



Red de Investigación Estudiantil de la Universidad del Zulia
Revista Venezolana de Investigación Estudiantil

REDIELUZ

Sembrando la investigación estudiantil

Vol. 13 N° 1

Enero - Junio 2023



ISSN: 2244-7334

Depósito Legal: pp201102ZU3769



VAC

Universidad del Zulia
Vicerrectorado Académico

SÍNDROME DE BURNOUT EN AULAS VIRTUALES VÍA INTERNET EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA UNIANDES

Burnout syndrome in virtual internet classrooms in uniande dentistry students

Grimaneza Fonseca¹, Liliana Rojas², Rolando Manuel Benites³,

David André Benites Fonseca, Diana Benites Fonseca

E-mail: grima_fonseca@hotmail.com

ORCID: 0000-0002-6149-9330 ¹; 0000-0003-2714-8649 ²; 0000-0002-9082-2520 ³

¹ Universidad Indoamérica

² Universidad de Zulia

³ Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ecuador

RESUMEN

Nace una diversidad de inquietudes el estudio en modalidad virtual en áreas de la salud su respuesta y nivel de estrés y ansiedad en de estudiantes; criterios científicos afirman que en áreas de salud como odontología y medicina su aprendizaje exige actividades presenciales en clínicas, laboratorios, prácticas pre profesionales se realiza con el paciente por la individualidad fisiológica, fisiopatológica, de salud y enfermedad biopsicosocial del ser humano sus patologías obedecen a su condiciones reales de vida. Las actividades del estudiante y docente en aulas virtuales conllevan a respuestas, fisiológicas, emocionales, despersonalización; objetivo, se diagnosticó el nivel de estrés y ansiedad en aprendizajes virtuales métodos una investigación de tipo descriptivo, con diseño de campo longitudinal resultados la presencia de ansiedad temor a que ocurra lo peor un, inseguridad, conclusiones nos vemos obligados a realizar cambios de actitud y del estudiante y abre una infinidad de oportunidades de autoaprendizaje que lleva a una mayor responsabilidad y ser participe muy activo en su auto formación académica exige un proceso de adaptación y aprendizaje y una nueva forma de concebir su formación académica

Palabras clave: Estrés, ansiedad., aulas virtuales, educación virtual, teletrabajo.

ABSTRACT

A diversity of concerns arises from the study in virtual modality in areas of health, its response and level of stress and anxiety in students; scientific

criteria affirm that in health areas such as dentistry and medicine, their learning requires face-to-face activities in clinics, laboratories, pre-professional practices, it is carried out with the patient due to the physiological, pathophysiological, health and biopsychosocial individuality of the human being, their pathologies obey their real life conditions. The activities of the student and teacher in virtual classrooms lead to responses, physiological, emotional, depersonalization; objective, the level of stress and anxiety in virtual learning was diagnosed methods a descriptive research, with a longitudinal field design results the presence of anxiety, fear of the worst happening, insecurity, conclusions we are forced to make changes in attitude and of the student and opens an infinity of opportunities for self-learning that leads to greater responsibility and being a very active participant in their academic self-training requires a process of adaptation and learning and a new way of conceiving their academic training

Keywords: Stress, anxiety, virtual classrooms, virtual education, teleworking.

Recibido: 14-12-2022 Aceptado: 15-03-2023

INTRODUCCIÓN

Los estudiantes de nivel superior de hoy se encuentran cursando múltiples situaciones relativamente nuevas. (Álvarez-Silva R. M.-L., 2018) sistema de respuestas del individuo a nivel cognitivo, motor y fisiológico. La alteración en estos tres niveles de respuestas influye de forma negativa en el rendimiento académico, en algunos casos disminu-

ye la calificación de los alumnos en los exámenes y, en otros casos, los alumnos no llegan a presentarse al examen o abandonan el aula (Zea, 2011) los estudiantes de nivel superior de hoy en día se encuentran cursando múltiples situaciones relativamente nuevas.

En la actualidad el estudiantado está inmerso en una serie de demandas que obedecen a una normativa de competitividad de orden mundial, en el que la exigencia académica se ha vuelto un protagonista importante en el nivel superior, en efecto, el cumplimiento de estas demandas y exigencias pueden constituir en los individuos una fuente de estrés sujetos (Álvarez-Silva R. M.-L., 2018)

La adaptación a la nueva normalidad fue un proceso difícil. Uno de los grupos sociales que padecieron este cambio fue la docencia, quienes con un sistema educativo quebrantado y en uso de sus propios recursos buscaron la manera de continuar con su labor educativa con la implementación de la educación a distancia. El uso de la tecnología para algunos resultó un verdadero desafío, generando incluso depresión, ansiedad y estrés. (Rojas. 2021 Epub 26-Mar-2021).

El confinamiento obligó a la humanidad a efectuar transformaciones pedagógicas y sociales radicales, generó nuevos escenarios y modos de vida en los que prima el uso de nuevas tecnologías; los espacios físicos fueron reemplazados por espacios virtuales; la telemática se convirtió en el nuevo canal de comunicación e información, se forjaron el teletrabajo y la teleeducación. el paso del aprendizaje en escenarios presenciales al aprendizaje virtual propone conocer las distintas realidades de la comunidad educativa de la realidad contextual y de las causas de la desigualdad social. (Gordóna, 2020).

