



1. Título del proyecto

Factores de riesgo que influyen en el síndrome de burnout académico en estudiantes tutorados de Sociología de la UNA Puno

2. Área de Investigación

Área de investigación	Línea de Investigación	Disciplina OCDE
Ciencias Sociales	Sociedad, cultura y comunicación	Sociología

3. Duración del proyecto (meses)

12 meses

4. Tipo de proyecto

Individual	<input checked="" type="radio"/>
Multidisciplinario	<input type="radio"/>
Director de tesis pregrado	<input type="radio"/>

4. Datos de los integrantes del proyecto

Apellidos y Nombres	LIMACHE RIVAS MIGUEL ANGEL
Escuela Profesional	Sociología
Celular	961786554
Correo Electrónico	miguellimache@unap.edu.pe

I. Título

Factores de riesgo que influyen en el síndrome de burnout académico en estudiantes tutorados de Sociología de la UNA Puno

II. Resumen del Proyecto de Tesis

El Síndrome de burnout se caracteriza por agotamiento emocional, despersonalización y carencia de motivación académica. El objetivo del presente estudio es determinar los factores de riesgo que influyen en el síndrome de burnout académico en estudiantes tutorados de Sociología de la UNA Puno. El enfoque es cuantitativo, con un diseño no experimental, de alcance relacional, de corte transversal. Se aplicará dos instrumentos de recolección de datos, el primero un cuestionario para medir los factores de riesgo, y el segundo para medir el nivel de burnout académico. Se espera tener como resultados que los factores familiares, económicos y sociales influyen al severo burnout académico de los estudiantes universitarios.



III. Palabras claves

Burnout académico, agotamiento emocional, universidad, estudiantes, riesgo

IV. Justificación del proyecto

En el mundo uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés y en las ciudades, se estima que el 50 por ciento de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo (Berrío & Mazo, 2011). La Organización Mundial de la Salud lo ha catalogado como riesgo en la salud (Asencio et al., 2016). Los estudiantes universitarios están expuestos a padecer el Síndrome de burnout y se ha encontrado más frecuentemente en los estudiantes con entornos críticos, que posibilitan que estos abandonen sus estudios universitarios.

En ese sentido, los estudiantes en riesgo académico están sometidos a presiones y sobrecargas académicas, que trae como consecuencias el agotamiento físico y mental, disminución del rendimiento académico y hasta el abandono de los estudios (Rosales & Rosales, 2013). En ese sentido el tema de investigación que se abordara es importante desde diversos puntos de vista y se sustenta en el plano contextual; donde en la Universidad Nacional del Altiplano en salvaguarda de atender a estudiantes en riesgo académico, requieren de planes y programas que permitan dar soporte para el logro de sus objetivos académicos.

Relacionando con lo anterior, el valor teórico que sustenta el estudio pretende aportar al conocimiento en el campo de condiciones psicosociales de los estudiantes en tiempos de post pandemia. En este sentido, enriquecerá el conocimiento acerca de los factores de riesgo y la propensión de niveles elevados de síndrome de burnout que están viviendo y requieren con urgencia la participación de tutores en la universidad.

En el plano de las aplicaciones prácticas, se pueda fortalecer la intervención de tutoría universitaria dirigido a estudiantes para manejar y gestionar el alto nivel de burnout que vienen atravesando los estudiantes con riesgo



académico, con el fin de contribuir en la mejora educativa y la calidad académica de la universidad.

V. Antecedentes del proyecto

Avecillas *et al.*, (2021) describieron el síndrome de burnout en 192 estudiantes de enfermería de la Filial Cañar de la Universidad Católica de Cuenca, durante los años 2019 y 2020, aplicaron la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil. Hallaron a un 97,4% de estudiantes con algún nivel de burnout, asociados mediante la prueba de chi cuadrado con el ciclo que cursa sus estudios, inconvenientes con docente o autoridad de la institución, sobrecarga de actividades, horarios, exceso de tareas, relación con los compañeros, competitividad entre compañeros, existencia de espacios recreativos y capacidad de realizar tareas por sí solo.

