




Artículo Científico

**Incidencia del Síndrome de Burnout en el rendimiento académico en estudiantes de primer semestre de Enfermería**

**Incidence of Burnout Syndrome on academic performance in first-semester nursing students**

Magdalena Estefanía Serna Almeida<sup>1</sup> , Verónica Elizabeth Espinoza Torres<sup>2</sup> ,  
Cristina Nataly Cadena Palacios<sup>3</sup> 

<sup>1</sup> Instituto Superior Tecnológico ITCA, meserna@itca.edu.ec, Ibarra - Ecuador

<sup>2</sup> Instituto Superior Tecnológico ITCA, veespinoza@itca.edu.ec, Ibarra - Ecuador

<sup>3</sup> Instituto Superior Tecnológico ITCA, cncadena@itca.edu.ec, Ibarra - Ecuador

Autor para correspondencia: veespinoza@itca.edu.ec

**RESUMEN**

El síndrome de burnout académico, caracterizado por agotamiento emocional, cinismo y baja eficacia académica, afecta el rendimiento de estudiantes. Este estudio cuasiexperimental pretest-postest determinó la relación entre burnout y rendimiento en 45 estudiantes de primer semestre de Enfermería del Instituto Superior Tecnológico ITCA (mayo-septiembre 2025). La muestra incluyó 84,4% mujeres, 15,6% hombres, edad media 21,04 años, 95,6% solteros y 80% urbanos. Se aplicó el Maslach Burnout Inventory-Student Survey junto a la obtención de promedios oficiales de notas (media: 7,90) antes y después de exámenes. El análisis estadístico con R-Studio 4.2.3, incluyó estadística descriptiva, diferencias de medias estandarizadas y correlación de Spearman. Los puntajes promedio de agotamiento fueron 11,13 antes y 10,47 después del periodo de exámenes; cinismo, 4,71 a 4,58; eficacia académica, 17,67 a 18,13. El valor global de Burnout pasó de 28,18 a 26,91, sin diferencias significativas (DME  $g$  de Hedges = -0,103; IC 95%: -0,513, 0,307). Pre-examen, los estudiantes rurales presentaron mayores niveles de agotamiento ( $g = 0,356$ ) y burnout total ( $g = 0,580$ ), con menor eficacia académica ( $g = -0,610$ ), aunque los intervalos de confianza del 95% incluyeron el valor de cero, post-examen, las diferencias entre contextos se redujeron notablemente, agotamiento ( $g = 0,047$ ) y cinismo ( $g = -0,028$ ), eficacia académica ( $g = -0,373$ ) y burnout total ( $g = 0,198$ ). El estudio concluye que el burnout estudiantil es dinámico y cambia temporalmente. El cinismo es el componente más sensible al estrés evaluativo, afectando ligeramente el rendimiento post-examen, mientras la eficacia académica actúa como factor protector ante la fatiga emocional.

**Palabras clave:** Burnout; Agotamiento; Cinismo; MBI-SS; Estudiantes.

**ABSTRACT**

Academic burnout syndrome, characterized by emotional exhaustion, cynicism, and low academic efficacy, affects student performance. This quasi-experimental pretest-posttest study determined the relationship between burnout and performance in 45 first-semester Nursing students at Instituto Superior Tecnológico ITCA (May-September 2025). The sample included 84,4% women, 15,6% men, mean age 21,04 years, 95,6% single, and 80% urban residents. The Maslach Burnout Inventory-Student Survey was applied along with official grade averages (mean: 7,90) before and after exams. Statistical analysis with R-Studio 4.2.3 included descriptive statistics, standardized mean differences, and Spearman correlation. Average exhaustion scores were 11,13 before and 10,47 after the exam period; cynicism, 4,71 to 4,58; academic efficacy, 17,67 to 18,13. Overall burnout score decreased from 28,18 to 26,91, with no significant differences (SMD Hedges'  $g = -0,103$ ; 95% CI: -0,513, 0,307). Pre-exam, rural students showed higher levels of exhaustion ( $g = 0,356$ ) and total burnout ( $g = 0,580$ ), with lower academic efficacy ( $g = -0,610$ ), although 95% confidence intervals included zero. Post-exam, differences between contexts decreased notably: exhaustion ( $g = 0,047$ ) and cynicism ( $g = -0,028$ ), academic efficacy ( $g = -0,373$ ), and total burnout ( $g = 0,198$ ). The study concludes that student burnout is dynamic and changes over time. Cynicism is the most sensitive component to evaluative stress, slightly affecting post-exam performance, while academic efficacy acts as a protective factor against emotional fatigue.

**Keywords:** Burnout; Exhaustion; Cynicism; MBI-SS; Students.

**Derechos de Autor**

Los originales publicados en las ediciones electrónicas bajo derechos de primera publicación de la revista son del Instituto Superior Tecnológico Universitario Rumiñahui, por ello, es necesario citar la procedencia en cualquier reproducción parcial o total. Todos los contenidos de la revista electrónica se distribuyen bajo una [licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).



**Citas**

Serna Almeida, M. E., Espinoza Torres, V. E., & Cadena Palacios, C. N. (2026). Incidencia del Síndrome de Burnout en el rendimiento académico en estudiantes de primer semestre de Enfermería. *CONECTIVIDAD*, 7(1), 616-633. <https://doi.org/10.37431/conectividad.v7i1.470>

**Nota:** El artículo fue presentado en las Jornadas Internacionales BINTECH 2025 (Innovación en Tecnología, Emprendimiento, IA y Salud), 19 y 20 de noviembre 2025, Ibarra - Ecuador.

## 1. INTRODUCCIÓN

El burnout académico es una manifestación de desgaste psicológico caracterizado en diferentes contextos como fatiga emocional, actitud de desapego y una sensación reducida de eficacia académica (Maslach et al., 2016). Este fenómeno, resultante del estrés crónico, el bienestar psicológico, la motivación y desempeño académico de los alumnos de enfermería (Gómez-Urquiza et al., 2023).

