Variables de salud percibida asociada al agotamiento académico en estudiantes universitarios en pospandemia covid-19. México

[1] Claudia Rodríguez Leana
[2] María Alejandra Terrazas Meraz
[3] Abigail Fernández Sánchez

[1] Doctora en Alta Dirección. Profesora Investigadora de Tiempo Completo adscrita a la Facultad de Enfermería. Universidad Autónoma del Estado de Morelos. México
[2] Doctora en Ciencias en Salud Pública con área de concentración en Epidemiología. Profesora Investigadora de Tiempo Completo adscrita a la Facultad de Nutrición. Universidad Autónoma del Estado de Morelos. México
[3] Doctora en Ciencias de Enfermería. Profesora Investigadora de Tiempo Completo adscrita a la Facultad de Enfermería. Universidad Autónoma del Estado de Morelos. México

E-mail: abigail.fernandez@uaem.mx

Cómo citar este artículo:
Rodríguez Leana C, Terrazas Meraz MA, Fernández Sánchez, A. Variables de salud percibida asociada al agotamiento académico en estudiantes universitarios en pospandemia covid-19. México. RIdEC 2025; 18(1):8-16. doi: https://doi.org/10.63178/ajhr7447ridec

Fecha de recepción: 8 de agosto de 2024.
Fecha de aceptación: 25 de abril de 2025.

Resumen

Introducción: analizar las dimensiones de agotamiento académico, variables de salud mental y sociodemográficas de los estudiantes de enfermería en pospandemia covid-19 en una universidad pública.

Método: estudio prospectivo, transversal y analítico, realizado a 174 estudiantes durante febrero de 2024. El instrumento para evaluación de *burnout* académico fue MBI-HSS de 15 ítems. Instrumento para valoración de salud mental (GHQ-28): síntomas somáticos, ansiedad e insomnio, disfunción social y depresión, contiene cápsula de consentimiento informado y una encuesta sociodemográfica. El análisis de los datos fue mediante el programa estadístico SPSS V-22, con medidas de tendencia central, correlaciones de Pearson y prueba t.

Resultados: participantes n= 174, el 75,3% fue mujer, la mayoría fue soltero (97,1%), edad promedio 19,87. Fue detectada la presencia de agotamiento académico y la salud mental estaba alterada. La asociación entre los datos demográficos agotamiento académico y salud mental es significativa. Los estudiantes presentan niveles bajos de *burnout* (24,7%), intermedio (61,2%) y alto (14,1%). La salud mental presenta un nivel leve (16,5%), moderado (19,6%) y alto (40,5%) y el 23,4% se percibe sano.

Conclusiones: en el impacto pospandemia se presentan secuelas en salud físicas, psicológicas y comportamentales entre otras variables escolares.

Palabras clave: salud mental; agotamiento académico; estudiantes universitarios.

Abstract

Perceived health variables associated to academic burnout in University students after the Covid-19 pandemic in Mexico

Objective: *to analyse the dimensions of academic burnout, mental health and sociodemographic variables of nursing students at the COVID-19 post-pandemic period at a Public University.*

Method: *a prospective, cross-sectional and analytical study, conducted with 174 students during February 2024, using the 15-item tool for academic burnout assessment (MBI-HSS), and the GHQ-28 tool for mental health evaluation: somatic symptoms, anxiety and insomnia, social dysfunction and depression, containing an Informed Consent capsule and a sociodemographic survey. Data analysis was conducted with the SPSS V-22 statistical program, with central trend measures, Pearson correlations and T-test.*

Results: *there were 174 participants (n= 174), 75.3% were female and the majority were single (97.1%), with an average age of 19.87 years. The presence of academic burnout was detected, as well as alterations in mental health. The association between demographic data for academic burnout and mental health was significant. Students presented low (24.7%), medium (61.2%), and high (14.1%) burnout levels. Mental health presented low (16.5%), moderate (19.6%) and high (40.5%) levels, while 23.4% was perceived as healthy.*

Conclusions: *with post-pandemic impact there were aftereffects in physical, psychological and behavioural health, among other school variables.*

Key words: *mental health; academic burnout; university students.*

Introducción

Aproximadamente una de cada ocho personas en el mundo sufre algún trastorno mental [1]. En México tres de cada 10 personas padecen algún trastorno mental a lo largo de su vida y más del 60% de la población que sufre alguno de ellos no recibe tratamiento. Los trastornos de salud mental más habituales son la ansiedad y la depresión [2].

El síndrome de *burnout* fue declarado, en el año 2000, por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un factor de riesgo laboral, debido a su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida del individuo que lo sufre. Enfatizando en este problema, se adapta el instrumento hacia los estudiantes universitarios conocido como *agotamiento académico*, en ellos afecta su desempeño académico y en su salud física y mental [3].