Seperak *et al.*, (2021) estudiaron la prevalencia del burnout académico que experimentan 341 estudiantes universitarios ubicadas en diferentes regiones del Perú, que se encontraban entre el segundo y cuarto año de estudios, utilizaron la escala de cansancio emocional. Hallaron a un 31.4% de estudiantes con alto burnout académico, y un 11.7% con riesgo de sufrir burnout académico, siendo las mujeres con mayor puntuación, no se evidenciaron diferencias según el año de estudio. Concluyen que existe asociación entre burnout, la ansiedad y la depresión.

Biondi y Bennuzzi (2021) realizaron una investigación con el objetivo de describir los niveles de ansiedad y los indicadores de burnout y engagement académico en un grupo de estudiantes universitarios de la Facultad de Química, Bioquímica y Farmacia de la Universidad Nacional de San Luis (Argentina), aplicaron los inventarios MBI-SS, UWES-S-17 e IDARE. Hallaron altos niveles de ansiedad, como rasgo y como estado; un nivel medio alto de agotamiento emocional y de eficacia académica (burnout académico); y niveles medios de *engagement* académico.

Estrada-Araoz *et al.* (2021) en su estudio describieron el burnout académico de 202 estudiantes de la carrera profesional de Educación de una universidad pública de Madre de Dios (Perú), para lo cual se aplicó el inventario de



Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) y un cuestionario de datos sociodemográficos. Hallaron que los estudiantes se caracterizan por presentar niveles moderados de burnout académico y se concluyó que algunas variables como el sexo, el grupo etario, la situación laboral y el año de estudio se asocian significativamente con el burnout académico.

Asencio et al. (2016) estudiaron la prevalencia de síndrome de burnout en estudiantes de primero a sexto año de medicina en una universidad privada del norte de México. Hallaron que el síndrome de burnout afecta a estudiantes de medicina de todos los niveles, en especial a estudiantes que se encuentran al inicio de la carrera lo padecen y en intensidad baja, sin embargo, a medida que se avanza en la licenciatura hay una mayor proporción de alumnos con burnout moderado y profundo.

González-Cabanach, Soutol, Fernández-Cervantes, y Freire-Rodríguez (2011) estudiaron la regulación emocional y burnout académico en estudiantes universitarios hallaron que los estudiantes que tienen una baja regulación de sus emociones aparecen manifestaciones más claras de burnout. En cambio, cuanto mayor es la regulación emocional, menores síntomas de agotamiento y despersonalización, y mayores niveles de realización personal manifiestan.

Palacio, Caballero, González, Melina, & Contreras (2012) estudiaron la relación del burnout y las estrategias de afrontamiento con el promedio académico en estudiantes universitarios, establecieron que los estudiantes universitarios observados en su mayoría presentaban un rendimiento académico aceptable o bueno, y sin niveles altos de burnout académico: niveles bajos de Agotamiento y Cinismo, y niveles medios y altos en Autoeficacia Académica; con una relación positiva y significativa entre el Agotamiento y el Cinismo, y una relación negativa de estas con la Autoeficacia Académica.

Cabanach, Souto-Gestal, y Franco (2016) evaluaron los estresores en el entorno académico, y los factores identificados fueron deficiencias metodológicas del profesorado, sobrecarga académica, creencias sobre el



rendimiento, intervenciones en público, clima social negativo, exámenes, carencia de valor de los contenidos y dificultades de participación.

Martín (2007) estudiaron la relación entre el nivel de estrés y los exámenes en los estudiantes universitarios, estos fueron evaluados a lo largo de dos momentos temporales que diferían en la proximidad a la fecha de los exámenes: período sin exámenes (marzo) y período con exámenes (junio). En general, los resultados muestran un aumento en el nivel de estrés de los universitarios durante el período de exámenes. Asimismo, halló efectos sobre la salud (ansiedad, consumo de tabaco, cafeína o fármacos, alteraciones en el sueño y en la ingesta de alimentos).

VI. Hipótesis del trabajo

Hipótesis general

Los factores de riesgo como las condiciones económicas, familiares y psicosociales influyen en el alto nivel de síndrome de burnout académico en estudiantes tutorados de Sociología de la UNA Puno

Hipótesis específicas

- Las condiciones económicas, familiares y psicosociales son factores de riesgo en los estudiantes tutorados de Sociología de la UNA Puno
- El nivel de burnout académico en los estudiantes tutorados de Sociología de la UNA Puno es alto.