Durante el primer semestre universitario, los alumnos afrontan un aumento significativo de exigencias: adaptación a nuevas metodologías, mayor carga de estudio y, en el caso de Enfermería, la introducción a contenidos clínicos y responsabilidades de cuidado (Rudman & Gustavsson, 2012). Sin embargo, investigaciones se centran en estudiantes de semestres avanzados, dejando escaso conocimiento sobre la aparición temprana del burnout en estudiantes iniciales (Ríos-Rísquez et al., 2016).

En cohortes avanzadas, la prevalencia de burnout alcanza hasta 41% y se relaciona negativamente con el logro de aprendizaje académico (Madigan & Curran, 2021). En Ecuador, las carreras de salud reportan tasas entre 2,3% y 14,8%, sin datos específicos para estudiantes de primer semestre de enfermería (Carvajal-Andrade et al., 2020).

El momento específico de evaluación académica representa un período de particular vulnerabilidad para los estudiantes. Durante estas fases, las demandas académicas se intensifican, los niveles de estrés aumentan significativamente, y las manifestaciones de burnout pueden exacerbarse, potencialmente impactando el rendimiento académico de manera más pronunciada que durante períodos regulares de clase. Ying et al. (2023) documentaron que las correlaciones entre burnout y rendimiento se fortalecen durante períodos de alta demanda académica.

Según Söderholm et al. (2024) las dimensiones del burnout académico especialmente el cinismo y la sensación de eficacia académica no son rasgos estables sino que se modifican a lo largo del tiempo como respuesta a las demandas y presiones del contexto educativo.

Gómez-Urquiza et al. (2023) afirma que el burnout académico en el contexto del agotamiento emocional tiende a aumentar durante años de estudio y esto sugiere que, en las etapas de alta exigencia académica como los exámenes, prácticas preprofesionales o evaluaciones finales, pueden intensificar los síntomas de desgaste. Además, a lo largo de la carrera y las cargas

evaluativas acumuladas representan factores determinantes en la evolución del agotamiento académico en enfermería.

Se comprende como eficacia académica a la manera que el estudiante percibe su propio desempeño para organizar, ejecutar y completar con éxito tareas y exigencias propias de la educación superior, lo que incide de forma significativa en la motivación, el esfuerzo y la persistencia ante los desafíos académicos (Bandura, 1997). Una alta percepción de eficacia actúa como una protección frente al agotamiento emocional y el cinismo favoreciendo adaptación y bienestar estudiantil (Schaufeli et al., 2002).

En sectores rurales el síndrome de burnout académico en la población estudiantil refiere una problemática compleja influenciada por condiciones estructurales, sociales y personales que difieren de los contextos urbanos, el entorno rural puede implicar altos niveles de fatiga emocional y cinismo, debido a las limitaciones de recursos educativos, menor disponibilidad de apoyo institucional y dificultades de adaptación a entornos universitarios más demandantes (Hijazi et al., 2023; Beri et al., 2024).

El presente estudio describe la prevalencia e intensidad del burnout en estudiantes de primer semestre de Enfermería del ITCA durante clases regulares y período de evaluaciones, y analiza la asociación de agotamiento emocional, cinismo y eficacia académica con el rendimiento académico medido por promedio de calificaciones.

## **2. MATERIALES Y MÉTODOS**

### **2.1. Metodología**

Se implementó una investigación de tipo analítico y explicativa con un diseño cuasiexperimental pretest - posttest con enfoque cuantitativo. Esta elección metodológica se fundamentó en los criterios de selección. Se optó por el tipo evaluativo debido a que el objetivo principal fue examinar la relación entre el síndrome de burnout académico (variable independiente) y el desempeño académico (variable dependiente), más allá de una simple descripción de prevalencias. El diseño pretest-posttest permitió evaluar la evolución del burnout a través de dos momentos específicos del semestre académico antes y después del período de evaluación, capturando cambios temporales en las variables y fortaleciendo la inferencia sobre direccionalidad de las asociaciones observadas.

## 2.2. Población y muestra

La población objetivo fue constituida por estudiantes matriculados en primer semestre de la carrera de Técnico en Enfermería del Instituto Superior Tecnológico ITCA durante el período académico mayo-septiembre 2025. De la totalidad de 48 estudiantes matriculados en el período analizado, 9.26% rechazaron participar, resultando en un total de 45 estudiantes que respondieron los formularios en ambas fases del estudio. Se caracterizó por estar conformada mayoritariamente por mujeres jóvenes, en su mayoría solteras y con residencia en zonas urbanas. Este perfil refleja la tendencia general en carreras del área de la salud, donde predomina la participación femenina y el ingreso a edades tempranas. Estas condiciones influyen en la percepción del entorno académico y como los estudiantes enfrentan el proceso de adaptación universitaria.

La información sobre el rendimiento académico fue autorreportada por estudiantes en la segunda fase de recolección de datos. Se generaron códigos aleatorios asignados a los estudiantes para garantizar aspectos de confidencialidad y voluntariedad de la participación. El formulario fue implementado a través de la plataforma Kobotoolbox.

## 2.3. Criterios de inclusión y exclusión

Se consideró estudiantes con matrícula activa, mayores de 18 años, participación en las dos fases de medición y registros académicos autorreportados y 3 estudiantes excluidos que solo completaron el formulario en una de las fases.

## 2.4. Instrumentos y variables

Se aplicó el Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS), referenciado en Zumárraga & Cevallos (2023) el análisis psicométrico a realizarse parte de una versión reducida (14 ítems) de la escala MBI-SS, misma que ha sido recomendada por estudios de validación previamente desarrollados en Latinoamérica (Caballero-Domínguez, 2012; Hederich-Martínez & Caballero-Domínguez, 2016). El instrumento validado de 14 ítems está distribuido en tres dimensiones: Agotamiento Emocional (5 ítems), Cinismo (4 ítems) y Eficacia Académica (5 ítems), con respuestas en escala Likert de 7 puntos: 0 = nunca, 1 = casi nunca, 2 = pocas veces, 3 = algunas veces, 4 = regularmente, 5 = casi siempre y 6 = todos los días (Schaufeli et al., 2002).