El *burnout* académico es una respuesta emocional negativa respecto de los estudios; una sensación de encontrarse exhausto, de no poder más con las tareas escolares (agotamiento); una actitud de distanciamiento respecto de lo que significa ser estudiante, de la importancia que tiene y la utilidad que le atribuye a los estudios que está realizando (cinismo); así como un sentimiento de incompetencia académica (ineficacia), un sentimiento de reducida competencia, poca motivación y el desarrollo de actitudes disfuncionales en el trabajo escolar [4,5].

Este problema es necesario reconocerlo en el ámbito universitario para poder abordar el agotamiento académico a través de una intervención en los estudiantes, fomentando entornos de aprendizaje saludable [6]. Asimismo, mejorar el bienestar futuro es fundamental, por lo cual da prioridad a la salud mental y proporciona capacitaciones a los estudiantes para mejorar su rendimiento académico emocional y social garantizando a largo plazo su desarrollo integral [7].

Goldberg y Hillier (1979) [8] integraron un instrumento para evaluar la salud mental en cuatro subescalas: síntomas psicosomáticos, ansiedad, disfunción social en la actividad diaria y depresión. Estas se relacionan de forma directa o inversa en síntomas somáticos, dolor, fatiga, mareos, problemas gastrointestinales, entre otros problemas psicológicos, manifestado por ansiedad caracterizada, por sentimientos de tensión, preocupación excesiva y cambios físicos como aumento de la presión arterial. La ansiedad y el insomnio manifestado por dificultad para conciliar o mantener el sueño, o experimentar un sueño reparador, ya que las preocupaciones y el estrés dificultan el descanso adecuado. En la disfunción social, las personas tienen dificultades para interactuar y relacionarse con otras, como aislamiento, problemas de comunicación, falta de habilidades sociales y conflictos interpersonales, y pueden ser resultado de condiciones psicológicas como la ansiedad social. La depresión conlleva la falta de capacidad de una persona para funcionar, es una condición mental o estado de ánimo persistentemente bajo y la pérdida de interés o placer en la mayoría de las actividades.

Otros síntomas son los cambios en el apetito y el peso, la fatiga, los sentimientos de inutilidad o la culpa excesiva, la dificultad para concentrarse, los cambios de humor y los pensamientos recurrentes de muerte o suicidio [9,10].

La prevalencia del síndrome de *burnout* académico, por dimensión, se estimó en un 55,4% para el agotamiento emocional, un 31,6% para el cinismo y un 30,9% para la eficacia académica. Estos niveles moderados del síndrome predominan en las poblaciones de estudiantes universitarios de diferentes carreras a nivel mundial [11]. El agotamiento académico se define como "sentimiento resultante de la compulsión por el estudio (agotamiento), el pesimismo hacia las tareas (cinismo) y el sentimiento de incompetencia como estudiante (ineficacia)". Maslach [12] lo presenta como "un síndrome psicológico de agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal que ocurre como respuesta a factores estresantes emocionales e interpersonales entre los individuos".

La alta demanda del ambiente universitario posibilita que los estudiantes presenten problemas de salud mental y agotamiento académico. Sin embargo, los estudiantes no cuentan con las habilidades y las estrategias para afrontar los problemas cotidianos durante su formación universitaria afectando su salud física y emocional, así como la calidad de sus estudios [3]. Los universitarios del área de la salud suelen desarrollar un nivel alto de estrés durante su proceso formativo, por la carga académica intensa, la competencia, las prácticas clínicas relacionadas con el manejo de personas enfermas y al final de la vida, la responsabilidad, las expectativas, los exámenes, el equilibrio en la vida-estudios y visualizar su futuro. Algunos logran desarrollar estrategias adecuadas para afrontar las exigencias académicas, mientras otros muestran comportamientos de escape o evitación que no necesariamente son apropiados y contribuyen a generar sensaciones de agotamiento físico y mental y una actitud negativa, desvalorización y pérdida de interés en sus estudios [13, 14].

Por otra parte, la crisis provocada por la pandemia de covid-19 incrementó en los estudiantes universitarios la depresión, la ansiedad y el estrés, así como distintos síntomas psicológicos, motivo de consumo de alcohol y tabaco, aislamiento social, entre otros, problemas que persisten en pospandemia. Diversos estudios muestran la prevalencia de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios antes y durante los primeros tres meses de cuarentena [11, 15].

La presencia de la pandemia covid-19, específicamente en la facultad de enfermería, incrementó la deserción escolar, misma que se ha ido recuperando paulatinamente. Sin embargo, las secuelas están manifestadas en los estudiantes por bajo rendimiento académico y la solicitud de apoyo psicológico. Para ello, se proponen intervenciones de programas preventivos para manejo de estrés para facilitar la adaptación a esta nueva realidad y mejorar la salud en los estudiantes [16, 17].

