



**UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO**  
Recinto de Río Piedras  
Facultad de Ciencias Sociales  
Escuela Graduada de Trabajo Social Beatriz Lasalle

**PERCEPCIONES SOBRE EL *BURNOUT*:**  
**de estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta**  
**en la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras a mayo 2020**

**Ambar A. Rosario López**

**Carlos M. Fernández Rosario**

**Dalitza Mejías Colón**

Tesis presentada a la Facultad de la Escuela Graduada de Trabajo Social Beatriz Lassalle de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras, como uno de los requisitos para obtener el grado de Maestría en Trabajo Social.

Mayo 2020

Esta tesis es propiedad de Ambar A. Rosario López, Carlos M. Fernández Rosario, Dalitza Mejías Colón y de la Escuela Graduada de Trabajo Social Beatriz Lassalle de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. No podrá ser duplicada en parte o en su totalidad sin el consentimiento por escrito de la Escuela y de sus autoras y autor.

## Tabla de Contenido

Tabla de Contenido .....	i
Lista de Tablas y Figura .....	iv
Resumen .....	vi
Resumen datos biográficos de autoras y autor .....	viii
Agradecimientos .....	2
Dedicatorias .....	3
Capítulo I- Introducción	
Definición del problema .....	5
Justificación .....	7
Revisión de literatura .....	11
<i>Burnout</i> .....	11
<i>Burnout</i> laboral .....	12
<i>Burnout</i> en estudiantes .....	14
Poblaciones más estudiadas en el <i>burnout</i> estudiantil .....	17
Aspectos políticos y económicos .....	18
Aspectos académicos, socio-familiares y económicos .....	23
Aspecto cultural .....	29
Marco conceptual .....	33
Propósitos generales y específicos .....	38
Hipótesis .....	39
Definiciones conceptuales y operacionales .....	41
Diseño metodológico .....	42

Diseño .....	43
Población .....	43
Instrumento de medición .....	44
Procedimiento de análisis .....	44
Protección de sujetos humanos en la investigación .....	44
 Capítulo II- Hallazgos	
Perfil sociodemográfico .....	46
Escala de <i>Burnout</i> .....	60
Variables sociales .....	65
 Capítulo III	
Discusión de hipótesis .....	72
Conclusiones .....	74
Recomendaciones .....	76
A la Universidad de Puerto Rico .....	77
A las Escuelas Graduadas de Ciencias de la Conducta .....	77
Para la formulación de la política social .....	78
A futuras investigaciones .....	78
Limitaciones .....	79
Referencias .....	81
 Apéndices	
Apéndice A: Cuestionario .....	90
Apéndice B: Consentimiento Informado .....	91
Apéndice C: Certificados de CITI Program .....	92

Apéndice D: Carta a las Escuelas Graduadas de Ciencias de la Conducta .....	93
Apéndice E: Aprobación de CIPSHI .....	94

## Lista de Tablas y Figura

Tabla 1. Sexo de la persona .....	46
Tabla 2. Edad .....	47
Tabla 3. Estado Civil .....	48
Tabla 4. ¿Cuántas personas residen en su hogar? (Incluyéndose) .....	49
Tabla 5. ¿Alguien depende de usted? .....	50
Tabla 6. ¿Qué grado académico que estudia? .....	51
Tabla 7. Escuela graduada a la que pertenece .....	51
Tabla 8. ¿Está trabajando actualmente? .....	52
Tabla 9. ¿Qué ayuda/s económica/s recibe de la Universidad? .....	54
Tabla 10. Aproximadamente, ¿cuál es su ingreso mensual? .....	55
Tabla 11. Indique si alguna/s de las siguientes condiciones de salud le está/n afectando actualmente. ....	56
Tabla 12. ¿Cuántos créditos tiene durante el semestre? .....	57
Tabla 13. ¿Cuántas horas de práctica profesional debe cumplir durante el semestre? .....	58
Figura 1. Frecuencia de uso de sustancias .....	59
Tabla 14. Escala de <i>Burnout</i> .....	63
Tabla 15. Me produce mucho estrés .....	66
Tabla 16. ¿Qué mecanismos utiliza para manejar el estrés? .....	68
Tabla 17. ¿Qué factores considera que influyen más en el burnout? .....	69

EJEMPLAR AUTORIZADO POR:

Jannette Rodríguez Ramírez, Ph.D.

Directora de Tesis

## Resumen

Este estudio no experimental-transeccional, que se realizó a estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta humana de la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras, tuvo como propósito conocer las percepciones de los estudiantes acerca de los factores sociales, familiares y académicos que el estudiantado participante consideró como contribuyentes al *Síndrome de Burnout*; explorar qué opinión tienen sobre si la condición económica, política y social actual de Puerto Rico aporta al *Síndrome de Burnout*; conocer si las políticas de austeridad impuestas por la Junta de Control Fiscal de Puerto Rico a la Universidad de Puerto Rico son vistas como un elemento que influye en el *burnout* y finalmente indagar sobre factores culturales que entienden que contribuyen al *burnout*. El estudio tuvo la pertinencia de crear conocimiento en cuanto al *burnout* en estudiantes de ciencias de la conducta humana ya que la mayoría de los estudios realizados sobre el *burnout* estudiantil se han enfocado en estudiantes del área de la salud.

El marco conceptual utilizado para esta investigación estuvo conformado por el Modelo *Tridimensional del Burnout*, la *Teoría Ecosistémica* y la *Teoría Crítica*. A través de este marco se identificaron las variables a investigar: el área académica, socio-familiar, las cuestiones políticas-económicas y los aspectos culturales. De esta manera se presenta el *burnout* estudiantil como un asunto que se debe observar desde lo holístico y dimensional del ser humano y adicional en este caso, desde la complejidad de la vida de un y una estudiante puertorriqueño/a.

Al finalizar el análisis de los hallazgos, el equipo investigador concluyó que cada participante de la comunidad estudiantil en este estudio, vive realidades en distintos contextos. Que el factor económico es uno que se torna importante en el análisis del *burnout* y en un estresor en las vidas del estudiantado. La necesidad económica en el estudiantado hace que se

inserten en el campo laboral, mientras cumplen con los demás roles sociales, familiares y académicos.

## **Resumen de Datos Biográficos de Autoras y Autor**

### **Datos Biográficos de Ambar A. Rosario López**

Se encuentra en proceso de culminación de su Maestría en Trabajo Social con enfoque en Familias y, Administración como segunda concentración. Posee un Bachillerato en Artes del Trabajo Social de la Universidad de Puerto Rico en Río Piedras (2018). Sus temas de interés son pobreza, bienestar social, calidad de vida y equidad.

### **Datos Biográficos de Carlos M. Fernández Rosario**

Está en los procesos de finalizar sus estudios en la Maestría de Trabajo Social con enfoque en Familias. Obtuvo su Bachillerato en Artes con Concentración en Trabajo Social en la Universidad de Puerto Rico Recinto de Humacao en mayo del 2018. Los temas de su interés son la niñez, pobreza y el bienestar social.

### **Datos Biográficos de Dalitza Mejías Colón**

Posee un bachillerato en Artes con Concentración en Trabajo Social, de la Universidad de Puerto Rico en Humacao (2017). Se encuentra culminando una maestría en Trabajo Social con Énfasis en Administración Programas Sociales en la Escuela Graduada de Trabajo Social Beatriz Lasalle de la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras. Sus temas de interés son: población con diversidad funcional e intelectual, historia y estadísticas.



**PERCEPCIONES SOBRE EL *BURNOUT*:**  
**de estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta**  
**en la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras a mayo 2020**

## **Agradecimientos**

Agradecemos a nuestra mentora y Directora de Tesis, la Dra. Jannette Rodríguez Ramírez por siempre ser una fuente de apoyo y depositar su confianza en nosotros. De igual manera, queremos expresar nuestros agradecimientos a todo el estudiantado graduado de ciencias de la conducta que fue partícipe de nuestra investigación, por su disposición, honestidad y aporte al conocimiento. Además, queremos agradecer a nuestros familiares por el amor recibido y la paciencia que día a día mostraban en el proceso de realizar esta tesis. Gracias porque nosotros, como estudiantes graduados, también somos parte de una población con distintos roles demandantes y el apoyo de esos seres queridos hizo de esta investigación una realidad. Por último, pero no menos importante, queremos agradecer a nuestras amistades por el apoyo emocional y físico, por escucharnos y por sus muestras de cariño.

A.A.R.L. C.M.F.R. D.M.C.

## **Dedicatorias**

### **Ambar A. Rosario López**

Dedico este estudio a la comunidad universitaria, en especial a estudiantes de las escuelas graduadas de ciencias de la conducta que se esfuerzan a diario con el fin de adquirir los conocimientos y las herramientas necesarias que les permita intervenir y abogar por el bienestar integral de la comunidad puertorriqueña. Deseo que este estudio les sirva de espejo y puedan ver el reflejo de la realidad de vida, a la cual se están enfrentando. Además, espero que funja como herramienta de inspiración de otras investigaciones sobre la temática del *burnout* en estudiantes. Por último, es de mi suma importancia que este estudio les sea de provecho para generar cambios en su vida que les sean de beneficio para su calidad de vida.

### **Carlos M. Fernández Rosario**

Esta investigación se la dedico en primer lugar a las personas participantes de este estudio, ya que sin su participación no se hubiese podido cumplir nuestra meta de culminar este proceso investigativo. También, quiero dedicar este estudio a nuestra Directora de Tesis Jannette Rodríguez Ramírez, quien aportó de su conocimiento y apoyo para que nuestro trabajo investigativo se pudiese completar. Además, dedico este estudio a mis compañeras de tesis Ambar A. Rosario López y Dalitza Mejías Colón, quienes fueron excelentes compañeras, ya que mostraron su apoyo incondicional e hicieron de este proceso uno ameno. Finalmente, esta tesis va dedicada a mi familia, ya que me apoyaron en todo el proceso mostrando su cariño, paciencia y comprensión.

## **Dalitza Mejías Colón**

Dedico este estudio primeramente a las personas que dieron de su tiempo para participar de este estudio, ya que sin sus respuestas y su participación, la investigación no hubiese sido posible. También dedico este estudio a mis compañeros Ámbar A. Rosario López y Carlos M. Fernández Rosario, ya que fueron los mejores compañeros que pude haber tenido para esta travesía de un año y que dentro de todo el estrés que conlleva realizar una tesis, nos disfrutamos el proceso. Por último, dedico este estudio a mi pareja Kidany Valdés Díaz por su paciencia, apoyo y amor durante todo el proceso.

## CAPÍTULO I- INTRODUCCIÓN

### Definición del Problema

El *Síndrome del Burnout* ha sido definido por distintos teóricos, aunque fue Freudenberg quien inicialmente introdujo el concepto en el campo de la conducta humana. Este teórico definió el *Síndrome del Burnout* como “un estado de fatiga o frustración que se produce por la dedicación a una causa, forma de vida o relación que no produce el refuerzo esperado.” (Freudenberg, 1974, citado por Vallejo-Villalobos 2016, p. 1).

Sin embargo, el término se comenzó a utilizar a nivel profesional luego de que la Dra. Christina Maslach lo expusiera en la convención de la Asociación Americana de Psicología en 1977 dentro del escenario laboral. Es por esto que, luego se investiga a mayor profundidad las respuestas de trabajadores a los estímulos recibidos en sus lugares de trabajo, determinando que “...consideran que el *burnout* se acomoda, fundamentalmente, en las profesiones asociadas a los servicios y los cuidados, cuyo aspecto central, se articula en torno a la relación entre el proveedor y el receptor” (Maslach, 1982; Schaufeli & Salanova, 2014, citados por López, 2017, p. 13).

Adicional a esto se considera que

...la notoriedad del *Burnout* resulta de las políticas empresariales como consecuencia de la globalización económica. El éxito de este sistema radica en la superioridad de la productividad y la maximización de los beneficios frente al bienestar de los Recursos Humanos que, a la postre,

se traduce en una reducción en los niveles de confianza y compromiso respecto a las organizaciones empleadoras. (Maslach & Leiter, 1977, citado por López, 2017, p. 11)

Entonces no es raro que, en las profesiones de la conducta humana, siendo las mismas de servicios, exista el síndrome, aun incluso en la comunidad estudiantil, que están en proceso de su formación profesional. Además de realizar sus labores de estudios, gran parte de la comunidad universitaria puertorriqueña se encuentra asumiendo arduamente otros roles además de ser estudiantes, tales como ser proveedores, cuidadores, trabajadores, practicantes y familiares. Roles demandantes y que ejercen una elevada presión diariamente. Por ende, la comunidad estudiantil está altamente expuesta a más de una situación de estrés constantemente, no solo en su ámbito de estudio, sino en su trabajo, hogar y en otros ambientes sociales en los que se desenvuelven y que están arraigados en la cultura. Esto se torna preocupante debido al resultado perjudicial que tiene el *burnout* en el bienestar físico, mental, emocional y social de las personas.

El *Síndrome del Burnout* promueve comportamientos nocivos en estudiantes universitarios. Rosales & Rosales (2013) describen que estos comportamientos se traducen en agotamiento físico y mental, abandono de estudios y disminución de rendimiento académico. Según Bitran et al., (2019) existen estudios internacionales que muestran a estudiantes sufriendo de *burnout* con repercusiones negativas en su práctica, su profesionalismo y su conducta ética, así como su empatía. De igual forma, asumen conductas relacionadas con el abandono de la carrera, la depresión y se tiende a incrementar la ideación suicida. De manera que, el bienestar integral de la comunidad universitaria se encuentra en riesgo.

Así pues, el propósito de este estudio fue conocer la percepción sobre el *burnout* y su posible relación con los factores políticos, económicos, socio-familiares, académicos y culturales en estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta de la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras.

## **Justificación**

Hoy en día las personas dentro de la sociedad están expuestas a muchas presiones. Estas, pueden influir en la vida de cada individuo llevándoles a un estado de máximo desgaste, mejor conocido como el *burnout*. En la literatura se identifican dos comunidades que son más propensas a padecer del *Síndrome del Burnout*, la población profesional y la estudiantil. Es por esta razón, que nace el interés de investigar sobre este particular. Como estudiantes de maestría en trabajo social, entendemos que este es un asunto que necesita ser atendido, ya que regularmente experimentamos la fatiga asociada a diversidad de factores, y lo vemos en quienes nos rodean en las aulas universitarias.

Según el Colegio de Profesionales de Trabajo Social de Puerto Rico (2017), Trabajo Social es una profesión regida de las dimensiones axiológica, ontológica y epistemológica. De manera que, sostiene ideales humanitarios, cuyos principios son: la dignidad de las personas; la liberación y emancipación; justicia social; los derechos humanos y equidad; servicio como derecho social y económico; relaciones humanas y solidarias; integridad y, calificaciones y destrezas profesionales. A su vez, como profesionales de trabajo social tenemos el compromiso de ser promotores de la calidad de vida conforme a los derechos universales del ser humano. En ella, se percibe a la persona como ser humano integral con derechos que, mantiene una interacción constante con su ambiente. Es decir, compuesta por sus aspectos

biológico, psicológico, social, político, económico, histórico, cultural y espiritual, y su entorno. Desde el trabajo social, este estudio exploró la percepción del *burnout* en estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta, su naturaleza y su alcance en la vida de estudiantes de dichas escuelas, ya que entendemos que las implicaciones del *Síndrome del Burnout* representa una amenaza a los principios que promueve la profesión.

El equipo de investigación tuvo la inquietud por el tema del *burnout*, debido a la realidad y a las presiones que vive la comunidad de estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta. La población estudiantil graduada resulta con mayor vulnerabilidad a padecer el *Síndrome del Burnout*, ya que gran parte cumple con múltiples roles sociales y académicos, y no poseen ayudas económicas para costear su matrícula y gastos personales. Por tal razón, el grupo investigador se interesó en conocer y visibilizar la existencia de indicadores del *burnout* en estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras y los factores políticos, socio-familiares, académicos y culturales que pueden acentuar este síndrome. De igual forma, se espera que este estudio se utilice como base para posteriores investigaciones con estudiantes de ciencias de la conducta. También, este trabajo de investigación se realizó como requisito para el grado de Maestría en Trabajo Social de la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras.

Además, se espera que este estudio pueda servir de base para ofrecer sugerencias que ayuden a mejorar la calidad de vida de la comunidad de estudiantes de ciencias de la conducta, ya que estudios internacionales indican que cuando los estudiantes sufren de *burnout*, “la práctica clínica, el profesionalismo y la conducta ética, así como la empatía, se ven afectados negativamente, mientras que el riesgo de abandono de la carrera la depresión y la ideación suicida tienden a aumentar.” (Bitran, et al., 2019, p. 511).

En Puerto Rico, por ejemplo, el Sistema de la Universidad de Puerto Rico, ha tenido varios cambios y se ha visto afectado por las políticas de austeridad de la Junta de Supervisión Fiscal, impuesta por el Congreso de los Estados Unidos bajo la ley PROMESA. Estos cambios se han reflejado en el aspecto económico, pues el costo por crédito a nivel graduado ha aumentado a casi el doble en dos años, lo que implica mayor carga económica para la comunidad universitaria. Según la página web de la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras (2018) el costo del crédito a nivel graduado es de \$175.00. Adicional a los aspectos económicos y académicos en la vida de la comunidad estudiantil graduada, existen factores sociales a nivel macro que impactan la vida de profesionales en formación. Estos factores pueden ir desde la situación económica del país, las problemáticas políticas y el estatus colonial.

Reduciendo la mirada de nivel macro y aludiendo a factores académicos, socio-familiares y económicos, se observa a la comunidad estudiantil ejerciendo múltiples roles. La misma, está expuesta a un escenario que no solo incluye estudiar. Sino, enfrentarse a las exigencias de su formación profesional, tales como asistir a clases, entregar trabajos, realizar exámenes, cumplir con horas de práctica, investigar y cumplir con otras tareas extracurriculares. Lo que compromete a la comunidad a asumir las cargas que cada una de éstas conllevan como profesionales en formación dentro y fuera de la jornada de estudios.

Ante este panorama, la vida social de la comunidad estudiantil graduada está comprometida. El tiempo libre y de ocio es limitado. El espacio para la atención propia y/o cuidado de la familia es perjudicado por la gama de tareas y funciones con las cuales deben cumplir de forma individual. Parte de la comunidad no cuenta con los recursos para costear sus estudios. Por lo que, sostiene trabajo y/o préstamos para poder sufragarlos. De modo que,

existen diversas presiones en la comunidad estudiantil provenientes de su función como estudiante y sus roles particulares.

Cuando aludimos a factores culturales que puedan estar asociados al *burnout* nos referimos a que en Puerto Rico, la música, la televisión y la prensa están presentes en la vida cotidiana y forman parte esencial de la gente. Así que, estos factores también, pueden ser parte contributiva al *Síndrome del Burnout* en muchas personas.

En el elemento musical, muchos de los ritmos musicales más escuchados por las personas en la isla, son los siguientes: la salsa, el merengue, reggaeton, trap latino y la bachata. En la lírica de muchas de estas canciones se hace mención a aspectos referentes al estilo de vida que se espera vivir o debe ser vivido. En la salsa, el merengue y la bachata, sus intérpretes expresan en muchas canciones el no mostrar preocupación de las situaciones del día, y el estar siempre en la vida de la rumba y la fiesta. El trap latino, al igual que el reggaetón, tiene varias canciones que hacen referencia al estilo de vida esperado a través de la marca de ropa o del carro que se debe tener para estar bien.

En las plataformas televisivas se fomenta el consumo excesivo de programación como series, películas, etcétera. Esto lleva a la persona a entrar en crisis por el poco tiempo que le queda para organizarse y cumplir así con sus tareas y deberes en su desempeño académico y laboral. Esta situación provoca que las funciones cerebrales sean limitadas, debido al invertir demasiado tiempo en el televisor consumiendo, por ejemplo, *Netflix* (Razo, 2018).

En la prensa escrita se presentan, a través de sus páginas, anuncios relacionados con decoraciones del hogar, anuncios de ofertas de compañías telefónicas, ventas de autos, entre otras, donde se les ofrece a las personas muchos beneficios o rebajas en los precios, pero a la

larga terminan perjudicando al individuo. Por la razón de que la persona desea conseguir todos los artículos expuestos en las páginas o aplican para ofertas que son engañosas o están vencidas.

### **Revisión de Literatura**

En esta sección se presenta un resumen de la revisión literaria que se realizó sobre el tema de *burnout* y áreas afines. A continuación, se desglosa la revisión de literatura en las siguientes categorías: *burnout*; *burnout* laboral; *burnout* en estudiantes; aspectos políticos-económicos; aspectos académicos, socio-familiares y económicos, y aspectos culturales.

***Burnout.*** El concepto de *burnout* es registrado oficialmente por el psiquiatra norteamericano Freudenberg, luego de que observó que voluntarios que trabajaban en una clínica alternativa comenzaban a presentar pensamientos negativos en torno al trabajo. Según Freudenberg el *burnout* surge por las altas exigencias y expectativas de las personas que trabajan directamente con otras personas. Se crea una responsabilidad y un peso emocional por sentir que los participantes dependen del servicio que el profesional ofrece. (Freudenberg, 1974, citado por López, 2017).