El baremo del burnout total se establece a partir de la variación de los puntajes observados en

la población universitaria, permitiendo una interpretación comparativa del nivel de desgaste académico. Según los criterios adaptados del MBI-SS, los resultados se clasificaron de la siguiente manera: los puntajes ubicados por debajo del percentil 28 corresponden a un nivel bajo de burnout, lo que refleja adecuados recursos emocionales y estrategias de afrontamiento ante las demandas académicas; los valores comprendidos entre los percentiles 29 y 56 se consideran niveles medios, caracterizados por la presencia ocasional de cansancio o desmotivación sin interferir significativamente en el desempeño; mientras que las puntuaciones iguales o superiores al percentil de 57 a 84 indican un nivel alto de burnout, evidenciando un riesgo considerable de desgaste emocional, cinismo y reducción en eficacia académica. Este enfoque facilita una interpretación global más precisa del bienestar estudiantil, permitiendo identificar a los estudiantes en riesgo y orientar intervenciones preventivas o programas de apoyo psicológico y académico (Schaufeli et al., 2002; Domínguez, 2025; Cota Valenzuela et al., 2024).

En el rendimiento académico se tiene en cuenta un promedio ponderado en todas las asignaturas autorreportadas por los estudiantes durante el primer parcial, expresado en escala 0-10. Los datos finales incluyeron 45 estudiantes con promedios autorreportados.

## **2.5. Procedimiento de recolección de datos**

La recolección de los datos con el instrumento MBI-SS se realizó en dos fases temporales: fase 1 antes de los exámenes (semana 8) y fase 2 después del período de evaluaciones (semana 10). Se garantizó el anonimato de los estudiantes mediante códigos alfanuméricos y se mantuvo la confidencialidad según los lineamientos de la Declaración de Helsinki.

## **2.6. Análisis estadístico**

Se aplicó estadística descriptiva (medias, desviaciones estándar, frecuencias) para caracterizar la población. Dada la naturaleza ordinal de las escalas Likert del MBI-SS y la posible presencia de distribuciones no normales, se utilizaron correlaciones  $\rho$  de Spearman para evaluar asociaciones entre dimensiones del burnout y rendimiento académico antes y después del período evaluativo. En el análisis del Burnout Académico, la evaluación de la confiabilidad y estabilidad de las mediciones entre distintos grupos (por etapa académica, sector de procedencia o sexo) se realizó mediante estadísticos de dispersión y estimadores de tamaño del efecto. La desviación estándar (DE) permite observar la variabilidad interna de las puntuaciones dentro de cada grupo, lo

cual es fundamental para determinar la homogeneidad de las respuestas y la consistencia del instrumento (Nunnally & Bernstein, 1994; Muñoz-García et al., 2023). Las diferencias de medias estandarizadas se utilizan para comparar magnitudes entre grupos independientes, expresando la distancia promedio en unidades de desviación típica y facilitando la interpretación del efecto más allá de la significancia estadística (Cohen, 1988; Lakens, 2013). El *g* de Hedges constituye un indicador robusto del tamaño del efecto ajustado para muestras pequeñas, ampliamente recomendado en investigaciones psicológicas y educativas por su menor sesgo en comparación con el *d* de Cohen (Hedges & Olkin, 2014; Borenstein et al., 2021). Finalmente, el intervalo de confianza (IC) ofrece un rango de precisión para la estimación del tamaño del efecto, permitiendo analizar la consistencia de los resultados y la generalización de las diferencias observadas (Cumming, 2014; Lakens, 2021).

### 2.7. Consideraciones éticas

La investigación cumplió con los lineamientos éticos de la Declaración de Helsinki y normativas institucionales vigentes, siendo aprobado por el Comité de Ética para proyectos de investigación de la institución. Se contó con el consentimiento informado de los participantes, garantizando anonimato, confidencialidad y el derecho de retiro voluntario en cualquier momento.

## 3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la Tabla 1 se observa resultados del total del nivel de Burnout y de cada una de las dimensiones por etapa.

**Tabla 1.** Dimensiones de Burnout por etapa

Dimensión	Antes (M ± DE)	Después (M ± DE)	DME (g)	IC 95%%
Agotamiento	11.13 ± 5.67	10.47 ± 5.64	-0.117	[-0.527, 0.293]
Cinismo	4.71 ± 4.38	4.58 ± 3.71	-0.033	[-0.442, 0.377]
Eficacia Académica	17.67 ± 6.61	18.13 ± 6.19	0.072	[-0.338, 0.482]
Burnout	28.18 ± 12.07	26.91 ± 12.33	-0.103	[-0.513, 0.307]
<b>n</b>	<b>45</b>	<b>45</b>		

*Nota.* M=media, DE=desviación estándar; DME=diferencia de medias estandarizadas, g= g de Hedges, IC=intervalo de confianza. La comparación entre etapas se realizó mediante la prueba de diferencia de medias estandarizadas siendo más apropiada para muestras pequeñas. Los valores g cercanos a cero y los intervalos de confianza que contienen el cero indican ausencia de diferencias estadísticamente significativas entre el pretest y el postest.

La Tabla 1 muestra que antes del periodo de exámenes, los estudiantes presentaron valores medios de agotamiento (M = 11.13 ± 5.67), cinismo (M = 4.71 ± 4.38) y eficacia académica (M = 17.67 ± 6.61), con un promedio total de burnout de 28.18 ± 12.07. Posteriormente, los valores

se mantuvieron estables o mejoraron ligeramente: agotamiento ( $M = 10.47 \pm 5.64$ ), cinismo ( $M = 4.58 \pm 3.71$ ) y eficacia académica ( $M = 18.13 \pm 6.19$ ), con un burnout total promedio de  $26.91 \pm 12.33$ .

Los hallazgos contrastan parcialmente con la literatura clásica, donde se reporta un aumento del estrés y agotamiento durante periodos de evaluación (Caballero et al., 2015; Pulido-Martos et al., 2012). Sin embargo, estudios recientes en contextos latinoamericanos indican que la experiencia universitaria, especialmente en carreras de salud favorece la resiliencia y el fortalecimiento de la autoeficacia (Sarduy Lugo et al., 2023; Domínguez, 2025).