En relación con esta problemática, el objetivo del estudio es analizar las dimensiones de agotamiento académico, síntomas de salud mental y la relación con las variables sociodemográficas de los estudiantes de enfermería en pospandemia covid-19 de una universidad pública, México.

Material y método

Estudio cuantitativo, de tipo descriptivo transversal, en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad de Morelos durante febrero de 2024.

La muestra fue conformada por 174 estudiantes de la Licenciatura en Enfermería, el muestreo fue no probabilístico. Fueron incluidos todos los estudiantes de cualquier semestre y manera voluntaria.

La recogida de datos fue mediante dos instrumentos de evaluación del *burnout* académico; se utilizó el Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) [18], validado por Banda et al. [19], adaptado de la versión original Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey (MBI-HSS) validado por Aranda y et al. [20], consta de 15 ítems para las dimensiones de Agotamiento Emocional (cinco ítems), Cinismo-despersonalización (cuatro ítems) y Eficacia Académica (seis ítems) con escala de Likert 1= totalmente en desacuerdo y 5= totalmente de acuerdo, Hu et al. [21]. El cuestionario para salud mental (GHQ-28) consta de 28 ítems, contiene cuatro subescalas: síntomas somáticos, ansiedad e insomnio, disfunción social y depresión grave; con escala de Likert 1= nunca y 4= siempre todo el tiempo (Goldberg et al. [8]); ambos instrumentos validados alfa de Cronbach aceptable [9], ha sido ampliamente utilizado en diversos ámbitos e instituciones, sobre todo en los enfocados en el sector de salud pública; se incluyen variables demográficas, género, edad, estado civil, convivencia, consumo de alcohol y tabaco.

Procedimiento

Se invitó a los estudiantes a participar en el estudio, se les visitó en sus aulas presencialmente para dar la información pertinente. A través del correo electrónico se envió el cuestionario para que lo contestara quien quisiese participar.

El análisis de datos fue mediante el programa estadístico SPSS V-22, se evaluaron por medio de medidas de tendencia central y promedio para variables demográficas, el índice de agotamiento profesional, el cinismo, la eficacia académica; y en percepción de salud general, los síntomas somáticos, la ansiedad e insomnio, la disfunción social y la depresión grave. Se emplearon pruebas de coeficiente de correlación de Pearson (p) con un nivel de confianza del 95%, cuya significancia estadística fue $p \leq 0,05$, para medir la magnitud del efecto, para evaluar la asociación entre las dimensiones de *burnout* académico y salud mental percibida. El procedimiento prueba T para muestras independientes contrasta la diferencia de medias, entre las dimensiones de *burnout*, salud mental y con variables demográficas, obteniendo la significancia de las diferencias entre dimensiones demográficas.

Consideraciones éticas

Siguiendo los principios éticos de la declaración de Helsinki para investigación, los datos obtenidos se emplearon exclusivamente para los fines de la investigación, la participación fue anónima. Se solicitó a cada uno de los participantes a dar su consentimiento informado y permitir de forma voluntaria participar en el estudio, mencionando que la información obtenida solo será para uso confidencial. Se obtuvo el permiso del Comité de Ética de la institución.

Resultados

En general, se obtuvo una media en edad de 19,97, predomina la edad de 18 a 19 años [67,2% (117)]; respecto al sexo, el 75,8% (132) es femenino; la mayoría es soltero [97,1% (169)]; la convivencia mayor es en el núcleo de la familia [60,9% (121)]; viven con sus padres [18,2% (32)] y con hermanos y/o amigos [12,1% (21)]. Se observa un porcentaje bajo pero significativo, el consumo de tabaco alcanza el 9,8% (17) y casi la cuarta parte consumen alcohol [20,7% (36)].

Respecto a la dimensión del agotamiento, más de la mitad de los estudiantes de enfermería presentan un nivel intermedio y alto. En el cinismo, más de la mitad de los encuestados indican un nivel bajo y continua el nivel intermedio, el nivel alto es menor, pero es significativo; y la dimensión de eficacia académica es la parte positiva y modula o media entre las variables negativas, encontrando más de la mitad con un nivel alto, menos de la cuarta parte que alcanza un nivel intermedio. En general, el comportamiento de agotamiento académico con nivel bajo representa casi la cuarta parte, más de la mitad presenta el síndrome con nivel intermedio y un porcentaje menor obtiene nivel alto (Gráfico 1).

En el comportamiento de la salud mental, se perciben en subescala de síntomas somáticos un nivel alto casi la mitad de los estudiantes. En la ansiedad y el insomnio más de la mitad considera tener un nivel moderado y alto. En la disfunción social se incrementa de forma muy significativa el nivel moderado y alto con un 83%. En la depresión severa se perciben nivel bajo casi tres cuartas partes y nivel moderado y alto en más de la cuarta parte. El 23,5% de los estudiantes no percibe problemas en su salud mental. Sin embargo, hay presencia de depresión con un nivel leve (16,5%), moderado (19,5%) y alto (40,5%) (Gráfico 2).