A partir del trabajo realizado por Freudenberg, se comienza la fase inicial de investigación del *burnout*. Esta primera etapa se caracteriza por divulgar las primeras descripciones clínicas del fenómeno. Concuerdan en este aspecto, Freudenberg, Maslach y Jackson que el *burnout* se asocia fundamentalmente a las profesiones de servicios y de cuidados. Esta perspectiva asocia a las profesiones mencionadas anteriormente con el *Síndrome del Burnout* dada a la intensidad y constancia del estrés al que son expuestas las personas que las practican. (López, 2017)

Luego de esta etapa inicial e investigativa del *burnout*, comienza la etapa empírica. Ya en esta etapa se crean instrumentos sistematizados y validados con los cuales se tiene la

capacidad de medir el *burnout*, específicamente en las profesiones de servicios y cuidado. El instrumento más utilizado y aceptado, dada a su calidad psicométrica, es el *Inventario de Burnout de Maslach* (2001). Luego, de que se diseñara este instrumento, se fue adaptando para que el mismo fuera válido en distintas profesiones. De esta manera se pudo concluir tres aspectos fundamentales en torno al estudio del *burnout*: en primer lugar el *burnout* se relaciona directamente con una crisis de los sujetos en su trabajo de manera general. Por lo que, se concluye que el *burnout* “se manifiesta en una amplia variedad de ocupaciones entre los que prevalecen los policías, los funcionarios de prisiones, el personal de las bibliotecas, los militares, los gerentes, el personal de ventas, entre otras.” (López, 2017, p. 15). En segundo lugar, el modelo estructural del *burnout* ha logrado explicar los factores organizativos del *burnout* y las consecuencias del mismo en las organizaciones. En tercer lugar, “se ha podido evaluar el impacto de las técnicas de intervención con el propósito de reducir el efecto del *Burnout*.” (Maslach, 2001, citado por López, 2017, p. 16)

Según Copca et al. (s.f.), el *burnout* comienza a ser mencionado para el año 1977, definiendo este síndrome como una respuesta a altos niveles de estrés crónico a causa del empleo. Así que, este concepto comienza a utilizarse con mayor auge, pero únicamente destinado al escenario laboral. Es por esta razón que la gran mayoría de los estudios realizados en torno al *Síndrome del Burnout* no tocan el tema de la comunidad estudiantil y se concentra en la población trabajadora.

**El *burnout* laboral.** Rodríguez (2015) discute las causas del Síndrome del *Burnout* laboral en su escrito *El síndrome de quemarse por el trabajo y los profesionales de consejería del nivel postsecundario*. Según la autora, en sus inicios, el *burnout* fue considerado como una problemática individual y aludiendo a que la persona que lo sufría era débil o vulnerable. No obstante, Rodríguez (2015) establece que las investigaciones contemporáneas señalan que va

más allá de la individualidad de la persona e involucra una problemática organizacional.

Rodríguez (2015) cita a Maslach (2011), para establecer que hay una ausencia de pareo entre la persona con su entorno social y organizacional. Expone que es alarmante debido a que, el comportamiento de una persona trabajadora debe ser observado dependiendo del ambiente laboral en el que se encuentra.

Por otro lado, la autora hace referencia a las investigaciones de Leiter & Maslach (2005), para señalar que la discrepancia entre la persona trabajadora y su ambiente laboral surge de las expectativas y percepción que posee ante lo que enfrenta en el ambiente de trabajo (Rodríguez, 2015). Ante ello, indica que en el ámbito laboral hay seis áreas relacionadas con el *Síndrome del Burnout*: volumen de trabajo, ausencia de control, recompensa, comunidad, justicia y conflictos en los valores. En cuanto al volumen de trabajo, se refiere a la sobrecarga de tareas a realizar y mayores responsabilidades a asumir en el mismo o menor tiempo. Lo que, de acuerdo con la autora, conlleva a un gasto de energías y reducción de esfuerzo e iniciativa. Ante la ausencia de control, Rodríguez (2015) plantea que las acciones son planificadas, monitoreadas y evaluadas. De manera que, la forma de ejecutar el trabajo se encuentra estandarizado, ya que existe un protocolo a seguir y la persona trabajadora no posee el total control o la flexibilidad que necesita para llevarlo a cabo.

Además, las recompensas por su labor no son lo suficientemente satisfactorias para la persona trabajadora. De acuerdo con Rodríguez (2015), hay falta de remuneración y de refuerzos no monetarios como reconocimientos o promociones, creando en la persona trabajadora sentimientos de frustración. Mientras, la comunidad o cultura laboral entre compañeros y compañeras de trabajo puede ser compleja. La autora menciona que surgen discusiones, mal entendidos y resentimientos que conllevan a un ambiente conflictivo y hostil.

Dentro de esta cultura, Rodríguez (2015) revela que se ausenta la transparencia, surge el liderazgo autocrático y el discrimen terminando en acciones de favoritismo e injusticia. Esto conlleva a tomar acciones en contra de los valores establecidos por la institución laboral.

La exposición constante al estrés laboral tiene un efecto conductual. Trae consigo problemas de ausentismo, necesidad de rotación del personal, deterioro del rendimiento y productividad, surgimiento de prácticas laborales inseguras, aumento en las tasas de accidentes laborales, aumento de las quejas de participantes, menos dedicación al trabajo, efectos negativos en el reclutamiento de personal, aumento de los problemas legales ante demandas presentadas iniciadas por los trabajadores que sufren de estrés y el consiguiente deterioro de la imagen institucional entre sus empleados y de cara al exterior. De forma que, el estrés causado por el alto volumen de trabajo y la disconformidad con el ambiente laboral repercute en el comportamiento de las personas trabajadoras, teniendo un impacto indirecto en la calidad del servicio. (Rodríguez, 2015)

***Burnout en estudiantes.*** Aunque el *burnout*, como fenómeno de estudio y concepto en las ciencias sociales, se comenzó a utilizar para describir una situación específicamente del escenario laboral, estudios indican que el *Síndrome del Burnout* puede impactar a la comunidad estudiantil.

En la investigación realizada a 20 estudiantes de la Universidad Nacional de Costa Rica por León (2013) y titulada *¿Puede el burnout afectar al estudiantado universitario?* se determinó afirmativamente la pregunta titular. La investigación fue cuantitativa y se realizó un ajuste a la *Escala Tridimensional de Maslach* para adaptarlo al ámbito estudiantil. León (2013), destacó una predominancia en estresores tales como: sobrecarga curricular, poco

acceso a recursos tecnológicos, mediación docente en el salón de clases y, doble jornada de estudio y trabajo. Hubo una tendencia a sentir cansancio emocional al finalizar la jornada estudiantil, sentir fatiga al levantarse en las mañanas antes de acudir a la universidad y sentir frustración en la carrera, a pesar de que fuera la de su preferencia. Lo que implica que, existe una tendencia a demandas externas al sujeto que se convierten en estresores. Igualmente, alude a que estudiantes se encuentran de manera frecuente expuestos a otros factores estresantes como los propios de la formación universitaria, sociales e intrapersonales. Adicionalmente, la mayoría indicó tener dolores de cabeza, dolores de espalda, enfermedades gastrointestinales, enfermedades alérgicas, cuyos padecimientos según León (2013), son las principales repercusiones en la salud producto de la acumulación de estrés. Por tanto, León (2013) insiste en que hay una necesidad de buscar alternativas de solución para combatir este síndrome en la comunidad estudiantil.

Por otra parte, el ensayo *Burnout estudiantil: un enfoque unidimensional*, es un escrito que contrae un poco de historia de la temática del *burnout*, enfocándose específicamente en el agotamiento emocional de estudiantes de instituciones universitarias. Según Barraza (2008), autor del mismo, el primer escrito sobre el síndrome de *burnout* estudiantil lo realizó Balogum (1995) visto en Pineiro (2006). Añade que no fue hasta el 2003 que se volvió a estudiar la temática. Barraza (2008) identificó seis investigaciones en las que se utilizaron las escalas *Maslach Burnout Inventory* (MBI), *Maslach Burnout Inventory Health Services Survey* (MBI-HSS) y *Maslach Burnout Inventory Student Survey* (MBI-SS) como herramientas para determinar la presencia del síndrome en estudiantes de universidad. Estas investigaciones partieron de la concepción tridimensional del *burnout*, que abarca más allá del agotamiento emocional. Entre los resultados, en el estudio de Aranda, Pando, Velásquez, Acosta & Pérez

(2003), se destacaban las altas tasas del síndrome en estudiantes de nivel graduado del Departamento de Salud Pública de la Universidad de Guadalajara. Barraza (2008) expresa que, en la investigación de estudiantes de enfermería, realizada por Carlotto, Goncalves & Borges (2005), el estrés es percibido como posible causa de conciliar la actividad laboral con el curso, combinar estudio con actividades de ocio, realizar exámenes y trabajos, la edad, el nivel de expectativas y tener una actividad profesional. Lo que respalda la presencia de factores económicos y sociales involucrados en el *Síndrome del Burnout*.

Barraza (2008) describe que, en los estudios de Borda, Navarro, Aun, Berdejo, Racedo & Ruiz (2007), con estudiantes de medicina en el internado rotatorio I y II en el Hospital Universidad del Norte, y Cano & Martín (2005), con estudiantes de la Facultad de Ciencias Económicas y de Administración, los resultados arrojaron tasas bajas de la presencia del *Síndrome del Burnout*. No obstante, dos estudios correlacionales muestran la subsistencia de relaciones entre las dimensiones del *burnout* y el estudiantado. Barraza (2008) muestra que Extremera, Rey & Durán (2005) investigando entre estudiantes de la Universidad de Huelva y Universidad de Málaga, determinaron que hay relaciones significativas entre la inteligencia emocional de estudiantes y las dimensiones del *burnout*. Mientras, Barraza (2008) imparte que Martínez & Marques (2005), entienden que hay diferencias significativas en las dimensiones del *burnout* relacionadas con las variables sociodemográficas.

Debido a la abundancia de estudios realizados enfocados en la concepción tridimensional, Barraza (2008), expuso la necesidad de establecer una escala unidimensional. Por tanto, presenta la *Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil* constituida por quince premisas unidireccionales. Estas premisas buscan explorar la sintomatología arraigada a la

dimensión de agotamiento emocional. Según esta escala, de seleccionar diez o más de las premisas, se entenderá que la persona contiene el Síndrome de *Burnout* (Barraza, 2008).

**Poblaciones más estudiadas en el *burnout* estudiantil.** Curbelo & el Centro de Documentación, Investigación y Difusión de Psicología Científica (CDID) (2015), realizaron un estudio exploratorio, cuya metodología fue el uso del metabuscador de bases de datos de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras y la Universidad Católica, con la finalidad de conocer investigaciones recientes acerca del *burnout* estudiantil y su alcance en la salud física y cognitiva en estudiantes de profesiones de la salud mental. Dicho estudio es titulado *Burnout académico en estudiantes de salud mental. Impacto en la salud física y cognición*. En él, alegan que la población más estudiada son estudiantes del campo de medicina por ser una de las ramas con mayor demanda en la formación. De forma que, escasean las investigaciones sobre el *burnout* estudiantil en otras ramas. Dentro de los pocos estudios encontrados, las partes investigadoras expresan que a nivel graduado, la comunidad universitaria se expone a retos mayores académicos, financieros y personales. Según Curbelo & CDID (2015), entre los retos académicos se encuentra la carga académica y la exigencia en la calidad, el cumplimiento con las horas de prácticas formativas, el involucramiento en investigaciones incluyendo la tesis o disertación, la realización de presentaciones y trabajos publicables, asistencia a talleres, seminarios, entre otras experiencias.

Los resultados de esta investigación arrojaron altos niveles de *burnout*, estrés y depresión en estudiantes de medicina en universidades estadounidenses y bajos niveles en estudiantes en universidades colombianas. Por otro lado, se destacó que son pocos los estudios realizados a estudiantes de trabajo social, a pesar de que es una profesión reconocida como una de las más vulnerables al estrés crónico. En el campo de trabajo social, se encontró que

“un número significativo de estudiantes de trabajo social experimentan problemas de baja autoestima y agotamiento emocional” (Curbelo & CDID, 2015, p. 39). En cuanto a estudiantes de psicología, se encontraron niveles altos y moderados de *burnout*. En estudios realizados entre estudiantes de consejería se encontró que un 16.8 por ciento indicó tener dificultades significativas para cumplir con los deberes del trabajo, estudios o el hogar, de manera específica, conflictos en el trabajo, sobrecarga de trabajo, estrés e ineficiencia en estos roles. (Curbelo & CDID, 2015)

Ambas partes, Curbelo & CDID (2015) concluyen que a pesar de que la literatura contemporánea resalta una ambigüedad en la sintomatología fisiológica que provoca el *burnout*, entienden que altos niveles de estrés crónico perjudican la salud física y ha sido evidenciado por un sin número de investigaciones. Además, destacan que se ha encontrado que el *burnout* afecta ciertas capacidades del procesamiento de información, siendo ésta un área fundamental en el contexto de aprendizaje. Añaden que, el *burnout* mantiene un alto impacto en la salud física y psicológica que puede repercutir significativamente en el desempeño óptimo de estudiantes de profesiones de la salud mental al momento en el que se sumerjan a la praxis. Tanto Curbelo como el CDID (2015) perciben los estudios como referencias, y recomiendan ponderar la adopción de estrategias de manejo del estrés y prevención del *burnout* en la comunidad estudiantil con el fin de promover el desarrollo pleno y digno.

**Aspectos políticos y económicos.** En los aspectos políticos y económicos de esta investigación se exploró en torno a las políticas que impactan directamente a la población estudiantil, por lo que los temas a tocarse son las: condiciones de empleabilidad, políticas

públicas que atentan contra los derechos humanos, alza en los costos de matrícula y situación económica a nivel familiar.

Según Schaufeli et al. (2002), citado por Caballero, Hederich & Palacio (2009), los primeros indicios sobre el *burnout* se asocian con los avances de carácter social, económico y cultural durante los años sesenta en Estados Unidos. Estos son elementos que no responden necesariamente a la individualidad de las personas, sino a aspectos sociales del nivel macro. Entonces, parece razonable que ante la crisis social, política y económica que atraviesa Puerto Rico en la actualidad, la comunidad estudiantil del sistema público de enseñanza en la isla se vea afectada y por ende sufren de *burnout*.

Por ejemplo, como se ha mencionado anteriormente, la comunidad universitaria no está exenta de estar inmersa en el campo laboral, pues así lo requieren para sustentarse económicamente. Sin embargo, son otro tipo de estímulos los que reciben al realizar “reformas” al sistema de empleo. En el año 2017, se realizó la última reforma laboral en la isla, cuyo impacto fue inmediato y directo a las vidas de las personas que se estarían sumando a la fuerza laboral o las personas que, trabajan bajo contratos renovados periódicamente.

La Reforma Laboral del 2017 aplica a las personas que sean nuevas en un lugar de trabajo o personas que ya no estén trabajando con el mismo contrato. Es decir, las personas que ofrecen sus Servicios Profesionales por contrato. Adicional a esto, en esta reforma se establece que el tiempo probatorio en un empleo aumenta de 3 meses a 9 meses para personas que sean nuevas en el empleo. Si son posiciones ejecutivas, el período probatorio será de 12 meses. Por otra parte, esta reforma establece que las trabajadoras a tiempo parcial, que estén lactando, tendrán 30 minutos de periodo de lactancia cada 4 horas (Ayuda Legal Puerto Rico, 2019).

En cuanto a las licencias por vacaciones, la Reforma Laboral establece los siguientes cambios: tendrán derecho a acumular vacaciones las personas que trabajan 130 horas o más al mes, es decir un promedio de 32.5 horas semanales. Es decir, se impacta negativamente las acumulaciones de días de vacaciones y enfermedad. (Ayuda Legal Puerto Rico, 2019). Por otra parte, la Reforma Laboral 2017 expone que se acumulará un total de 12 días de licencia por enfermedad al año. Cabe destacar que este escenario es para trabajadores y trabajadoras regulares o transitorios, estos beneficios no aplican a la fuerza trabajadora que ofrece sus servicios o trabajan por medio de contratos profesionales (Ayuda Legal Puerto Rico, 2019). Esta Reforma afecta grandemente a la fuerza trabajadora, la cual incluye estudiantes, pues representa un gran nivel de incertidumbre. Esto porque en Puerto Rico, la mayoría de los empleos a los que tienen acceso las personas que se están insertando en el campo laboral, son mediante contratos de servicios profesionales. Por lo que las personas que se insertan en el campo laboral son frecuentemente “empleados/as nuevos/as”, pues aunque estén ejerciendo el mismo trabajo y en el mismo puesto, al renovar contratos anualmente, se consideran como empleados nuevos.

Por otra parte, en Puerto Rico se tiene la particularidad de que se encuentra en recesión o crisis económica desde el 2006. Históricamente en el país han existido varias estrategias económicas que en su momento funcionaron, hasta llegar a hacer de Puerto Rico un ejemplo de modelo económico para las demás islas del Caribe. En la Conferencia titulada *La Crisis económica y gubernamental de Puerto Rico y la necesidad de un cambio de paradigma*, dictada por Vera en el 2015, se habla sobre cómo la Operación Manos a la Obra, impactó el turismo y la tecnología, y las conocidas 936, fueron la solución a un problema económico. La Sección 936 del Código de Rentas internas era un gran atractivo para las compañías

extranjeras que aspiraban a generar grandes ingresos, específicamente en el sector de la farmacéutica y manufactura. El código 936 le permitía a las compañías extranjeras repatriar sus ganancias y las mismas con exención contributiva. Por su gran atractivo, muchas compañías foráneas escogieron establecerse en Puerto Rico, generando así empleos (Vera, 2015).

Luego de que se demostrara el éxito de las compañías 936 establecidas en Puerto Rico, otros poderes y fuerzas comenzaron a dejar sentir su disgusto hacia las mismas. Sectores poderosos políticos y económicos de Estados Unidos solicitaban a viva voz la eliminación de este “paraíso contributivo”, “pues dichas compañías aparte de no pagar impuestos en los Estados Unidos, tenían ganancias exorbitantes por los altos costos que cobraban a los pacientes norteamericanos.” (Vera, 2015, p. 3). Es por esto, que en 1996 el Congreso de los Estados Unidos eliminó la Sección 936 del Código de Rentas Internas Federal, impactando así el estatal. El congreso le concedió un periodo de 10 años a las compañías beneficiadas y a Puerto Rico para que acabaran con este incentivo.

Desde el 2006, año en el que vencía el periodo de gracia, en Puerto Rico ha existido una recesión económica. Desde entonces la deuda pública ha aumentado exorbitantemente y las estrategias del gobierno para generar ingresos y contrarrestar el impacto de la recesión económica, han sido muchas. Desde el 2007 en Puerto Rico se cuenta con un Impuesto Sobre Ventas y Uso (IVU), el cual comenzó con un 7% y en la actualidad es un 11.5%, el cual se encuentra entre los más altos en Estados Unidos. Otras estrategias que han surgido para generar ingresos son: la liberación del comercio y la inversión extranjera, las privatizaciones, la desregulación de la inversión extranjera, etc. Se han realizado varias iniciativas a las que el pueblo se ha opuesto rotundamente y ha ganado, ejemplos de esto lo es La Crudita y el

Impuesto de Valor Añadido (IVA). La Crudita constaba en aumentar el impuesto a la importación del barril de petróleo a Puerto Rico de \$9.25 a \$15.50. El IVA por su parte, pretendía eliminar el Impuesto Sobre Ventas y Uso (IVU) y sustituirlo con un IVA de 16% aun a aquellos artículos y servicios a los que no les aplicaba el primero. Para compensar esto, el IVA no requeriría a las personas que generarán menos de \$40,000.00 pagar las contribuciones sobre ingresos (Vera, 2015).

Es de esta manera que en Puerto Rico, con una deuda pública que excede los 70 mil millones, en el 2016 se impone la Junta de Supervisión Fiscal. “La Junta de Supervisión y Administración Financiera para Puerto Rico fue creada bajo el Puerto Rico Oversight, Management and Economic Stability Act of 2016” (Junta de Supervisión Fiscal y Administración Financiera, 2019). La página web de la JSFAF (2019) expone que su misión es “trabajar con el pueblo y el Gobierno de Puerto Rico para crear las bases de un crecimiento económico sostenible y restablecer la oportunidad para el pueblo de Puerto Rico.” (p. 2). Sin embargo, el escenario ha sido distinto en los últimos años en Puerto Rico. La JSFA ha estado tomando medidas para lograr recuperar el dinero necesario para pagar la deuda pública de Puerto Rico. Entre estas medidas se encuentra disminuir el presupuesto del Sistema de la Universidad de Puerto Rico, en este caso se hablará del presupuesto de la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras. El documento Distribución Presupuesto Original se muestra que el presupuesto para el año 2016-2017 fue de un total de \$241,505,251, mientras que el presupuesto para el año 2017-2018 fue de un total de \$215,806,542, lo que representa una disminución en el presupuesto de \$25,698,709 (OPEP, 2017). Adicional a estas medidas, se ha aumentado a casi el doble el costo del crédito universitario en todos los niveles (bachillerato, maestría y doctorado). Además, el costo de otros procesos administrativos, ha

aumentado, tales como: solicitud de graduación, transcripciones de crédito, solicitud de grado, certificaciones, entre otros. Estos aumentos abruptos representan un estresor para la comunidad estudiantil, ya que la gran mayoría no cuenta con el dinero suficiente para poder cubrir las altas tarifas de los servicios ofrecidos en el Sistema de la Universidad de Puerto Rico.