Las tecnologías, pueden conectar con un ordenador o con internet, hoy son, las herramientas más potentes y versátiles que la sociedad haya conocido hasta el momento. Sin embargo, en el campo de la educación no han sido explotadas adecuadamente, a pesar del potencial en su actividad docente, lo cual podría explicar el poco éxito de los métodos y medios utilizados en la institución educativa para formar a los ciudadanos del siglo XXI. (Gaibor1, -2020).

Adaptarse a la nueva modalidad de educar con el uso de la tecnología resultó todo un desafío. un cambio de vida abrupto que colocó a toda la humanidad en un estado crítico. El confinamiento social obligó a la mayoría de la población a cambiar sus

actividades diarias. El exterior representaba una amenaza para el estado de salud y la de seres queridos. La adaptación a la nueva normalidad fue un proceso difícil.

Uno de los grupos sociales que padecieron este cambio fue la docencia, (Rojas1, 2021) las condiciones laborales y la presión a la que están expuestos diariamente. Esta condición trae como resultado la aparición de estrés, crisis psicológicas y falta de motivación, problema que incide directamente en la calidad educativa, pues provoca menor interés por los alumnos, ausentismo y actitudes negativas con respecto a sus compañeros de trabajo.

Todo esto obstaculiza el buen funcionamiento de una institución (Ramírez1, IE Rev. investig. educ. REDIECH vol.8 no.14 Chihuahua abr. 2017) El estrés en los estudiantes de educación superior es una problemática que es necesario estudiar de manera profunda, ya que repercute a nivel físico, emocional y psicológico. El objetivo fue determinar el nivel de estrés en estudiantes universitario de educación superior y posgrado. (Silva-Ramos, 2020).

MÉTODOS

Investigación descriptiva, correlacional y de carácter longitudinal

El instrumento para el análisis de creado específico con el fin de medir la gravedad de los síntomas de la ansiedad. diseñado específicamente con el fin de cuantificar “la ansiedad clínica”, y “ansiedad prolongada” ya que en el medio clínico es un carácter importante Esta herramienta tiene la función útil detectando síntomas somáticos de ansiedad, ya sea en desórdenes de ansiedad. Al poseer facilidad al emplearlo se recomienda su uso como screening en población general. (Sanz, 2014) La depresión es un trastorno del estado de ánimo muy frecuente más de 350 millones de personas en el mundo padecen depresión (Organización Mundial de la Salud, 2012) (Contreras-Valdez, 2015).

RESULTADOS

Se realizó una encuesta que fue enviada para obtener así los resultados presentados de la Universidad Regional Autónoma de los Andes. Luego se envió la encuesta inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II) a los estudiantes mediante un link a cada representante de curso de Odontología y así los estudiantes colaboraron respondiendo según su

criterio las preguntas plantadas, la cual fue enviada y la recibimos con éxito.

La población estudiada perteneciente con estudiantes en la modalidad de estudio presencial carrera de odontología Universidad regional Autónoma de los Andes “UNIANDES” – Ambato de Ecuador en periodo de pandemia COVID 19 nos vimos obligados a trabajar en aulas virtuales e internet, se aplicaron instrumento cuestionario Maslach Burnout Inventory via internet (N = 175 en el año 2020).

Los participantes fueron seleccionados mediante un muestreo aleatorio en paralelos del primero al décimo, el instrumento fue aplicado por cuatro ocasiones con intervalos de 2 meses mediante un link a cada representante de curso de Odontología y así los estudiantes colaboraron respondiendo según su criterio las preguntas planteadas, la cual fue enviada y la recibimos con éxito.

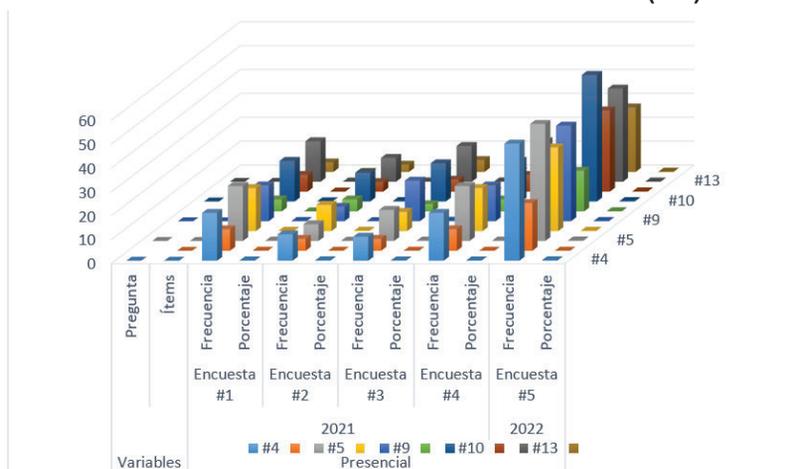
La muestra está constituida por estudiantes de paralelos del primero al décimo semestre aleatoriamente 133 respuestas en las primeras cuatro instancias y la quinta medición en cuatro instancias en año 2020 con intervalos de dos meses y una quinta medición 26 marzo 2022. La muestra constituida por estudiantes de paralelos primero al décimo semestre aleatoriamente 133 respuestas en las primeras cuatro instancias y 266 estudiantes encuestados en la quinta medición. Se aplicó encuesta a través del internet el inventario de Burnout de Maslach ficha técnica en estudiantes de Odontología. Se aplicó encuesta a través del internet el inventario de Burnout de Maslach ficha técnica en estudiantes de Odontología resultados la presencia de ansiedad un 78.9% (no) temor a que ocurra lo peor un 13.5% luego de 20 meses los resultados son los siguientes:

Tabla I - Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)

Variables		Presencial										
		2021								2022		
		Encuesta #1		Encuesta #2		Encuesta #3		Encuesta #4		Encuesta #5		
Pregunta	Ítems	Frecuencia	Porcentaje									
#4	Incapaz de relajarse	Moderado	20	15,00%	11	17,20%	10	13,20%	20	15,00%	49	18,60%
	Bastante	9	6,80%	5	8,10%	5	6,60%	9	6,80%	20	7,60%	
#5	Con temor a que ocurra lo peor	Moderado	23	17,30%	7	11,30%	13	17,10%	23	17,30%	49	18,60%
	Bastante	18	13,50%	11	17,70%	8	10,50%	18	13,50%	35	13,30%	
#9	Atemorizado o asustado	Moderado	15	11,30%	6	9,70%	17	22,40%	15	11,30%	40	15,10%
	Bastante	5	3,80%	5	8,10%	3	3,90%	5	3,80%	17	6,80%	
#10	Nervioso	Moderado	17	12,80%	12	19,40%	16	21,10%	17	12,80%	53	20,00%
	Bastante	7	5,30%	4	6,50%	5	6,60%	7	5,30%	34	13,20%	
#13	Inquieto, inseguro	Moderado	17	12,80%	10	16,10%	15	19,70%	17	12,80%	39	14,70%
	Bastante	4	3%	3	4,80%	5	6,60%	4	3,00%	27	10,20%	

Fuente: Fonseca y Benites (2022)

Gráfico I. Inventario de ansiedad de beck (bai)



Fuente: Fonseca y Benites (2022)

Encuestas del 2022 El estado de nervios 13.20 %, inseguridad 10.20% se incrementan en 30 % a 40 % ante la expectativa de inicio de actividades académicas presenciales, los otros ítems se mantienen con muy 1 a 3 % de margen de variabilidad

Los datos fueron analizados mediante el programa estadístico SPSS, versión 11.5. A continuación se exponen los resultados más relevantes.

Análisis Factorial

Se tomó en cuenta los datos dando como resultado mayoritario la ausencia de los síntomas o factores presentados, de esta manera reflejo, se considera la ansiedad como una respuesta adaptativa normal frente a una amenaza (estrés), que permite al individuo mejorar su desempeño, aunque hay ocasiones en que la respuesta no resulta adecuada debido a que el 11 de sin embargo en clases virtual se mantiene en opción mediano y leve grupos que manifiestan un nivel de ansiedad ansiedad severa Enfermería 20.5% y Tecnología Médica 9.2%.

Aunque las situaciones que producen estrés fueron similares para todos los estudiantes en aulas virtuales la variación se mantiene entre moderado y leve del mismo modo estrés académico que incide en la salud mental de la población universitaria, pudimos observar que en tiene variaciones moderada y leve sin embargo, disminución en una cuarta parte de la muestra encuestada a pesar de presentar un 42 %, la incapacidad de relajarse e sentirse acalorado 34 % Se observa que el factor estrés explicaría un 35.5% de la varianza, el factor educación superior.

Estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores. En tanto a los resultados los encuestados muestran mayor presencia del síntoma, tomamos como referencia la frecuencia de aumento que presenta en el

ítem 5, 7,17; la depresión un 8.62% de la varianza y el factor Ansiedad explicaría un 5.87% de la varianza. Como puede observarse en la Tabla 1, algunos ítems que presentan carga significativa o relevante, es decir, mayor a 30 en dos factores.

Estos serían específicamente el ítem 8: “Sentí que estaba muy nervioso/a”, el cual, pertenece al factor Estrés y también pesa en el factor Ansiedad. Y un conjunto de ítems que, perteneciendo al factor de Depresión, pesan también en el factor Estrés. Estos son los ítems 5: “Se me hizo difícil motivarme para hacer cosas”, 16: “Fui incapaz de entusiasmarme con nada”, 3: “No podía sentir nada positivo” y 13 “Me sentí triste y deprimido/a”. Finalmente, en el factor de Ansiedad se agrupan tanto teórica como empíricamente los ítems que lo componen, siendo solo el ítem 2: “Me di cuenta que tenía la boca seca”, el que presenta un peso factorial bajo.

