del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo de España

Procedimiento

Antes del proceso de solicitud, los estudiantes recibieron información básica sobre el proyecto de investigación y firmaron un consentimiento informado. Posteriormente, los alumnos completaron el cuestionario en una sesión presencial a la que asistieron.

Análisis de datos

Se utilizó el *software* SPSS versión 23 para el procesamiento de datos. Una vez finalizada la depuración, se utilizó el alfa de Cronbach para el análisis de confiabilidad y para determinar la significancia de la consistencia interna de cada escala. Para la validez factorial, se utilizó el índice Kaiser-Meyer-Olkin (KMO), mayor a 0.7, y la prueba de esfericidad de Barlett. Se analizaron las medias obtenidas en cada dimensión para compararse con cada uno de los valores de las medias señaladas en la nota técnica NTP-732.

Con la finalidad de analizar la coherencia entre la estructura propuesta para el instrumento y los resultados empíricos de los 15 ítems de la escala del MBI-SS de Schaufeli *et al.* (2002), se ejecutó un análisis factorial exploratorio utilizando el método de rotación oblicua (Oblimin).

Consideraciones éticas

La presente investigación se llevó a cabo de acuerdo con los estándares éticos del Comité de Investigación institucional y la Declaración de Helsinki de 1964 y sus enmiendas posteriores comparables.

Resultados

Análisis factorial del cuestionario MBI-SS

Para el análisis factorial, fue necesario el cumplimiento de los requisitos de multicolinealidad de los datos. Esto se realizó a través de dos procedimientos: la medida de adecuación muestral KMO, que arrojó un índice de 0.772, y la prueba de Barlett con un valor de significancia menor a 0.05, por tanto, se pudo realizar el análisis factorial. Tres factores explicaron más de 58 % (58.469 %) de la varianza (véase la tabla 2).

En un primer análisis de la multicolinealidad de los 15 ítems, fueron superiores a 0.349, sin embargo, el ítem Efi4 de eficacia muestra un nivel de comunalidad negativo (0.315). Por lo anterior, se suprimió el ítem Efi4, dada su dificultad, y se volvió a recalcular el análisis factorial. Se obtuvieron los mismos factores que en el análisis ejecutado con anterioridad, incrementó ligeramente la varianza explicada, así como un ligero incremento en las cargas factoriales. Asimismo, fueron superiores a 0.341 las comunalidades de los 14 ítems (véase la tabla 2).

La matriz de componentes rotada arrojó tres factores: Agotamiento Emocional, Cinismo y Eficacia Académica. Eliminando Efi4 se obtuvieron tres factores: cinco ítems de Agotamiento, cuatro de Cinismo y cinco de Eficacia (ver tabla 2).

Tabla 2. Matriz de componentes rotativos

	Ítems	Componentes			Componentes		
		15 ítems			14 ítems		
		1	2	3	1	2	3
Ago1	Las actividades académicas de mi carrera me tienen emocionalmente agotado.	0.830			0.833		
Ago2	Me encuentro agotado físicamente al final de un día en la universidad.	0.824			0.824		
Ago3	Estoy exhausto de tanto estudiar.	0.799			0.799		
Ago4	Me siento cansado cuando me levanto por la mañana y tengo que afrontar otro día en la universidad.	0.713			0.703		
Ago5	Estudiar o ir a clases todo el día es una tensión para mí.	0.694			0.688		
Cin1	He perdido interés en la carrera desde que empecé la universidad.		0.823			0.811	
Cin2	He perdido entusiasmo por mi carrera.		0.807			0.802	
Cin3	Me he distanciado de mis estudios porque pienso que no serían realmente útiles.		0.752			0.761	
Cin4	Dudo de la importancia y valor de mis estudios.		0.764			0.792	

Efi4	He aprendido muchas cosas interesantes durante el curso de mis estudios.			-0.315			
Efi1	Puedo resolver eficazmente los problemas que surgen en mis estudios.			0.726			0.731
Efi2	Creo que hago una contribución efectiva a las clases a las que asisto.			0.764			0.772
Efi3	En mi opinión, soy un buen estudiante.			0.702			0.696
Efi5	Me estimula conseguir objetivos en mis estudios.			0.349			0.341
Efi6	Durante la clase, me siento seguro de que soy eficaz para hacer las cosas.			0.754			0.762

Método de extracción. Análisis de componentes principales. Método de rotación.

