

## Relación del *burnout* y el *engagement* con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios

### Relationship between *burnout* and *engagement*, with depression, anxiety and academic performance in university students

Carmen Caballero Domínguez<sup>1</sup>, Orlando González Gutiérrez<sup>2</sup>,  
Jorge Palacio Sañudo<sup>3</sup>

#### Resumen

**Objetivo:** Analizar las relaciones entre *burnout* y *engagement* con ansiedad, depresión y rendimiento académico en estudiantes universitarios de programas de salud.

**Materiales y métodos:** El diseño fue observacional, correlacional, multivariado; la muestra, aleatoria y estratificada, de 802 estudiantes de programas de salud de universidades de Barranquilla. Instrumentos: MBISS, UWES-S, STAI e Inventario de Depresión de Beck.

**Resultados:** El análisis de las correspondencias múltiples entre las variables evidenció un factor conformado principalmente por las dimensiones de Vigor, Absorción, Dedicación e Ineficacia Académica, cuyo extremo negativo se relacionaba con bajo *engagement* y altos niveles de *burnout*, ineficacia académica, depresión y de ansiedad de rasgo y de estado; el extremo positivo, con alto *engagement*, buen rendimiento académico y baja ineficacia, depresión y ansiedad de rasgo y de estado.

**Conclusiones:** En la muestra estudiada, el *burnout* y el *engagement* académicos se identificaron relacionados como polos extremos y opuestos de un mismo continuo multidimensional, en el que tanto el polo del *burnout* como el del *engagement* se configuran por valores esperados de las variables estudiadas pero opuestos al del polo contrario.

**Palabras clave:** *burnout* académico, *engagement*, salud mental, rendimiento académico, educación superior.

<sup>1</sup> Ph.D. en Psicología, Mg. en Desarrollo Humano y Psicóloga Clínica, investigadora del Grupo de Investigación Psicología y Salud del Programa de Psicología, Universidad del Magdalena. [ccaballero@unimagdalena.edu.co](mailto:ccaballero@unimagdalena.edu.co),

<sup>2</sup> Mg. en Psicología Clínica y de Familia. Estudiante del Doctorado en Psicología, Universidad del Norte, investigador del Grupo DIEPS, docente del programa de Psicología, Universidad Simón Bolívar. Barranquilla (Colombia).

<sup>3</sup> Ph.D. Psicología Social. Coordinador del Doctorado en Psicología, Universidad del Norte. Barranquilla (Colombia).

**Correspondencia:** Carmen Cecilia Caballero Domínguez. Universidad del Magdalena, carrera 32 n° 22 - 08. A.P. 2-1-21630. Santa Marta (Colombia).

### Abstract

**Objective:** Analyze the relationship between burnout and engagement, with anxiety, depression and academic performance in university students of health programs.

**Materials and methods:** The design was observational, correlational, multivariate; the sample, random and stratified, was of 802 health programs students from universities in Barranquilla. Instruments: MBISS, UWES-S, STAI and Beck Depression Inventory.

**Results:** The analysis of multiple correspondences between the variables, showed a factor mainly formed by the dimensions of Vigor, Absorption, Dedication and Academic Inefficacy, whose negative end was associated to low engagement and high levels of burnout, academic inefficacy, depression, and trait and State anxiety; the positive end, it was with high engagement, good academic performance and low inefficacy, depression and trait and State anxiety.

**Conclusions:** In this study, the academic burnout and engagement were identified related as extreme and opposite poles of the same continuum multidimensional, in which both ends (poles of burnout and engagement) are configured for expected values of the variables studied, but opposite to the contrary pole.

**Keywords:** academic burnout, engagement, mental health, academic performance, higher education.

## INTRODUCCIÓN

Los estudiantes universitarios pueden presentar diferentes dificultades que afectan su bienestar, satisfacción y desempeño académico (1). Tales dificultades están determinadas por múltiples factores individuales, sociales y académicos, y su inadecuado afrontamiento y solución podría desencadenar sensaciones de no poder dar más de sí mismo, actitudes de desinterés y pérdida del valor y sentido de los estudios, además de dudas acerca de la propia capacidad para realizarlos (2), que en conjunto constituyen el denominado *burnout académico* (3).

El concepto de *burnout académico* se desarrolló como una extrapolación del *burnout* laboral al ámbito académico (4). En el contexto laboral, el *burnout* ha sido considerado como un estado mental negativo, persistente, relacionado con el trabajo, que aparece en individuos “normales”, y se caracteriza por agotamiento, cinismo y baja autoeficacia (5). Desde la perspectiva transaccional del estrés

(6), el *burnout*, tanto laboral como académico, es una respuesta compleja (motivacional, cognitiva, emocional y conductual) resultado de un proceso de estrés crónico que se desarrolla en la interacción entre características del contexto laboral o académico y características del individuo (7, 8).