A partir de estos resultados podemos señalar la realidad que existe entre los estudiantes, en ese mismo contexto existen diferencias individuales a la hora de percibir la ansiedad aunado a esto el motivo de las clases virtuales, en efecto el individuo en diferentes circunstancias y ante la misma ansiedad que puede sentirse afectado por el aislamiento no poder comprender profundamente las clases.

No obstante, los neuro tratamientos pueden ser, aprendidos y por supuesto olvidados o arrinconados por el individuo puede, o no poner en práctica todos sus recursos y por último, que la afectación de la ansiedad que presentan puede ser crónica o aguda previamente mediante los resultados de la investigación la variable que presenta en por la ansiedad de los estudiantes aguda, dado que a pesar de la cronicidad aparente del síndrome este puede activarse también tras un estresar rudo importante, como por ejemplo, cambios de una educación presencial a una exigencia de modalidad virtual que ocasiona así el sufrimiento humano, etc. Lo que conllevaría al desarrollo del síndrome de una forma más rápida, o al menos de alguna de las dimensiones que lo componen.

Tabla II - Estrategias de educación de lo virtual hacia lo presencial

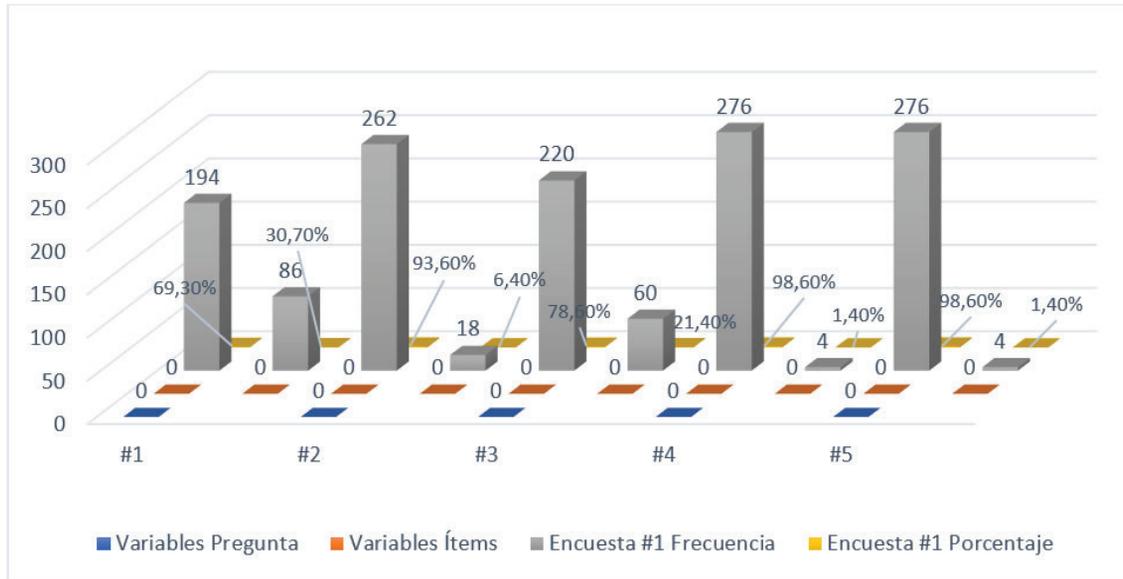
	Variables		Encuesta #1	
	Pregunta	Ítems	Frecuencia	Porcentaje
#1	Le genera estrés o ansiedad el retornar a clases presencial después de haber aprendido por aulas virtuales?	SI	194	69,30%
		NO	86	30,70%
#2	Considera usted que por la formación académica en aulas virtuales tiene vacíos, que le va a dar dificultad	SI	262	93,60%
		NO	18	6,40%
#3	Usted considera como una debilidad académica la permanencia de la formación en aulas virtuales	SI	220	78,60%
		NO	60	21,40%
#4	El docente debería tomar varias estrategias para confrontar la realidad de esta transición de la	SI	276	98,60%
		NO	4	1,40%
#5	Considera usted que los docentes deben considerar la realidad que vienen de una formación virtual con	SI	276	98,60%
		NO	4	1,40%

Fuente: Fonseca y Benites (2022)

En los resultados se observa que el estudiante esta consiente de su déficit o debilidad académica consecuencia de educación en aulas virtuales vacíos o insuficientes conocimientos académicos en un 93.60 %y les genera estrés y ansiedad en 69.30

% lo que hace necesario de parte del docente establecer estrategias de retroalimentación para confrontar esta debilidad ante la inminente iniciación de formación académica presencial.