La ligera disminución del agotamiento podría relacionarse con la adquisición progresiva de recursos emocionales y de organización del tiempo coincidiendo con lo planteado por García et al. (2021), quienes observaron que los alumnos ecuatorianos estabilizan niveles de estrés conforme desarrollan estrategias de afrontamiento más efectivas. Asimismo, la mejora de la eficacia académica posterior a los exámenes se vincula con el concepto de autoeficacia percibida propuesto por Bandura (1997) donde la superación de retos concretos refuerza la percepción de competencia y control personal.

Los niveles estables o levemente mejores después de los exámenes pueden reflejar procesos de resiliencia, regulación emocional y percepción de logro académico, concordantes con estudios recientes realizados en universidades ecuatorianas (Hernández Rueda, 2024).

**Tabla 2.** Dimensiones de Burnout por sector

Dimensión	Antes				Después			
	Urbano	Rural	DME	IC 95%	Urbano	Rural	DME	IC 95%
	(M ± DE)	(M ± DE)	(g)		(M ± DE)	(M ± DE)	(g)	
Agotamiento	10.72 ± 5.81	12.78 ± 5.02	0.356	[-0.365, 1.078]	10.39 ± 6.08	10.67 ± 4.44	0.047	[-0.602, 0.696]
Cinismo	4.53 ± 4.75	5.44 ± 2.46	0.204	[-0.515, 0.923]	4.61 ± 4.04	4.50 ± 2.78	-0.028	[-0.677, 0.621]
Eficacia Académica	18.47 ± 6.82	14.44 ± 4.72	-0.610	[-1.340, 0.119]	18.76 ± 6.25	16.42 ± 5.96	-0.373	[-1.026, 0.281]
Burnout	26.78 ± 12.52	33.78 ± 8.42	0.580	[-0.149, 1.308]	26.24 ± 13.44	28.75 ± 8.77	0.198	[-0.452, 0.849]
<b>n</b>	<b>36</b>	<b>9</b>			<b>32</b>	<b>12</b>		

Nota. M=media, DE=desviación estándar; DME=diferencia de medias estandarizadas, g= g de Hedges, IC=intervalo de confianza.

La Tabla 2 establece las Dimensiones de Burnout por sectores, antes del periodo de exámenes, los estudiantes del sector rural presentaron puntuaciones ligeramente superiores en agotamiento

( $M = 12.78$ ,  $DE = 5.02$ ) y burnout total ( $M = 33.78$ ,  $DE = 8.52$ ), en comparación con los del sector urbano ( $M = 10.72$  y  $26.78$ , respectivamente)

Los análisis por sector demostraron diferencias pequeñas a moderadas en las dimensiones del burnout antes del período de exámenes, los estudiantes del sector rural presentaron mayores niveles de agotamiento ( $g = 0.356$ ) y burnout total ( $g = 0.580$ ), así como menor eficacia académica ( $g = -0.610$ ), aunque el IC del 95% consideró el valor cero, que representa falta de significación estadística. Después de los exámenes las diferencias entre ambos contextos se redujeron notablemente, con tamaños del efecto cercanos a cero en agotamiento ( $g = 0.047$ ) y cinismo ( $g = -0.028$ ), y efectos pequeños en eficacia académica ( $g = -0.373$ ) y burnout total ( $g = 0.198$ ).

Estos resultados sugieren una tendencia inicial hacia una mayor vulnerabilidad emocional y menor percepción de competencia en el grupo rural. En conjunto estos hallazgos indican que el período evaluativo afectó de manera similar a ambos grupos, produciendo una homogeneización de las respuestas emocionales y académicas frente al estrés. Así, aunque los patrones previos apuntaban a desventajas en los entornos rurales, los datos posteriores sugieren una adaptación comparable entre estudiantes, independientemente de su contexto geográfico.

El mayor agotamiento y menor eficacia académica en el grupo rural antes de los exámenes podría vincularse a limitaciones de acceso a recursos tecnológicos, ambientes de estudio menos adecuados y menor apoyo académico, factores que influyen en la autorregulación del aprendizaje (Domínguez, 2025).

En cuanto a las diferencias por procedencia, los estudiantes rurales mostraron puntuaciones ligeramente más altas de burnout antes de los exámenes, situación atribuible a limitaciones en recursos y apoyo académico (Cota Valenzuela et al., 2024), aunque estas diferencias se redujeron posteriormente, lo cual sugiere una recuperación adaptativa posterior a la evaluación. La reducción general de las diferencias después del periodo de exámenes podría interpretarse como un efecto de adaptación y afrontamiento emocional frente a la presión académica, coherente con la evidencia de Sarduy Lugo et al. (2023), quienes destacaron que estudiantes de enfermería desarrollan resiliencia a medida que enfrentan situaciones de mayor exigencia. Además, la estabilidad en la eficacia académica urbana sugiere la importancia de la autoeficacia

y el sentido de logro como factores protectores frente al burnout, tal como lo señala el modelo teórico de Bandura (1997) y estudios recientes sobre autopercepción académica positiva (Mena-Freire et al., 2023).

Por otro lado, la baja magnitud del tamaño del efecto ( $g < 0.20$  en la mayoría de los casos) indica diferencias triviales entre sectores, lo que refuerza la confiabilidad del MBI-SS como instrumento consistente en contextos diversos (Muñoz-García et al., 2023). En síntesis, aunque se observaron leves variaciones por procedencia, los resultados confirman que el burnout académico es un fenómeno multifactorial, más asociado a la carga académica y las estrategias de afrontamiento que al contexto territorial del estudiante.