**Aspectos académicos, socio-familiares y económicos.** Cada estudiante universitario es un ser particular que, se desarrolla en diversos entornos tales como la academia, trabajo, hogar y comunidad. En cada uno de ellos debe desempeñar un rol que incluye asumir responsabilidades. Sin embargo, son muchos los factores que hacen el desempeño de cada estudiante dependa de los factores sociales y económicos. A continuación, se presenta una descripción de los aspectos académicos, socio-familiares y económicos a base de la revisión de la literatura encontrada.

**Academia.** En la lectura *Burnout estudiantil universitario* Rosales & Rosales, (2013), indican que el agotamiento físico y mental, el abandono de los estudios, y la disminución del rendimiento académico son la sintomatología presentada por la comunidad estudiantil al padecer de estrés. Rosales & Rosales (2013), y Copca et al. (s.f.) establecen que los principales causantes del *burnout* en el estudiantado lo son: las altas exigencias planteadas, dificultades materiales afrontadas aún con la ayuda institucional, condición física y los estados de salud, los estilos de vida, las características de la personalidad y motivaciones y razones por las que realiza sus estudios superiores. A ello, se le puede añadir la realización de la práctica profesional y la tesis o disertación doctoral para lograr el grado. Lo que coincide con lo estipulado anteriormente por Curbelo & CDID (2015) acerca de la carga académica, las exigencias y el cumplimiento con todo lo que requiere la experiencia académica se torna una carga enorme para cada estudiante.

**Familia.** El contexto familiar es uno significativo en el rendimiento académico. Dicho contexto determina los aspectos económicos, sociales y culturales que influyen de manera positiva o negativa en el desarrollo personal y educativo de las personas que estudian. La percepción, actitud y acciones de familiares decretan el tipo de apoyo con el que cuenta la comunidad estudiantil. Según Torres & Rodríguez (2006) este apoyo puede ser un respaldo o un reto para quien estudia.

En el 2007, Bueno escribió que la familia toma un papel importante y fundamental en las relaciones interpersonales de las personas, por ser la primera institución de socialización que provee lazos afectivos y de aceptación. La autora plasma que dichos lazos deben ser fortalecidos por relaciones sanas y asertivas que permitan la satisfacción de las necesidades básicas del ser humano a nivel económico, social, mental y emocional. Estudiantes que mantienen buenas relaciones con familiares, reciben su apoyo, ayuda y motivación tienden a sobresalir en sus materias y a mantenerse firmes en cumplir sus metas. De igual forma, hace referencia a estudios de Núñez & Cucearo del 1998, que sustentan que, al graduarse, estudiantes lograban obtener un ingreso similar al de sus progenitores y/o cuidadores con estudios universitarios. (Bueno, 2007)

De lo contrario, Bueno (2007) indica que habrá carencia de afectividad y aceptación impactando los sentimientos y emociones de estudiantes. Estudiantes que presenten tener un ámbito familiar con dificultades, tienen retos adicionales a los que ya atraviesa porque incide en su concentración, memoria, interés, motivación, relaciones con pares, salud física y emocional, trastocando su rendimiento académico. Además, Bueno (2007) hace referencia a un estudio del 2002 realizado por Choy en los Estados Unidos de América, que sustenta que estudiantes de primera generación en acudir a la universidad son propensos a no culminar su

carrera universitaria. Resalta que estudiantes que sean primera generación muestran una tendencia a “obtener bajas calificaciones, perseveran menos en los estudios, tienen bajos niveles de integración social, desventaja en asistencia, perseverancia y seleccionan la universidad que les ofrezca ayuda financiera, oportunidad de trabajo y de terminar pronto los estudios” (Bueno, 2007, p. 33). Por ende, el entorno familiar, la preparación académica de progenitores y/o cuidadores y su posición económica son variables que influyen en el éxito o fracaso de la comunidad estudiantil. (Bueno, 2007)

Según Gilberto J. Marxuach, presidente de la Universidad de Sagrado Corazón para el 2017,

Muchos tienen situaciones familiares muy frágiles, y enfrentan retos de salud y salud mental que tienen que manejar. Cuando uno mira un perfil de estudiantes con retos financieros, retos académicos, retos familiares, sociales, salud mental, y a una corta edad de 18 años tratando de manejar todos esos retos, esos jóvenes necesitan mucho más que un salón de clases, mucho más que un profesor que sea perito en una materia, necesitan un entorno de apoyo que pueda acompañarlos y trabajar con ellos para formarlos como personas y llevarlos a tener sus estudios. (Otero, 2017, párr. 6)

***Estatus económico.*** Conforme con EFE (2019), el economista Francisco Martínez indicó que la tasa de pobreza en Puerto Rico se encontraba en 44.9%, superando la de cualquier estado en los Estados Unidos de América. De modo que, la población estudiantil se encuentra en grandes aprietos económicos. Según Bueno (2007), “la Universidad de Puerto Rico promueve el reclutamiento de estudiantes talentosos, mayormente provenientes de familias de escasos recursos socioeconómicos” (p.33). Lo previo, es sustentado por Calderón (2012) en el *Perfil del Estudiantado Universitario en Puerto Rico: Hallazgos del Consejo de*

*Educación 2009-2010*, el cual, destaca que para el año 2009-2010, un 75% de estudiantes a nivel sub-graduado obtuvo la Beca Pell, beca adjudicada a estudiantes sub-graduados que presentan necesidad económica. Sin embargo, no se presenta datos de estudiantes a nivel graduado, debido a que éstos, no cualifican para dicha beca. El mismo perfil, muestra que un 69% de estudiantes a nivel graduado cursa sus estudios a tiempo completo.

Un ejemplo concreto es el de Luis Del Valle, estudiante a nivel de maestría de psicología de 33 años, quien para el 2015 relató que se encontraba estudiando a tiempo completo. El estudiante mencionó que las experiencias extracurriculares tales como investigaciones y publicaciones eran demandantes, y le imposibilita trabajar. Lo que implica, que no tenía espacio para generar ingresos. Añadió que, cada vez hay menos oportunidades de trabajo y las ayudas económicas, mientras encarece el costo de vida. El estudiante comentó que se redujo la jornada de asistencia de investigaciones, cátedra y, en la jornada de estudio y trabajo. Del Valle ha sido testigo de estudiantes que han reducido su jornada de estudios, hasta estudiantes que no tienen de comer. (Caro, 2015)

El periódico Metro (2018) citó a la senadora Rossana López, quién estableció que para el 2015, la comunidad universitaria se encontraba bajo el nivel de pobreza. Expuso que la pobreza "... alcanzaba el 42 % (98,132) y el de nivel graduado alcanzaba el 19% (7,376) en universidades públicas y privadas" (S.A., 2018, párr. 6). Añadió que, esta población ha tenido que recurrir a préstamos para sufragar sus estudios, entre otras necesidades básicas. Mientras, Vega (2018) expone en el periódico Primera Hora, la historia de Wesley Rodríguez, un estudiante de maestría que ha tenido que elegir entre estudiar o comer debido a su situación económica.

De Luca (s.f.), desglosa de forma breve los gastos más comunes a los que la comunidad estudiantil universitaria tiene que incurrir partiendo de una persona saludable o sin necesidades particulares. Comenzando con lo más básico, expone los gastos de vivienda que implican el alquiler de una casa o apartamento (de no convivir con algún familiar), comida, ropa y utilidades como agua y luz. Por otro lado, se encuentra los gastos de transporte, ya sea gasolina de poseer un automóvil, peaje de ser necesario, tarjeta de estudiante para el transporte público u otro transporte privado. Luego se encuentra la telefonía y comunicación, que incluye celular e internet. Además, los aranceles de universidad, tales como matrícula, cuotas de tecnología, mantenimiento y uso de facilidades. Más, los elementos para estudiar, que implica laptop, impresora, papel, bulto, libretas, libros, lápices y bolígrafos. Por último, gastos de recreación, que abarca las salidas de placer como ir al cine. (De Luca, s.f.)

**Empleo.** Como anteriormente expuesto, el empleo usualmente causa estrés. La exposición constante al estrés se torna en *burnout*. Hay estudiantes actualmente con empleos para sustentarse, sustentar a sus dependientes y/o pagar sus estudios. Conforme con las estadísticas de Empleo y Desempleo en los Jóvenes del Departamento del Trabajo y Recursos Humanos (DTRH) (2017), aproximadamente dos de cada diez jóvenes entre 16 a 24 años, se encuentran con empleo. De forma que, ya cargan con un estresor al momento en el que toman sus cursos y persiguen su diploma. Cabe destacar que no se encontró datos acerca de personas adultas de 25 años en adelante que estudian y trabajan.

Por otro lado, 119,000 jóvenes entre las edades 16 a 24 años se encuentran sin empleo conforme con las estadísticas de Empleo y Desempleo del DTRH (2017). Según la misma fuente, estos jóvenes componen la tasa más alta de desempleo de personas hábiles para laborar. Entre las razones identificadas en el reporte estadístico del Departamento del Trabajo

y Recursos Humanos (DTRH) (2019) sobre empleo y desempleo en Puerto Rico, la asistencia a tiempo completo a la academia y los trabajos domésticos son las razones principales de no estar dentro del mercado laboral. Las tasas se distribuyeron de la siguiente forma: un 32.7% se encuentra realizando trabajos domésticos y un 16.1% se encuentra asistiendo a la escuela.

**Trabajo doméstico.** El trabajo doméstico, también conocido como el trabajo de los quehaceres del hogar, es demandante. La comunidad universitaria no está exenta de cumplir con tareas del hogar. Por ende, una exposición ardua y constante, tiende a ser otra causa del *burnout*. Artázcos et al. (2001) concluyen en su investigación sobre el trabajo doméstico, el género y la salud, que, existe una probabilidad de que este trabajo tienda a impactar el estado de salud en las personas negativamente. Exponen que esta labor es exigente y aumenta con la cantidad de las personas presentes en el hogar. Cada familia tiene sus particularidades y de ellas dependen las demandas. Dichas demandas involucran cuidado de familiares, limpieza, cocinar, planchar, mantenimiento y pago de cuentas.

Además, los resultados de la investigación mostraron que afecta más estadísticamente a las mujeres, que a los hombres por la cuestión de género. Implicando que hay una sobrecarga de trabajo doméstico que le es impuesta socialmente a la mujer. Siendo la mujer la que asume más tareas domésticas que el hombre. Por lo que, es más propensa a padecer de un mal estado de salud. (Artázcos et al., 2001)

**Ocio.** En el estudio a nivel doctoral titulado *Beneficios de las actividades de ocio en jóvenes universitarios de la Universidad de Flores, Regional Comahue* (Pascucci, 2015), se concluyó que es beneficioso el tiempo de ocio para la salud integral de jóvenes universitarios. El estudio permitió inferir que hay relación entre la práctica de ocio y la manera en que las

personas se sienten al realizarla. De igual forma, se concluyó que el propiciar momentos de ocio aumenta la satisfacción de una necesidad personal y de buena calidad de vida. De modo que, plantea que esa satisfacción conlleva al sentimiento de gratificación que promueve emociones positivas. Como efecto dominó, esas emociones positivas serán la gasolina, serán la motivación que les permitirá a jóvenes sentirse de manera entusiasmada, en confianza, inspirada y tener una buena autoestima, (Pascucci, 2015).

La investigación realizada por Rodríguez & Agulló (1999), describe las prácticas del tiempo de ocio en estudiantes de la Universidad de Oviedo en España. Las prácticas más destacadas fueron: ver televisión con un 99.3%, el 96 % escucha radio, el 92% lee el periódico y el 80.0% de estudiantes hace deportes. Además, estipulan que hay una correlación entre jóvenes que cursan estudios superiores y el tipo de prácticas culturales, de ocio y tiempo libre que realizan. Los investigadores categorizaron las prácticas de ocio como consumos culturales activos, creativos y selectivos. Rodríguez & Agulló (1999) destacan que es significativo el componente cultural de esta práctica de la comunidad universitaria porque concluye en la formación un estilo de vida propio y distintivo, formulando un grupo social específico.

**Aspecto Cultural.** La cultura comprende el conjunto de rasgos que caracterizan los modos de vida, y se manifiesta a través de una serie de objetos y modos de actuar y de pensar que son creados y transmitidos por las personas como resultado de sus interacciones recíprocas y de sus relaciones con la naturaleza (Ander-Egg 1995). Además, este es un concepto que abarca muchas de las acciones llevadas a cabo en la sociedad, desde la forma y la marca en que se debe vestir, hasta en la forma en que se debe vivir la vida. Las acciones que se esperan se ven expresadas, por ejemplo, en el contenido de la música, en plataformas televisivas y en la prensa.

La música, la prensa y la televisión son aspectos que forman parte y fomentan la cultura de un país. En estos medios de entretenimiento y de información se presentan unos discursos, y estos llevan a su vez a la sociedad a fomentar y crear ideologías. Estas ideologías son formadas y reproducidas por los grupos sociales a través de ese discurso que se promueve (Vega, 2009). Es por esto, que muchas veces las personas tratan de imitar o copiar lo que se ve, escucha o dice. No obstante, se les hace difícil el poder mantener ese estilo de vida.

Uno de las distracciones culturales en Puerto Rico es el gusto por la música, ya sea clásica, trova, salsa, merengue, bachata, reggaetón, trap, rock, entre otros. Además, la música es un instrumento que posee muchos beneficios, que según menciona Sánchez (2019) son los siguientes: fortalece el aprendizaje, regula el estrés, evoca experiencias y recuerdos, incide en los latidos y pulsos del corazón, entre otros beneficios. Sin embargo, la música, a pesar de ser tan beneficiosa puede ser un estimulante del *burnout*, debido a que en muchas de las líricas de las canciones se mencionan, y en cierto sentido se sugieren marcas de ropa, marcas de autos lujosos, entre otros aspectos que son los esperados para vivir bien o mantener un estatus en la sociedad.

Por ejemplo, en la canción de *Kemba Walker* de los exponentes Carrión & Martínez (2019), se hace mención de una marca de ropa en la siguiente estrofa: “de la cabeza a pie filoteao de Louis Vuitton”. Los artículos de esta marca de ropa son de alto precio, por ejemplo, una camisa de Louis Vuitton puede tener un costo de ciento cuarenta y siete mil dólares (Louis Vuitton, 2019). Además, mencionan marcas de autos lujosos y costosos, “la Lambo y Seis Mercedes que nunca los guío”, automóviles que son extremadamente costosos rondando desde los cincuenta a trescientos mil, tomando como ejemplo la Lamborghini Urus 2019 puede tener un costo de doscientos treinta y nueve mil dólares (Car Gurus, 2019) y la

guagua ejemplar Mercedes Benz GLA 2019 puede costar cuarenta y siete mil dólares (Garage Isla Verde, 2019). Al contemplar los precios de cada uno de los artículos mencionados en la canción, se puede decir que es algo prácticamente imposible de conseguir para la mayoría de las personas empleadas en Puerto Rico y a su vez representa una presión para quienes no pueden obtener estos bienes, debido a que no se acoplan a lo que es la “felicidad”.

Por otro lado, en las plataformas televisivas, se incluyen varias series como: *La Casa de Papel*, *Stranger Things* y *Narcos*, en las cuales se integran imágenes, en las cuales se presentan casas con todas las comodidades, modelos de autos lujosos y ropa de diseñadores. Además, la gran mayoría de la comunidad estudiantil evade sus responsabilidades por el alto tiempo consumido en las plataformas televisivas, esto provoca el no cumplimiento de muchas tareas o el dejar todo para último momento.

En la plataforma de *Netflix* se encuentran las series de *Stranger Things*, *La Casa de Papel* y *Narcos*, tres de las mejores y las más vistas series de la plataforma televisiva según Cordero (2019). Padilla (2019), indica que *Netflix* es la plataforma de transmisión más grande y conocida del mundo, donde se ofrece una diversidad de contenidos sin precedentes a los usuarios. También, el artículo *Estudio revela cuántas horas al día se consume Netflix en todo el mundo*, se establece que hay una cantidad de ciento treinta y nueve millones de usuarios y que el total de horas consumidas por los usuarios tiene un total de ciento sesenta y cuatro punto ocho millones de horas (Padilla, 2019). Además, Razo (2018) expone que la plataforma de *Netflix* está hecha para que la persona se mantenga el mayor tiempo posible viendo todo el contenido, y esta a su vez por el tiempo de consumo relegue las actividades que puedan ser beneficiosas para el cerebro. Este comportamiento puede producirle al individuo ansiedad, depresión, fatiga, falta o abandono de compromisos, ignorar relaciones interpersonales y el

cambio de hábitos de sueño (Razo, 2018). Esto sucede como respuesta a la gran cantidad de tiempo en el consumo del contenido en *Netflix*, y esto pueda provocar la interrogante en estudiantes del por qué no les da el tiempo para organizarse para poder cumplir con sus obligaciones.

Por último, los anuncios comerciales son otro aspecto cultural que puede provocar el *Síndrome del Burnout* en la población estudiantil, ya que en esta se incluyen anuncios de compañías de autos, teléfonos y mueblerías, donde se le ofrece a una persona posible consumidora una oferta como gancho para que así compre en el espacio, aunque esta oferta no se lleve a cabo al cien por ciento o no se cumpla.

Algunas empresas que exponen sus anuncios comerciales que pueden ser un gancho para que la persona consuma el producto son: Claro, Berríos y Nissan. Por ejemplo, según Álvarez (2015), en la compañía de telefonía Claro se le ofreció un artículo a la población, el cual no estaba disponible en el momento, pero siguieron anunciándolo porque así las personas llegaban y compraban otro producto en la compañía. Otro claro ejemplo lo son las mueblerías, donde ofrecen una oferta de comprar un mueble con el cero por ciento de interés por cincuenta meses o enseres electrónicos con veinticuatro meses sin intereses (Berríos, 2019). Además, en los concesionarios de autos le ofrecen a la persona un auto con bonos de hasta cuatro mil dólares del precio original (Nissan, 2019), pero la realidad es que la persona que compró ese vehículo terminará pagando los cuatro mil dólares en la mensualidad.

Según Celis (2018), la gente invierte su dinero en fiestas, en comprar cosas o lujos para que los demás vean. Por tal razón, se ve que muchas personas se pueden dejar influenciar por lo que ven, oyen o dicen en la sociedad sobre cómo se debe vivir para estar bien o para estar feliz. Es por esto, que muchas personas experimentan el *burnout*, ya que no pueden cumplir con las altas expectativas establecidas por la sociedad. Si mencionamos estudiantes por un

lado, su presupuesto no alcanza para poder cumplir con esas expectativas. Por otro lado, se ven afectados por los medios que limitan el tiempo de realizar las tareas, provocando síntomas de ansiedad o tristeza al no poder cumplir con sus responsabilidades o con el estilo de vida esperado (Cuidate Plus, 2015).

### **Marco Conceptual**

El seleccionar o proponer modelos teóricos es una parte esencial e importante a la hora de realizar un trabajo investigativo. Esto permitirá el tener un enfoque de amplitud y científico en base a la problemática a estudiar. La teoría se define como una hipótesis que ha sido comprobada a través de sus buenos resultados, y por la capacidad de predecir con exactitud y explicar algún fenómeno observable (Ortiz, 2016). En esta investigación el equipo de trabajo seleccionó el *Modelo Tridimensional del Síndrome del Burnout*, *Teoría Ecosistémica* y la *Teoría Crítica*. Por lo tanto, se explicarán los conceptos que están contenidos en estos tres modelos.

El *Modelo Tridimensional del Síndrome de Burnout*, según es explicado por Bittar (2008), quien citó a Maslach & Jackson (1981, 1985 y 1986), pioneros en investigaciones de la temática de *burnout*, plantea que el *burnout* como síndrome tridimensional surge en profesionales que son el recurso humano de un ámbito laboral. Ante este panorama de enfoque psicosocial, establecen las tres dimensiones como agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal.

El agotamiento emocional es descrito como “cansancio y fatiga que puede manifestarse física, psíquicamente o como una combinación de ambos” (Bittar, 2008, p. 41). León (2013) lo describe como el sentimiento de no poder dar más de sí mismo en cuanto a afecto, y el agotamiento de energías o recursos individuales. En la comunidad estudiantil se

ve reflejado el agotamiento emocional mayormente mediante las expresiones de sentir desgaste emocional, cansancio y fatiga asociados a sus estudios universitarios (León, 2013).

La despersonalización es determinada por Bittar (2008) como “el desarrollo de sentimientos, actitudes y respuestas negativas, distantes y frías hacia otras personas; especialmente hacia los beneficiarios del propio trabajo” (p.41). Bittar (2008), deja saber que esta dimensión sustenta la desmotivación y la irritabilidad.