Normalización Oblimin con Kaiser

Fuente: Elaboración propia

Este análisis apoya la validez del instrumento una vez eliminado el ítem cuatro. Enseguida se presentan los resultados obtenidos de los 14 ítems del instrumento.

Análisis descriptivo de las escalas

El análisis de fiabilidad, de acuerdo con Nunnally y Bernstein(1994), arrojó valores superiores a 0.7 para las tres subescalas, lo que significa que los alfa de Cronbach tuvieron buen nivel de confiabilidad (ver tabla 3).

Tabla 3. Estadísticas descriptivas de las subescalas y del MBI-SS

	Agotamiento	Cinismo	Eficacia
Media	3.8142	1.9017	4.2777
Desviación típica	1.22	1.41	0.81
Alfa de Cronbach	0.856	0.851	0.717
Alfa basada en ítems estandarizados	0.859	0.851	0.713
Núm. de ítems	5	4	5

Fuente: Elaboración propia

Como se observa en la tabla 4, 40.5 % de la muestra presenta niveles elevados de agotamiento y 33.3 % muy elevados. Solo 8.3 % de la muestra tiene un nivel de cinismo muy alto y 22.6 % alto. Finalmente, 8.3 % de la muestra presenta niveles altos de eficacia y 6 % muy altos.

Tabla 4. Niveles de *burnout* de los estudiantes

		Agotamiento		Cinismo		Eficacia	
Rangos de puntaje	Muy bajo (>5 %)	0	0.0 %	8	9.5 %	3	3.6 %
	Bajo (5-25 %)	0	0.0 %	10	11.9 %	16	19.0 %
	Medio-bajo (25-50 %)	7	8.3 %	11	13.1 %	35	41.7 %
	Medio-alto (50-75 %)	15	17.9 %	29	34.5 %	18	21.4 %
	Alto (75-90 %)	34	40.5 %	19	22.6 %	7	8.3 %
	Muy alto (> 95 %)	28	33.3 %	7	8.3 %	5	6 %

Fuente: Elaboración propia

Por último, es posible determinar el porcentaje de participantes que sufren de *burnout* en sus tres dimensiones, es decir, niveles alto o muy alto de cansancio emocional y cinismo, así como niveles bajos o muy bajos de eficacia. Así, 9 de 84 estudiantes, que representan 10 % del total de la muestra, sufren de este síndrome con niveles de eficacia de bajo o muy bajo, o niveles muy altos o altos de agotamiento y cinismo.

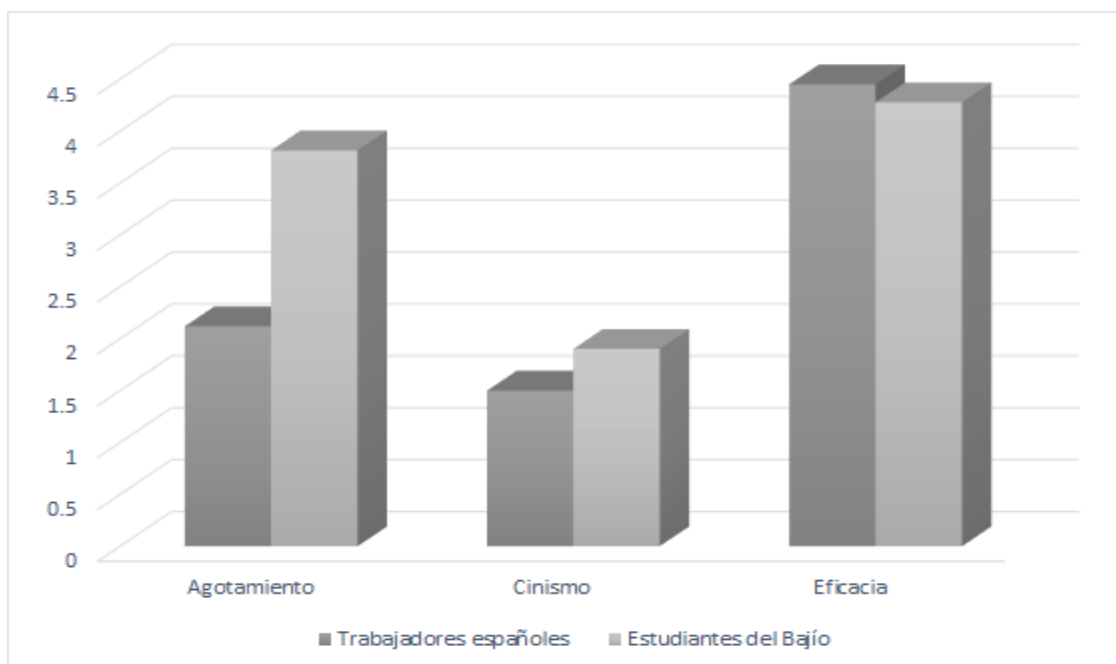
Comparación de los resultados contra los del estándar de la norma española