**Tabla 3.** Dimensiones de Burnout por sexo

Dimensión	Antes				Después			
	Hombre	Mujer	DME	IC 95%	Hombre	Mujer	DME	IC 95%
	(M ± DE)	(M ± DE)	(g)		(M ± DE)	(M ± DE)	(g)	
Agotamiento	14.00 ± 10.13	10.61 ± 4.44	-0.596	[-1.398, 0.206]	11.43 ± 6.50	10.29 ± 5.55	-0.197	[-0.990, 0.596]
Cinismo	7.29 ± 8.08	4.24 ± 3.28	-0.699	[-1.504, 0.107]	6.43 ± 3.65	4.28 ± 3.67	-0.587	[-1.389, 0.215]
Eficacia Académica	17.86 ± 7.71	17.63 ± 6.51	-0.033	[-0.825, 0.759]	19.14 ± 6.23	17.95 ± 6.25	-0.188	[-0.981, 0.605]
Burnout	33.43 ± 14.14	27.21 ± 11.60	-0.510	[-1.309, 0.290]	28.71 ± 10.99	26.58 ± 12.66	-0.169	[-0.961, 0.624]
<b>n</b>	<b>7</b>	<b>38</b>			<b>7</b>	<b>38</b>		

Nota. M=media, DE=desviación estándar, DME=diferencia de medias estandarizadas, g= g de Hedges, IC=intervalo de confianza.

La Tabla 3 indica las Dimensiones de Burnout por sexo, antes de los exámenes, los hombres presentaron mayores niveles de agotamiento ( $14.00 \pm 10.13$ ) y cinismo ( $7.29 \pm 8.08$ ) en comparación con las mujeres ( $10.61 \pm 4.44$ ;  $4.24 \pm 3.28$  respectivamente). Sin embargo, los tamaños del efecto (g de Hedges) fueron pequeños ( $g = -0.596$  para agotamiento y  $g = -0.699$  para cinismo), con intervalos de confianza amplios que incluyen el valor cero, lo cual sugiere que las diferencias carecen de relevancia práctica. En cuanto a la eficacia académica, ambos grupos mostraron medias semejantes (Hombres:  $M = 17.86$ ; Mujeres:  $M = 17.63$ ), con un tamaño del efecto trivial ( $g = -0.033$ ).

Después del periodo de exámenes, los valores se mantuvieron estables. Los hombres continuaron reportando ligeramente mayores niveles de agotamiento ( $M = 11.43$ ) y cinismo ( $M = 6.43$ ) que

las mujeres ( $M = 10.29$  y  $4.28$ , respectivamente), pero las diferencias siguieron siendo pequeñas ( $g = -0.197$  y  $g = -0.587$ ). En el burnout total, las puntuaciones también se mantuvieron muy similares entre sexos (Hombres:  $M \pm DE = 28.71 \pm 10.99$ ; Mujeres:  $M \pm DE = 26.58 \pm 12.66$ ;  $g = -0.169$ ).

Estos resultados indican que no existen diferencias significativas en los niveles de burnout académico entre hombres y mujeres, tanto antes como después de los exámenes, aunque los hombres mostraron una ligera tendencia hacia mayor agotamiento y cinismo, mientras que las mujeres reportaron marginalmente mejor percepción de eficacia académica.

Los resultados obtenidos coinciden con investigaciones recientes que señalan que las diferencias de burnout por sexo en contextos universitarios tienden a ser pequeñas o nulas, particularmente cuando las condiciones académicas y de evaluación son similares (Mena-Freire et al., 2023; Cota Valenzuela et al., 2024). La tendencia observada con hombres mostrando mayor cinismo y agotamiento se alinea con hallazgos de García et al. (2021), quienes reportaron que los estudiantes masculinos suelen presentar una mayor desvinculación emocional del entorno académico posiblemente relacionada con estilos de afrontamiento más racionales o centrados en la evitación.

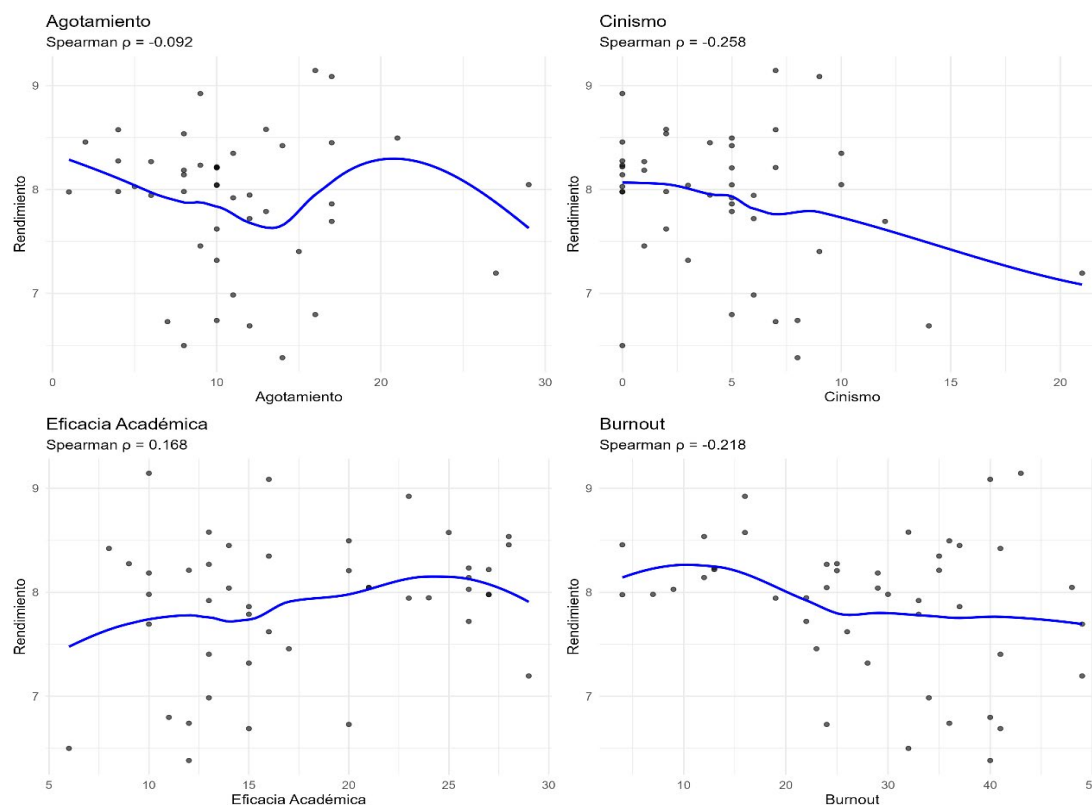
Por otro lado, las mujeres mantienen niveles similares o ligeramente inferiores de agotamiento, lo que podría vincularse a una mayor implicación emocional y búsqueda de apoyo social, factores reconocidos como protectores frente al estrés académico (Sarduy Lugo et al., 2023). Este comportamiento coincide con el modelo de resiliencia propuesto por Bandura (1997), en el que la autoeficacia percibida y la autorregulación emocional actúan como mediadores del bienestar psicológico.