La falta de realización personal es delimitada por Bittar (2008) como “dolorosa desilusión y fracaso en dar sentido personal al trabajo” (p.41). Incluye que, esta dimensión surge cuando las demandas exigidas a la persona trabajadora superan su capacidad para ejecutarlas de forma competente. Además, trae consigo respuestas negativas hacia su persona y trabajo, evade las relaciones personales y profesionales, conlleva a un bajo rendimiento laboral, se torna intolerante a la presión y permea una baja autoestima. Esto se observó en el resultado de la investigación *¿Puede el Burnout afectar al estudiantado universitario?* de León (2013) en la que estudiantes expresaron que sentían frustración en sus carreras, a pesar de que ésta fuese la de su preferencia.

Cada estudiante tiene unas metas o unos planes definidos que de una manera u otra desean poder cumplir. Sin embargo, estos a veces se ven truncados por diferentes aspectos personales, familiares, económicos, políticos y culturales. Las diferentes polémicas presentes en cada una de estas vertientes pueden provocar que la población estudiantil se sienta demasiado cargada o presenten actitudes negativas referentes a sus estudios o hacia sus planes, se desilusionen de lo que están estudiando, se sientan agotados por las situaciones dentro de su familia, se frustren por no poder cumplir con la expectativa de vida culturalmente establecida, entre otras. Estas actitudes o pensamientos llevan a que la comunidad estudiantil

se torne irritable y se desmotive provocando lo que es la despersonalización y la no realización personal.

El *burnout* puede ser analizado desde varios enfoques: unidimensional o tridimensional. No obstante, se ha seleccionado el enfoque tridimensional por ser más abarcador y el permitir que el análisis sea uno adecuado para contestar las preguntas de la investigación en conjunto a los resultados obtenidos.

Conjuntamente, la *Teoría Ecosistémica* que según Zastrow & Kirst-Ashman (2013), quienes fueron citados por Fernández et al. (2017), está compuesta por la *Teoría de Sistemas* y la *Perspectiva Ecológica*;

es utilizada para describir y analizar el comportamiento humano en sus transacciones en el ambiente. Esta se basa en el enfoque dual, que consiste en la persona y el ambiente, y en el acercamiento para la solución de problemas sociales (p. 473).

Por tanto, a raíz de esta teoría se visualiza a cada estudiante como un individuo compuesto por sus dimensiones: biológica, cognitiva/emocional y social. En sí, compone un sistema que interactúa de forma con otros sistemas en diferentes ambientes que forman su contexto. Siendo estos, la cultura, la economía, las políticas, la universidad, la familia, el trabajo, sus pares, y la época determinada en la que viven. La interacción entre los sistemas es constante y dinámica. De modo que, dichos sistemas son una gran influencia en la conducta de la comunidad estudiantil.

Una de las teorías que es parte integral de la *Teoría Ecosistémica* lo es la *Teoría de Sistemas*, la cual establece que

Un sistema social es un orden sistémico especial compuesto por personas o grupos de personas que interactúan e influyen mutuamente en sus respectivas conductas, unidad distintiva más allá de las partes que la componen, se

distingue de su medio por límites claramente definidos, las subunidades están relacionadas dentro de pautas de orden social relativamente estables (Falero, 2016).

En el proceso de análisis del *burnout* en estudiantes de las escuelas graduadas de ciencias de la conducta humana, es de suma importancia la explicación de aquellos elementos principales y necesarios para este estudio, contenidos en la Teoría de Sistemas. Los elementos por utilizarse en este trabajo investigativo lo son el microsistema, que establece que la persona es un sistema compuesto por distintas dimensiones, que son la biológica, psicológica/emocional, social y espiritual, el mesosistema comprende desde las familias y grupos pequeños hasta la comunidad inmediata y el macrosistema, donde se aglomeran lo que son las organizaciones y las comunidades, (Falero, 2016). Además, la teoría Ecosistémica destaca el sistema llamado exo para determinar las relaciones extendidas como familia extendida o la comunidad, y el crono sistema como elemento del tiempo, que implica el contexto actual que abarca la historia y/o la época en el que se desempeña la comunidad estudiantil (Bronfenbrenner, 1977). Cada uno de estos sistemas interactúan entre sí.

La *Teoría Crítica* de la escuela de Frankfurt en Alemania surgió como resistencia a las eventualidades opresoras del ser humano durante la segunda década del Siglo XX (Horkheimer, 2002). Dicha teoría, tiene una perspectiva de razón que permite realizar un análisis crítico, dialéctico e histórico de lo existente. La misma, atribuye puntos de vista de la sociología, el psicoanálisis y la economía; percibiendo a la sociedad como un todo, promoviendo la transformación social, reconociendo el espacio de reflexión con la finalidad de la emancipación, planteando la existencia de relación entre individuo y sociedad y, la forma en la que se sufragan las necesidades. Uno de los pensadores principales, Horkheimer (2002), expone que la teoría es vital para desenmascarar formas de dominación. Así mismo, estipula

que la teoría tiende al uso de la razón como la clave para diseñar un mundo liberador y que permita satisfacer las necesidades de la humanidad (Cabrera, 2017). Por ende, la *Teoría Crítica* permite explicar al *Neoliberalismo* como ideología opresora, deshumanizante y contradictoria.

Cabrera (2017), quien citó a Jones (2009), describe al neoliberalismo como una ideología política-económica desatada en el Siglo XX, cuyos principios fomentan la mercantilización y privatización en el sector público y privado. Conforme a Cabrera (2017), dicha ideología desencadena políticas y prácticas económicas con la limitada intervención del Estado. Insiste que el Estado tiene el rol de atemperar las circunstancias para legitimar las prácticas. Esboza que los valores neoliberales son los siguientes: receta de costo efectividad para alcanzar las metas y maximizar beneficios; incremento en la eficiencia económica con el fin de impulsar la privatización de servicios; intensificar la calidad y capacidades de competencia internacional e implementar la burocracia para el rendimiento de cuentas de las organizaciones. De igual forma, “persigue la extrema generación de ganancias corporativas y particulares, a expensas del bienestar humano, redefiniendo los objetivos y funciones de las instituciones políticas, sociales y culturales” (Cabrera, 2017, p. 2).

Martínez & Preciado (2009), respaldan que las políticas neoliberales han afectado el ámbito universitario en su escrito *Consecuencias de las políticas públicas sobre el trabajo y la salud de académicos universitarios: el burnout como fenómeno emergente*. Dan a conocer que los rasgos del *burnout* son el efecto de dichas políticas que traen consigo la asignación limitada de recursos económicos, humanos y materiales; sobrecarga del personal y mismo salario; intensificación de trabajo y prolongación de jornada en el personal docente. Estas circunstancias promueven condiciones inadecuadas de trabajo, dirigidas primordialmente al aumento de productividad y reducción de tiempo libre; cualidades de la esclavitud moderna,

llamada explotación laboral (Cabrales, 2011). De forma que, quienes facilitan el aprendizaje de la comunidad estudiantil se encuentran expuestos a tal panorama, por ende, a sufrir *burnout*.

A raíz de la visión desde la *Teoría Crítica*, se deduce que la comunidad estudiantil recibe impacto del *burnout*, siendo las políticas neoliberales uno de los factores principales. Por un lado, el estudiantado es visualizado como cliente. Por otro, no se le satisfacen sus demandas o necesidades a cabalidad, tornándose en una paradoja. Tales políticas se reducen a cambios de reestructuración, mercantilización del sistema educativo, privatización de servicios y/o de la institución, naturalización del individualismo, consolidación de departamentos y/o currículums, entre otros (Torres, 2007). Afectando los recursos disponibles, restringiendo servicios para la comunidad estudiantil y teniendo repercusiones en una alta demanda académica. En este panorama, la Universidad de Puerto Rico no es la excepción y la comunidad estudiantil víctima del sistema.

### **Propósitos Generales y Específicos**

Los objetivos de una investigación son las guías que determinarán lo que se espera cuando se concluya el estudio. Según Hernández, Fernández & Baptista (2014) los objetivos “deben expresarse con claridad y ser específicos, medibles, apropiados y realistas —es decir, susceptibles de alcanzarse” (p. 37). Para efectos de dirigir este trabajo investigativo, a continuación se presenta el Objetivo general y los Objetivos específicos.

#### **Objetivo General**

Conocer aspectos del *burnout* en estudiantes del nivel graduado de escuelas de ciencias de la conducta de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras

## Objetivos Específicos

Los objetivos específicos de esta investigación que se realizó a estudiantes de las escuelas graduadas de ciencias de la conducta son los siguientes:

- Conocer los factores sociales, familiares y académicos que consideran que contribuyen al *Síndrome del Burnout*.
- Explorar qué opinión tienen sobre si la condición económica, política y social actual de Puerto Rico aporta al *Síndrome del Burnout*.
- Conocer si las políticas de austeridad impuestas por la Junta de Control Fiscal de Puerto Rico a la Universidad de Puerto Rico son vistas como un elemento que influye al *burnout*.
- Indagar sobre factores culturales que entienden que contribuyen al *burnout*.

## Hipótesis

En el libro *Metodología de la Investigación*, Hernández, et al. (2014) exponen que las hipótesis son “las guías de una investigación o estudio. Las hipótesis indican lo que tratamos de probar y se definen como explicaciones tentativas del fenómeno investigado. Se derivan de la teoría existente y deben formularse a manera de proposiciones.” (p. 104).

El equipo investigativo propone la siguiente hipótesis para la Escala del *Burnout*:

**Hipótesis 1:** La mayoría de estudiantes de las escuelas graduadas de ciencias de la conducta que participen indicará que SIEMPRE experimenta lo expresado en los siguientes enunciados:

Siento que los estudios me agotan emocionalmente

Siento cansancio al culminar mi jornada de estudios

Siento desgaste por mis estudios

Entiendo que paso y/o le dedico más del tiempo requerido a la Universidad

Creo que la Universidad no trata los problemas emocionales de una manera adecuada.

Por otro lado, se prevé que haya tendencia en respuestas afirmativas en cuanto a las variables sociales que estudiantes entienden que les produce mucho estrés.

**Hipótesis 2:** La mayoría de estudiantes de las escuelas graduadas de las ciencias de la conducta que participen contestarán SÍ a las siguientes premisas como causantes de estrés:

El no poder comprar todo lo que veo en los anuncios de televisión, me produce desesperación

Tener múltiples tareas que atender como académicas, trabajo y hogar

No tener un balance entre mi vida social y académica

Tener limitado tiempo de ocio

Ver que las políticas públicas atentan contra mis derechos

El aumento en el costo del crédito universitario

El grupo de investigación estima que la dinámica de las respuestas en los mecanismos de manejar el estrés se dé la siguiente manera:

**Hipótesis 3:** La mayoría de estudiantes de las escuelas de ciencias de la conducta indicarán que los mecanismos que más utilizan para manejar el estrés son los siguientes:

Escuchar música

Dar un paseo

En términos generales, las investigadoras y el investigador proponen que;

**Hipótesis 4:** Se espera que los factores que más inciden en el *burnout* de la población bajo estudio sean los siguientes:

Aumento en el costo de la matrícula

Situaciones personales

Situaciones familiares

Dinero invertido en transporte, vivienda, alimento, agua, luz, etcétera

Sobrecarga académica

### **Definiciones Conceptuales y Operacionales**

1. *Burnout*- un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo producido por el involucramiento prolongado en situaciones generadas por el estrés. (Copca, s.f.)  
Operacional- Aunque en esta investigación no se mide burnout, se presentó una escala con premisas a través de las cuales las personas participantes indicaban sus percepciones relacionadas con el mismo. Además, se indagó información sobre burnout a través de premisas estaban relacionadas con aspectos socio-familiares, culturales, económicos y políticos.
2. Ciencias de la Conducta- comprenden las ciencias que se ocupan del estudio del hombre, sus relaciones interpersonales, sus valores. Comprenden la psicología, la psiquiatría, la sociología y la antropología cultural (Psiquiatría, 2019). Operacional- Para efectos de esta investigación las Ciencias de la Conducta serán: Trabajo Social, Psicología, Sociología y Consejería en Rehabilitación.

3. Sistema Micro- establece que la persona es un sistema compuesto por distintos subsistemas, que son el biológico, psicológico/emocional, social y espiritual, quienes a su vez interactúan entre sí (Falero, 2016). Operacional- En este trabajo investigativo lo que comprenderá el sistema micro será el impacto que tenga el aspecto cultural en estudiantes como individuos a raíz de los discursos promovidos a través de los distintos medios de comunicación que pueden producir el síndrome del *burnout*.
4. Sistema Mezzo- comprende desde las familias y grupos pequeños hasta la comunidad inmediata (Falero, 2016). Operacional- En el caso de esta investigación el sistema mezzo serán aquellos aspectos socio-familiares, los cuales potencialmente provocan el síndrome del *burnout* en la comunidad estudiantil.
5. Sistema Macro- donde se aglomeran lo que son las organizaciones y las comunidades (Falero, 2016). Operacional- Este sistema es todo aquello lo relacionado con políticas públicas y el aspecto económico que afecta de manera directa e influye en que la población de estudiantes potencialmente padezca del *burnout*.

### **Diseño Metodológico**

El término diseño se refiere al plan o estrategia concebida para obtener la información que se desea con el fin de responder al planteamiento del problema (Wentz, 2014; McLaren, 2014; Creswell, 2013a, Hernández-Sampieri et al., 2013 y Kalaian, 2008, citados por Hernández, et al., 2014, p. 128). Por lo que en una investigación con enfoque cuantitativo el equipo investigador utiliza sus diseños para analizar la certeza de las hipótesis formuladas en un contexto en particular o para aportar evidencias respecto de los lineamientos de la investigación (si es que no se tienen hipótesis). El enfoque cuantitativo tiene las siguientes ventajas: le permite al equipo investigativo medir y analizar datos, y les permite ser más objetivo en relación con los hallazgos (Jones, 2017).

**Diseño.** Para efectos de esta investigación, el diseño metodológico seleccionado es no experimental, transeccional, exploratorio-descriptivo. Los diseños de investigación transeccional o transversal recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único (Liu, 2008 y Tucker, 2004, citados por Hernández, et al. 2014). Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado (Hernández et al., 2014, p. 154). Además, Hernández, et al. (2014), nos explican que

el propósito de diseños transeccionales exploratorios es comenzar a conocer una variable o un conjunto de variables, una comunidad, un contexto, un evento, una situación. Se trata de una exploración inicial en un momento específico. Por lo general, se aplican a problemas de investigación nuevos o poco conocidos; además, constituyen el preámbulo de otros diseños (no experimentales y experimentales) (p. 154).

Por otra parte los diseños transeccionales descriptivos tienen como objetivo indagar la incidencia de las modalidades o niveles de una o más variables en una población. El procedimiento consiste en ubicar en una o diversas variables a un grupo de personas u otros seres vivos, objetos, situaciones, contextos, fenómenos, comunidades, etc., y proporcionar su descripción (Hernández, et al., 2014).

**Población.** La población que se estudió fue la comunidad de estudiantes del nivel graduado de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. Del total de estudiantes de este recinto, se trabajó con las escuelas graduadas de ciencias de la conducta humana, siendo éstas: Trabajo Social, Psicología, Consejería en Rehabilitación y Sociología. El total de estudiantes de estas escuelas para el año académico 2018-2019 fue de 444. En este estudio se contó con la participación de 50 estudiantes de las escuelas graduadas de ciencias de la conducta.

**Instrumento de Medición.** Se utilizó en este estudio un cuestionario dirigido a estudiantes del nivel graduado de las escuelas de ciencias de la conducta para la recopilación de datos (Ver Apéndice A). Este constó con un diseño estructurado y contiene preguntas sobre las variables a investigar relacionadas con el *burnout* y aspectos políticos, económicos, académicos, socio-familiares y culturales que pueden estar relacionados con el mismo. El cuestionario se trabajó en la plataforma de *Google Forms*. El mismo se distribuyó a través del correo electrónico institucional a cada estudiante potencial participante del estudio. El mismo está compuesto por cinco partes.

La primera parte fue el consentimiento informado, en el cual se informó a estudiantes sobre el propósito del estudio e indicaron su disposición a participar de este estudio (Ver Apéndice B). La segunda, se componía de los datos sociodemográficos de cada participante. La tercera parte estaba compuesta por 19 premisas relacionadas con el *burnout*. Las mismas fueron construidas utilizando de referencia el *Maslach Burnout Inventory* (MBI) y a base de la revisión de literatura. La cuarta parte, tenía 12 preguntas acerca de las variables del estudio. La quinta parte se constituía en el agradecimiento por la participación, e información de contacto de recursos disponibles de necesitar apoyo emocional y/o psicológico.

**Procedimiento de Análisis.** Los datos de este estudio fueron recopilados mediante el programa *Google Forms*. Además, se utilizó este mismo programa para el procesamiento y el análisis de los datos obtenidos en los cuestionarios.

**Protección de Sujetos Humanos en la Investigación.** Para atender las consideraciones éticas de la investigación se cumplió con los procedimientos y requisitos de protección de participantes humanos de la investigación a través del curso de capacitación de *Collaborative Institutional Training Initiative* (CITI Program), por medio del internet (Ver

Apéndice C). Además, se cumplió con los estatutos del Código de Ética del Colegio de Profesionales de Trabajo Social de Puerto Rico que rigen a los profesionales del trabajo social en adiestramiento. En el Canon VII indica que el o la profesional del Trabajo Social en los procesos de realizar una investigación se cumplirá con lo siguiente; “obtendrá de cada participante en la investigación, su consentimiento y asentimiento informado, por escrito, de forma libre y voluntaria.” (Colegio de Profesionales del Trabajo Social, 2017, p. 60). Incluso, cada investigador/a se comprometió a seguir la sección G, la cual establece que se debe respetar y proteger la confidencialidad y privacidad de cada participante en la investigación; así mismo se respetará la autodeterminación cuando un o una participante de la investigación decida no participar o decida retirarse de la investigación (CPTSPR, 2017). Para poder salvaguardar la confidencialidad de las personas participantes se realizó una entrega de cartas a cada una de las escuelas participantes explicando el propósito de la investigación, y solicitando su cooperación para informar a sus estudiantes de nivel graduado sobre este estudio y la importancia de su participación en el mismo (Ver Apéndice D). Por otra parte, el protocolo de esta investigación fue sometido para revisión al Comité Institucional para la Protección de los Seres Humanos en la Investigación (CIPSHI) del Recinto de Río Piedras (Ver Apéndice E).

## CAPÍTULO II- HALLAZGOS

En esta sección se encuentran los hallazgos desglosados por cada una de las partes del cuestionario que son las siguientes: perfil socio-demográfico, escala de *burnout* y las variables sociales. Las divisiones mencionadas anteriormente están dirigidas a conocer la percepción sobre el *burnout* de estudiantes de las escuelas graduadas de ciencias de la conducta de la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras. Además, podrán encontrar representadas en tablas las respuestas de las 18 premisas del cuestionario cada una con su respectiva descripción y con las respuestas más sobresalientes de las premisas.

### Perfil Sociodemográfico

En esta parte se encuentra los datos referentes al perfil sociodemográfico de las personas que respondieron el cuestionario. Se realizaron preguntas relacionadas con el sexo, edad, estado civil, ingreso mensual recibido, entre otras; todas con el propósito de conocer el perfil sociodemográfico de estudiantes participantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta en la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras.

**Sexo.** La Tabla 1 presenta los datos del sexo de las personas que respondieron al cuestionario. Casi la totalidad de participantes fueron mujeres. Solo cuatro (4) participantes indicaron que son o se identifican como hombre, formando un dos (2) por ciento.

Tabla 1

#### *Sexo de la Persona*

Sexo (n=50)	Frecuencia	Por ciento
Hombre	4	2
Mujer	46	98

**Edad.** En la Tabla 2 hay información relacionada a la edad de las personas participantes del estudio. Como resultado se identificó que la mayoría de las personas participantes del estudio está entre las edades de 21-26 años con un 62 por ciento. Consecuentemente le sigue un 24 por ciento de participantes entre 27-32 años.

Tabla 2

*Edad*

Edad (n=50)	Frecuencia	Por ciento
21-26 años	31	62
27-32 años	12	24
33-38 años	1	2
39-44 años	2	4
45-años o más	4	8

**Estado Civil.** La Tabla 3 contiene los datos del estado civil de las personas que contestaron el cuestionario. El 74 por ciento de estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta respondió que su estado civil es soltero/a. Mientras que un 16 por ciento indicó que estaba casado/a y una décima parte se encuentra conviviendo.

Tabla 3

*Estado Civil.*

Estado Civil (n=50)	Frecuencia	Por ciento
Soltero/a	37	74
Casado/a	8	16
Divorciado/a	0	0
Conviviendo	5	10
Viudo/a	0	0

**Cantidad de personas residentes en el hogar.** La pregunta 4 del cuestionario estuvo dirigida a conocer cuántas personas residen en el hogar junto a la persona participante del estudio. Se encontró que un 30 por ciento de las personas viven en un hogar donde la cantidad de miembros es de 4, un 28 por ciento el hogar se compone por 2 personas y un 26 por ciento son 3 personas las que residen en el mismo espacio. Solo una décima parte indicó que reside 1 persona en su hogar. Por lo que, la mayoría vive junto a otras personas (Ver Tabla 4).