Figura 2 - Estrategias de educación de lo virtual hacia lo presencial



Fuente: Fonseca y Benites (2022)

DISCUSIÓN

En la actualidad el estudiantado está inmerso en una serie de demandas que obedecen a una normativa de competitividad de orden mundial, en el que la exigencia académica se ha vuelto un protagonista importante en el nivel superior, en efecto, el cumplimiento de estas demandas y exigencias pueden constituir en los individuos una fuente de estrés sujetos (Álvarez-Silva R. M.-L., 2018)

El estrés está presente en todos los ámbitos de acción de un individuo, incluido el educativo, La incorporación a la universidad constituye una experiencia estresante que implica afrontar situaciones que buscarán cambiar la forma de enfocar el aprendizaje, el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, la inquietud (Zea, 2011) el estrés como la respuesta no específica del organismo ante las demandas que se le presenten, para enfrentar el reto de la inclusión de las TIC en la educación debe haber un acompañamiento de una serie de lineamientos que definan un marco de referencia para la toma de decisiones respecto de las acciones que se deben realizar durante el proceso (Rojas. 2021 Epub 26-Mar-2021)

De aquí que se insista en la necesidad de fomentar la preparación de los docentes en las metodologías determinantes del aprendizaje mediado por tecnologías, (Rojas. 2021 Epub 26-Mar-2021) Gracias a la tecnología, la educación a futuro, permitirá desarrollar la personalidad de los estudiantes, centrándose en sus fortalezas, adaptando la cantidad de tiempo dedicado a estudiar a sus necesidades y capacidad, evaluando los resultados del proceso de enseñanza-aprendizaje y cuáles métodos de enseñanza pueden contribuir de manera más eficaz al desarrollo personal y profesional.

La tecnología educativa debe entonces, humanizar el proceso de aprendizaje y adaptarse a las circunstancias de los alumnos y profesores, para facilitar la labor docente, en el rendimiento académico, en la transmisión de información básica o respondiendo a preguntas frecuentes (Gaibor1, -2020) Adaptarse a la nueva modalidad de educar con el uso de la tecnología resultó todo un desafío. Las actividades las realizaban desde el interior de sus hogares, donde en algunos casos se carecía del equipo necesario y el acceso a una red de internet.

En ciertos casos, algunos docentes sufrieron con la poca o nula relación con el uso y manejo de las plataformas. (Rojas1, 2021) Realizar estudios de

personalidad y bienestar emocional en el área educativa, ya que hay poca información en este ámbito sobre el estrés y sus consecuencias, fundamental realizar estudios de estrés laboral y síndrome de burnout en las instituciones educativas, para tomar medidas de prevención y manejo de este malestar, trascendental ofrecer ayuda psicológica a los maestros que padecen estrés laboral. (Ramírez1, IE Rev. investig. educ. REDIECH vol.8 no.14 Chihuahua abr. 2017)

El estrés académico es un estado que se produce cuando el estudiante percibe negativamente (distrés) las demandas de su entorno, cuando le resultan angustiantes aquellas situaciones a las que se enfrenta durante su proceso formativo y pierde el control para afrontarlas (Silva-Ramos, 2020) los estudiantes que cursaban los últimos años de estudio presentaron mayor frecuencia de Síndrome de Burnout (Christian R. Mejia1, 2016).

Además del cansancio emocional, despersonalización y baja realización personal, se añade un cuarto componente en el contexto estudiantil: la emoción negativa frente al aprendizaje, (Espinosa Pire, 2020 Epub 17-Jun-2020) afecta a una gran cantidad de estudiantes de medicina de todos los niveles. Al inicio de la carrera casi todos los sujetos que lo padecen lo hacen en intensidad baja, sin embargo, a medida que se avanza en la licenciatura hay una mayor proporción de alumnos con burnout moderado y profundo. (Asencio-López, 2016).

El estrés en los estudiantes de educación superior es una problemática que es necesario estudiar de manera profunda, ya que repercute a nivel físico, emocional y psicológico. (Zea, 2011) experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, (Alfonso Águila1, 2015) y en algunas ocasiones se manifiestan síntomas físicos como ansiedad, cansancio, insomnio, y expresiones académicas como bajo rendimiento escolar, desinterés profesional, ausentismo e incluso deserción. (Silva-Ramos, 2020) la personalidad, la autoestima y la resistencia orgánica; por tanto, un factor de estrés puede ser percibido diferente por dos personas, mostrando que las respuestas a los estímulos estresantes son individuales y subjetivas, lo que refleja la capacidad de adaptación de cada individuo (Silva-Ramos, 2020).

El estrés académico se define como una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos. Ha sido investigado en relación con variables como género, edad, profesión, estrategias de afronta-

miento, la necesidad de conocer las implicaciones que tiene sobre el rendimiento de los estudiantes, es decir, el estrés que éstos experimentan en el ámbito académico. (Zea, 2011) para medir dicho síndrome2 variaciones de rangos podrían deberse a que cada universidad presenta diferente plan curricular, que la carga académica y el ambiente varía en cada uno de ellas (Vilela, 2017) que la exigencia académica se ha vuelto un protagonista importante en el nivel superior, en efecto, el cumplimiento de estas demandas y exigencias pueden constituir en los individuos una fuente de estrés sujetos (Álvarez-Silva R. M.-L., 2018).

Ante el estrés académico, los estudiantes deben dominar cada vez más las exigencias y retos Tal situación les puede hacer experimentar agotamiento, poco interés frente al estudio, nerviosismo e incluso pérdida de control; por ello requieren del reconocimiento y ayuda del personal docente. (Belkis Alfonso Águila1, 2015).