En la Tabla 1 se muestran las asociaciones con las variables de agotamiento académico, salud mental y las variables personales, entre ellas resultó una relación y alta significancia estadística de este hallazgo ($p < 0,000$). Esto refuerza la robustez de la relación observada. En las dimensiones de agotamiento académico y subescalas de salud mental se encontró que el agotamiento y el cinismo tienen una correlación positiva moderada ($r= 0,499$, $p= 0,000$). Esto indica que a medida que aumenta el nivel de agotamiento, también aumenta el nivel de cinismo entre los estudiantes. Se determinó que el agotamiento se asocia con los niveles altos de ansiedad e insomnio ($r= 0,229$, $p= 0,002$). Además, si aumenta el agotamiento, también aumentan los síntomas depresivos ($r= 0,234$, $p= 0,002$).

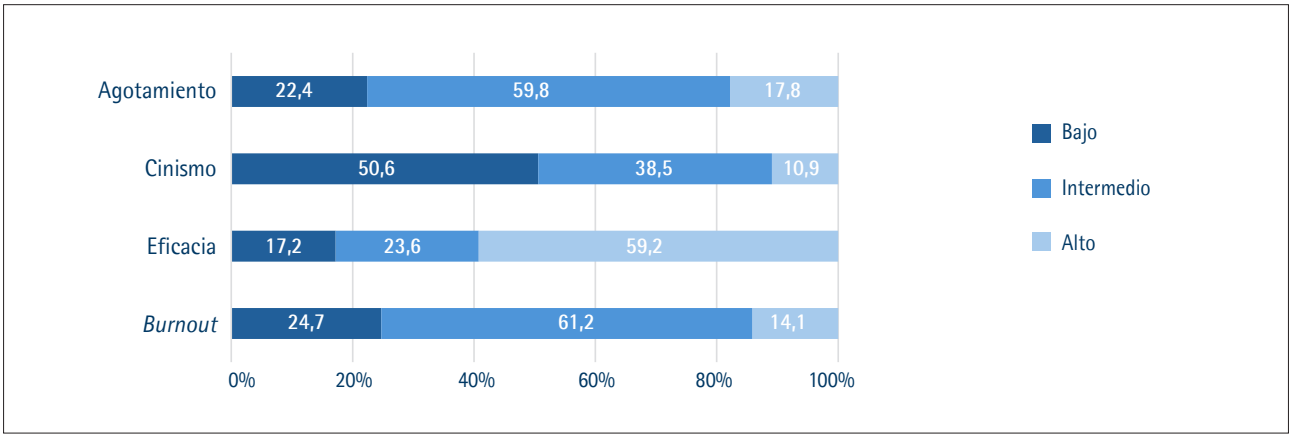

Gráfico 1. Nivel de agotamiento académico *(burnout)* en estudiantes

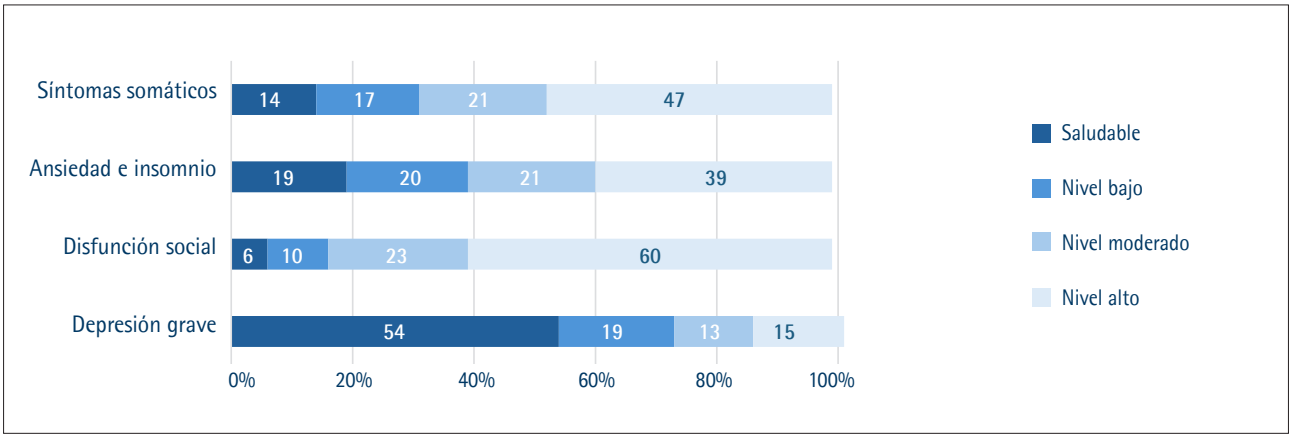

Gráfico 2. Comportamiento de salud mental general en estudiantes

Tabla 1. Asociaciones en agotamiento académico, salud mental y sexo

		Agotamiento	Cinismo	Eficacia académica	Síntomas somáticos	Ansiedad e insomnio
Agotamiento	p				,150*	
	Sig.				,048	
Cinismo	p	,499**		-,481**		
	Sig.	,000		,000		
Ansiedad e insomnio	p	,229**	,229**		,624**	
	Sig.	,002	,002		,000	
Disfunción social	p				,182*	,179*
	Sig.				,016	,018
Depresión grave	p	,234**	,307**	-,168*	,191*	,487**
	Sig.	,002	,000	,026	,012	,000
Sexo	p				,274**	
	Sig.				,000	

MBI-SS. GHQ-28. p= correlación de Pearson. Sig.= sig. (bilateral)

Se encontró una asociación significativa y negativa entre cinismo y síntomas de ansiedad e insomnio (r= -0,229, p= 0,002), sugiere que a medida que aumentan los niveles de cinismo afecta a los niveles de ansiedad e insomnio. A medida que se incrementa el cinismo, aumentan los síntomas de depresión (r= 0,307, p= 0,000). Se observa también una correlación significativa y negativa entre las variables eficacia académica y cinismo (r= -0,481, p= 0,000), y entre la eficacia académica y la depresión grave (r= -0,168, p= 0,026).

Los síntomas somáticos se asocian con el agotamiento, aunque la correlación es más débil (r= 0,150*, p= 0,048). Esto sugiere una relación positiva pero leve, indicando que mayores niveles de agotamiento se asocian con un aumento de síntomas somáticos. En el análisis de síntomas somáticos y la ansiedad e insomnio existe una correlación positiva fuerte y altamente significativa (r= 0,624, p= 