Tomando en consideración los datos obtenidos, para esta población el trabajo doméstico debe ser sumamente demandante. La tendencia es que son más de una persona por hogar, lo que hace que el trabajo doméstico sea más exigente. De acuerdo con la literatura encontrada, esta labor requiere bastante dedicación y aumenta con la cantidad de personas que residen en el hogar. La labor doméstica de forma constante es abrumadora y perjudicial para la salud (Artázcos et al., 2001). Por lo cual, el trabajo doméstico se convierte en un factor incidente del *burnout*.

Igualmente, comparando las Tablas 1 y 4 se ve una relación entre el trabajo doméstico y el género. Conforme con Artázcos et al. (2001), el trabajo doméstico impacta severamente a las mujeres por cuestión de género. El trabajo de los quehaceres del hogar recae mayormente

en la mujer y socialmente se espera que se cumplan a cabalidad. En consecuencia, cabe destacar que casi la totalidad de las personas que respondieron el cuestionario se identifican como mujeres. Esto quiere decir, que las estudiantes se enfrentan no solo a la presión social de realizar sus tareas domésticas, sino que éstas se multiplican por la cantidad de miembros que residen junto a ellas. Más, de la tabla 3 se visualiza que la minoría tiene una pareja con la que reside y posiblemente se distribuye las tareas domésticas. Mientras, la mayoría se encuentra en soltería, de manera que, la responsabilidad de la tarea doméstica recae completamente en sí o se distribuye entre quienes residen en el hogar.

Tabla 4

*¿Cuántas personas residen en su hogar? (Incluyéndose)*

Cantidad de personas residentes en el hogar (n=50)	Frecuencia	Por ciento
1	5	10
2	14	28
3	13	26
4	15	30
Prefiero no contestar	3	6

**Dependientes.** En la Tabla 5 se presentan datos sobre si la persona participante del estudio tiene dependientes. El resultado fue que el 72 por ciento no tiene dependiente alguno. No obstante, un 24 por ciento señaló que sí tienen dependientes. Hay estudiantes a cargo de su/s hijo/s o hija/s, padre y/o madre, abuelo/s y/o abuela/s, mascotas y hermanos/as. Casi una cuarta parte se encuentran asumiendo un rol activo de jefatura. Lo que representa otras responsabilidades a asumir que pueden incidir en el *burnout*.

Tabla 5

*¿Alguien depende de usted?*

Personas dependientes (n=50)	Frecuencia	Por ciento
Sí, hijo/s o hija/s	6	12
Sí, padre y/o madre	3	6
Sí, abuelo/s o abuela/s	1	2
Nadie	36	72
Hermanos/as	1	2
Mascotas	1	2
Prefiero no contestar	2	4

Conforme con la revisión de literatura, Bueno (2007) aseguró que la familia puede representar un apoyo si se lleva a cabo relaciones asertivas y se satisfacen las necesidades económicas, sociales, mentales y emocionales. Una dificultad en la relación y en la satisfacción de dichas necesidades representa un reto adicional al que se enfrenta la población estudiantil. Este resultado deja a entender que aparte de la jornada de estudios, una pequeña parte de la población tiene una jornada que cumplir como proveedora y/o cuidadora para satisfacer las necesidades básicas de sus dependientes. Esta nueva jornada abarca en su totalidad el trabajo doméstico y ser una persona proveedora. Es decir, no solo le toca la limpieza, el cocinar, planchar, mantenimiento del hogar y pago de cuentas; sino abastecer las necesidades básicas tanto propias como las de las personas que dependen de sí.

**Grado académico que estudia.** Esta pregunta estuvo dirigida a conocer el grado académico en el cual se encuentra la persona que respondió el cuestionario. El resultado

obtenido fue que el 80 por ciento se encuentra cursando el grado de maestría y un 20 por ciento el doctorado (Ver Tabla 6).

Tabla 6

*¿Qué grado académico que estudia?*

Grado académico que estudia (n=50)	Frecuencia	Por ciento
Maestría	40	80
Doctorado	10	20

**Escuela graduada a la que pertenece.** En la Tabla 7 se encuentra los datos que indican la escuela graduada a la que pertenecen la personas que respondieron el cuestionario. En este caso ya sea Trabajo Social, Consejería en Rehabilitación, Psicología o Antropología y Sociología. Se observa que la mayoría de las personas participantes del estudio pertenece a la escuela graduada de Trabajo Social con el 64 por ciento, le sigue Psicología con un 26 por ciento y Consejería en Rehabilitación con un 10 por ciento. Por otro lado, no hubo participación alguna de estudiantes pertenecientes a la escuela graduada de Sociología y antropología.

Tabla 7

*Escuela graduada a la que pertenece*

Escuela graduada a la que pertenece (n=50)	Frecuencia	Por ciento
Sociología y antropología	0	0
Trabajo Social	32	64
Psicología	13	26
Consejería en Rehabilitación	5	10

**Trabajo.** La pregunta 8 estuvo dirigida a conocer el estatus laboral de la persona participante. Se obtuvo como respuesta a la pregunta que, la mayoría se encuentra actualmente en el ámbito laboral. Esto implica la existencia de una doble jornada de estudio y trabajo. León (2013), planteó la doble jornada como uno de los factores estresores de la población estudiantil. Entre los resultados se destaca que un 44 por ciento señaló tener un empleo parcial, un 26 por ciento señaló tener un empleo a tiempo completo y, un dos (2) por ciento indicó tener dos empleos combinados *full time* y *part time* (Ver Tabla 8). Así pues, se suma el trabajo como otro factor de incidencia de *burnout*.

Por otro lado, un 28 por ciento respondió no tener empleo. Conforme con la literatura revisada, las razones primordiales por las cuales la población estudiantil no se encuentra en el ámbito laboral es la demanda del trabajo doméstico y la jornada de estudios a tiempo completo (DTRH, 2017). Como expuesto en las Tablas 4 y 5, la gran mayoría vive con más de una persona y hay una pequeña parte de la población que tiene dependientes. Por esta razón, el trabajo doméstico se torna una enorme responsabilidad y acapara gran parte de su tiempo impidiendo que entre al ámbito laboral remunerado.

Tabla 8

*¿Está trabajando actualmente?*

Trabajo (n=50)	Frecuencia	Por ciento
Sí, a tiempo completo	13	26
Sí, a tiempo parcial	22	44
No	14	28
Dos empleos, uno full time y otro part time	1	2

**Ayudas económicas.** En la Tabla 9 se encuentra información relacionada con las ayudas económicas recibidas por estudiantes de las escuelas graduadas de ciencias de la conducta en la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras. La comunidad universitaria ha recurrido a ayudas económicas para poder sufragar gastos de estudios y necesidades básicas, debido a que la gran mayoría se encuentra bajo el nivel de pobreza (Metro, 2018). Por lo que, no es sorpresa que se encontró que un 45 por ciento ha recurrido al préstamo como ayuda económica. Las otras ayudas económicas indicadas fueron PEAf con un 18 por ciento, Estudio y trabajo con un 8 por ciento, Beca con un dos por ciento y Cap. 35 Veterano con un dos (2) por ciento.

Mientras que un 39 por ciento no tiene ayuda económica por parte de la Universidad. Esto tampoco es sorpresa, ya que las ayudas económicas para estudiantes de escuelas graduadas son limitadas. Los requisitos se tornan cada vez más rigurosos, que el ser dependiente y/o poseer un empleo te puede descualificar. Más, los recortes al presupuesto que repercuten en aumentos de matrícula y otros procesos administrativos, también implican recortes en las ayudas económicas. Por consiguiente, el poseer un ingreso económico se vuelve una necesidad y otro factor estresante que induce al *burnout*.

Tabla 9

*¿Qué ayuda/s económica/s recibe de la Universidad?*

Ayudas económicas (n=49)	Frecuencia	Por ciento
Préstamo	22	45
Ninguna	19	39
PEAF	9	18
Estudio y Trabajo	4	8
Beca	1	2
Cap. 35-Veterano	1	2

**Ingreso.** En la Tabla 10 se puede contemplar información relacionada con el ingreso mensual de la persona que respondió el cuestionario. Se obtuvo que para un 18 por ciento de las personas participantes su ingreso mensual fue de \$1,600 o más, un 16 por ciento recibe entre \$800 y \$1,099, un 14 por ciento recibe menos de \$200 y otro 14 por ciento prefirió no contestar la pregunta.

Según la tabla del nivel de pobreza federal, el ingreso federal de una sola persona debe ser de \$12,760, para una familia de dos personas \$17,240, para una de tres personas \$21,720, así sucesivamente (HHS por sus siglas en inglés) (Departamento de Salud y Servicios Humanos, 2020). Por los resultados únicamente de ésta, se entiende que hay más de una cuarta parte con ingresos bajo en nivel de pobreza. Ahora bien, tomando en consideración las Tablas 4 y 5, se proyecta que más de la mitad se encuentra bajo el nivel de pobreza teniendo los ingresos que presenta, varios residentes y dependientes en su hogar.

Tabla 10

*Aproximadamente, ¿cuál es su ingreso mensual?*

Ingreso (n=50)	Frecuencia	Por ciento
Menos de \$200	7	14
\$200 a \$499	6	12
\$500 a \$799	5	10
\$800 a \$1,099	8	16
\$1,100 a \$1,299	4	8
\$1,300 a \$1,599	4	8
\$1,600 o más	9	18
Prefiero no contestar	7	14

**Condición(es) de salud que le afectan actualmente.** La Tabla 11 expone los datos de las condiciones de salud que afectan a las personas que contestaron el cuestionario. Dentro de los resultados obtenidos se encontró que el 64 por ciento indica padecer de ansiedad, un 41 por ciento de desgaste físico, un 34 por ciento problemas emocionales y un 21 por ciento problemas estomacales. Dichas condiciones resaltadas por su frecuencia están relacionadas al *burnout*.

Tabla 11

*Indique si alguna/s de las siguientes condiciones de salud le está/n afectando actualmente. (Marque todas las que apliquen)*

Problemas de salud (n=44)	Frecuencia	Por ciento
Ansiedad	28	64
Desgaste físico	18	41
Condiciones emocionales	15	34
Problemas estomacales	9	21
Condiciones cardiovasculares	8	18
Condiciones respiratorias	6	14
Problemas de azúcar	5	11
Alergias en la piel	1	2
Insomnio	1	2
Espasmos severos	1	2
Ninguna hasta ahora	1	2
Prefiero no contestar	2	5

**Cantidad de créditos durante el semestre.** La Tabla 12 muestra información relacionada con la cantidad de créditos matriculados por estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta en la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras. La mayoría de las personas participantes tienen una carga académica completa, ya que, cursan entre nueve (9) y 12 créditos (38 y 26 por ciento respectivamente). Solo una (1) persona participante, (2.0 %), señaló tener 15 créditos o más. (Ver Tabla 12).

Tabla 12

*¿Cuántos créditos tiene durante el semestre?*

Créditos cursados durante el semestre (n=50)	Frecuencia	Por ciento
Menos de 6 créditos	8	16
6 créditos	9	18
9 créditos	19	38
12 créditos	13	26
15 créditos o más	1	2

**Horas de práctica durante el semestre.** En la Tabla 13 se encuentra información relacionada con las horas de práctica que debe cumplir durante este semestre las personas que contestaron el cuestionario. Se encontró que el 66 por ciento de las personas que respondieron, que al momento no está realizando práctica profesional, mientras que un 34 por ciento realiza práctica. La proporción más alta es de estudiantes que debe cumplir con 201-300 horas por semestre.

Tabla 13

*¿Cuántas horas de práctica profesional debe cumplir durante el semestre?*

Horas de práctica (n=50)	Frecuencia	Por ciento
100 o menos	1	2
101 a 200	3	6
201 a 300	8	16
301 a 400	3	6
401 o más	2	4
No estoy realizando práctica profesional	33	66

**Frecuencia de uso de sustancias.** La Figura 1 presenta información sobre cuáles sustancias consumen y con cuánta frecuencia la población de estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta en la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras. Un total de 34 participantes indicó usar *alcohol*. De este total, 19 participantes señalaron la frecuencia como *ocasionalmente*. Una cantidad de 38 participantes indicó hacer uso del *café*, de los cuales, 24 participantes puntualizaron la frecuencia de uso como *siempre*. Un total de 30 participantes indicó usar *medicamentos recetados*, donde 14 participantes marcaron *siempre* como la frecuencia de uso. Una cantidad de 29 participantes mostró hacer uso de *medicamentos no recetados*, de los cuales, 15 participantes señalaron la frecuencia de uso como *rara vez*. Un total de 35 participantes indicó que *nunca* ha usado *sustancias controladas*.

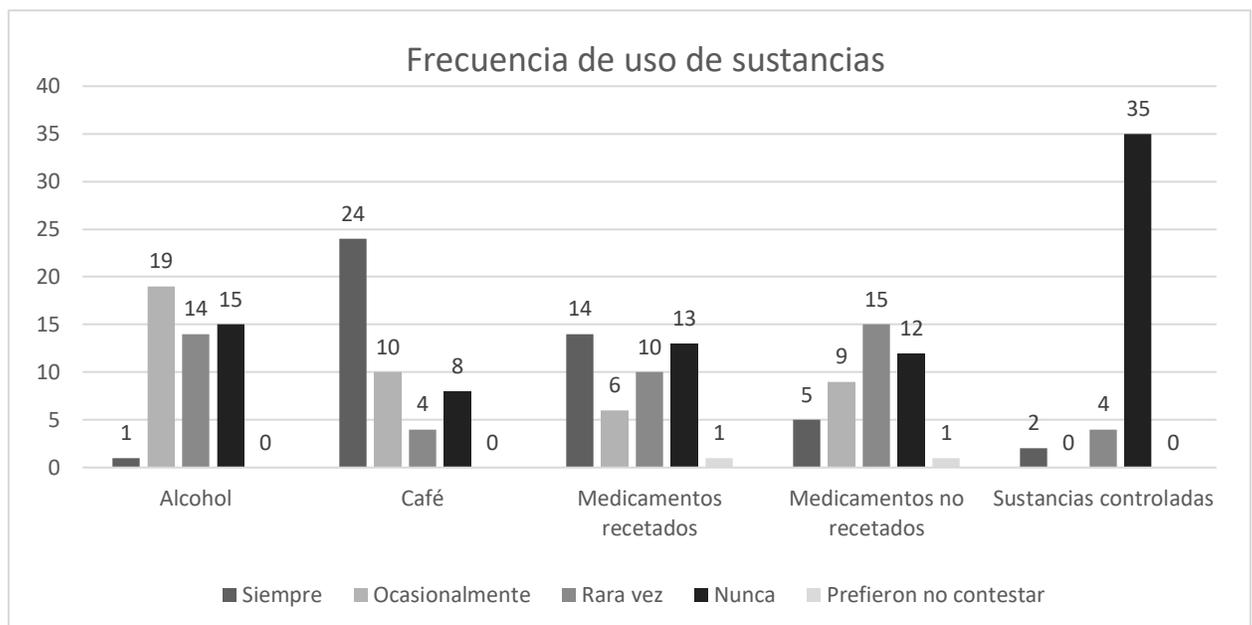
En referencia a esta Figura 1, se percibe una relación entre las condiciones de salud existentes, *burnout* y la conducta de estudiantes participantes. Conforme con Copca et al. (s.f.), la magnitud de la existencia del *burnout* sobrepasa el ámbito organizacional impactando el ámbito personal. De tal forma que, dejan entender que el *burnout* entra en las dimensiones:

psicosomática, emocional y conductual de la persona. Por consiguiente, Copca et al. (s.f.), insisten en que aumenta el riesgo de condiciones psiquiátricas, cansancio, problemas gastrointestinales, de espalda y cuello, dolores de cabeza, enfermedades coronarias y respiratorias. Asimismo, expresan que incrementa la posibilidad de abuso de fármacos y otras drogas, como el café y alcohol.

En la Tabla 11, se observó que las personas participantes padecían de condiciones relacionadas con el *burnout*. Lo que alude fuertemente a las dimensiones psicosomática y emocional. Si bien, en esta Figura 1, la mayoría de estudiantes participantes consume medicamentos recetados, que pudieran tratar las condiciones que indicaron tener. También, indica que la mayoría hace uso con frecuencia de siempre y ocasionalmente de café y alcohol respectivamente. Más, tres (3) de cada cinco (5) estudiantes participantes en algún momento han hecho uso de medicamentos no recetados. Esto se asocia directamente a la dimensión conductual y respalda la exposición a riesgo de adicción de la que Copca et al. se refieren.

Figura 1.

*Frecuencia de uso de sustancias*



## Escala de Burnout

La siguiente parte está compuesta por una escala, en la cual se busca conocer la frecuencia con la que la persona siente algunas circunstancias. En dicha escala se encuentran unos enunciados que van dirigidos a conocer cómo la población de estudiantes de las escuelas graduadas de ciencias de la conducta humana de la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras se sienten referente a su persona, sus estudios y su igual. La escala presentó las opciones de *SIEMPRE*, *ALGUNAS VECES* y *NUNCA*. Además, podían seleccionar si el enunciado no les aplicaba o preferían no contestar.

De los datos más relevantes recopilados en esta escala, se destacan que el 64 por ciento de la población participante respondió *ALGUNAS VECES* en la premisa *Siento que los estudios me agotan emocionalmente*. Por otra parte, el 62 por ciento de la población participante respondió que *ALGUNAS VECES Siento desgaste por mis estudios*, mientras que el 76 por ciento indicó que *Siento frustración por sus estudios ALGUNAS VECES*. Una mayoría de 70 por ciento contestó *NUNCA* a *Siento poca importancia hacia las situaciones de sus compañeros/as*. El 66 por ciento cree que *SIEMPRE Promuevo un ambiente agradable en mis clases*, mientras que el 62 por ciento indicó *ALGUNAS VECES* para *Siento motivación luego de estudiar en grupo con compañeros/as de clase*. Por otra parte, el 58 por ciento respondió que cree que *SIEMPRE* para la premisa *Puedo sacar provecho a la universidad*, mientras que el 56 por ciento indicó que *ALGUNAS VECES* para *Siento estar al límite de mis capacidades*. Un 50 por ciento del estudiantado participante respondió *SIEMPRE* a *Creo que la universidad no trata los problemas emocionales del estudiantado de una manera adecuada*. Finalmente, el 82 por ciento indicó que *NUNCA* para *Tengo la sensación de que mis compañeros/as me culpan de algunos problemas*.

Como se mencionó anteriormente, esta escala fue una adaptación de la *Escala de Burnout de Maslach*, por lo que, para analizar los datos también se tomará en consideración las medidas de análisis de Maslach. En la *Escala de Burnout de Maslach*, las premisas 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 y 20 miden el *Cansancio emocional*; las premisas 5, 10, 11, 15 y 22 miden la *Despersonalización*; las premisas 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19 y 21 miden la *Realización Personal*. En el caso de la *Escala de Burnout* utilizada en este estudio, las premisas 1, 2, 3, 7, 11, 12, 17 y 18 se relacionan con la percepción de las personas sobre el *Cansancio emocional*; las premisas 5, 9, 13 y 19 se relacionan con la percepción de las personas sobre la *Despersonalización*; y las premisas 4, 6, 8, 10, 14, 15 y 16 se relacionan con la percepción de las personas sobre la *Realización Personal*. (Ver tabla 14)

De los datos obtenidos en nuestra escala de *Burnout* podemos concluir que el estudiantado participante tiene la percepción de tener *cansancio emocional*. Por otra parte, luego de analizar las respuestas correspondientes a la percepción sobre la *Despersonalización*, encontramos que esta área del *burnout* no es una que la población participante entendiera que está siendo impactada. Por último, luego de analizar las premisas que miden la *Realización personal*, se concluye que el estudiantado participante tiene la percepción de que tienen realización personal.

Los resultados obtenidos de esta escala se pueden comparar con los resultados obtenidos de estudios relacionados con el *burnout* estudiantil. El estudio *¿Puede el burnout afectar al estudiantado universitario?* Realizado en la Universidad Nacional de Costa Rica (2013), demuestra que en efecto la comunidad estudiantil puede ser impactada por el *burnout*. Para darle mayor peso a este argumento, este estudio al igual que el estudio presentado en esta tesis, realizó una adaptación de la *Escala de Burnout de Maslach*, para que la misma fuera aplicable a estudiantes. Este estudio concluyó que varios de los estresores que presentó la

comunidad estudiantil fueron: sobrecarga curricular, poco acceso a recursos tecnológicos, mediación docente en el salón de clases y, doble jornada de estudio y trabajo. Igualmente, el estudio realizado por León (2013), destaca que hubo tendencia a sentir cansancio emocional al finalizar la jornada estudiantil, sentir fatiga al levantarse en las mañanas antes de acudir a la universidad y sentir frustración en la carrera, a pesar de que fuera la de su preferencia. Los datos recopilados en nuestra escala indicaron datos que no se alejan a los datos del estudio de León (2013), el cansancio emocional al terminar el día de estudio y el sentir fatiga al empezar la rutina diaria de estudios fueron dos estresores identificados por una gran parte de la comunidad estudiantil participante de este estudio. De igual forma, el estudio de León (2013), entendiendo la naturaleza holística del estudiantado, investigó sobre el impacto de estresores fuera del ámbito académico, concluyendo que existe una tendencia a demandas externas, por lo que la comunidad estudiantil se encuentra constantemente expuesta a factores estresantes relacionados directamente con la vida académica, pero también a factores sociales e interpersonales.