Se realizaron comparaciones entre los resultados de la muestra de estudiantes de El Bajío y los datos de la NTP-732 elaborados a partir de la aplicación del MBI-GS a trabajadores españoles (figura 1). En la dimensión de Agotamiento, las puntuaciones de los estudiantes de El Bajío ($M = 3.81$, $DT = 1.22$) fueron notablemente más altas que las presentadas en la NTP-732 ($M = 2.12$, $DT = 1.23$). La prueba t para una muestra comprueba la significancia de dicha diferencia, donde $t(83) = 12.70$, $p < 0.001$, $d = 1.38$, 95 % CI.

Los datos de Cinismo para la muestra de la presente investigación ($M = 1.90$, $DT = 1.41$) se hallaron por encima de los reportados en la nota técnica española ($M = 1.50$, $DT = 1.30$). Tal diferencia fue significativa al aplicar la prueba t de una muestra con valores $t(83) = 2.61$, $p = 0.0107$, $d = 0.28$, 95 % CI.

La comparación realizada con la prueba t para una muestra no reveló una diferenciación significativa en la dimensión de Eficacia entre los datos de los estudiantes del Bajío ($M = 4.27$, $DT = 0.81$) y de los trabajadores españoles ($M = 4.45$, $DT = 0.9$). Los resultados de la prueba fueron $t(83) = -1.94$, $p = 0.0547$, $d = 0.21$, 95 % CI.

Figura 1. Medias obtenidas en las dimensiones del MBI por trabajadores españoles y estudiantes de El Bajío



Fuente: Elaboración propia con datos de la nota técnica NTP-732

Discusión

El presente trabajo tuvo por objetivo validar el instrumento del MBI-SS en sus tres subescalas en estudiantes universitarios de la región El Bajío y analizar si la puntuación de las tres subescalas del *burnout* académico es adecuada en comparación con las interpretaciones de la nota técnica NTP-732 española.

Para el primer objetivo, los hallazgos de este estudio indicaron que el análisis de los ítems ayudó a identificar una falta de coherencia en la subescala de eficacia académica, en el cual fue necesario omitir el ítem Efi 4 “He aprendido muchas cosas interesantes durante el curso de mis estudios”, para incrementar la consistencia de la escala.

Las escalas del MBI-SS, la validez estructural y la confiabilidad tienen niveles significativos de 0.733 alfa de Cronbach a escala completa, 0.717 de Eficacia, 0.856 de Agotamiento y 0.851 de Cinismo. El análisis factorial confirmó las tres dimensiones de Eficacia, Agotamiento Emocional y Cinismo (despersonalización). Confirmada la validez factorial, el cuestionario MBI-SS en sus tres dimensiones se puede utilizar para evaluar el *burnout* en estudiantes universitarios de El Bajío.

Los resultados de la presente investigación fueron consistentes con los reportados en otros estudios (Schaufeli *et al.* 2002; Hu y Schaufeli, 2009; Hederich y Caballero, 2016; Pérez y Brown, 2019) al corroborar la validez factorial del MBI-SS.

Estudios previos que examinan la validez del MBI-SS señalan que una limitación de estos estudios es que los resultados de su trabajo se limitan a la población estudiada. Aquí el resultado positivo en la validación factorial del MBI-SS brinda un instrumento confiable en la evaluación del *burnout* en sus tres dimensiones para la comunidad universitaria de El Bajío.