0,000). Esto implica que a medida que aumentan los síntomas somáticos, también lo hace la ansiedad y el insomnio. La disfunción social (r= 0,182, p= 0,016) y con depresión grave (r= 0,191, p= 0,012). Entre los síntomas somáticos y sexo (r= 0,274, p= 0,000), indica que los síntomas somáticos varían de manera significativa en función del sexo, siendo más prevalentes en un sexo específico. En el análisis existe una correlación positiva y significativa entre la ansiedad y el insomnio y la disfunción social (r= 0,179, p = 0,018), indica que a medida que aumentan los síntomas de ansiedad e insomnio, también lo hace la disfunción social. La relación con depresión grave (r= 0,487, p= 0,000), sugiere que mayores niveles de ansiedad e insomnio están asociados con niveles más altos de depresión grave.

Relaciones de agotamiento académico, salud mental y variables de comportamiento

En la Tabla 2 se observa la asociación positiva, moderada y significativa entre la edad y el estado civil (r= 0,317, p= 0,000). Sugiere que a medida que aumenta la edad, también tiende a cambiar el estado civil de las personas. La dimensión de agotamiento y comportamiento del consumo de tabaco es significativa y negativa (r= -0,171, p= 0,024) y respecto al cinismo con el consumo de alcohol, la eficacia académica se relaciona con el consumo de tabaco de forma negativa (r= -0,206, p= 0,006).

Tabla 2. Asociaciones en agotamiento académico, salud mental y variables demográficas

		Agotamiento	Cinismo	Eficacia académica	Ansiedad e insomnio	Depresión grave	Tabaquismo	Edad	Estado civil
Estado civil	p							,317**	
	Sig.							,000	
Tabaquismo	p	-,171*		-,206**	-,262**	-,321**			
	Sig.	,024		,006	,000	,000			
Alcoholismo	p		-,171*			-,211**	,453**		
	Sig.		,024			,005	,000		
Convivencia	p							,304**	,307**
	Sig.							,000	,000

MBI-SS. GHQ-28. p= correlación de Pearson. Sig.= sig. (bilateral)

La subescala ansiedad e insomnio con el consumo de tabaco (r= -0,262, p= 0,000), implica que a medida que aumentan los síntomas de ansiedad e insomnio, se asocia negativamente con el consumo de tabaco. Asimismo, se relaciona la depresión y el consumo de tabaco (r= -0,321, p= 0,000) y consumo de alcohol (r= -0,211, p= 0,005). Esta relación sugiere que mayores niveles de depresión grave tienen una correlación negativa con el consumo de tabaco y alcohol (r= ,453, p= ,000). Indica que a medida que aumentan los síntomas de depresión, influye el consumo de tabaco y alcohol de manera moderada.