Por otra parte, el estudio realizado por Aranda, Pando, Velázquez, Acosta & Pérez (2003) (citados por Barraza 2008), encontró altas tasas de *burnout* en los estudiantes del nivel graduado de Salud Pública de la Universidad de Guadalajara. De igual forma, Barraza (2008), discute el estudio realizado sobre los estudiantes de enfermería por Carlotto, Goncalves & Borges (2005). En este estudio se resalta la relación entre la actividad laboral, el tiempo de ocio, realizar exámenes y trabajos, la edad, el nivel de expectativas y tener una actividad profesional con los estresores percibidos por el estudiantado. En este aspecto podemos encontrar la necesidad de indagar sobre la situación socioeconómica del estudiantado y su relación con la percepción de *burnout*. La importancia de que el tema del *burnout* estudiantil se estudie es que según Rosales & Rosales (2013), comportamientos relacionados con el

*burnout* pueden resultar en agotamiento físico y mental, abandono de estudios y disminución del rendimiento académico. Esto resultaría en una generación de profesionales entrando al campo a ejercer de manera fatigada, con despersonalización y por consiguiente incurriendo en prácticas no éticas.

Tabla 14

*Escala de Burnout*

Premisa n=50	Nunca	Algunas Veces	Siempre	No aplica	Prefiero No Contestar
1. Siento que los estudios me agotan emocionalmente.	6%	64%	28%	2%	0%
2. Siento cansancio al terminar el día de estudio.	2%	36%	62%	0%	0%
3. Siento fatiga al empezar mi rutina diaria de estudios.	22%	54%	22%	0%	2%
4. Puedo comprender los sentimientos de mis compañeros/as.	2%	26%	72%	0%	0%
5. Trato a mis compañeros/as y a las personas que tengo que atender de forma hostil.	68%	32%	0%	0%	0%
6. Trato de atender de manera efectiva los problemas y/o necesidades de las personas a las que tengo que atender.	2%	16%	82%	0%	0%

7. Siento desgaste por mis estudios.	10%	62%	28%	0%	0%
8. Influyo de manera positiva en las vidas de otras personas, mediante mis estudios.	2%	48%	48%	0%	2%
9. Siento preocupación por mi bienestar emocional dado a is estudios.	20%	38%	40%	2%	0%
10. Siento mucha energía por mis estudios.	26%	52%	20%	2%	0%
11. Siento frustración por mis estudios.	10%	76%	14%	0%	0%
12. Entiendo que estoy dedicándole y pasando mucho tiempo en la universidad.	10%	40%	44%	6%	0%
13. Siento poca importancia hacia las situaciones de mis compañeros.	70%	22%	6%	0%	2%
14. Creo promover un ambiente agradable en mis clases.	12%	20%	66%	2%	0%
15. Siento motivación luego de estudiar en grupo con compañeros/as de clase.	2%	62%	30%	6%	0%
16. Creo poder sacar provecho a la universidad.	6%	30%	58%	3%	3%
17. Siento estar al límite de mis capacidades.	24%	56%	14%	4%	2%

18. Creo que la universidad no trata los problemas emocionales del estudiantado de una manera adecuada.	14%	28%	50%	6%	2%
19. Tengo la sensación de que mis compañeros/as me culpan de algunos problemas.	82%	14%	2%	2%	0%

### Variables Sociales

La última parte del cuestionario estaba compuesta de una tabla y dos preguntas. Esta tabla presentaba varias actividades socio-familiares, económicas, políticas y culturales que pueden ser estresores para la población de estudiantes de ciencias de la conducta de la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras. Por último, las dos preguntas que finalizan el cuestionario estaban dirigidas a 1) conocer los mecanismos que utilizan las personas para manejar el estrés y 2) conocer los factores que entienden inciden en el *burnout* estudiantil.

**Me produce mucho estrés...** En la Tabla 15 se presentan variables sociales, las cuales las personas que respondieron el cuestionario entienden que les produce estrés. Se contempla en los datos que a la inmensa mayoría de las personas *SÍ* les produce mucho estrés el tener múltiples tareas que atender como académicas, trabajo y hogar (96%), el aumento en el costo del crédito universitario (88%), el tener tiempo limitado de ocio (86%) y las reformas laborales, educativas y de retiro que han surgido (86%). Por otro lado, los elementos que *NO* les producen estrés a quienes participaron lo son: el no poder seguir los estilos de vida que

presentan en las líricas de canciones u otros medios (96%), el querer comprar lo que anuncian en la televisión y no tener el dinero para costearlo (76%) y el desear comprar un auto nuevo o lujoso y no contar con el dinero suficiente para adquirirlo y mantenerlo (72%).

Tabla 15

*Me produce mucho estrés...*

Premisa n=50	Sí	No	Prefiero no contestar
1. Querer comprar lo que anuncian en la televisión y no tener el dinero para costearlo.	20%	76%	4%
2. Procrastinar y no cumplir tareas universitarias (ej. viendo Netflix).	76%	24%	0%
3. Desear comprar un auto nuevo o lujoso y no contar con el dinero suficiente para adquirirlo y mantenerlo.	24%	72%	4%
4. No poder seguir los estilos de vida que presentan las líricas las canciones u otros medios.	4%	96%	0%
5. Tener múltiples tareas que atender como académicas, trabajo y hogar.	96%	4%	0%
6. No tener un balance entre mi vida social y académica.	84%	16%	0%
7. Tener limitado tiempo de ocio.	86%	14%	0%
8. Ver que las políticas públicas atentan contra mis derechos.	84%	12%	4%
9. El aumento en el costo del crédito universitario.	88%	12%	0%
10. Las reformas laborales, educativas y de retiro que han surgido.	86%	12%	2%

Conforme con la revisión de literatura, la comunidad estudiantil se enfrenta a múltiples tareas en las áreas de trabajo y academia asumiendo una doble jornada. Los altos resultados obtenidos indicando que casi a la totalidad del estudiantado *SÍ* les produce *mucho estrés* el *tener múltiples tareas que atender como académicas, trabajo y hogar* era de esperarse, y en

este caso, representa una triple jornada. De modo que, esto explica la tendencia de tener tiempo limitado de ocio como un factor de estrés.

Por otra parte, de acuerdo con Rodríguez (2015), el estrés producido por el *burnout* se extiende desde la persona como individuo hasta una problemática sistémica por falta de paridad entre lo social y lo organizacional. Por ende, factores estructurales en el entorno afectan a la persona, evidenciándose en las respuestas de participantes dirigidas al aumento en el costo del crédito universitario y, las reformas laborales, educativas y de retiro que han surgido como factores de estrés.

**Mecanismos para manejar el estrés.** La pregunta 16 hizo referencia a cuáles son los mecanismos que utilizan la población de estudiantes de las escuelas graduadas de ciencias de la conducta para manejar su estrés. Como respuesta a esta pregunta la inmensa mayoría de las personas indicó que *escuchar música* (80%) es su mecanismo para manejar el estrés. Seguidamente por el dialogar y dar un paseo (70 y 64 por ciento, respectivamente). Dichos mecanismos van ligados a las actividades de ocio que practica la comunidad estudiantil planteados por Rodríguez & Agulló (1999) (Ver Tabla 16).

Tabla 16

*¿Qué mecanismos utiliza para manejar el estrés?*

Mecanismos n=50	Frecuencia	Por ciento
Escuchar música	40	80
Dibujar	5	10
Escribir	10	20
Dar un paseo	32	64
Dialogar	35	70
Juegos	10	20
Electrónicos		
Prefiero no contestar	0	0
Otra	20	40

**Factores que influyen en el *burnout*.** La información contenida en la Tabla 17 es con relación a cuáles son los factores que la población bajo estudio considera que influyen en el *burnout* estudiantil. Los resultados señalan que el 90 por ciento considera que uno de los factores que más influye en el *burnout* es la sobrecarga de tareas estudiantiles, 82 por ciento el *aumento en el costo de la matrícula* y 80 por ciento el *no tener tiempo de ocio*.

Tabla 17

*¿Qué factores considera que influyen más en el burnout?*

Factores n=50	Frecuencia	Porcentaje
Situaciones Familiares	35	70%
No tener tiempo de ocio	40	80%
Aumento en el costo de la matrícula	41	82%
Falta de empleo	32	64%
Dinero invertido en transportación, vivienda, alimentos, agua, luz, etc.	37	74%
Situaciones personales	39	78%
Relaciones de pareja	22	44%
Sobrecarga de tareas estudiantiles	45	90%
Tareas del hogar	24	48%
Prefiero no contestar	1	2%
Otro	5	10%

Según la literatura, se establece que las exigencias establecidas por la academia y el cumplimiento de las mismas son parte de la carga que tienen que sobrellevar las personas que son parte de la comunidad estudiantil. Por lo que, no es una sorpresa que el 90 por ciento de

las personas selecciona como un factor principal la sobrecarga académica que deposita la academia sobre estas personas.

Además, esta sobrecarga lleva a que muchas personas que son estudiantes, como Luis Del Valle estudiante entrevistado por el periódico Primera Hora para el año 2015, no puedan tener un empleo para poder cubrir en su totalidad los gastos personales y de matrícula.

También, Bueno (2007), estableció que la mayoría de la población estudiantil proviene de familias de escasos recursos. Por estas razones, los resultados arrojaron que un 82 por ciento de las personas identificaron el costo de matrícula como otro de los factores que más inciden en el *burnout*.

Durante el proceso de revisión de los datos, el equipo de investigación pudo observar que cada estudiante que participó de este estudio vive en diferentes realidades. Dentro de esas realidades, el factor económico es uno que se torna importante al analizar la población, ya que se percibe que ésta tiende a darle un gran peso. De modo que, se visualiza una necesidad económica que obliga a la comunidad a entrar en el ámbito laboral y/o recibir ayuda económica. Mientras, hay estudiantes que poseen dependientes, completan su jornada de estudios, completan horas de práctica profesional, entre otros aspectos de su vida que requieren de su tiempo. Además, se entiende que cada estudiante percibe o relaciona su *burnout* con distintos factores, dentro de la realidad de vida que tienen. Esto se valida de lo expuesto por Martínez & Marques (2005) (citados por Barraza 2008), ante las diferencias significativas en las dimensiones del *burnout* relacionadas con las variables sociodemográficas.

### CAPÍTULO III- CONCLUSIONES

En este capítulo se presentan las conclusiones de este estudio de investigación. Las conclusiones se establecen a través de la discusión de las hipótesis, los hallazgos principales, las recomendaciones y presentación de las limitaciones de la investigación.

#### **Discusión de hipótesis**

Al comenzar este trabajo el equipo investigativo propuso un total de cuatro hipótesis. Estas hipótesis son discutidas y analizadas en base a las respuestas brindadas por las personas en el proceso de recolección de datos.

En la Hipótesis 1 las investigadoras e investigador expresaron que la mayoría de estudiantes de ciencias de la conducta que participaran indicarían que SIEMPRE experimentan lo expresado en los siguientes enunciados: siento que los estudios me agotan emocionalmente, siento cansancio al culminar mi jornada de estudios, siento desgaste por mis estudios, entiendo que paso y/o le dedico más del tiempo requerido a la Universidad y creo que la Universidad no atiende los problemas emocionales de una manera adecuada. Al obtener los resultados del cuestionario para el único que se encontró evidencia a favor de la Hipótesis 1 fue, *siento cansancio al culminar mi jornada de estudios* (62%). En otro tipo de enunciados sí se observó una mayoría indicando SIEMPRE. Específicamente en enunciados relacionados con la solidaridad hacia otras personas o compañeros/as de clases. Como, por ejemplo, *puedo comprender los sentimientos de mis compañeros/as* (72%).

La Hipótesis 2 del grupo de investigación esperaba que la mayoría de estudiantes de las escuelas graduadas de las ciencias de la conducta que participaron del estudio respondieran SÍ a las siguientes premisas como causantes de estrés: el no poder comprar todo lo que veo en los anuncios de televisión, me produce desesperación; tener múltiples tareas que atender como académicas, trabajo y hogar; no tener un balance entre mi vida social y académica; tener

limitado tiempo de ocio; ver que las políticas públicas atentan contra mis derechos; y el aumento en el costo del crédito universitario. Dentro de los resultados obtenidos, el grupo de investigación encontró que los causantes mencionados en la hipótesis fueron considerados por la mayoría como parte de su estrés, estos rondando entre 84 a 96 por ciento de participantes indicando que *SÍ*. Por otra parte, sólo uno de los aspectos establecidos en la hipótesis no fue considerado como un causante de estrés, que fue *el no poder comprar todo lo que veo en los anuncios de televisión, me produce desesperación* (20%).

En la Hipótesis 3 el equipo investigativo estableció que la mayoría de estudiantes de las escuelas de ciencias de la conducta indicarían que los mecanismos que más utilizan para manejar el estrés son los siguientes: escuchar música y dar un paseo. Dicha hipótesis encontró evidencia a su favor, ya que en los resultados se obtuvo que la mayoría de las personas para manejar el estrés, utiliza los mecanismos de; *escuchar música* (80%) y *dar un paseo* (64%). Además, las personas consideraron el *dialogar* (70%) como otro mecanismo utilizado con regularidad para manejar el estrés.

Por último, la Hipótesis 4 el investigador e investigadoras propusieron que los factores que más inciden en el *burnout* de la población bajo estudio serían los siguientes: aumento en el costo de la matrícula, situaciones personales, situaciones familiares, dinero invertido en transportación, vivienda, alimento, agua, luz, etcétera; y sobrecarga académica. Se encontró evidencia a favor de esta hipótesis, debido a que la mayoría de las personas consideró dichos factores como causantes de su estrés. También, un gran número de personas consideró dos factores adicionales como incidentes en su *burnout* y estos son: *no tener tiempo de ocio* (80%) y *falta de empleo* (64%).

## Conclusiones

De los resultados obtenidos en esta investigación, el equipo investigativo llegó a las siguientes conclusiones,

En términos generales, este estudio nos permite visualizar que la mayoría de estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta que participó de este estudio cuenta con una carga académica completa y trabaja. También, una tercera parte debe cumplir con horas de práctica profesional. Lo que explica la tendencia a falta de tiempo de ocio y la sobrecarga académica como factores que entienden que inciden en el *burnout*, según reflejado en los resultados. Esto representa una pérdida de los beneficios que conlleva el disfrute del tiempo de ocio planteado por Pascucci (2015), como lo es mantener las emociones positivas con la finalidad de aumentar la satisfacción personal y mantener una buena calidad de vida.

Lo anterior se manifiesta en la salud física y emocional de la población estudiada. Por un lado, los resultados mostraron inclinación a tener ansiedad, seguidamente por desgaste físico, problemas emocionales y en pocos casos, estomacales. Dichas condiciones están vinculadas directamente con la sintomatología física del *burnout*. Por otro lado, se destaca en los resultados de la escala de *burnout* tendencias significativas en la dimensión emocional del Modelo Tridimensional del *Síndrome de Burnout*, en la cual, la gran mayoría están relacionadas con el agotamiento emocional, cansancio, desgaste y frustración por los estudios. Asimismo, la presencia de fatiga al comenzar rutina de estudios, estar al límite de sus capacidades y creer que la universidad no trata los problemas emocionales del estudiantado de una manera adecuada; junto a lo antes mencionado, refleja la sintomatología psicológica del *burnout*. Por ende, es evidente la percepción de *burnout* en la dimensión emocional en esta población.

Además, el estudio permite visibilizar el *burnout* como consecuencia de la conglomeración de una multiplicidad de factores intrapersonales, interpersonales y extrapersonales. Aludiendo al primer objetivo sobre conocer los factores sociales, familiares y académicos que consideran que contribuyen al *Síndrome del Burnout*, se percibe el *burnout* como una problemática cuyo origen va más allá de la individualidad de la persona. Acatando el planteamiento de la *Teoría Ecosistémica*, el comportamiento y sus derivados de la población estudiada es influenciado por su interacción directa e indirecta desde su individualidad con sus diferentes ambientes siendo estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta en la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. Por ello, la percepción de estudiantes sobre factores que más inciden en el *burnout* se extendió al *aumento en el costo de la matrícula, situaciones personales y familiares, dinero invertido en transportación, vivienda, alimento, agua, luz, etc... y, falta de empleo, aparte de la sobrecarga académica y falta de tiempo de ocio*. Las mismas respuestas sobre factores que más inciden en el *burnout* acapararon los objetivos de explorar qué opinión tienen sobre si la condición económica, política y social actual de Puerto Rico aporta al *Síndrome del Burnout*, y conocer si las políticas de austeridad impuestas por la Junta de Control Fiscal de Puerto Rico a la Universidad de Puerto Rico son vistas como un elemento que influye al *burnout*. Lo que indica, que las variables políticas, económicas, académicas y socio-familiares tienen un gran peso en esta comunidad estudiantil.

En cuanto al objetivo de indagar sobre factores culturales que entienden que contribuyen al *burnout*, se encontró que la mayoría del estudiantado no percibe los factores culturales que fueron considerados como contribuyentes de su *burnout*. Esto se debe a que, el no poder seguir los estilos de vida que presentan en las líricas de canciones u otros medios, el querer comprar lo que anuncian en la televisión y no tener el dinero para costearlo, y el desear

comprar un auto nuevo o lujoso y no contar con el dinero suficiente para adquirirlo y mantenerlo, entienden que no les produce estrés. Esto refleja la capacidad de pensamiento crítico en estudiantes de ciencias de la conducta de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. No obstante, procrastinar y no cumplir tareas universitarias fue un factor cultural que se destacó como provocador de estrés en la población estudiada. Este descubrimiento es base para enfocar el *burnout* estudiantil en dirección de las variables políticas, económicas, académicas y socio-familiares, debido a que la procrastinación parte de sensaciones de frustración, inseguridad y estancamiento provocada por la acumulación de tareas pendientes (Guerri, s.f.).

Utilizando como base la *Teoría Crítica* y los resultados del estudio, se puede deducir que hay una disparidad entre la realidad sistemática de la universidad y la realidad de estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta. Dicha disparidad impacta fuertemente la dimensión emocional. Las consecuencias conductuales que trae consigo el *burnout* son nefastas a niveles micro, meso, exo y macro. Por ende, urge tomar conciencia y asumir postura ante el asunto para el bienestar integral de la población. De igual manera, es crucial abordar el tema e implementar soluciones a la problemática del *Síndrome de Burnout* con la finalidad de que la calidad del servicio profesional, y participantes que reciban el mismo, no se perjudiquen. Por lo que, se realiza un llamado de alerta a la academia, las profesiones, instituciones y al Estado; y se hacen recomendaciones con la finalidad de que se realicen medidas que favorezcan a la comunidad estudiantil.

### **Recomendaciones**

De acuerdo a los resultados del análisis de los datos las investigadoras e investigador recomiendan

**A la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras.** Es de nuestro conocimiento que la universidad brinda servicios de apoyo mediante el Departamento de Consejería para el Desarrollo Estudiantil (DCODE). DCODE ofrece un taller relacionado con el manejo de estrés. No obstante, está estructurado de forma general y el conocimiento de la existencia del mismo es limitado. Por lo que, se recomienda facilitar el taller de estrategias de manejo de estrés y sus derivados específicamente para estudiantes de escuelas graduadas en horarios flexibles y de forma recurrente a través del semestre. De igual forma, aumentar su promoción coordinando con las mismas escuelas graduadas y publicar en redes sociales para allegar a la mayor cantidad posible de estudiantes. De forma que, la población se pueda identificar y sea accesible para ella. Además, desde el DCODE se pueden crear otras estrategias dedicadas a la prevención de *burnout*.

Por otro lado, se insta a la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras a realizar un perfil sociodemográfico de la comunidad estudiantil con el fin de recolectar datos actualizados que representen las características de la población. La creación de este perfil permitirá tener una mejor percepción de la comunidad en la actualidad y facilitará el diseño de estrategias de prevención, talleres, investigaciones, seminarios, currículos y cursos; ya que podrán ser atemperados a las realidades políticas, económicas, sociales y culturales que atraviesa la comunidad estudiantil.

**A las Escuelas Graduadas de Ciencias de la Conducta.** Se recomienda se le dé continuidad a estudios relacionados con el *burnout* estudiantil considerando esta investigación como una de las pioneras en cuanto a la temática del *burnout* en estudiantes graduados de ciencias de la conducta humana. Además, de considerar que se utilicen los resultados para la capacitación del personal de la Universidad y profesionales para poder atender a la población de estudiantes que presenten *burnout*, debido a la carga académica, social, familiar, política y

económica. Igualmente, se le recomienda que siga teniendo espacios de ventilación y respiro para estudiantes.

**Para la formulación de la política social.** Muchas políticas públicas y leyes que han sido redactadas en los últimos años han sido perjudiciales en especial para la población joven, a la cual pertenece la comunidad de estudiantes. Teniendo en consideración que el estudiantado es parte de la sociedad, con las responsabilidades y contexto que se ven acentuadas por el hecho de encontrarse estudiando, entendemos que el impacto de las políticas sociales se refleja en esta comunidad de igual manera. Por esto le recomendamos a quienes formulan las políticas sociales y económicas, no seguir lastimando al grupo de jóvenes puertorriqueños/as con más políticas de austeridad. Las políticas que han deteriorado las condiciones de empleo, las que han logrado que miles de jóvenes puertorriqueños/as opten por emigrar, las que atentan contra el retiro y las que han impactado adversamente la Universidad de Puerto Rico directamente, son algunas de las políticas que aunque no digan “estudiantes” en su título, impactan a esta comunidad. Igualmente se le recomienda a los profesionales y los gremios colectivos que les agrupan, promover la creación de proyectos de ley que protejan a la comunidad estudiantil.