Los estilos de afrontamiento son disposiciones personales estables, que permiten hacer frente a las diferentes situaciones estresantes. aula (Zea, 2011) la necesidad de formar profesionales más capaces y con mayores posibilidades de autocontrol ante las situaciones diversas que se les pueden presentar como futuros profesionales de la salud, es necesario encaminar las acciones docentes al establecimiento de aptitudes de enfrentamiento al estrés académico y profesional. (Alfonso Águila1, 2015).

Considerando a su vez programas de promoción y prevención, indispensables en el contexto del trabajo, puesto que la revisión señala la existencia de limitada producción científica en este ámbito. (Tabares-Díaz, 2020 Epub Sep 01, 2020) cada vez más estresantes y frustrantes. Pueden volverse cínicos sobre sus condiciones de trabajo y las personas con las que trabajan. También pueden distanciarse emocionalmente y comenzar a sentirse adormecidos por su trabajo.

Síntomas físicos el estrés crónico puede provocar síntomas físicos, como dolores de cabeza y de estómago o problemas intestinales. (OMS, Asamblea Ginebra, 2022) inadecuada distribución de la carga académica, insuficiente tiempo de descanso, exceso de encargos de trabajos autónomos, sistemas de evaluación del aprendizaje con problemas de diseño, establecimiento de metas académicas poco realistas, primacía del egoísmo en la relación entre compañeros de curso, entre otras. Situacio-

nes que solo pueden ser resueltas mediante políticas educativas acertadas que garanticen el bienestar psicológico de los estudiantes (Avecillas Cazho, 2021)

El estrés como aquel factor que se origina por las demandas del entorno educativo y que afecta a los estudiantes. se concluye que el SB es poco frecuente entre los estudiantes de medicina, la frecuencia varía en un amplio rango según la universidad. Además, aquellos que cursaban los dos últimos años previos a internado médico y el fumar, se asociaron a mayores frecuencias de SB; por el contrario, la mayor cantidad de horas de estudio se asociaron a menores frecuencias de Síndrome de Burnout (Mejia1, 2016)

El estrés académico es el malestar que siente el estudiante por causas físicas, emocionales, de relaciones interpersonales la sobrecarga de tareas y trabajos, las evaluaciones, no entender los temas que se abordan en la clase y el tiempo limitado para hacer los trabajos (Álvarez-Silva R. M., 2018) Agotamiento emocional: el agotamiento causa que las personas se sientan agotadas, incapaces de hacer frente y cansadas. A menudo les falta energía para hacer su trabajo.

Rendimiento reducido el agotamiento afecta principalmente las tareas cotidianas en el trabajo, o en el hogar, cuando el trabajo principal de alguien consiste en cuidar a los miembros de la familia. Los individuos con agotamiento se sienten negativos sobre las tareas. Tienen dificultad para concentrarse y a menudo, carecen de creatividad (OMS, Asamblea Ginebra, 2022), el estrés, el estilo de afrontamiento evitativo, el área interpersonal y el centro de estudios predicen la salud mental.

El análisis de mediación indica que el estrés media la relación entre el estilo evitativo y la salud mental. Los hallazgos de la presente investigación pueden contribuir con el desarrollo de programas que busquen mejorar la salud mental de los estudiantes universitarios. (Vilela, 2017) un componente tridimensional asociado a estrés laboral, caracterizado por cansancio emocional, despersonalización en el trato con las personas y dificultad para el logro o realización personal1.

A partir de estos componentes se elaboró el "Maslach Burnout Inventory" (MBI esto podría conllevar a que el estudiante de carreras de salud medicina padezca de cansancio emocional y tenga una repercusión en su salud mental En un estudio realizado por Mejia (2016). se afirma que los

estudiantes con SB presentaron bajo rendimiento académico, elevado agotamiento, alto cinismo y obtienen resultados no óptimos en sus evaluaciones académicas. Por el contrario, los estudiantes que estudian mayor cantidad de horas, con un mayor rendimiento académico, muestran menor presencia de SB, un mayor nivel de autoeficacia y mayor satisfacción con sus estudios.

Esto debería ser reforzado por las autoridades correspondientes, ya que las personas que estudian más horas tienen mayor rendimiento académico, más voluntad y eficacia en los estudios, por lo tanto, cumplen con un estado mental positivo, mayor vigor y dedicación en sus actividades, lo que generaría que no sufran de SB o su porcentaje sea muy bajo. (Mejia1, 2016) los estudiantes más jóvenes de 18 a 23 años, son los que presentan una autoeficacia académica más baja su engagement (compromiso o forma de afrontar el burnout o situaciones estresantes) en estudiantes de universidad. El desgaste experimentado por los profesionales de los servicios humanos, quienes se desempeñan en atención directa con personas como lo es en ámbitos de acción de las ciencias de la salud, educación y ciencias sociales.

En este sentido, los estudiantes de carreras de la salud y de la educación al enfrentarse en los últimos años de su carrera (Rodríguez, Factores Asociados al Burnout Académico en Estudiantes de Internado Profesional de Fonoaudiología, 2018) "práctica la teoría" adquirida en los años anteriores, enfrentándose a usuarios reales y acciones propias de un contexto laboral, tanto en las áreas de salud y educación del Internado Profesional, mayor reprobación, Solo la escolaridad superior el estado civil (ser soltero con la dimensión agotamiento emocional que el área salud es más estresante.