Un giro interesante ha tenido el estudio del *burnout académico* desde la perspectiva de la psicología positiva, la cual intenta contrabalancear los enfoques centrados en el déficit y la patología. Desde esta perspectiva ha surgido el concepto del *engagement*, considerado como un “... estado psicológico positivo caracterizado por vigor, dedicación y absorción frente a los estudios” (4). En este sentido, Schaufeli *et al.* (5) señalan que las dimensiones centrales del *engagement* (Vigor y Dedicación) y del *burnout* (Agotamiento y Cinismo) se relacionan negativamente: la energía se torna en agotamiento, la dedicación en cinismo y la autoeficacia en ineficacia (2, 9, 10, 11). Diversos estudios muestran evidencias empíricas de la relación entre la

autoeficacia, el *burnout* y el *engagement* en estudiantes universitarios, y señalan que el mayor éxito académico pasado y la mayor autoeficacia predicen positivamente el *engagement* (9, 12), en tanto que las creencias de ineficacia predicen la aparición del *burnout*, por lo que este ha sido conceptualizado por algunos como “una crisis de eficacia” (13, 11, 14). En esta línea de conceptualización, la autopercepción de baja eficacia sería más un desencadenante del síndrome que una dimensión del mismo. Debido a que la autoeficacia es “la creencia en las propias capacidades para organizar y ejecutar cursos de acción que son requeridos para manejar situaciones futuras” (Bandura, 15, p. 20), juega un papel central en los procesos del estrés, en la medida que está vinculada con la percepción de la propia capacidad para resolver los obstáculos y dificultades (16). Diversos autores señalan que una alta autoeficacia reduce el estrés y las proclividades emocionales negativas, y que un sentido bajo de eficacia favorece los síntomas de *burnout* (10, 11, 14), depresión y ansiedad (18, 19).

### ***Burnout* y Salud mental: relación del síndrome con Ansiedad y Depresión**

Si bien es claro que el *burnout* tiene implicaciones negativas sobre la salud mental, el bienestar y calidad de vida del sujeto, no existe consenso respecto a su estatus clínico. Maslach et al. (20) vinculan el síndrome con la neurastenia, considerándolo, por lo tanto, como una forma de trastorno mental. Por su parte, Moriana et al. (21) señalan que no es necesario considerar el síndrome como una entidad diagnóstica autónoma, sino que, como manifestación de estrés, puede aparecer como un síndrome asociado a un gran número de trastornos, fundamentalmente los de ansiedad. Además, estos autores encuentran cierta similitud del *burnout* con los

trastornos adaptativos, en los que aparecen síntomas de ansiedad, depresión, mixtos, con o sin alteraciones del comportamiento, en respuesta a un estresor psicosocial identificable (22). En esta línea, Moreno y otros autores (23) han realizado una somera referencia del *burnout* en relación con el Trastorno de Agotamiento Vital, mas no aparece identificado como una entidad diagnóstica independiente (22, 24). Aun así, diferentes estudios evidencian el riesgo de comorbilidad de ansiedad, depresión y *burnout* (18, 25, 26). Neveu (27) muestra que el agotamiento emocional correlaciona con la depresión en guardias de seguridad. Amezcua et al. (28) encontraron que correlaciona fuertemente con la tensión del trabajo y con la depresión en trabajadores finlandeses. Darrigrande et al. (29) hallaron en docentes del sector público con *burnout* niveles de depresión clínica. Estas mismas asociaciones han sido detectadas en estudiantes universitarios. Arango (30) encontró en estudiantes de medicina que el *burnout* se asociaba con depresión y al riesgo suicida. Por consiguiente, consideramos que el *burnout*, la ansiedad y la depresión no solo tienen algunos síntomas comunes, sino que además pueden coexistir como diagnósticos duales (comorbilidad), y en ocasiones podrían ser considerados como reacciones secundarias a alguno de ellos. Por otra parte, y finalmente, en relación con la delimitación entre estos síndromes, consideramos que la depresión y la ansiedad provienen etiológicamente de múltiples factores bioquímicos, ambientales, psicológicos y sociales interrelacionados, mientras que el *burnout* ha sido considerado determinado en buena medida por las condiciones inadecuadas del contexto organizacional (laboral, asistencial, académico) de la actividad del sujeto, en interacción con características propias del individuo, que impiden que el trabajador/estudiante realice su trabajo adecuadamente y con satisfacción.