La Figura 1 indica la Asociación entre dimensiones del Burnout y rendimiento académico antes del período de exámenes.

La Figura 1 muestra el análisis de correlación de Spearman antes del período de evaluación y evidencia asociaciones débiles y no significativas entre las dimensiones del burnout académico (agotamiento, cinismo y eficacia académica) y el rendimiento académico de los estudiantes. Las correlaciones fueron agotamiento y rendimiento académico:  $\rho = -0.092$ , cinismo y rendimiento académico:  $\rho = -0.258$ , eficacia académica y rendimiento académico:  $\rho = 0.168$ , burnout total

y rendimiento académico:  $\rho = -0.218$ . El análisis de correlación de Spearman realizado antes del periodo de exámenes evidenció asociaciones negativas débiles y no significativas entre las dimensiones del burnout académico y el rendimiento académico de los estudiantes.

**Figura 1.** Asociación entre dimensiones del Burnout y rendimiento académico antes del periodo de exámenes



*Nota.* Se muestran diagramas de dispersión con curvas de tendencia suavizadas no paramétricas. El coeficiente  $\rho$  de Spearman indica la correlación no paramétrica entre las variables.

Estos resultados muestran que las relaciones entre burnout y rendimiento son inversas, aunque débiles, lo que indica que, a mayor agotamiento, cinismo o burnout global, tiende a presentarse un ligero descenso en el rendimiento académico. Por el contrario, la eficacia académica mostró una correlación positiva leve, lo cual sugiere que los estudiantes con mayor percepción de competencia obtuvieron mejores calificaciones.

El sentido negativo de las correlaciones, aunque estadísticamente no significativo, es coherente con la literatura que describe una relación inversa entre los niveles de burnout y el desempeño académico (Caballero et al., 2015; Cota Valenzuela et al., 2024). Este patrón refleja que, incluso con variaciones leves, el cansancio emocional y la desmotivación tienden a afectar la concentración, el esfuerzo sostenido y la capacidad de afrontar las demandas cognitivas.

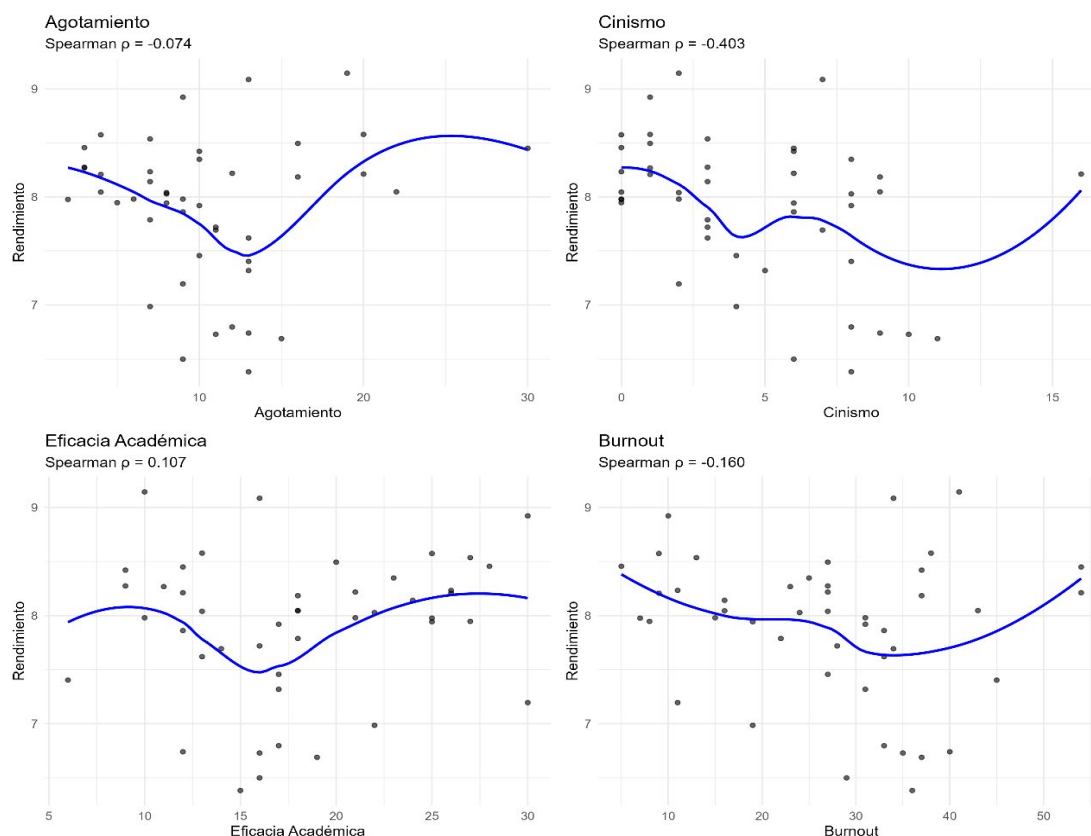
No obstante, la baja magnitud de los coeficientes sugiere que antes de los exámenes el impacto

del burnout sobre el rendimiento aún no es pronunciado, posiblemente porque los estudiantes mantienen estrategias de afrontamiento adaptativas y una percepción de control sobre sus estudios (Mena-Freire et al., 2023). Estudios ecuatorianos recientes confirman que el estrés académico aumenta significativamente durante los periodos de evaluación, pero se mantiene en niveles moderados antes de ellos (García et al., 2021).