VII. Objetivo general

Determinar los factores de riesgo que influyen en el síndrome de burnout académico en estudiantes tutorados de Sociología de la UNA Puno

VIII. Objetivos específicos

- Identificar los factores de riesgo en los estudiantes tutorados de Sociología de la UNA Puno
 - Identificar el nivel de burnout académico en los estudiantes tutorados de Sociología de la UNA Puno

IX. Metodología de investigación



Diseño de investigación

Corresponde al no experimental, porque se recoge los datos en un solo momento ya que al investigador no le interesa hacer experimento sino más bien enunciar las características de aquello que se propone a estudiar (Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, 2014)

Tipo de investigación

a) Por su finalidad académica, es básica, que conduce hacia la búsqueda de nuevos conocimientos para comprender los factores de riesgo y el síndrome de burnout académico.

b) Por su alcance temporal, es transversal o de corte seccional, que se analiza en un determinado tiempo vía observación participante y la aplicación de unas encuestas.

Población y muestra

La población es el conjunto de todos los casos, de unidades que se va a estudiar durante el proceso de investigación (Alesina et al., 2011 p. 71), Es que tienen un carácter en común (Carrasco, 2006). La población comprende a todos los estudiantes universitarios.

Una muestra es un “subconjunto de la población compuesto por las unidades que efectivamente se observan, y representan a las otras unidades de la población que no se observan” (Alesina et al., 2011 p. 73). De la muestra se recolecto los datos y como criterio se cumplió que debe ser representativa (Bernal, 2010). El muestreo es intencional y se eligieron a todos los estudiantes que están comprendidos por la Sub Unidad de Tutoría y Servicio Psicopedagógico en un total de 175, entre estudiantes Pronabec, tercera matrícula y cuarta matrícula.

Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de datos se usará la técnica de la encuesta, para ello se aplicará dos instrumentos.

Los instrumentos se codificarán, luego se generará una matriz de datos, en el software estadístico SPSS (Statistical Package for Social Sciences), que significa Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales. Donde se analizará estadística descriptiva e inferencial para someter a prueba las hipótesis de investigación.

X. Referencias

- Alesina, L., Berton, M., Mascheroni, P., Moreira, N., Picasso, F., Ramírez, J., & Rojo, V. (2011). *Metodología de la investigación en Ciencias Sociales. Apuntes para un curso inicial* (Universidad de la República (ed.); 1ra ed.). www.universidadur.edu.uy/bibliotecas/dpto_publicaciones.htm
- Asencio, L., Almaraz, G., Vicente, M., Huerta, P., Silva, L., Muñoz, M., Monroy, F., Regalado, J., Dipp, K., López, D., Medina Lavenant, C., Pizarro, K., Santiago-Martínez, C., Saucedo, A., & Flores, R. (2016). Síndrome de burnout en estudiantes de primero a sexto año de medicina en una universidad privada del norte de México: estudio descriptivo transversal. *Medwave*, 16(03), e6432–e6432. <https://doi.org/10.5867/medwave.2016.03.6432>
- Avecillas, J., Mejía, I., Contreras, J., & Quintero de Contreras, Á. (2021). Burnout académico. Factores influyentes en estudiantes de enfermería. *Revista Eugenio Espejo*, 15(2), 57–67. <https://doi.org/10.37135/ee.04.11.08>
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación. Administración, Economía, Humanidades y Ciencias Sociales* (Pearson Educación (ed.); 3ra ed.). <https://doi.org/10.1192/bjp.112.483.211-a>
- Berrío, N., & Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología (Universidad de Antioquia)*, 3(2), 65–82. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369/10646>
- Biondi, A., & Bennuzzi, 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://200.0.183.216/revista/index.php/pep/article/view/556>
- Cabanach, R. G., Souto-Gestal, A., & Franco, V. (2016). Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 7(2), 41–50. <https://doi.org/10.1016/j.rips.2016.05.001>
- Carrasco, S. (2006). *Metodología de la investigación científica* (San Marcos (ed.); 1ra ed.).
- Estrada-Araoz, E. G., Gallegos Ramos, N. A., & Mamani Uchasara, H. J. (2021). Burnout académico en estudiantes universitarios peruanos. *Apuntes Universitarios*, 11(2), 48–62. <https://doi.org/10.17162/au.v11i2.631>
- González-Cabanach, R., Soutol, A., Fernández-Cervantes, R., & Freire-Rodríguez, C. (2011). Regulación emocional y burnout académico en estudiantes universitarios de Fisioterapia. *Revista de Investigación En Educación*, 2(9), 7–18. <http://reined.webs.uvigo.es/index.php/reined/article/view/111/101>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (Sexta edic).
- Lucer Fustes, M., Alonso Díaz, L., & Blázquez Entonado, F. (2010). E-learning como agente de cambio. Diseño pedagógico de un proceso de formación. *Education in the Knowledge Society (EKS)*, 11(1), 69–95. <https://doi.org/10.14201/eks.5789>
- Palacio, J., Caballero, C., González, O., Melina, G., & Contreras, K. (2012). Relación del burnout y las estrategias de afrontamiento con el promedio académico en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 11(2), 535–544. <https://www.redalyc.org/pdf/647/64723241015.pdf>