## **Burnout y Rendimiento Académico en estudiantes universitarios**

Alcanzar un adecuado rendimiento académico constituye para los estudiantes una meta que determina su promoción; sin embargo, dicho desempeño ha de ser considerado como producto emergente de un conjunto complejo de factores interdependientes: volitivos, afectivos, conductuales y psicosociales del estudiante y del contexto de su actividad académica, lo que incluye, por supuesto, tanto condiciones propias de la institución universitaria como los dispositivos pedagógicos que median la interacción de enseñanza-aprendizaje del estudiante. El rendimiento académico ha sido vinculado al concepto de aptitud (31); sin embargo, comúnmente es asimilado al *quantum* obtenido por el estudiante en determinada actividad académica (32). Pérez et al. (33) definen el rendimiento como la suma de diferentes y complejos que actúan en la persona que aprende, y ha sido definido con un valor atribuido al logro del estudiante en las tareas académicas. Así, el rendimiento académico puede estar asociado a aspectos muy diversos, como aprobar todas las asignaturas del semestre, no repetir semestres o asignaturas, no abandonar la carrera, realizar todos los exámenes y aprobarlos, etc. (34).

En cuanto a la relación del *burnout* con el rendimiento académico, estudios coinciden en señalar que los estudiantes que presentan *burnout* tienen como consecuencia un bajo rendimiento académico (13). Martínez et al. (35) señalan que los estudiantes con elevado Agotamiento, alto Cinismo y baja Eficacia Académica obtienen resultados más bajos en sus exámenes. Por el contrario, otros estudios señalan que el síndrome no es un buen predictor del mal desempeño académico (3, 2, 12). Sin embargo, la no relación entre rendimiento y *burnout* puede deberse a las

formas tan diversas como se ha evaluado el rendimiento académico, p.e. a partir del promedio académico, el cual puede ser un indicador insuficiente. Aun así, esta investigación coincide en señalar que el *burnout* correlaciona positivamente con la insatisfacción o infelicidad frente a los estudios (3, 36), con la falta de madurez profesional (37), con la intención de abandonar los estudios (12, 38) y con las menores expectativas de éxito en los mismos (35). Estos hallazgos muestran que si bien la consecuencia del síndrome en el rendimiento académico dista de ser simple y lineal, este sí juega un papel importante—por su valor predictivo— respecto de diversas variables relacionadas con la calidad de vida y el desempeño del estudiante universitario.

En síntesis, es importante ampliar nuestro conocimiento y comprensión sobre el carácter particular del *burnout académico* en estudiantes universitarios en nuestro medio social, con el fin de incidir tanto en la detección y prevención precoz de procesos vinculados al síndrome como en la promoción de condiciones protectoras frente al mismo y, por ende, favorecer el bienestar de los estudiantes, su desarrollo académico y disminuir uno de los factores de deserción académica. En consecuencia, específicamente, este estudio tuvo como objetivo establecer y analizar la relación entre el *burnout* y el *engagement*, y en el marco de esta relación analizar sus vinculaciones con la ansiedad, la depresión y el rendimiento académico.

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

### **Población y muestreo**

La población del estudio correspondió a estudiantes de medicina, psicología, fisioterapia y enfermería de diferentes universidades privadas de la ciudad de Barranquilla (Co-

lombia). La muestra se constituyó aleatoria y estratificadamente por semestre cursado, conformada por 820 sujetos. En la tabla 1 se describe sociodemográficamente la muestra.

**Tabla 1.** Características sociodemográficas de la muestra

VARIABLES	Frecuencia	Porcentaje
Género	Masculino	171 20.9
	Femenino	649 79.1
Edad X=24 Dt=2.05	Entre 17 -20 años	326 39.8
	Entre 21 - 24	435 53.0
	Entre 25 - 27	59 7.2
Estado Civil	Soltero	787 96.0
	Casado	20 2.4
	Separado	5 0.6
	Unión libre	8 1.0
Estrato socio-económico	Uno	49 6.0
	Dos	195 23.8
	Tres	290 35.4
	Cuatro	154 18.8
	Cinco	85 10.4
	Seis	47 5.7

Fuente: datos tabulados por los autores.