La relación de la edad en relación con el estado civil es moderadamente significativa (r= 0,317, p= 0,000). La edad se asocia positivamente con la convivencia (r= 0,304, p= 0,000). Indica que a medida que aumenta la edad, crece la convivencia entre los individuos. Por último, la relación entre el estado civil y la convivencia familiar es r= 0,307, p= 0,000, esto indica un cambio en la vida familiar.

Análisis de varianzas: agotamiento académico, salud mental y variables sociodemográficas

En la Tabla 3, se muestra el análisis comparativo entre variables de agotamiento académico, salud mental y demográficas, utilizando la prueba t para evaluar las diferencias entre variables.

En relación con el sexo femenino se presentan mayores puntuaciones en el agotamiento, la eficacia académica y la disfunción social. El sexo masculino puntúa alto en las variables de cinismo, los síntomas somáticos y la ansiedad y el insomnio, y depresión grave.

El grupo de estudiantes de 20 a 24 años puntúa alto en agotamiento, cinismo y disfunción social. La población más joven de 18-19 años puntúa mayor en eficacia, síntomas somáticos, ansiedad e insomnio y depresión.

Dentro del estado civil, la mayor puntación es para la unión libre: agotamiento, síntomas somáticos, ansiedad e insomnio y disfunción social y los estudiantes solteros puntúan mayor en cinismo, eficacia académica y depresión grave.

En el tipo de convivencia, aquellos que conviven con la familia puntuaron alto en agotamiento académico y los que conviven con otros familiares y amigos mostraron una puntuación más alta en las variables de salud mental.

Discusión

El agotamiento académico está presente en los estudiantes de enfermería por las características de la carrera; sin embargo, existe un incremento posterior a la pandemia covid-19 en el cual se manifiestan comportamientos relacionados con el agotamiento y la salud mental en estudiantes y el miedo al contagio de covid-19 [21].

Tabla 3. Prueba T, análisis de varianzas: agotamiento académico y salud mental con variables sociodemográficas

Variables	Sexo	Media	Edad	Media	Estado civil	Media	Convivencia	Media
Agotamiento	Masculino	2,57	18-19a	2,66	Soltero	2,67	Familia	**2,68**
	Femenino	**2,70**	20-24a	**2,70**	Unión libre	**2,72**	Otro y amigos	2,51
Cinismo	Masculino	**1,95**	18-19a	1,80	Soltero	**1,88**	Familia	**1,90**
	Femenino	1,85	**20-24a**	2,08	Unión libre	1,80	Otro y amigos	1,75
Eficacia académica	Masculino	3,62	18-19a	**3,77**	Soltero	**3,70**	Familia	**3,74**
	Femenino	**3,72**	20-24a	3,61	Unión libre	3,67	Otro y amigos	3,46
Síntomas somáticos	Masculino	2,70	18-19a	**3,05**	Soltero	3,01	Familia	3,04
	Femenino	**3,12**	20-24a	2,90	Unión libre	**3,37**	Otro y amigos	**3,25**
Ansiedad e insomnio	Masculino	2,70	18-19a	**2,86**	Soltero	2,81	Familia	2,86
	Femenino	**2,85**	20-24a	2,66	Unión libre	**2,97**	Otro y amigos	**3,01**
Disfunción social	Masculino	5,87	18-19a	5,87	Soltero	5,88	Familia	5,86
	Femenino	**5,89**	20-24a	**5,93**	Unión libre	**6,23**	Otro y amigos	**6,00**
Depresión grave	Masculino	**1,88**	18-19a	**1,87**	Soltero	**1,88**	Familia	1,89
	Femenino	1,87	20-24a	1,85	Unión libre	1,74	Otro y amigos	**2,00**

MBI-HSS, Goldenberg y variables demográficas. Prueba T para muestras independientes

Los resultados de otros estudios de población en universitarios mexicanos [22] fueron similares, el miedo a contraer covid-19 desencadena estrés, el cual provoca agotamiento, cinismo y disminuye la autoeficacia. Sin embargo, la dimensión de eficacia académica se correlacionó positivamente en agotamiento académico y modula de alguna forma el síndrome *burnout* académico.

En la pospandemia se incrementó el número de estudiantes, de nivel bajo a moderado, en agotamiento académico; prevaleció el nivel leve predominando el indicador comportamental. En el análisis de asociación del síndrome con las variables sociodemográficas y académicas no se apreció una relación significativa, resultado similar a un estudio de Chile [23].

El efecto de abandono de los estudios universitarios se asocia al *burnout* académico y las variables de salud mental, como la ansiedad [24]. Además, presentaron ansiedad al sentir problemas a nivel fisiológico con probabilidad de que se maximicen a síntomas depresivos entre altas y bajas en su estado de ánimo, así como problemas del sueño, presentaron inestabilidad en sus emociones, somatizaciones físicas como forma de descargar el estrés [25]. A diferencia del estudio de Silva et al. [9], la edad se relaciona positivamente con el dolor de cabeza y el género del estudiante con los problemas del sueño.