Nuestro segundo objetivo fue analizar si la puntuación de las tres subescalas del *burnout* académico es adecuada en comparación con las interpretaciones de la nota técnica NTP-732 española. Un hallazgo importante encontrado en este estudio son las diferencias en los resultados encontrados en los estudiantes de la región El Bajío y lo encontrado en las muestras de empleados españoles utilizadas para la interpretación del MBI-GS, que a su vez sirvió de base para interpretar el MB-SS.

Los resultados del presente estudio en los estudiantes mexicanos con respecto a la muestra española aludida fueron muy interesantes sobre todo en los factores de Agotamiento y Cinismo. Los estudiantes del bajío mexicano presentan niveles de agotamiento y cinismo

mucho mayores que los empleados españoles; en los niveles de Eficacia Académica, hay una mínima diferencia.

La principal causa de estrés en estudiantes se debe a trabajos universitarios (Corporán *et al.*, 2014), o bien a cuestiones originadas a partir de estos. La diferencia presentada entre ambas muestras puede ser por cuestiones culturales; otra razón es que, si bien ambas actividades, tanto la académica como la laboral, requieren de un esfuerzo mental, al final del día el trabajo laboral tiene un descanso, aunque sea un día a la semana, y el trabajo académico, en la mayoría de las ocasiones, sufren de un desgaste a cualquier hora del día, incluyendo fines de semana, situación que se ve incrementada en periodos de exámenes o fines de periodo escolar (Toribio y Franco, 2016).

En el caso del cinismo, ocurre algo similar, el trabajador, por su naturaleza, se ve obligado a cumplir con sus obligaciones, por estar de por medio su propia sobrevivencia o la de alguien más, situación que no sucede con los estudiantes, pues, en la mayoría de los casos, dependen económicamente de alguien más, por lo que, al no ser una cuestión de sobrevivencia, algunos de ellos llevan sus estudios con bajo rendimiento o incluso la deserción (Palacio *et al.*, 2012). Sin embargo, el índice de cinismo en la muestra de El Bajío mexicano difiere a lo encontrado por Hederich y Caballero (2016) en una muestra de estudiantes colombianos, quienes obtuvieron valores inferiores en este apartado al de la muestra española. En el mismo sentido, el índice de agotamiento es mucho mayor en la región de El Bajío mexicano que la muestra colombiana, esto se puede deber al confinamiento que se tuvo por la pandemia, no solo por éste, sino por la incertidumbre de no saber si habría regreso a clases presenciales, situación que durante semanas se tuvieron pocas sesiones en línea, y cuando se retomaron se incrementaron las cargas de trabajo .

Frente a dicho escenario, se recomienda a docentes y a la administración universitaria brindar apoyo y proveer de recursos dirigidos a la disminución del estrés, como terapias, técnicas, actividades recreativas o sesiones y cursos que aborden temas sobre su manejo y tratamiento.

Las limitaciones del estudio incluyen que el tamaño de la muestra puede ser un factor determinante en la validación estructural, por lo que incrementar el número de sujetos podría traer resultados más representativos. Las condiciones de estudio no presenciales pueden ocasionar un desajuste en la interpretación de los ítems del MBI-SS. La muestra para la validación estructural de este estudio se conforma de estudiantes de El Bajío de áreas de

ingeniería, artes digitales y gestión empresarial, por consiguiente, la correcta aplicación de los hallazgos encontrados se limita a esta población.

Conclusiones

El instrumento MBI-SS, y sus tres dimensiones, fue validado. Esto mediante un análisis de confiabilidad y de validez factorial. Las escalas MBI-SS, validez estructural y confiabilidad tienen niveles significativos de 0.733 alfa de Cronbach; 0.717 de Eficacia, 0.856 de Agotamiento y 0.851 de Cinismo. El análisis factorial confirmó las tres dimensiones de Eficacia, Agotamiento Emocional y Cinismo (despersonalización).