## Instrumentos

A continuación se presentan los cuestionarios utilizados:

1. *Burnout académico*: medido con MBI-SS: Maslach Burnout Inventory-Student Survey (4), evalúa las dimensiones de Agotamiento, Cinismo e Ineficacia, a través de 15 ítems, que caracterizan al *burnout académico*.
2. *Engagement*: se evaluó mediante la Escala de Engagement Académico (UWES-S) (4). El UWES-S comprende 17 ítems, que evalúan las dimensiones de Absorción, Dedicación y Vigor que definen al *engagement*.

3. *Ansiedad*: se utilizó la Escala de Ansiedad de Rasgo y de Estado (STAI): comprende 40 ítems, que evalúan Ansiedad de Estado (A/E) (1-20) y Ansiedad Rasgo (A/R) (21-40).

4. *Depresión*: se evaluó mediante el Inventario de Depresión de Beck (40), el cual consta de 21 ítems, que evalúan síntomas cognitivos, fisiológicos y conductuales característicos de la depresión.

**Tabla 2.** Datos descriptivos y consistencia de las variables del estudio

VARIABLES	Subescala	Alfa de Cronbach	Media	Desv. Típ.
Burnout	Agotamiento	0.701	1.63	0.621
	Cinismo	0.718	1.08	0.290
	Ineficacia	0.819	1.36	0.504
Engagement	Vigor	0.756	2.63	0.510
	Dedicación	0.739	2.67	0.494
Depresión	Absorción	0.739	2.34	0.512
	Depresión	0.821	1.07	0.252
Ansiedad	Ansiedad Rasgo	0.893	1.49	0.592
	Ansiedad Estado	0.916	1.35	0.554

Fuente: datos tabulados por los autores.

Tal como se aprecia en la tabla 2, los niveles de confiabilidad de cada una de las subescalas de los instrumentos utilizados son satisfactorios por ser superior a 0.7 de alfa de Cronbach.

## Procedimiento

Para establecer la relación del *burnout* y del *engagement* con depresión, ansiedad de rasgo y de estado y con el rendimiento académico se llevó a cabo el Análisis de Correspondencias Múltiples (ACM), a partir de la agrupación de las variables en áreas temáticas, clasificadas en Variables Activas (modalidades de cada



una de las dimensiones del *burnout* y del *engagement*, que definen y configuran los factores analizados) y Variables Ilustrativas (las modalidades de las otras variables del estudio, que por su asociación con las activas permiten una mejor interpretación de las relaciones de interdependencia entre ellas y que caracterizan a los factores) (tabla 3).

## RESULTADOS

**Tabla 3.** Variables activas, ilustrativas y sus respectivas modalidades que caracterizaron al factor analizado

Clasificación	Variables	Dimensiones	Modalidades
Nominales Activas	Burnout	Agotamiento	3
		Cinismo	3
		Ineficacia académica	3
	Engagement	Absorción	3
		Dedicación	3
	Vigor	3	
Nominales ilustrativas	Características académicas	Semestre	9
		¿Ha perdido un semestre anteriormente?	2
	Promedio académico ponderado	4	
	Indicadores de salud mental	Ansiedad de Estado	3
		Ansiedad de Rasgo	3
Depresión		3	

**Fuente:** datos tabulados por los autores.

En la tabla 4 se expone el histograma de los doce factores obtenidos en el ACM. Inicialmente fueron analizados los dos primeros factores, sin embargo, se seleccionó el primero y fue desechado el segundo, ya que este ofrecía información redundante. El factor seleccionado y analizado es una dimensión con un valor propio de 0.4965.

**Tabla 4.** Histograma de los doce factores

Nº	Valor Propio	% Inercia	% Acumulado
1	0.4965	24.83	24.83
2	0.2340	11.70	36.53
3	0.1784	8.92	45.44
4	0.1721	8.60	54.05
5	0.1642	8.21	62.26
6	0.1497	7.48	69.74
7	0.1484	7.42	77.16
8	0.1323	6.61	83.77
9	0.1076	5.83	89.15
10	0.0813	4.06	93.22
11	0.0770	3.85	97.06
12	0.0587	2.94	100.00

**Fuente:** datos tabulados por los autores.

El primer factor explica el 24.83 % de la inercia y se polariza en la trayectoria de las diferentes modalidades del *burnout* y del *engagement* académicos. Las dimensiones de ambos síndromes contribuyen al primer factor según su aporte acumulado, del siguiente modo: en mayor grado, *Vigor* (22.2); luego *Dedicación* (20.9), *Ineficacia* (20.3) y *Absorción* (16.7); con menores contribuciones, *Cinismo* (14.4) y *Agotamiento* (con 5.5). La característica más sobresaliente de este factor es prácticamente una oposición directa entre las respectivas modalidades de cada síndrome, encontrándose en un extremo del factor respuestas de estrés crónico en los estudiantes, y en el otro respuestas positivas de implicación en los estudios. Por esta característica se denominó al primer factor *Respuesta de los estudiantes ante el estrés*.