Algunos estudios demostraron una comorbilidad excesiva y grave de depresión, ansiedad y estrés simultáneamente, junto con esta comorbilidad triádica, la presencia de agotamiento psicológico severo [11, 25, 26].

En los hallazgos se reporta que el sexo femenino puntúa mayormente en agotamiento y eficacia y disfunción social, mientras que en hombres tienden a reportar niveles más altos de cinismo, síntomas somáticos, ansiedad e insomnio y depresión. Esto contrasta con un estudio en Chihuahua [27], en el cual se observó que la mujer reporta mayores niveles en las dimensiones de agotamiento, cinismo y eficacia.

Conclusiones

El agotamiento académico existe en la diversidad de niveles y dimensiones, se observa que en la pospandemia covid-19 aumentó el nivel de agotamiento y los problemas en salud mental que se asocian con una menor eficacia académica, destacando la importancia de abordar el bienestar para mejorar la salud integral de los estudiantes universitarios.

Es común en México, como en otros países, que los universitarios dependan del vínculo de acompañamiento y lazos afectivos de la familia para su desempeño académico, debido a razones culturales sociales y personales. En el apoyo familiar y las redes de amigos, los estudiantes obtienen apoyo emocional y motivación, de este modo, desempeñan un papel positivo en la eficacia académica. El desafío es que el agotamiento y la salud mental se diversifican entre los géneros, grupos de edad, tipo de familia y se ven influidos por las circunstancias personales y sociales de los estudiantes.

La profesión de enfermería valora, diagnostica, planea, interviene y evalúa las intervenciones para el cuidado de la persona, físico y emocionalmente. En los estudios universitarios, es fundamental que la institución apoye el bienestar de los estudiantes, con énfasis en la promoción y prevención de la salud mental, constituyéndose en un desafío el crear estrategias, tales como la educación, la comunicación, el liderazgo y el trabajo en equipo, lo que significará innovar en el currículo incorporando talleres que permiten trabajar el agotamiento físico, emocional y cognitivo del estudiante.

Conflicto de intereses

Ninguno.

Financiación

Ninguna.

Bibliografía

[1] Organización Mundial de la Salud (OMS). Nota descriptiva. Salud mental [internet]. Ginebra: OMS; 2022. [citado 5 may 2025]. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets

[2] Instituto Nacional de Salud Pública (INSP). 10 de octubre, Día Mundial de la Salud Mental. INSP [internet] 2022 [citado 5 may 2025]. Disponible en: https://www.insp.mx/avisos/10-de-octubre-dia-mundial-de-la-salud-mental

[3] Cuamba Osorio N, Zazueta Sánchez NA. Salud mental, habilidades de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Psicumex 2020; 10(2):71-94. doi: https://doi.org/10.36793/psicumex.v10i2.351

[4] Maslach C, Jackson SE. MBI: Maslach burnout inventory. Manual. Palo Alto, CA: University of California, Consulting Psychologists Press; 1981.

[5] Schaufeli WB, Salanova M, González-Romá V, Bakker A. The Measurement of Burnout and Engagement: A Confirmatory factor Analytic Approach. Journal of Happiness Studies. 2002; (3):71-92. doi: https://doi.org/10.1023/A:1015630930326

[6] Zamora Betancourt MR, Caldera Montes JF, Guzmán Valderrama MG. Estrés académico y apoyo social en estudiantes universitarios. Dilemas contemporáneos: educación, política y valores 2021; 9(spe1):00011. doi: https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i.2916

[7] Kourea L, Papanastasiou EC, Diaconescu LV, Popa-Velea O. *Burnout* académico en psicología y ciencias afines a la salud: el programa BEN-DiT-EU para estudiantes y personal de educación superior. Psicólogo. 2023; (14). doi: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1239001

[8] Goldberg DP, Hillier VF. A scaled version of the General Health Questionnaire, in Psychological Medicin. Cambridge University, Editorial Board. 1979; 9:139-45.