Los resultados de este estudio indicaron que el instrumento del MBI-SS se puede utilizar para evaluar y diagnosticar el síndrome de *burnout* en estudiantes de la universidad pública estudiada, y con ello prevenir, a través de técnicas de afrontamiento, el agotamiento en los estudiantes, mejorar su rendimiento y evitar la deserción escolar; contribuir, en suma, a una mejor calidad de vida universitaria.

Asimismo, la aplicación del instrumento a los educandos de la universidad pública de El Bajío mexicano presentó niveles medios y altos de agotamiento y cinismo, dos de las dimensiones del *burnout*. El principal factor era la carga de proyectos universitarios.

Además, se encontró que los índices de agotamiento y cinismo son mucho mayores en los estudiantes de la región El Bajío que los encontrados en poblaciones españolas. Por ello, terminantemente, es importante que las instituciones académicas tomen conciencia del papel del estrés en la salud mental y bienestar general de su comunidad estudiantil, y fomenten actividades que aporten a su desarrollo íntegro. El diagnóstico es el antecesor imprescindible para tales fines.

Futuras líneas de investigación

En futuras líneas de investigación se recomienda ampliar el tamaño de la muestra e incluir otros países en esta, así como el estudio longitudinal de alguna técnica para reducir el estrés académico y cómo esta técnica puede ayudar al *burnout* durante el periodo de exámenes, cuando la carga académica aumenta. Asimismo, se recomienda realizar un estudio pospandemia para validar si los altos índices de agotamiento y cinismo fueron resultado del confinamiento o si los parámetros obtenidos del MBI-GS para la interpretación de resultados del MBI-SS no son adecuados para el ámbito académico.

Agradecimientos

Al Burnout Institute, centro de entrenamiento en el manejo del estrés para el rendimiento integral de la persona, por haber financiado el proyecto. A Rosy D'Amico, creadora de la Activación Refresh, y a Claudia Galván, directora del instituto por sus enseñanzas en el método. Al equipo del instituto, a los estudiantes por su participación y aportación voluntaria, y al estudiante Ángel Flores por su apoyo en la gestión.

Referencias

- Barreto, D. y Salazar, H.A. (2020). Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud. *Universidad y Salud*, 23(1), 30-39. Recuperado de <https://doi.org/10.22267/rus.212301.211>.
- Caballero, C. C., Hederich, C., y Palacio, J. E. (2010). El Burnout Académico: Delimitación del Síndrome y Factores Asociados con su Aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(1), 131-146. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80515880012>
- Carlin, M. y Garcés de los Fayos, E. J. (2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de Psicología*, 26(1), 169-180. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16713758020>.
- Corporán, J., Pérez, D. y Ortega, J. M. (2014). Relación entre la música, el estrés y el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios. *Salud y Conducta Humana*, 1(1), 13-22. Recuperado de https://static1.squarespace.com/static/50c39c53e4b097533b3492dd/t/5342acd2e4b086506f96458c/1396878546133/2_Corpor%C3%A1n_P%C3%A9rez_Ortega_2014.pdf.
- Cruz, D., y Puentes, A. (2017). Relación entre las Diferentes Dimensiones del Síndrome de Burnout y las Estrategias de Afrontamiento Empleadas por los Guardas de Seguridad de una Empresa Privada de la Ciudad de Tunja. *Psicogente*, 20(38), 268-281. <https://doi.org/10.17081/psico.20.38.2548>
- Gutiérrez, G. A., Celis, M. A., Moreno, S., Farias, F y Suárez, J. J. (2006). Síndrome de burnout. *Archivo Neurociencia*, 11(4), 305-309. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/arcneu/ane-2006/ane064m.pdf>.