El 89,4% de los participantes declara haberse sentido estresado. (Rodríguez, Factores Asociados al Burnout Académico en Estudiantes de Internado Profesional de Fonoaudiología) consistió en evaluar los niveles de ansiedad, depresión, estrés y la percepción del estado de salud de estudiantes universitarios mexicanos durante 7 semanas de confinamiento por la pandemia de Covid-19. Los mayores niveles de ansiedad, estrés, depresión, síntomas psicósomáticos, dificultades para dormir y disfunción social en la actividad diaria se presentaron en los grupos más jóvenes (18-25 años). el número de personas conviviendo en el mismo hogar durante el confinamiento, se distinguieron puntajes más elevados en síntomas psicológicos negativos en el

grupo de participantes conviviendo en el hogar con más de tres personas.

En cuanto a las variables psicológicas, se destacan la ansiedad, depresión y tipos de personalidad como factores relacionados al SB, asociación de dicho fenómeno con la autoeficacia e inteligencia emocional, valores normativos de tradición y obediencia y uso adecuado de estrategias de enfrentamiento, elementos catalogados por estudios semejantes como factores mediadores del SB, atribuibles a las diferencias individuales en la adaptación de las personas al síndrome (Tabares-Díaz, 2020 Epub Sep 01, 2020)

CONCLUSIONES

Resulta necesario analizar la planificación curricular de estos cursos, así como implementar consejerías y talleres para enseñar a los estudiantes a afrontar las situaciones estresantes.

El grado de estrés en aulas virtuales se mantiene en mediano promedio del 27 % y leve 12.25

El aislamiento social que vivimos por cuarentena por COVID 19 afecta de distintas maneras en nuestra salud biopsicocial y emocional contribuyendo a generar los estados de estrés y ansiedad.

pensamientos inciertos a futuro por parte de los estudiantes.

La investigación sobre la ansiedad a través del Síndrome de Burnout, es una realidad entre los estudiantes que han sido últimamente afectados por las clases virtuales y no pueden estimarse; ya que varía el porcentaje del 100% solo un 5% que representa el factor (bastante) y un 56% que representa el factor (No); la presencia del factor leve y moderado son puntos medio en los que la mayor parte de la muestra estudiada se centra que el estado de encierro que confiere la cuarentena la cual nos ha afectado a todos de diferente manera; esto hace énfasis en la variación de la frecuencia tomando en cuenta como importante el ítem número 5 el temor a que ocurra lo peor, y el ítem número 17 representa el miedo, por consiguiente estos datos nos muestran que a diferencia de los otros ítems los pensamientos inciertos a futuro por parte de los individuos, tiene más incidencia, y en consecuencia una probable ansiedad con el pasar del tiempo, el ambiente del que se rosea y la manera con la que resuelves los problemas cotidianos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Belkis Alfonso Águila¹, M. C. (abr.-jun. 2015 de 2015). Estrés académico. *Scielo.ec. Rev EDU-MECENTRO vol.7 no.2 Santa Clara abr.-jun. 2015, vol.7 no.2 Santa Clara abr.-jun. 2015*(no.2 Santa Clara abr.-jun. 2015).
- Christian R. Mejía¹, a. M.-G.-U.-A. (Julio . 2016 de 2016). Síndrome de Burnout y factores asociados en estudiantes de medicina. Estudio multicéntrico en siete facultades de medicina peruanas. *Scielo,ec, Rev. chil. neuro-psiquiatr. vol.54 no.3 Santiago set. 2016, vol.54 no.3 Santiago set. 2016*(no.3 Santiago set. 2016).
- Gaibor, D. A. (mayo.-jun. 2020 Epub 02-Jun-2020 de -2020). La tecnología educativa en tiempos de crisis. *Scielo.ec. Conrado vol.16 no.74 Cienfuegos mayo.-jun. 2020 Epub 02-Jun-2020, vol.16 no.74 Cienfuegos mayo.-jun. 2020*(no.74 Cienfuegos mayo.-jun. 2020) .
- García-Rivera¹, B., Maldonado-Radillo, S., & María. (2014). Estados afectivos ordóna, F. d. (3: 213-223, 2020 de 2020). Del aprendizaje en escenarios presenciales al aprendizaje virtual. *Scielo.ec Estudios Pedagógicos XLVI, N° 3: 213-223, 2020 , XLVI, N° 3: 213-223, 2020*(N° 3: 213-223, 2020).
- Jorge Antonio Avecillas Cazho, I. M. (may./ago. 2021 de 2021). Burnout académico. Factores influyentes en estudiantes de enfermería. *Scielo. ec. Rev Eug Esp vol.15 no.2 Riobamba may./ago. 2021, no.2 Riobamba may./ago. 2021*(no.2 Riobamba may./ago. 2021).
- José Alfredo Contreras-Valdez, L. H.-G. (dic. 2015 de 2015). Validez de constructo del Inventario de Depresión de Beck II para adolescentes. *Scielo.ec. Ter Psicol vol.33 no.3 Santiago dic. 2015, vol.33 no.3 Santiago dic. 2015*(no.3 Santiago dic. 2015).
- José Manuel Avellán-Pérez, V. E.-P. (Enero de 2022). Burnout y engagement en estudiantes universitarios de la carrera de ingeniería industrial, Manabí, Ecuador. *Latindex,, Vol. 7* (num. 1).
- Laura Asencio-López, G. D.-C. (Abr;16(3):e6432 doi: 10.5867/medwave.2016.03.6432 de 2016). Síndrome de burnout en estudiantes de primero a sexto año de medicina en una universidad privada del norte de México: estudio descriptivo transversal. *Scielo.ec. ESTUDIOS ORIGINALES, Medwave 2016 Abr;16(3):e6432 doi: 10.5867/medwave.2016.03.6432, .03.6432*(.03.6432).