[9] Silva-Gutiérrez BN, De la Cruz-Guzmán UO. Autopercepción del estado de salud mental en estudiantes universitarios y propiedades psicométricas del Cuestionario de Salud General (GHQ28). Rev Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo. [internet] 2017 [citado 5 may 2025]; 4(8). Disponible en: https://www.pag.org.mx/index.php/PAG/article/view/676

[10] Yang Q, Liu Y, Yang WF, Peng Pu, Chen S, Wang Y, et al. Mental health conditions and academic burnout among medical and non-medical undergraduates during the mitigation of COVID-19 pandemic in China. Environ Sci Pollut Res. 2022; (38):57851-9. doi: https://doi.org/10.1007/s11356-022-19932-2

[11] Rosales Ricardo Y, Rizzo Chunga F, Mocha Bonilla J, Ferreira JP. Prevalence of burnout syndrome in university students: A systematic review. Salud Ment. 2021; 44(2):91-102. doi: https://doi.org/10.17711/sm.0185-3325.2021.013

[12] Saborío Morales L, Hidalgo Murillo LF. Síndrome de *Burnout*. Med. leg. Costa Rica. [internet] 2015 [citado 5 may 2025]; 32(1):119-24. Disponible en: http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&tpid=S1409-00152015000100014&tlng=en

[13] Rahmatpour P, Chehrzad M, Ghanbari A, Sadat-Ebrahimi SR. Academic burnout as an educational complication and promotion barrier among undergraduate students: A cross-sectional study. J Educ Health Promot. 2019; 8:201. doi: https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_165_19

[14] Sen S, Sharma BK, Saxena MJ. Examining the role of perceived stress on learning satisfaction under the influence of academic burnout in the post-COVID world. J Educ Health Promot. 2023; 12(1):553. doi: https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1599_22

[15] Leonangeli S, Michelini Y, Montejano GR. Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios antes y durante los primeros tres meses de cuarentena por COVID-19. Rev. Colomb Psiquiatr. 2022; 53(3):284-94. doi: https://doi.org/10.1016/j.rcp.2022.04.008

[16] Salinas Oñate N, Gómez Pérez D, Cancino M, Ortiz MS, Salazar Fernández C, Olivera MP. Problemas de salud mental en universitarios durante la pandemia por COVID-19: ¿qué tipo de ayuda buscan? Terapia psicológica. 2023; 41(1):19-38. doi: https://dx.doi.org/10.4067/s0718-48082023000100019

[17] Álvarez Pérez PR, López Aguilar D. El *burnout* académico y la intención de abandono de los estudios universitarios en tiempos de COVID-19. RMIE. [internet] 2021 [citado 5 may 2025]; 26(90):663-89. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&tpid=S1405-66662021000300663&tlng=es&tnrm=iso

[18] Maslach C, Jackson SE, Leiter MP. Maslach Burnout Inventory Manual. Consulting Psychologists Press. 3rd ed. 1996.

[19] Banda Guzmán J, Robles Francia VH, Lussier R. Validación del Maslach Burnout Inventory en estudiantes universitarios de El Bajío mexicano. RIDE. Rev. Iberoam. Investig. Desarro. Educ. 2022; 12(23):e052. doi: https://doi.org/10.23913/ride.v12i23.1092

[20] Aranda Beltrán C, Pando Moreno M, Salazar Estrada JG. Confiabilidad y validación de la escala Maslach Burnout Inventory (HSS) en trabajadores del occidente de México. Salud Uninorte, 2016; 32(2):218-27. doi: https://doi.org/10.14482/sun.32.2.8828

[21] Hu Q, Schaufeli WB. The Factorial Validity of the Maslach Burnout Inventory-Student Survey in China. Psychological Reports, 2009; 105(2):394-408. doi: https://doi.org/10.2466/PR0.105.2.394-408

[22] Caballero CC, Abello R, Palacio J. Relación del *burnout* y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. Avances en Psicología Latinoamericana. [internet] 2007 [citado 5 may 2025]; 25:(2):98-111. Disponible en: https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79925207

[23] Uribe MA, Illesca M. Burnout en estudiantes de enfermería de una universidad privada. Investigación educ. médica. 2017; 6(24):234-41. doi: https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.11.005

[24] Carlotto MS, Gonçalves Câmara S. Síndrome de *burnout* en estudiantes universitarios trabajadores y no trabajadores. Revista de Estudios psicológicos. 2023; 3(3):21-34. doi: https://doi.org/10.35622/j.rep.2023.03.002

[25] Ashraf F, Ahmad H, Shakeel M, Aftab S, Masood A. Mental health problems and psychological burnout in Medical Health Practitioners: A study of associations and triadic comorbidity. Pak J Med Sci. 2019; 35(6):1558-64. doi: https://doi.org/10.12669/pjms.35.6.444

[26] Saavedra Rionda I, García González JV, Llamazares Granda FJ, Arbesú Fernández E, López Díaz A. Grado de *burnout* en especialistas en formación de medicina y psicología clínica. Educación Médica. 2021; 22(S2):55-61. doi: https://doi.org/10.1016/j.edumed.2019.05.002

[27] Rodríguez-Villalobos JM, Benavides EV, Ornelas M, Jurado PJ. El *Burnout* Académico Percibido en Universitarios; Comparaciones por Género. Formación universitaria 2019; 12(5):23-30. doi: https://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062019000500023