*Caracterización del factor «Respuesta de los estudiantes ante el estrés» de acuerdo con las variables activas*

La caracterización del factor por las variables activas quedó del siguiente modo: en el extremo negativo se ubican niveles bajos de las modalidades del *engagement*, junto con valores altos de ineficacia académica; por el contrario, en el extremo positivo se hallan valores altos de las modalidades del *engagement* y bajos puntajes en ineficacia (tabla 5). En consecuencia, se denominó al extremo negativo del factor *polo del burnout*, y al extremo positivo, *polo del engagement*.

*Caracterización de cada uno de los polos del factor «Respuesta de los estudiantes ante el estrés» de acuerdo con las variables ilustrativas*

**Tabla 5.** Caracterización del factor Respuesta de los estudiantes ante el estrés por las modalidades activas

Modalidades activas		
Valores-Test	Variable	Modalidad
-20.70	Vigor	Vigor bajo
-20.46	Dedicación	Dedicación baja
-20.25	Ineficacia	Ineficacia alta
-17.38	Absorción	Absorción baja
Zona central		
17.81	Absorción	Absorción alta
18.14	Dedicación	Dedicación alta
18.90	Ineficacia	Ineficacia baja
20.05	Vigor	Vigor alto

**Fuente:** datos tabulados por los autores.

Al *polo del burnout* corresponden las siguientes modalidades según su orden de significancia: 1) Ansiedad de Rasgo Alta, 2) Depresión Alta, 3) Ansiedad de Estado Alta. Además, con pesos levemente menores pero signifi-

cativos aparecen: 4) Promedio Académico Deficiente y 5) Promedio Aceptable. Al *polo del engagement* corresponden las siguientes modalidades según su orden de significancia: 1) Ansiedad de Rasgo Baja, 3) Depresión Baja, 4) Ansiedad de Estado Baja, 5) Promedio Académico Bueno (tabla 6).

**Tabla 6.** Caracterización de los polos positivo y negativo del factor Respuesta de los estudiantes ante el estrés por las variables ilustrativas

Valores-Test	Variable	Modalidad de la variable
-9,58	Ansiedad de Rasgo	AXR_Alta
-8,59	Depresión	Depresión alta
-7,96	Ansiedad de estado	AXE_Alta
-4,68	Promedio académico ponderado	Menor de 3.4 deficiente
-2,51	Promedio académico ponderado	3.5 a 3.9 Aceptable
Zona central		
2,66	Semestre	Segundo
4,42	Promedio académico ponderado	4.0 a 4.4 Bueno
7,80	Ansiedad de estado	AXE_Baja
8,58	Depresión	Depresión baja
10,72	Ansiedad de Rasgo	AXR_Baja

**Fuente:** datos tabulados por los autores.

## DISCUSIÓN

Al buscar esclarecer las relaciones entre las variables estudiadas a partir del ACM aparece la configuración de un plano factorial consistente y con sentido que define el papel de cada variable en relación con las otras. Precizando la caracterización del factor *Respuesta de los estudiantes ante el estrés*, vemos que en el polo del *burnout* predominan bajos niveles de energía o de persistencia y esfuerzo ante los contratiempos y dificultades (bajo Vigor), junto con bajos niveles de entusiasmo,

inspiración, orgullo y reto ante los estudios (baja Dedicación), además de niveles bajos de concentración y de felicidad durante el desempeño de las actividades académicas (baja Absorción), lo cual se acompaña de autopercepciones de incompetencia para afrontar las exigencias académicas (Ineficacia Académica). Caso contrario ocurre en el polo del *engagement*, en el que predominan los estados motivacionales positivos y persistentes, junto con bajos niveles de ineficacia académica percibida para llevar a cabo las demandas académicas.

Puede llamar la atención en esta configuración del plano factorial la aparente ausencia de las variables de Agotamiento y Cinismo; aparente, ya que es debida al peso relativo menor de estas en comparación con los pesos de las dimensiones del *engagement*. Es en este sentido que las dimensiones centrales del *engagement* terminan configurando con mayor peso al factor, junto con la dimensión de Ineficacia Académica. Esto es consistente con lo propuesto por Schaufeli et al. (4) y Salanova et al. (37), quienes consideran que las dimensiones centrales del *engagement* (Vigor y Dedicación) y del *burnout* (Agotamiento y Cinismo) se relacionan negativamente. En consecuencia, los resultados aquí obtenidos apoyan considerar el *burnout* y el *engagement* como polos opuestos de un mismo continuo multidimensional de las respuestas posibles de los estudiantes ante el estrés, y no como síndromes discretos e incomparables.