- Hederich, C., y Caballero, C.C. (2016). Validación del Cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) en Contexto Académico Colombiano. *Revista CES Psicología*, 9(1), 1-15. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=423545768002>
- Hu, Q. and Schaufeli, W. B. (2009). The Factorial Validity of the Maslach Burnout Inventory-Student Survey in China. *Psychological Reports*, 105(2), 394-408. Retrieved from <https://doi.org/10.2466/PR0.105.2.394-408>.
- Maricuțoiu, L., Sava F. and Butta, O. (2014). The Effectiveness of controlled interventions on employees' burnout: A meta-analysis. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 89(1), 1-27. Retrieved from <https://doi.org/10.1111/joop.12099>.
- Martín, O. y Martínez, N. (2016). El síndrome de burnout, un problema subestimado: su presencia en estudiantes de medicina. *Memorias del XVIII Concurso Lasallista de Investigación, Desarrollo e Innovación*, 3(1), 25-29.
- Maslach, C. and Jackson, S. (1981). *Maslach Burnout Inventory Manual*. Palo Alto, United States: Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C. and Schaufeli, W. (1993). Historical and Conceptual Development of Burnout. In Schaufeli, W. M., Maslach, C. and Maslach, C., *Professional Burnout* (pp. 1-16). London, England: Routledge.
- Mosquera, C. A., Nacad, D. C., Mezzoni, M. A., Di Giacomo, Z. A., Mendible, S. E., Montplaiser, F. D., Mata, A., Martínez, M. E., y Rodríguez, A. J. (2012). Estrés en dos cohortes de estudiantes de medicina de la Escuela Luis Razetti, Universidad Central de Venezuela. *Gaceta Médica de Caracas*, 120(1), 33-39. Recuperado de http://190.169.30.98/ojs/index.php/rev_gmc/article/view/17876.
- Motta, E., Oliveira, C., Rodrigues, L. and Figueiredo, M. (2020). Predictive Factors of Burnout Syndrome in Nursing Students at a Public University. *Revista da Escola des Enfermagem da USP*, 54, 1-8. Retrieved from <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2018044003564>.
- Nunnally, J. C. and Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric Theory* (3rd ed.). New York, United States: McGraw-Hill
- Olivares, V. (2017). Laudatio: Dra. Christina Maslach, comprendiendo el Burnout. *Ciencia y Trabajo*, 19(58), 59-63. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492017000100059>.

- Osorio, M., Parrello, S. y Prado, C. (2020). Burnout académico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 2(1), 27-37. Recuperado de <https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/86>.
- Palacio, J. E., Caballero, C. C, González, O., Gravini, M. y Contreras, K. P. (2012). Relación del burnout y las estrategias de afrontamiento con el promedio académico en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 11(2), 535-544. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v11n2/v11n2a15.pdf>.
- Pepe, A., Míguez, C. y Arce, R. (2014). Equilibrio psicológico y burnout académico. *Revista de Investigación en Educación*, 12(1), 32-39. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4736024.pdf>.
- Pérez, J. M. and Brown, T. (2019). An Examination of the Structural Validity of the Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI-SS) Using the Rasch Measurement Model. *Health Professions Education*, 5(3), 259-274. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.hpe.2018.05.004>.
- Quiliano, M. y Quiliano, M. (2020). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería. *Ciencia y Enfermería*, 26(3), 1-9. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-95532020000100203>.
- Rosales, Y. y Rosales, F. R. (2013). *Burnout* estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. *Salud Mental*, 36(4), 337-345. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000400009&lng=es&tlng=es.
- Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Marques, A., Salanova M. y Bakker, A. B. (2002). Burnout and Engagement in University Students: A Cross-National Study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464-481. Retrieved from <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>.
- Tello, A. (2010). *Nivel de síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento en enfermeros de los servicios críticos del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión, 2009*. (Tesis de grado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima. Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/547/Tello_bj.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Toribio, C. y Franco, S. (2016). Estrés académico: el enemigo silencioso del estudiante. *Salud y Administración*, 3(7), 11-18. Recuperado de http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol3num7/A2_Estres_acad.pdf.

Rol de Contribución	Autor (es)
Conceptualización	Judith Banda
Metodología	Víctor Hugo Robles
Software	Víctor Hugo Robles Francia
Validación	Víctor Hugo Robles Francia
Análisis Formal	Víctor Hugo Robles Francia
Investigación	Judith Banda
Recursos	Judith Banda
Curación de datos	Victor Hugo Robles
Escritura - Preparación del borrador original	Judith Banda
Escritura - Revisión y edición	Robert Lussier
Visualización	Robert Lussier
Supervisión	Judith Banda
Administración de Proyectos	Judith Banda
Adquisición de fondos	Judith Banda, Víctor Hugo, Robert Lussier, “igual”