Asimismo, la eficacia académica positiva observada ( $\rho = 0.168$ ) coincide con el modelo de autoeficacia percibida de Bandura (1997), según el cual los estudiantes que confían en sus habilidades tienden a persistir y obtener mejores resultados, incluso ante situaciones de presión. En este sentido, la percepción de eficacia actúa como factor protector que amortigua el efecto del agotamiento emocional (Sarduy Lugo et al., 2023).

La Figura 2 relaciona la Asociación entre dimensiones del Burnout y rendimiento académico después del período de exámenes.

**Figura 2.** Asociación entre dimensiones del Burnout y rendimiento académico después del período de exámenes



*Nota.* Se muestran diagramas de dispersión con curvas de tendencia suavizadas no paramétricas. El coeficiente  $\rho$  de Spearman indica la correlación no paramétrica entre las variables.

La Figura 2 muestra el análisis de correlación de Spearman realizado tras el periodo de exámenes mostró relaciones débiles y no significativas entre las dimensiones del burnout académico y

el rendimiento académico de los estudiantes, aunque se observaron tendencias diferenciadas respecto al periodo previo.

Los coeficientes obtenidos fueron, agotamiento y rendimiento académico:  $\rho = -0.074$ , cinismo y rendimiento académico:  $\rho = -0.403$ , eficacia académica y rendimiento académico:  $\rho = 0.107$ , Burnout total y rendimiento académico:  $\rho = -0.160$ .

Aunque las correlaciones no fueron estadísticamente significativas, se evidencia un patrón más pronunciado de relación inversa, particularmente entre cinismo y rendimiento académico ( $\rho = -0.403$ ). Esto sugiere que, tras la fase de evaluación, los estudiantes que manifestaron actitudes de desapego o desmotivación hacia sus estudios tendieron a registrar menores calificaciones o desempeños.

Asimismo, el agotamiento y el burnout total mostraron asociaciones negativas leves, mientras que la eficacia académica mantuvo una relación positiva modesta con el rendimiento, lo que indica que la autopercepción de competencia académica continúa siendo un factor protector frente al desgaste emocional.

Estos resultados refuerzan la evidencia empírica de que el burnout académico puede intensificarse en fases de alta demanda, como las evaluaciones, afectando de manera diferenciada los componentes emocionales y actitudinales (Cota Valenzuela et al., 2024; Hernández Rueda, 2024). En particular, el aumento de la relación negativa entre cinismo y rendimiento coincide con estudios que describen al cinismo como la dimensión más sensible al estrés evaluativo, vinculada con la pérdida de interés y sentido de logro (García et al., 2021; Mena-Freire et al., 2023).

En contraste, la eficacia académica se mantuvo estable e incluso con una ligera relación positiva con el rendimiento ( $\rho = 0.107$ ), lo cual puede interpretarse como un signo de resiliencia y autoeficacia frente a la presión académica. Este hallazgo es congruente con el planteamiento de Bandura (1997) sobre la percepción de eficacia como mediador del afrontamiento adaptativo, y con los resultados de Sarduy Lugo et al. (2023), quienes demostraron que la autoconfianza y el manejo emocional disminuyen los efectos negativos del estrés en estudiantes de enfermería. La ausencia de correlaciones significativas en el burnout total también podría relacionarse con la intervención de factores contextuales, como la adaptación progresiva al entorno universitario,

el apoyo social o las estrategias institucionales de acompañamiento psicológico (Domínguez, 2025). Esto sugiere que, aunque el estrés se intensifica durante los exámenes, los estudiantes pueden recuperar parcialmente su equilibrio emocional mediante estrategias cognitivas o motivacionales.

#### 4. CONCLUSIONES

El Nivel de Burnout Académico en los estudiantes fue moderado y estable, caracterizado por leves variaciones entre etapas, probablemente vinculadas a la adaptación progresiva a las demandas del entorno universitario y al fortalecimiento de estrategias personales de afrontamiento.

El análisis de correlaciones mostró que las relaciones entre las dimensiones del burnout (agotamiento emocional, cinismo y eficacia académica) y el rendimiento académico fueron negativas; sin embargo, ninguna alcanzó significancia estadística. Aunque se observa una tendencia en la que mayores niveles de agotamiento emocional o cinismo se asocian con un menor rendimiento académico, estas asociaciones no son estadísticamente comprobables en la presente muestra.

Esto sugiere que, si bien el estrés académico tiene una influencia perceptible en la experiencia del estudiante, no necesariamente afecta de manera directa su desempeño académico, sino que puede depender de factores personales como la motivación, acompañamiento social y manejo de estrés.

Estos resultados constituyen un primer acercamiento al fenómeno en etapas tempranas de formación en salud y aportan información relevante para futuras investigaciones y acciones institucionales orientadas al bienestar estudiantil.

Considerando que la muestra del presente estudio estuvo conformada por un grupo reducido de 45 estudiantes del primer semestre de la carrera de Técnico en Enfermería, se recomienda ampliar futuras investigaciones a una población más extensa y diversa que incluya estudiantes de otros niveles académicos y de diferentes carreras del área de la salud, como Emergencias Médicas y Rehabilitación Física. La comparación entre programas permitirá identificar similitudes y diferencias en los niveles de burnout académico, así como factores específicos de cada formación profesional. De esta forma, se podrían generar estrategias integrales de prevención y promoción del bienestar estudiantil orientadas a mejorar el rendimiento académico y la salud mental en la

formación técnica y superior en salud.

**Contribución de los Autores (CRediT):** MESA: Conceptualización, Metodología, Administración del proyecto. VEET: Visualización, Redacción-revisión y edición. CNCP: Análisis formal, Redacción-borrador original.

**Conflicto de Intereses:** Los autores declaran que no existen conflictos de intereses en esta publicación.

## REFERENCIAS

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.

Beri, N., Kaur, M., & Bains, R. (2024). A comparative study of academic burnout among urban and rural college students. *E3S Web of Conferences*, 497, 01045. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202449701045>

Borenstein, M., Hedges, L. V., Higgins, J. P. T., & Rothstein, H. R. (2021). *Introduction to meta-analysis (2nd ed.)*. Wiley-Blackwell.

Caballero-Domínguez, C. C. (2012). *Burnout académico: Validación del MBI-SS en estudiantes universitarios latinoamericanos*. Universidad del Norte.