**Para futuras investigaciones.** El grupo de investigación recomienda a las próximas personas que tomen la decisión de trabajar con el tema del *burnout* a:

- 1- Utilizar la escala de Maslach, si se tiene el recurso económico, ya que esta les permitirá analizar y conocer el nivel de *burnout* de las personas participantes.
- 2- Realizar investigaciones que amplíen la temática y que incluya a otras escuelas graduadas y subgraduadas.

## **Limitaciones**

Durante el proceso de trabajar en cada uno de los aspectos de la tesis, el grupo investigativo se enfrentó a las siguientes limitaciones:

1. La poca cantidad de investigaciones o tesis que trabajan el tema del *burnout* estudiantil en Puerto Rico. Esto implica que, hay un territorio no explorado y, este estudio es pionero en el área, arriesgándose a obviar algún factor importante en la materia.
2. La falta de información actualizada relacionada al perfil sociodemográfico reciente del estudiantado a nivel subgraduado y graduado. Los últimos datos que contienen información del perfil sociodemográfico del estudiantado se encuentran en el siguiente documento, *Perfil del Estudiantado Universitario en Puerto Rico: Hallazgos del Consejo de Educación* con datos recolectados entre el 2009 al 2010. Este estudio contó con pocos datos de estudiantes a nivel graduado, además se realizó hace diez años. Por tal razón, se hizo difícil el evidenciar de forma cuantitativa y actualizada el contexto socioeconómico y las características de la población universitaria, actuales y específicas de estudiantes de escuelas graduadas.
3. No hubo forma alguna de saber de qué manera fueron interpretadas las premisas del cuestionario. Lo que, pudo influenciar en las respuestas que brindó la comunidad estudiantil.
4. No se pudo administrar la escala de medición *Maslach Burnout Inventory* (MBI) para conocer el nivel de *burnout* en participantes del estudio, ya que por derechos de la autora, no se permitía la edición de la escala para dirigirse a la comunidad estudiantil. Además, para adquirir la licencia, el grupo de investigación necesitaba incurrir en un gasto monetario alto.

5. La situación actual de la pandemia por el COVID-19 en el país, provocó que no se pudiera continuar con los procesos de seguimiento semanales en las escuelas graduadas participantes de este estudio.
6. La no participación de la escuela graduada de Sociología y Antropología consistió en una falta de representación de dicha escuela y sus estudiantes invisibilizando su percepción acerca del *burnout*.

## Referencias

- Álvarez, Héctor. (2015). *DACO multa a Claro por anuncio engañoso*. Recuperado de <http://www.presenciapr.com/daco-multa-a-claro-por-anuncio-enganoso/>
- Ander-Egg, Ezequiel. (1995). *Diccionario del Trabajo Social* (págs. 77 y 162). Buenos Aires, Argentina. Editorial Lumen.
- Artázcos, Lucía., Borrell, C., Rolhfs, I., Beni, C., Moncada, A. & Benach, J. (2001). Trabajo doméstico, género y salud en población ocupada. *Gaceta Sanitaria*, 15. (2) 150-153. Recuperado de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0213911101715348>
- Ayuda Legal Puerto Rico. (2019). *Reforma Laboral del 2017: Cambios importantes en derechos laborales*. Recuperado de: <https://ayudalegalpr.org/resource/reforma-laboral-del-2017-cambios-importantes#>
- Barraza, Arturo. (2008). Burnout estudiantil: un enfoque unidimensional. *Revista Psicología Científica.com*, 10 (30). Recuperado de <http://www.psicologiacientifica.com/burnout-estudiantil>
- Berrios (2019). *Shopper Navidades en septiembre*. Recuperado de [https://berriostedamas.com/?gclid=EAiaIQobChMIuqSprNLp5AIVfwD5AB0A-wk3EAEYASAAEgIkO\\_D\\_BwE](https://berriostedamas.com/?gclid=EAiaIQobChMIuqSprNLp5AIVfwD5AB0A-wk3EAEYASAAEgIkO_D_BwE)
- Bitran, Marcela; Zúñiga, Dennise; Pedrals, Nuria; Echeverría, Guadalupe; Vergara, Claudia; Rigotti, Attilio & Puschel, Klaus. (2019). *Burnout en la formación de profesionales de la salud en Chile: Factores de protección y riesgo, y propuesta de abordaje desde la perspectiva de los educadores*. Chile. Recuperado de: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v147n4/0717-6163-rmc-147-04-0510.pdf>

- Bittar, María C. (2008). *Investigación sobre el burnout y estilos de personalidad en estudiantes universitarios*. Mendoza. [PDF]
- Bronfenbrenner, Urie. (1977). *Toward an Experimental Ecology of Human Development*. Cornell University. [PDF].
- Bueno, Georgina. (2007). El estudiante universitario y su entorno familiar. *Griot, 1*. (1) 29-35.
- Caballero, Carmen, Hederich, Christian & Palacio, Jorge (2009). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología*. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v42n1/v42n1a12.pdf>
- Cabrales, Omar. (2011). La precarización laboral y el desempleo como consecuencias del neoliberalismo y la globalización. *Tendencias y Retos, 2011*. (16) 43-57.
- Cabrera, Ferdinand. (2017). *Consecuencias del neoliberalismo en las instituciones de educación superior en Puerto Rico: Perspectivas de decanos y profesores de un recinto de la Universidad de Puerto Rico*. (Disertación doctoral publicada). Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras, PR. ProQuest. <https://biblioteca.uprrp.edu:2053/pqdtglobal/docview/1946791355/C323C0541ED24C0FPQ/1?accountid=44825>
- Calderón, Jaime. (2012). Perfil del Estudiantado Universitario en Puerto Rico: Hallazgos del Consejo de Educación. *Consejo de Educación de Puerto Rico*. [PDF].
- Car Gurus (2019). *2019 Lamborghini Urus Análisis de Precio*. Recuperado de: <https://www.cargurus.com/es/2019-Lamborghini-Urus-Precio-c28438>

Caro, Leysa. (10, abril, 2015). *La crisis económica toca a nuestros universitarios. Primera Hora*. Recuperado de: <https://www.primerahora.com/noticias/puerto-rico/notas/la-crisis-economica-toca-nuestros-universitarios/>

Carrión, Eladio & Martínez, Benito (2019). *Kemba Walker*. High Quality.

Celis, Juan (2018). *Cosas Que La Gente Pobre Hace Con Su Dinero*.

Recuperado de <https://www.sebascelis.com/7-cosas-que-la-gente-pobre-hace-con-su-dinero/>

Colegio de Profesionales del Trabajo Social de Puerto Rico.

(2017). *Código de Ética Profesional*. San Juan, Puerto Rico. Recuperado de <http://cptspr.org/wp-content/uploads/2016/11/Código-de-Ética-2017-REV050317web.pdf>

Copca Guzmán, Andrea., Canales Hernández, Carlos A., Trejo, A., Muller, A.,

Mendoza, A., Reynoso, J. & Ruvalcaba, J. (s/f). *El Síndrome de Burnout como factor influyente en el rendimiento académico del estudiante universitario*. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Recuperado de:

<https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/icsa/n10/p3.html>

Cordero, Gonzalo (2019). *Las 20 mejores series que puedes ver en Netflix (sean o no de Netflix)*. Recuperado de <https://www.esquire.com/es/actualidad/tv/g22069263/netflix-mejores-series-recomendadas-favoritas-buenas/>

Cuídate Plus. (2015). *Síndrome de Burnout*. Recuperado de

<https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psiquiatricas/sindrome-de-burnout.html#causas>

- Curbelo, Lunimar. & Centro de Documentación, Investigación y Difusión de Psicología Científica (2015). *Burnout* académico en estudiantes de salud mental. Impacto en la salud física y cognición. *Eureka*, 12. (1) 35-48.
- De Luca, Alejandro. (s.f.). Los gastos de un estudiante universitario. *Mentes Liberadas*. Recuperado de: <https://www.mentesliberadas.com/2012/04/01/los-gastos-en-la-vida-de-un-estudiante-universitario/>
- Departamento de Salud y Servicios Humanos. (2020). Índice Federal de Pobreza. *Cuidado de Salud*. Recuperado de: <https://www.cuidadodesalud.gov/es/glossary/federal-poverty-level-FPL/>
- Departamento del Trabajo y Recursos Humanos. (abril, 2017). *Empleo y Desempleo en los Jóvenes. Gobierno de Puerto Rico*. Recuperado de [https://estadisticas.pr/files/Inventario/publicaciones/DTRH\\_EMPLEO\\_DESEMPLEO\\_JOVENES\\_AN\\_2017.pdf](https://estadisticas.pr/files/Inventario/publicaciones/DTRH_EMPLEO_DESEMPLEO_JOVENES_AN_2017.pdf)
- Departamento del Trabajo y Recursos Humanos. (agosto, 2019). *Empleo y Desempleo en Puerto Rico*. Gobierno de Puerto Rico. Recuperado de <https://estadisticas.pr/en/inventario-de-estadisticas/empleo-y-desempleo>
- EFE. (2019). *Puerto Rico ostenta el doble del índice de pobreza entre los estados de E.E.U.U.* EfeUSA. Recuperado de: <https://www.efec.com/efe/usa/puerto-rico/puerto-rico-ostenta-el-doble-de-indice-pobreza-entre-los-estados-ee-uu/50000110-3962324>
- Falero Jelitza. (2016). *Teoría sistémica: Estudia la conducta que resulta de la interacción de la persona en múltiples sistemas* [Diapositiva de Power Point]. Humacao.
- Fernández, Carlos, Lozano, Leisha, Meléndez, Jandelis, Rodríguez, Irán, Serra, Indianeth, Vargas, Nelka (2017). *Análisis del perfil socio-demográfico, necesidades e intereses*

de la población de 60 años y más del Barrio Mariana en Humacao a mayo 2017.

UPR-Humacao, Puerto Rico.

Garage Isla Verde (2019). *Modelos de Autos*. Recuperado de

[https://www.garageislaverde.com/autos-nuevos/?utm\\_campaign=sga\\_giv-new-car\\_june\\_search&utm\\_source=google&utm\\_medium=cpc&utm\\_content=new-cars\\_responsive1&gclid=EAIaIQobChMI4fygqsTH5AIVkFuGCh3BxAj4EAAYASA AEgIAevD\\_BwE](https://www.garageislaverde.com/autos-nuevos/?utm_campaign=sga_giv-new-car_june_search&utm_source=google&utm_medium=cpc&utm_content=new-cars_responsive1&gclid=EAIaIQobChMI4fygqsTH5AIVkFuGCh3BxAj4EAAYASA AEgIAevD_BwE)

Garbanzo, Guiselle. (2007). Factores Asociados al Rendimiento Académico en

Estudiantes Universitarios, Una Reflexión desde la Calidad de la Educación Superior Pública. *Revista Educación*, 31. (1) 43-63.

Guerri, Marta, Manrique, María, Joey, Dianaz, Paulina, & Abraham. (s.f.). La

procrastinación, Qué es y cómo superarla. *PsicoActiva*. Recuperada de:

<https://www.psicoactiva.com/blog/la-procrastinacion/>

Hernández Sampieri, Roberto, Fernández Collado, Carlos & Baptista Lucio, Pilar. (2014).

Metodología de la Investigación. Mexico. McGraw Hill Education.

Horkheimer, Max. (2002 [1972]). *Critical theory: Selected essays*.

New York, NY: Continuum Publishing.

Jones, Catherine. (2017). *Ventajas y desventajas de la investigación cuantitativa y*

*cualitativa*. Recuperado de [https://www.ehowenespanol.com/ventajas-desventajas-investigacion-cuantitativa-cualitativa-info\\_166870/](https://www.ehowenespanol.com/ventajas-desventajas-investigacion-cuantitativa-cualitativa-info_166870/)

Junta de Supervisión Fiscal y Administración Financiera. (2019). *Sobre nosotros*. Recuperado

de: <https://juntasupervision.pr.gov/equipo/>

León, Giselle. (2013). ¿Puede el burnout afectar al estudiantado universitario? *Revista*

*Calidad*, 4.(1) 130-147.

- López, Analía. (2017). *El síndrome del burnout: antecedentes y consecuencias organizacionales en el ámbito de la sanidad pública gallega*. Universidad de Vigo. Recuperado de [http://www.investigacion.biblioteca.uvigo.es/xmlui/bitstream/handle/11093/791/sindrome\\_burnout\\_antecedentes\\_consecuentes\\_organizacionales\\_sanidad\\_gallega\\_analia.pdf?sequence=1](http://www.investigacion.biblioteca.uvigo.es/xmlui/bitstream/handle/11093/791/sindrome_burnout_antecedentes_consecuentes_organizacionales_sanidad_gallega_analia.pdf?sequence=1)
- Louis Vuitton (2019). *Shirts Collection for Men*. Recuperado de [https://us.louisvuitton.com/eng-us/men/ready-to-wear/shirts/\\_/N-15sghcy/to-3](https://us.louisvuitton.com/eng-us/men/ready-to-wear/shirts/_/N-15sghcy/to-3)
- Martínez, Susana. & Preciado, María de Lourdes. (2009). Consecuencias de las políticas neoliberales sobre el trabajo y la salud de los académicos universitarios: el *burnout* como fenómeno emergente. *Psicología y Salud*, 19. (2) 197-206.
- Maslach, Christina. (1986). *Maslach Burnout Inventory*. Recuperado de <https://www.fpsomc.es/sites/default/files/maslach.pdf>
- Nissan (2019). *Ofertas*. Recuperado de [https://es.nissan.pr/vehiculos/ofertas.html?Gclid=EAIaIQobChMIxsK19s\\_p5AIVEG6GCh149QPMEAAAYAiAAEgJoNfD\\_BwE](https://es.nissan.pr/vehiculos/ofertas.html?Gclid=EAIaIQobChMIxsK19s_p5AIVEG6GCh149QPMEAAAYAiAAEgJoNfD_BwE)
- Oficina de Planificación Estratégica y Presupuesto de la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras. (2017). *Distribución de Presupuesto Original*. Recuperado de [https://opep.uprrp.edu/referencia/presupuesto/2017-18/Distribucion\\_Presupuesto\\_original\\_RRP.pdf](https://opep.uprrp.edu/referencia/presupuesto/2017-18/Distribucion_Presupuesto_original_RRP.pdf)
- Ortiz, Angel. (2016). *Historia, filosofía- Biografía-Pensamiento*. Recuperado de ¿Qué es una teoría?: <http://historia.pcweb.info/2016/05/que-es-teoria-definicion-concepto-significado-ciencia-filosofia-logica.html?m=1>
- Otero, Carlos. (2017). Crisis económica golpea la salud mental de universitarios. *El*

- Vocero. Recuperado de: [https://www.elvocero.com/educacion/departamento-de-educacion/crisis-econ-mica-golpea-salud-mental-de-universitarios/article\\_e9c59f2e-8172-53fc-a5e1-e459b6066b33.html](https://www.elvocero.com/educacion/departamento-de-educacion/crisis-econ-mica-golpea-salud-mental-de-universitarios/article_e9c59f2e-8172-53fc-a5e1-e459b6066b33.html)
- Padilla, Greta (2019). *Estudio revela cuántas horas al día se consume Netflix en todo el mundo*. Recuperado de <https://www.sopitas.com/entretenimiento/cuantas-horas-dia-netflix-mundo/>
- Pascucci, Marisa. (2015). Los Jóvenes universitarios y el ocio: beneficios de las actividades de ocio en jóvenes universitarios de la Universidad de Flores, Regional Comahue. (Disertación doctoral). *European Scientific Journal*, 1. ISSN 1857-7881.
- Psiquiatría (2019). *Ciencias de la conducta*. Recuperado de <https://psiquiatria.com/glosario/ciencias-de-la-conducta>
- Razo, Nelson. (2018). *Netflix y el problema del binge-watching*. Recuperado de <http://elraptorblog.com/2018/10/netflix-y-el-problema-del-binge-watching/>
- Rodríguez, Julio. & Agulló, Esteban. (1999). Estilos de vida, cultura, ocio y tiempo libre de los estudiantes universitarios. *Psicothema*, 11. (2) 247-259.
- Rodríguez, Marta. (2015). El síndrome de quemarse por el trabajo y los profesionales de consejería del nivel postsecundario. *Griot*, 8. (1) 42-59. Recuperado de: <https://dire.upr.edu/bitstream/handle/11721/1045/Vol.8-No.1-2015-p.42-59%20Griot.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rosales, Yury. & Rosales, Fredy. (2013). Burnout estudiantil universitario. *Salud Mental*, 36 (4) s/p. Recuperado de: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-33252013000400009](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000400009)
- Sin autor (6, mayo, 2018). Alza de matrícula en la UPR aumentaría pobreza

- estudiantil. *Metro*. <https://www.metro.pr/pr/noticias/2018/05/06/alza-matricula-la-upr-aumentaria-pobreza-estudiantil.html>
- Sánchez, Edith. (2019). *¿Qué influencia tiene la música en las personas?* Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/influencia-la-musica-las-personas/>
- Torres, Jurjo. (2007). *Educación en tiempos de neoliberalismo*. Madrid, España. Ediciones Morata, S.L.
- Torres, Laura & Rodríguez, Norma (2006). Rendimiento académico y contexto familiar en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 11. (2) 255-270. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29211204.pdf>
- Universidad de Puerto Rico en Río Piedras. (s.f.). *Costos de Matrícula*. Recuperado de [https://www.uprrp.edu/?page\\_id=17188](https://www.uprrp.edu/?page_id=17188)
- Vallejo-Villalobos, María (2016). *El síndrome del desgaste (burnout) en el área de la salud*. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/hematologia/re-2016/re161a.pdf>
- Vera, Hernán. (2015). *La Crisis económica y gubernamental de Puerto Rico y la necesidad de un nuevo paradigma*. Recuperado de: [https://www.researchgate.net/publication/323295176\\_La\\_crisis\\_economica\\_y\\_gubernamental\\_de\\_Puerto\\_Rico\\_y\\_la\\_necesidad\\_de\\_un\\_cambio\\_de\\_paradigma/link/5a8c8de7aca27292c0f822a3/download](https://www.researchgate.net/publication/323295176_La_crisis_economica_y_gubernamental_de_Puerto_Rico_y_la_necesidad_de_un_cambio_de_paradigma/link/5a8c8de7aca27292c0f822a3/download)
- Vega, Edlyn. (5, junio, 2018). Estudiante tiene que elegir entre estudiar o comer. *Primera Hora*. Recuperado de: <https://www.primerahora.com/noticias/puertorico/nota/estudiantetienequeelegirentreestudiarocomer-1281307/>
- Vega Agosto, Zahira M. (2009). *El reggaetón: un análisis de discurso*. San Juan, Puerto Rico.

## **Apéndices**

## **Apéndice A: Cuestionario**

# **Burnout Estudiantil UPR-RP**

## **HOJA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

### **Fase de Recopilación de Datos**

La percepción del burnout en estudiantes del nivel graduado de escuelas de ciencias de la conducta en la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras

### **Descripción**

Está invitado a participar en una investigación sobre el burnout estudiantil en estudiantes del nivel graduado de escuelas de ciencias de la conducta de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. Las escuelas participantes son; Escuela Graduada de Trabajo Social, Escuela en Consejería en Rehabilitación, Escuela de Psicología y Escuela de Sociología y Antropología. Esta investigación es realizada por Ambar A. Rosario López, Carlos M. Fernández Rosario y Dalitza Mejías Colón, estudiantes de maestría de la Escuela Graduada de Trabajo Social. El propósito de esta investigación es conocer y visibilizar aspectos del burnout en estudiantes graduados de nuestra institución.

Usted fue seleccionado para participar en esta investigación porque es estudiante a nivel graduado de una de las escuelas seleccionadas. Se espera que en este estudio participen aproximadamente 400 personas como voluntarias. De usted estar de acuerdo en participar en el estudio, procederá a contestar de forma voluntaria las premisas del cuestionario electrónico. Una vez completado el cuestionario, concluirá la participación. Participar en este estudio le tomará aproximadamente de 15 a 20 minutos.

### **Riesgos y beneficios**

Los riesgos por participar en este estudio son mínimos. Pudieran aflorar incomodidades de carácter emocional al enfrentar algunas preguntas del cuestionario. Ante este panorama, se ha hecho arreglos para que pueda contactar uno de los siguientes servicios; Departamento de Consejería para el Desarrollo Estudiantil (DCODE) 787-764-0000 ext. 86500 y 86501 y/o Centro Universitario de Servicios y Estudios Psicológicos (CUSEP) 787-764- 0000 ext. 3545 y 7436. Al final del cuestionario se repetirá esta lista con la información de contacto de recursos a los cuales usted puede acudir en caso de ser necesario. Esta investigación no conlleva beneficios directos para participantes. No obstante, sus hallazgos servirán para dar a conocer los sentimientos de estudiantes del nivel graduado de escuelas de ciencias de la conducta hacia diferentes aspectos que afectan negativamente su estabilidad emocional por ocasionarles burnout.