Rosales, Y., & Rosales, F. (2013). Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. *Salud Mental*, 36(4), 337–345. <http://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=44895>

Seperak, R., Fernández-Arata, M., & Dominguez-Lara, S. (2021). Prevalencia y severidad del burnout académico en estudiantes universitarios durante la pandemia por la COVID-19. *Interacciones: Revista de Avances En Psicología*, 7(e199), 1–7. <https://doi.org/10.24016/2020.v7.199>

XI. Impactos esperados

i. Impactos en Ciencia y Tecnología

El impacto en la ciencia es contribuir con el conocimiento científico en esta línea de investigación, el cual permitirá mejorar la intervención del programa de tutoría.

ii. Impactos económicos

Los impactos económicos que se espera es que se mejore los presupuestos para lograr una efectiva intervención de la Sub Unidad de Tutoría y Servicio Psicopedagógico.

iii. Impactos sociales

Se impacte en crear entornos para el logro educativo que se encuentran en riesgo académico y también para los que son parte del programa de becas que oferta el Perú.

iv. Impactos ambientales

No origina impactos ambientales

XII. Recursos necesarios

HUMANOS:

- Movilidad
- Alimentación

MATERIALES:

- 01 equipo de cómputo.
- 01 impresora
- 02 millares de papel
- Lapiceros
- Artículos científicos, Libros, revistas, informes, archivos electrónicos.
- Fotocopias
- Paquete estadístico SPSS

XIII. Localización del proyecto

El estudio se realizará en la Universidad Nacional del Altiplano, es una universidad pública ubicada en la ciudad de Puno, Perú. Es una de las primeras universidades públicas fundadas en 1856 a iniciativa de la población.



Fuente: <https://www.nexdu.com/pe/puno-pun/empresa/universidad-nacional-del-altiplano-24788>

XIV. Cronograma de actividades

Actividad	Trimestres 2023											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Revisión bibliográfica	X											
Elaboración del instrumento		X										
Primer avance			X									
Recolección de datos				X								
Procesamiento de información					X							
Segundo avance						X						
Redacción de los resultados							X					
Redacción de la discusión								X				
Tercer avance									X			
Redacción de la introducción										X		
Redacción de materiales y métodos										X	X	
Elaboración del artículo científico											X	
Presentación del informe final												X

XVI. Presupuesto

Descripción	Unidad de medida	Costo Unitario (S/.)	Cantidad	Costo total (S/.)
Movilidad	Unidad	20.00	10	200.00
Equipo de computo	Unidad	3500.00	1	3500.00
Fotocopias	Unidad	0.10	500	500.00
Papel	Millar	25.00	5	125.00
Lapiceros	Unidad	1.00	20	20.00
Alimentación	Unidad	20.00	30	600.00



Material bibliográfico	Unidad	100.00	20	2000.00
Toner	Unidad	200.00	4	800.00
Tipeo	Unidad	500.00	1	500.00
Paquete estadístico	Unidad	500.00	1	500.00
Asistente de campo	Unidad	1000.00	1	1000.00
TOTAL				9245.00