Resalta el papel central que juega la Ineficacia Académica en cada uno de los polos del factor, lo cual consideramos que debe interpretarse en el sentido de que el grado de valoración de la propia capacidad ante los estudios puede determinar el grado de esfuerzo o implicación que invierten los estudiantes en

la actividad académica, así como su perseverancia ante los obstáculos (2). Esto, por su parte, es consistente con el papel modulador propuesto de la autoeficacia en el proceso de afrontar el estrés de los universitarios (12, 13, 4), en la medida que altos niveles de autoeficacia disminuyen la experiencia del estrés, al favorecer una mayor sensación de competencia, la generación de metas propias, la movilización y encauzamiento de recursos para conseguirlas, con el necesario nivel de motivación, dedicación y persistencia en el tiempo al llevar a cabo las actividades académicas (10); mientras que la baja autoeficacia incrementa la valoración estresante de los eventos amenazantes, dedicando menor esfuerzo y dedicación para superarlos (12).

En cuanto a la relación del polo del *burnout* con la salud mental, se caracterizó por niveles relevantes de ansiedad de rasgo, de estado y de depresión, lo que es acorde con observaciones y predicciones recurrentes de esta comorbilidad (27, 18, 25, 26, 28, 29, 30). Estos hallazgos adquieren mayor notoriedad, en cuanto que el polo del *engagement* no correlacionó con ninguno de los indicadores de perturbación de la salud mental. Así, sugieren de que a más bajos niveles de *engagement* y mayores de ineficacia académica se podría constatar una mayor presencia de indicadores de afectación de la salud mental. Es más, apuntan a considerar el establecimiento de un circuito recursivo, autorreforzante, progresivo y negativo, entre bajos niveles de *engagement*, altos de ineficacia y las perturbaciones emocionales mencionadas. En consecuencia, más allá de la delimitación estricta entre *burnout*, ansiedad y depresión, y dado el carácter difuso, insidioso y evolutivo del *burnout*, conviene considerar, a nuestro juicio, que este podría cursar con y hacia formas manifiestas de ansiedad y depresión



(7). Por lo demás, también estos hallazgos concuerdan con investigadores que señalan que un sentido bajo de eficacia favorece los síntomas de depresión y ansiedad (1, 19).

Por último, en cuanto a la relación de los polos del *engagement* y del *burnout* con el rendimiento académico, el primero se asoció con un mejor rendimiento; aunque al polo del *burnout* no se asocia necesariamente un bajo rendimiento académico, como han reportado algunos estudios (35, 36), sí es más bajo que en el polo del *engagement*. Es decir, en línea con lo que refieren Bresó (9), Caballero et al. (7) y Manzano (36), estos resultados apoyan tanto las observaciones de que el *burnout* no es necesariamente un buen predictor de mal rendimiento académico como que mejores niveles de *engagement* y de autoeficacia pueden aportar al mejor desempeño académico de los estudiantes universitarios.

En síntesis, por una parte, las observaciones y análisis arrojados en este estudio apoyan y son consistentes con las relaciones establecidas y esperadas de las variables estudiadas con base en los desarrollos teóricos y empíricos en el campo, los cuales no son realmente escasos entre población universitaria de nuestro medio tanto a nivel nacional, regional y local. Sin embargo, como valor adicional o aporte al desarrollo del mismo, este trabajo de carácter multivariado fue más allá de establecer correlaciones simples entre variables, p.e., *burnout*-rendimiento académico; por el contrario, se planteó y estableció relaciones consistentes entre todas las variables estudiadas, lo cual permite identificar una dimensión única e integradora de la respuesta posible de los estudiantes universitarios ante el estrés académico, la cual vincula tanto al *engagement* y al *burnout* como polos opuestos

de dicha dimensión única, y a su vez cada uno, de manera consistente y esperada, se asocia con valores positivos o negativos de indicadores tanto de salud mental como de rendimiento académico. En consecuencia, el factor identificado, y las asociaciones halladas entre variables que lo sustentaron, sugieren un potencial uso del mismo como dimensión de utilidad predictiva, p.e., sobre el rendimiento académico, la posibilidad de abandono de los estudios, la satisfacción con los mismos, el bienestar psicológico y la salud mental de los estudiantes universitarios, etc., entre otros, y, por ende, a su vez sugieren su eventual utilidad para el desarrollo de programas preventivos y de promoción del bienestar y desarrollo académico de los estudiantes universitarios en nuestro contexto. Desde luego, se requerirán posteriores investigaciones que apoyen estos resultados, aumenten su capacidad de generalización y especifiquen los mediadores contextuales y del sujeto de su eficacia operativa.