Caballero, C., Abello, R., & Palacio, J. (2015). Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 33(3), 531–546. <https://doi.org/10.12804/apl33.03.2015.07>

Carvajal-Andrade, R., García-Pérez, J., & Sánchez, L. (2020). Síndrome de burnout y estrés académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud en Ecuador. *Revista Científica y Académica de Investigación en Salud*, 8(2), 45–58. <https://doi.org/10.29393/RCIS2020.8.2.4>

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.)*. Lawrence Erlbaum Associates.

Cota Valenzuela, G., Fernández López, M. E., Soto Olivas, C. A., Heredia Heredia, F., & Valencia Verdugo, G. J. (2024). Estrés académico y rendimiento académico en estudiantes de enfermería. *Estudios y Perspectivas: Revista Científica y Académica*, 4(3), 1538–1556. <https://doi.org/10.61384/r.c.a.v4i3.497>

Cumming, G. (2014). The new statistics: Why and how. *Psychological Science*, 25(1), 7–29. <https://doi.org/10.1177/0956797613504966>

- Domínguez, M. M. L. (2025). Factores estresores en estudiantes de enfermería durante su formación práctica en una universidad pública de Guayaquil. *Recimundo*, 9(1), 51–62. [https://doi.org/10.26820/recimundo/9.\(1\).enero.2025.51-62](https://doi.org/10.26820/recimundo/9.(1).enero.2025.51-62)
- García, M. J., Torres, L., & Zambrano, P. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante periodos de evaluación. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 20(1), 45–58.
- Gómez-Urquiza, J. L., Monsalve-Reyes, C. S., San Luis-Costas, C., Fernández-Castillo, R., & Albendín-García, L. (2023). Factores asociados al síndrome de burnout en estudiantes de enfermería: Revisión sistemática. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(5), 4215. <https://doi.org/10.3390/ijerph20054215>
- Hederich-Martínez, C., & Caballero-Domínguez, C. (2016). Validación del MBI-SS en contextos educativos colombianos. *Revista Colombiana de Psicología*, 25(1), 163–176. <https://doi.org/10.15446/rcp.v25n1.48116>
- Hedges, L. V., & Olkin, I. (2014). *Statistical methods for meta-analysis*. Academic Press.
- Hernández Rueda, K. (2024). Comparativa de nivel de estrés de estudiantes de primer semestre y semestres superiores. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29), e700. <https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2024>
- Hijazi, S., Akhtar, M., & Rana, S. (2023). Analyzing gender and location disparities in burnout among students. *Asian Humanities and Social Sciences Journal*, 7(3), 105–118. Disponible en: <https://ojs.ahss.org.pk/journal/article/download/412/442/669>
- Lakens, D. (2013). Calculating and reporting effect sizes to facilitate cumulative science: A practical primer for t-tests and ANOVAs. *Frontiers in Psychology*, 4, 863. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00863>
- Lakens, D. (2021). Improving the use of effect sizes and confidence intervals in psychological research. *Advances in Methods and Practices in Psychological Science*, 4(1), 1–14. <https://doi.org/10.1177/2515245921992837>
- Madigan, D. J., & Curran, T. (2021). Does burnout affect academic achievement? A meta-analysis of over 100,000 students. *Educational Psychology Review*, 33, 387–408. <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09533-1>

- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (2016). *Maslach Burnout Inventory Manual (4th ed.)*. Mind Garden.
- Mena-Freire, M. A., Ruiz-Olarte, A. M., & Vargas-Espín, A. P. (2023). Diferencias de género en la percepción de estrés en universitarios: Un estudio factorial. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 2026–2038. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i6.3850](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.3850)
- Muñoz-García, A. H., González-González, J., & Andraca-Sánchez, C. (2023). Validez y confiabilidad de la escala de estrés percibido (PSS-14) en estudiantes de enfermería y educación. *Revista Foro de Estudios sobre Guerrero*, 10(1), 99–104. <https://doi.org/10.62384/fesgro.v10i1.881>
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory (3rd ed.)*. McGraw-Hill.
- Pulido-Martos, M., Augusto-Landa, J. M., & López-Zafra, E. (2012). Sources of stress in nursing students: A systematic review of quantitative studies. *International Nursing Review*, 59(1), 15–25. <https://doi.org/10.1111/j.1466-7657.2011.00939.x>
- Ríos-Rísquez, M. I., García-Izquierdo, M., Sabuco-Tebar, E. D., Carrillo-García, C., & Martínez-Roche, M. E. (2016). An exploratory study of the relationship between resilience, academic burnout and psychological health in nursing students. *Contemporary Nurse*, 52(6), 710–722. <https://doi.org/10.1080/10376178.2016.1235983>
- Rudman, A., & Gustavsson, J. P. (2012). Early-career burnout among new graduate nurses: A prospective observational study of intra-individual change trajectories. *International Journal of Nursing Studies*, 49(3), 292–306. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2011.09.002>
- Sarduy Lugo, M., Sarduy Lugo, A., & Fernández Rodríguez, Y. (2023). Capacidad de resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería durante la COVID-19. *QK Research in Health Sciences*, 7(1), 18–25. <https://doi.org/10.33936/qkracs.v7i1.5173>
- Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464–481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Söderholm, H., Häggström, E., Lindblom, E., & Gustafsson, H. (2024). The development of exhaustion, cynicism, and inadequacy: A person-oriented study of student burnout in

secondary school. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 68(5), 803–820.

<https://doi.org/10.1080/00313831.2024.241906>

Ying, L., Wang, Y., Zhang, X., & Song, J. (2023). Academic stress, burnout, and performance in nursing students: A moderated mediation model. *Nurse Education Today*, 125, 105766.

<https://doi.org/10.1016/j.nedt.2023.105766>

Zumárraga, L., & Cevallos, J. (2023). Propiedades psicométricas del Maslach Burnout Inventory–Student Survey en población universitaria ecuatoriana. *Revista de Psicología y Educación*, 18(2), 123–138. <https://doi.org/10.2478/rpe-2023-0015>