## Confidencialidad

La publicación de los hallazgos no conlleva la exposición de información suya, tal como nombre, ni correo electrónico u otra información personal comprometedor. Los mismos, se expondrán en forma de por cientos, sin que brinden datos que puedan identificar a participantes. No se recopilarán los correos electrónicos ni el Internet Protocol Address (IP). La información o datos que pueda identificarlo directa o indirectamente serán manejados confidencialmente. Esto es, que solo Ambar A. Rosario López, Carlos M. Fernández Rosario y Dalitza Mejías Colón, estudiantes investigadores y, Jannette Rodríguez Ramírez, supervisora de la investigación, tendremos acceso a los datos crudos o que puedan identificarlo, incluyendo esta hoja de consentimiento. La información que maneje en la computadora o dispositivo que utilice puede ser intervenida o revisada por terceras personas. Estas personas pueden tener acceso legítimo o ilegítimo a la computadora y a su contenido como un familiar, patrono, hackers, intrusos o piratas informáticos, etc. Además, en la computadora que utilice puede quedar registro de la información que acceda o envíe por Internet. Oficiales del Recinto de Río Piedras de la Universidad de Puerto Rico o de agencias federales responsables de velar por la integridad en la investigación podrían requerirle a los investigadores los datos obtenidos en este estudio, incluyendo este documento.

Los documentos, materiales o datos de la investigación serán almacenados en un dispositivo de memoria externa (USB). Éste estará encerrado en un archivo bajo llave en la oficina de la supervisora de investigación. Solo ella y el equipo investigativo tendrá acceso al mismo. Los datos recopilados serán conservados por tres años una vez finalizada la investigación. Al cabo de ese tiempo, los datos digitales serán borrados. Además, no serán compartidos con otros investigadores.

## Derechos

Si leyó este documento y decidió participar, por favor entienda que su participación es completamente voluntaria y que tiene derecho a abstenerse de participar, de no contestar alguna pregunta o a retirarse del estudio en cualquier momento, sin ninguna penalidad. Además, tiene derecho a imprimir o guardar una copia del documento.

Si tiene alguna pregunta o desea más información sobre esta investigación, por favor comuníquese con Ambar Rosario al (787)315-6961, [ambar.rosario1@upr.com](mailto:ambar.rosario1@upr.com) o con la supervisora de la investigación Jannette Rodríguez Ramírez a su correo electrónico [jannette.rodriguez3@upr.edu](mailto:jannette.rodriguez3@upr.edu).

Si tiene preguntas sobre sus derechos como participante o una reclamación o queja relacionada con su participación en este estudio, puede comunicarse con la Oficial de Cumplimiento del Recinto de Río Piedras de la Universidad de Puerto Rico, al teléfono 787- 764-0000, extensión 86773 o a [cipshi.degi@upr.edu](mailto:cipshi.degi@upr.edu). Si decidió participar en esta investigación después de leer la

información presentada en esta hoja de consentimiento, marque Acepto participar a continuación.

**\*Obligatorio**

### **1. Participación en estudio \***

*Marca solo un óvalo.*

Acepto participar

No acepto participar

*Pasa a "Gracias por su tiempo.."*

### **Perfil Sociodemográfico**

#### **2. Sexo**

*Marca solo un óvalo.*

Mujer Hombre

Prefiero no contestar

Otro:

#### **3. Edad**

*Marca solo un óvalo.*

21-26 años

27-32 años

33-38 años

39-44 años

45 años en adelante

Prefiero no contestar

**4. Estado civil**

*Marca solo un óvalo.*

Soltero/a

Casado/a

Divorciado/a

Conviviendo

Viudo/a

Prefiero no contestar

Otro:

**5. ¿Cuántas personas residen en su hogar? (Incluyéndose)**

*Marca solo un óvalo.*

1

2

3

4

Prefiero no contestar

**6. ¿Alguien depende de usted? (Marque todas las que apliquen)**

*Selecciona todos los que correspondan.*

Sí, hijo/s o hija/s

Sí, padre y/o madre

Sí, abuelo/s o abuela/s

Nadie

Prefiero no contestar

Otro:

**7. ¿Qué grado académico estudia?**

*Marca solo un óvalo.*

Maestría

Doctorado

Prefiero no contestar

**8. ¿A cuál departamento graduado pertenece?**

*Marca solo un óvalo.*

Sociología y antropología

Trabajo Social

Psicología

Consejería en Rehabilitación

Prefiero no contestar

**9. ¿Está trabajando actualmente?**

*Marca solo un óvalo.*

Sí, a tiempo completo

Sí, a tiempo parcial

No

Prefiero no contestar

Otro:

10. **¿Qué ayuda/s económica/s recibe de la Universidad? (Marque todas las que apliquen.)** *Selecciona todos los que correspondan.*

Beca

Préstamo

Estudio y trabajo

PEAF

Ninguna

Prefiero no contestar

Otro:

11. **¿Aproximadamente cuánto es su ingreso mensual?**

*Marca solo un óvalo.*

menos de \$200

\$200 a \$499

\$500 a \$799

\$800 o \$1,099

\$1,100 a \$1,299

\$1,300 a \$1,599

\$1,600 o más

Prefiero no contestar

12. **Indique si alguna/s de las siguientes condiciones de salud le está/n afectando actualmente. (Marque todas las que apliquen.)** *Selecciona todos los que correspondan.*

Problemas de azúcar

Condiciones respiratorias

Condiciones cardiovasculares (ej. hipertensión)

Problemas estomacales

Ansiedad

Desgaste físico

Condiciones emocionales (ejs. ataques de pánico, depresión)

Prefiero no contestar

Otro:

**13. ¿Cuántos créditos tiene durante este semestre?**

*Marca solo un óvalo.*

menos de 6 créditos

6 créditos

9 créditos

12 créditos

15 créditos o más

Prefiero no contestar

**14. ¿Cuántas horas de práctica profesional debe cumplir durante este semestre?** *Marca solo un óvalo.*

100 o menos

101 a 200

201 a 300

301 a 400

401 o más

No estoy realizando práctica profesional

Prefiero no contestar

**15. Indique con qué frecuencia utiliza las siguientes sustancias**

*Marca solo un óvalo por fila.*

	Siempre	Ocasionalmente	Rara Vez	Nunca	Prefiero No Contestar
Alcohol					
Café					
Medicamentos recetados					
Medicamentos no recetados					
Sustancias Controladas					

## Escala de Burnout

Utilice la escala que se presenta para indicar la frecuencia con la que siente cada uno de los siguientes enunciados. (Escala Nunca, Algunas veces en la semana, Muchas veces en la semana, Todos los días).

*Marca solo un óvalo por fila.*

	Nunca	Algunas Veces	Siempre	N/A	Prefiero no Contestar
1- Siento que los estudios me agotan emocionalmente.					
2- Siento cansancio al terminar el día de estudio.					
3- Siento fatiga al empezar mi rutina diaria de estudios.					
4- Puedo comprender los sentimientos de mis compañeros/as.					
5- Trato a mis compañeros/as y a las personas que tengo que atender de forma hostil.					
6- Trato de atender de manera efectiva los problemas y/o necesidades de las personas a las que tengo que atender.					
7- Siento desgaste por mis estudios.					
8- Influyo de manera positiva en las vidas de otras personas, mediante mis estudios.					
9- Siento preocupación por mi bienestar emocional dado a is estudios.					
10- Siento mucha energía por mis estudios.					
11- Siento frustración por mis					

estudios.					
12- Entiendo que estoy dedicándole y pasando mucho tiempo en la universidad.					
13- Siento poca importancia hacia las situaciones de mis compañeros.					
14- Creo promover un ambiente agradable en mis clases.					
15- Siento motivación luego de estudiar en grupo con compañeros/as de clase.					
16- Creo poder sacar provecho a la universidad.					
17- Siento estar al límite de mis capacidades.					
18- Creo que la universidad no trata los problemas emocionales del estudiantado de una manera adecuada.					
19- Tengo la sensación de que mis compañeros/as me culpan de algunos problemas.					

## Variables sociales

### 17. Me produce mucho estrés...

*Marca solo un óvalo por fila.*

	Si	No	Prefiero no contestar
1- Querer comprar todo lo que anuncian en la televisión y no tener el dinero para costearlo.			
2- Procrastinar y no cumplir con las tareas universitarias (ej. viendo Netflix).			
3- Desear comprar un auto nuevo y lujoso y no contar con el dinero suficiente para adquirirlo y mantenerlo.			
4- No poder seguir los estilos de vida que presentan las líricas de las canciones u otros medios.			
5- Tener múltiples tareas que atender como académicas, trabajo y hogar.			
6- No tener un balance entre mi vida social y académica.			
7- Tener tiempo limitado de ocio.			
8- Ver que las políticas públicas atentan contra mis derechos			
9- El aumento en el costo del crédito universitario.			
10- Las reformas laborales, educativas y de retiro que han surgido.			

**18. ¿Qué mecanismo/s utiliza para manejar el estrés? (Marque todos los que apliquen.)**

*Selecciona todos los que correspondan.*

Escuchar música

Dibujar

Escribir

Dar un paseo

Dialogar

Juegos electrónicos

Prefiero no contestar

Otro:

**19. ¿Qué factores considera que influyen más en el burnout estudiantil?**

*Selecciona todos los que correspondan.*

Situaciones familiares

No tener tiempo de ocio

Aumento en el costo de la matrícula

Falta de empleo

Dinero invertido en transportación, vivienda, alimentos, agua, luz, etc.

Situaciones personales

Relaciones de pareja

Sobrecarga de tareas estudiantiles

Tareas del hogar

Prefiero no contestar

Otro:

**Gracias por su tiempo.**

Recursos de apoyo: DCODE (787)764-0000 Ext.  
86500 y 86501 CUSEP (787)764-0000 Ext. 3545 y  
7436

## **Apéndice B: Consentimiento Informado**



## HOJA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

### Fase de Recopilación de Datos

La percepción del *burnout* en estudiantes del nivel graduado de escuelas de ciencias de la conducta en la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras

#### Descripción

Está invitado a participar en una investigación sobre la percepción del *burnout* estudiantil en estudiantes del nivel graduado de escuelas de ciencias de la conducta de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. Las escuelas participantes son; Escuela Graduada de Trabajo Social, Escuela en Consejería en Rehabilitación, Escuela de Psicología y Escuela de Sociología y Antropología. Esta investigación es realizada por Ambar A. Rosario López, Carlos M. Fernández Rosario y Dalitza Mejías Colón, estudiantes de maestría de la Escuela Graduada de Trabajo Social. El propósito de esta investigación es conocer y visibilizar aspectos del *burnout* en estudiantes graduados de nuestra institución.

Usted fue seleccionado para participar en esta investigación porque es estudiante a nivel graduado de una de las escuelas seleccionadas. Se espera que en este estudio participen aproximadamente 400 personas como voluntarias. De usted estar de acuerdo en participar en el estudio, procederá a contestar de forma voluntaria las premisas del cuestionario electrónico. Una vez completado el cuestionario, concluirá la participación. Participar en este estudio le tomará aproximadamente de 15 a 20 minutos.

#### Riesgos y beneficios

Los riesgos por participar en este estudio son mínimos. Pudieran aflorar incomodidades de carácter emocional al enfrentar algunas preguntas del cuestionario. Ante este panorama, se le provee los números telefónicos de servicios de apoyo a los que puede contactar de forma voluntaria; Departamento de Consejería para el Desarrollo Estudiantil (DCODE) 787-764-0000 ext. 86500 y 86501 y/o Centro Universitario de Servicios y Estudios Psicológicos (CUSEP) 787-764-0000 ext. 3545 y 7436. Al final del cuestionario se repetirá esta lista con la información de contacto de recursos a los cuales usted puede acudir en caso de ser necesario. Esta investigación no conlleva beneficios directos para participantes. No obstante, sus hallazgos servirán para dar a conocer los sentimientos de estudiantes del nivel graduado de escuelas de ciencias de la conducta hacia diferentes aspectos que afectan negativamente su estabilidad emocional por ocasionarles *burnout*.

#### Confidencialidad

La publicación de los hallazgos no conlleva la exposición de información suya, tal como nombre, ni correo electrónico u otra información personal comprometedor. Los mismos, se expondrán en forma de por cientos, sin que brinden datos que puedan identificar a participantes. No se recogerá el correo electrónico, ni el *Internet Protocol Adress* (IP). La información o datos que pueda identificarlo directa o indirectamente serán manejados confidencialmente. Esto es, que solo Ambar A. Rosario López, Carlos M. Fernández Rosario y



Dalitz Mejías Colón, estudiantes investigadores y, Jannette Rodríguez Ramírez, supervisora de la investigación, tendremos acceso a los datos crudos o que puedan identificarlo, incluyendo esta hoja de consentimiento. La información que maneje en la computadora o dispositivo que utilice puede ser intervenida o revisada por terceras personas. Estas personas pueden tener acceso legítimo o ilegítimo a la computadora y a su contenido como un familiar, patrono, hackers, intrusos o piratas informáticos, etc. Además, en la computadora que utilice puede quedar registro de la información que acceda o envíe por Internet. Oficiales del Recinto de Río Piedras de la Universidad de Puerto Rico o de agencias federales responsables de velar por la integridad en la investigación podrían requerirle a los investigadores los datos obtenidos en este estudio, incluyendo este documento.

Los documentos, materiales o datos de la investigación serán almacenados en un dispositivo de memoria externa (USB). Éste estará encerrado en un archivo bajo llave en la oficina de la supervisora de investigación. Solo ella y el equipo investigativo tendrá acceso al mismo. Los datos recopilados serán conservados por tres años una vez finalizada la investigación. Al cabo de ese tiempo, los datos digitales serán borrados. Además, no serán compartidos con otros investigadores.

#### Derechos

Si leyó este documento y decidió participar, por favor entienda que su participación es completamente voluntaria y que tiene derecho a abstenerse de participar, de no contestar alguna pregunta o a retirarse del estudio en cualquier momento, sin ninguna penalidad. Además, tiene derecho a imprimir o guardar una copia del documento.

Si tiene alguna pregunta o desea más información sobre esta investigación, por favor comuníquese con Ambar Rosario al (787)315-6961, [ambar.rosario1@upr.com](mailto:ambar.rosario1@upr.com) o con la supervisora de la investigación Jannette Rodríguez Ramírez a su correo electrónico [jannette.rodriguez3@upr.edu](mailto:jannette.rodriguez3@upr.edu).

Si tiene preguntas sobre sus derechos como participante o una reclamación o queja relacionada con su participación en este estudio, puede comunicarse con la Oficial de Cumplimiento del Recinto de Río Piedras de la Universidad de Puerto Rico, al teléfono 787- 764-0000, extensión 86773 o a [cipshi.degi@upr.edu](mailto:cipshi.degi@upr.edu).

Si decidió participar en esta investigación después de leer la información presentada en esta hoja de consentimiento, marque **Acepto participar** a continuación.

Acepto participar

No acepto participar

## **Apéndice C: Certificados de Citi Program**



Completion Date 04-Oct-2019  
Expiration Date 02-Oct-2024  
Record ID 25985069

This is to certify that:

**Ambar Rosario**

Has completed the following Citi Program course:

**Social & Behavioral Research - Basic/Refresher** (Curriculum Group)  
**Social & Behavioral Human Research** (Course Learner Group)  
**2 - Refresher Course** (Stage)

Under requirements set by:

**Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras** Collaborative Institutional Training Initiative



Verify at [www.citiprogram.org/verify/?wb0147a9b-8415-4d11-849b-770f95929d70-25985069](http://www.citiprogram.org/verify/?wb0147a9b-8415-4d11-849b-770f95929d70-25985069)



Completion Date 07-Oct-2019  
Expiration Date 05-Oct-2024  
Record ID 33588499

This is to certify that:

**Carlos Fernández**

Has completed the following CITI Program course:

**Social & Behavioral Research - Basic/Refresher** (Curriculum Group)  
**Social & Behavioral Human Research** (Course Learner Group)  
**1 - Basic Course** (Stage)

Under requirements set by:

**Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras** Collaborative Institutional Training Initiative



Verify at [www.citiprogram.org/verify/?wf420ca39-32f9-43fe-8ef3-d7881c314cfc-33588499](http://www.citiprogram.org/verify/?wf420ca39-32f9-43fe-8ef3-d7881c314cfc-33588499)



Completion Date 08-Oct-2019  
Expiration Date 06-Oct-2024  
Record ID 33682772

This is to certify that:

**Dalitz Mejias**

Has completed the following CITI Program course:

**Social & Behavioral Research - Basic/Refresher** (Curriculum Group)  
**Social & Behavioral Human Research** (Course Learner Group)  
**1 - Basic Course** (Stage)

Under requirements set by:

**Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras** Collaborative Institutional Training Initiative



Verify at [www.citiprogram.org/verify/?w0d774730-c7cd-4f3e-9a72-b117ff2beb16-33682772](http://www.citiprogram.org/verify/?w0d774730-c7cd-4f3e-9a72-b117ff2beb16-33682772)



Completion Date 10-Aug-2018  
Expiration Date 09-Aug-2021  
Record ID 16911368

This is to certify that:

**Jannette Rodriguez-Ramirez**

Has completed the following CITI Program course:

**Social & Behavioral Research - Basic/Refresher** (Curriculum Group)  
**Social & Behavioral Human Research** (Course Learner Group)  
**1 - Basic Course** (Stage)

Under requirements set by:

**Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras**



Verify at [www.citiprogram.org/verify/?wafd0031e-edcd-4dd3-8a5b-ec85edb9d7ee-16911368](http://www.citiprogram.org/verify/?wafd0031e-edcd-4dd3-8a5b-ec85edb9d7ee-16911368)

## **Apéndice D: Carta a Escuelas Graduadas de Ciencias de la Conducta**



7 de febrero de 2020

A quien pueda interesar:

Por este medio solicito su colaboración para con un grupo de estudiantes de la Escuela Graduada de Trabajo Social que estará realizando una investigación sobre el Síndrome de *Burnout* entre estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta. El grupo lo componen Ambar Rosario López, Carlos Fernández Rosario y Dalitza Mejías Colón. La investigación lleva como título *Percepciones sobre el burnout de estudiantes de escuelas graduadas de ciencias de la conducta* y su número de protocolo de CIPSHI es 1920-080. De acuerdo al protocolo autorizado por CIPSHI, se solicitará a personal de las escuelas concernidas que envíen a sus estudiantes el enlace al cuestionario que será utilizado para la investigación. A tales efectos es que recabo su ayuda informando al personal administrativo de su escuela que este proceso se estará llevando a cabo y que colaboren en el envío de los mensajes electrónicos. Además, si es posible, a los investigadores les interesa poder acceder a algún/os curso/s para indicar al estudiantado que recibirá ese mensaje electrónico, y que esperan su participación, sin obviar que la misma es totalmente voluntaria.

Agradezco toda la ayuda que puedan brindar para que estos jóvenes puedan llevar a cabo su investigación. Si tiene alguna duda, puede comunicarse conmigo a la extensión 87601 o al correo electrónico [jannette.rodriguez3@upr.edu](mailto:jannette.rodriguez3@upr.edu).

Atentamente,

Jannette Rodríguez Ramírez, Ph.D.  
Directora de la Tesis y  
Coordinadora de la Unidad de Investigación  
Escuela Graduada de Trabajo Social Beatriz Lassalle

## **Apéndice E: Aprobación de CIPSHI**

COMITÉ INSTITUCIONAL PARA LA PROTECCIÓN DE LOS SERES HUMANOS  
EN LA INVESTIGACIÓN (CIPSHI)  
IRB 00000944

cipshi.degi@upr.edu ~ <http://graduados.uprp.edu/cipshi>

**AUTORIZACIÓN DEL PROTOCOLO**

**Número del protocolo:** 1920-080

**Título del protocolo:** La percepción del burnout en estudiantes del nivel graduado de escuelas de ciencias de la conducta en la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras

**Investigadores:** Ámbar A. Rosario López, Carlos M. Fernández Rosario y Dalitza Mejías Colón

**Tipo de revisión:**  Inicial  Renovación  Modificación

**Evaluación:**  Comité en pleno  
 Revisión expedita:  
Categoría(s) de exención 45 CFR §46.104(d): **2 (iii)**

**Fecha de la autorización:** 31 de enero de 2020

Además, el CIPSHI:

- Concedió la **dispensa** solicitada para modificar el procedimiento estándar de toma de consentimiento informado.

*Cualquier modificación posterior a esta autorización requerirá la consideración y reautorización del CIPSHI. Además, debe notificar cualquier incidente adverso o no anticipado que implique a los sujetos o participantes. Al finalizar la investigación, envíe el formulario de Notificación de Terminación de Protocolo.*

Decanato de  
Estudios Graduados  
e Investigación

18 Ave. Universidad STE 1801  
San Juan PR 00925-2512

787-764-0000  
Ext. 86700  
Fax 787-763-6011

Página electrónica:  
<http://graduados.uprp.edu>

  
Elithet Silva Martínez, Ph.D.  
Presidenta del CIPSHI o  
representante autorizado