## CONCLUSIÓN

La caracterización de la relación *burnout-engagement*, y sus relaciones con ansiedad, depresión y rendimiento académico, en la muestra estudiada, identificó un factor que da cuenta de las posibles *Respuestas de los estudiantes ante el estrés*. Su estructura sugiere un continuo multidimensional (conformado principalmente por las dimensiones de Vigor, Absorción, Dedicación e Ineficacia Académica), que en su extremo positivo o polo del *engagement* predominan los niveles altos de *engagement* y bajos de ineficacia académica, de ansiedad de rasgo, de estado, de depresión y buen rendimiento académico; y en el negativo o polo del *burnout* se invierten estos valores (a excepción de rendimiento académico).

**Conflicto de interés:** ninguno.

**Financiación:** Universidad de Magdalena.

## REFERENCIAS

1. Contreras F, Espinosa J, Esguerra G, Haikal A, Rodríguez A. Autoeficacia, ansiedad y rendimiento académico en adolescentes. *Perspectiva en Psicología* 2005; 1 (2): 183-194.
2. Bresó E. Well-being and Performance in Academic Settings: The Predicting Role of Self-efficacy. [Trabajo para optar el título doctoral Psicología en las Organizaciones]. Universidad Jaume I de Castellón, Castellón, España; 2008.
3. Caballero C, Abello R, Palacio J. Relación del burnout y rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios. *Avances en Psicología Latinoamericana* 2007; 25 (2): 98-111.
4. Schaufeli W, Martínez I, Marques PA, Salanova M, Bakker A. Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross Cultural Psychology* 2002; 33 (5): 464-472.
5. Schaufeli W, Bakker A. Job demands, job resources, and relationship with burnout and engagement: a multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior* 2004; 25 (3): 293-302.
6. Lazarus RS, Folkman, S. Coping and Adaptation. In: GENTRY WD. (szerk): *The Behavioral of Medicine*. New York: Guilford; 1986. p. 235-312.
7. Caballero C, Hederich C, Palacio J. El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados a su aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología* 2010; 42 (1): 131-146.
8. Gil-Monte PR. El Síndrome de Quemarse por el Trabajo (Síndrome de Burnout). Profesionales de Enfermería. *Revista Electrónica Interacao Psy* 2003 (1):19-33. Disponible en: <http://www.insp.mx/salud/index.html>.
9. Bresó E, Llorens S, Salanova M. Creencias de eficacia académica y engagement en estudiantes universitarios. *Jornades de Foment de la Investigació* 2005. Disponible en: [www.uji.es/bin/publ/edicions/jfi9/psi/6.pdf](http://www.uji.es/bin/publ/edicions/jfi9/psi/6.pdf).
10. Caballero C, Palacio J, Hederich C. Burnout académico: Prevalencia y Factores asociados. [Tesis doctoral no publicada]. Universidad del Norte, Barranquilla, Colombia; 2012.
11. Arce R, Fariña F, Novo M, Seijo D. Efecto del sistema de enseñanza en el rendimiento académico, burnout experimentado y estrés académico. *Aula Abierta* 2012; 40 (2): 3-10.
12. Salanova M, Cifre E, Llorens S, Martínez I. Antecedentes de la autoeficacia en profesores y estudiantes universitarios: Un modelo causal. *Revista de Psicología, del Trabajo y de las Organizaciones* 2005; 21 (1): 159-176.
13. Salanova M, Grau R, Martínez I, Llorens S. Facilitadores, Obstáculos, rendimiento académico relacionado con la satisfacción con los asuntos del estudio. *Diario El País Universal*, 2004.
14. Llorens S, García M, Salanova M. Burnout como crisis de eficacia: un estudio longitudinal en profesionales de secundaria. *Revista de Psicología, del Trabajo y de las Organizaciones* 2005; 21(1-2): 55-70.
15. Cherniss C. The role of professional self-efficacy in the etiology and amelioration of burnout. En: Schaufeli WB, Maslach C, Marek T. *Professional burnout: Recent development in theory and research*. Washington, D. C.: Taylor y Francis; 1993. p. 135-149.
16. Bandura A. Auto-Eficacia: *Cómo afrontamos los cambios de la Sociedad actual*. Bilbao: Desclé De Brouwer; 1999.
17. Bandura A. Health promotion by social cognitive means. *Health Education y Behavior* 2004; 31 (2): 143-164. DOI: 10.1177/1090198104263660
18. Dahlin M, Runeson, B. Burnout and psychiatric morbidity among medical students entering clinical training: a three year prospective questionnaire and interview-based study. *BMC Medical Education* 2007; 7 (6): 1-8.
19. Nakamura A, Míguez C, Arce R. Equilibrio psicológico y burnout académico. *Revista de Investigación en Educación* 2014; 12 (1): 32-39.
20. Maslach C, Schaufeli W, Leiter M. Job Burnout. *Annual Review of Psychology* 2001; 52: 397-422. DOI: 10.1146/annurev.psych.52.1.397