- Lina Espinosa Pire, N. H. (ene.-abr. 2020 Epub 17-Jun-2020 de 2020 Epub 17-Jun-2020). Prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes de medicina. Scielo.ec. Rev Cuba Reumatol vol.22 no.1 La Habana ene.-abr. 2020 Epub 17-Jun-2020, vol.22 no.1 La Habana ene.-abr. 2020 Epub 17-Jun-2020(no.1 La Habana ene.-abr. 2020 Epub 17-Jun-2020).
- Luis Antonio Álvarez-Silva, R. M. (mar./ago. 2018 de 2018). Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. Scielo.ec. Universitas-XXI, Revista de Ciencias Sociales y Humanas, no.28 Cuenca mar./ago. 2018(no.28 Cuenca mar./ago. 2018).
- María Fernanda Silva-Ramos, J. J.-C. (Octubre 2019 de 2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. Scielo.ec. Investigación y Ciencia, vol. 28, núm. 79, pp. 75-83, 2020, vol. 28, núm. 79, pp. 75-83, 2020(núm. 79, pp. 75-83, 2020).
- OMS , Asamblea Ginebra, . (Marzo. de 2022). La OMS reconoce como enfermedad el burnout o "síndrome de estar quemado". Scielo.ec. ORGANIZACION MEDICA COLEGIAL DE ESPAÑA. Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas de Salud Conexos (CIE-11), OMS , Asamblea Ginebra, Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas de Salud Conexos (CIE-11)(OMS , Asamblea Ginebra, Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas de Salud Conexos (CIE-11)).
- Ramírez, J. A. (abril . 2017 de IE Rev. investig. educ. REDIECH vol.8 no.14 Chihuahua abr. 2017). Síndrome de burnout en docentes. sCIELO.EC IE Rev. investig. educ. REDIECH vol.8 no.14 Chihuahua abr. 2017, vol.8 no.14 Chihuahua abr. 2017(no.14 Chihuahua abr. 2017).
- Rodríguez, V. A.-F. (agosto . 2018 de 2018). Factores Asociados al Burnout Académico en Estudiantes de Internado Profesional de Fonoaudiología. Scielo.ec. Cienc Trab. vol.20 no.62 Santiago ago. 2018, vol.20 no.62 Santiago ago. 2018(no.62 Santiago ago. 2018).
- Rojas, J. L. (feb. 2021 Epub 26-Mar-2021 de 2021). El estrés docente en tiempos de pandemia. sCIELO.EC. Dilemas contemp. educ. política valores vol.8 no.spe1 Toluca de Lerdo feb. 2021 Epub 26-Mar-2021, vol.8 no.spe1 Toluca de Lerdo feb. 2021 Epub 26-Mar-2021(no.spe1 Toluca de Lerdo feb. 2021 Epub 26-Mar-2021).
- Sanz, J. (mar. 2014 de 2014). Recomendaciones para la utilización de la adaptación española del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) en la práctica clínica. Scielo.ec. Clínica y Salud vol.25 no.1 Madrid mar. 2014, vol.25 no.1 Madrid mar. 2014(no.1 Madrid mar. 2014).
- Vilela, C. C. (jul./dic. 2017 de 2017). Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco3. Scielo.ec. Revista de Psicología vol.35 no.2 Lima jul./dic. 2017, vol.35 no.2 Lima jul./dic. 2017(no.2 Lima jul./dic. 2017).
- Yuranny Alejandra Tabares-Díaz, V. A.-D. (Sep 01, 2020 de 2020 Epub Sep 01, 2020). Síndrome de Burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática. Scielo,ec, Univ. Salud vol.22 no.3 Pasto Sept./Dec. 2020 Epub Sep 01, 2020, vol.22 no.3 Pasto Sept./Dec. 2020 Epub Sep 01, 2020(no.3 Pasto Sept./Dec. 2020 Epub Sep 01, 2020).
- Zea, N. B. (dez. 2011 de 2011). Estrés Académico. Scielo.ec. Revista de Psicología Universidad de Antioquia, vol.3 no.2 Medellin dez. 2011(no.2 Medellin dez. 2011).