21. Moriana J, Herrezco El síndrome de burnout como predictor de bajas laborales de tipo psiquiátrico. *Clínica y salud* (España: Colegio Oficial de Psicólogos) 2005; 16 (2): 161-172.
22. American Psychiatric Association (APA). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. Texto revisado (DSM IV-TR). Barcelona: Masson; 2002.
23. Moreno B, Meda R, Rodríguez A. El síndrome de burnout en una muestra de psicólogos mexicanos: Prevalencia y Factores Sociodemográficos asociados. *Psicología y Salud* 2006; 16 (001): 5-13.
24. CIE 10: Trastornos Mentales y del Comportamiento: Descripciones Clínicas y Pautas para el Diagnóstico. Organización Mundial de la Salud; 2007.
25. Drybye L, Thomas M, Huntington J, Lawson K, Novotny P, Sloan J, Shanafelt T. Personal Life Events and Medical Student Burnout: A Multicenter Study. *Academic Medicine* 2006; 81(4): 374-384.
26. Drybye L, Thomas M, Huschka M, Lawson K A multicenter Study of Burnout, Depression, and Quality of Life in Minority and Nonminority Medical Students. *Clinic Proceedings* 2006; 81 (11), 14-35.
27. Neveu J. Jailed resources: conservations of resources theory as applied to burnout among prison guards. *Journal of organizational behavior* 2007; 28 (1): 21. DOI: 10.1002/job.393
28. Kirsí H, Honkonen T, Kivimäki M, Virtanen M, Isometsä E, Aromaa A, Lönnqvist J. Contribution of Burnout to the Association Between Job Strain and Depression: the Health 2000 Study. *Journal of Occupational and Environmental Medicine* 2006; 48 (10): 10-23.
29. Darrigrande JL, Durán K. Síndrome de burnout y sintomatología depresiva en profesores: relación entre tipo de docencia y género en establecimientos educacionales subvencionados de Santiago de Chile. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación* 2012; 10:72-87.
30. Arango S, Castaño J, Henao C, Jiménez D, López A, Páez M. Síndrome de burnout y factores asociados en estudiantes de I a X semestre de la Facultad de Medicina de la universidad de Manizales (Colombia), 2009. *Archivo de Medicina* 2010; 10 (2): 110-126.
31. Nováez, M. *Psicología de la actividad*. México: Editorial iberoamericana; 1986.
32. Reyes Y. Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y la asertividad en estudiantes del primer año de psicología de la UNMSM. Tesis digitales; 2003.
33. Pérez- Luño A, Ramón J, Sánchez J. *Análisis exploratorio de las variables que condicionan el rendimiento académico*. Sevilla, España: Universidad Pablo de Olavide; 2000.
34. Garbanzo G. Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. *Educación* 2007; 31 (1): 43-63.
35. Martínez I, Marques A. Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas. *Revista Aletheia* 2005; 21: 21-30.
36. Salanova M, Martínez I, Bresó E, Llorens S, Grau R. Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Anales de Psicología* 2005; 21 (1): 170-180.
37. Carlotto M, Gonçalves, S. Preditores da síndrome de burnout em estudantes universitários. *Pensamiento Psicológico* 2008; 4 (10): 101-109.
38. Spielberger CD, Gorsuch RL, Lushene RE. *Manual for the State-Trait Anxiety inventory*, Spierberger, Palo Alto, California: Consulting Psychologist Press; 1970.
39. Sanz J, Vázquez C. Trastornos depresivos (II): Productos, operaciones, estructuras cognitivas. En: Belloch A, Ibáñez E, Eds. *Manual de psicopatología*. Valencia: Promolibro; 1991;2:785-875.