

## **Factores asociados al síndrome de Burnout académico en estudiantes de medicina humana de la UNA - Puno, 2023**

*Factors associated with academic burnout syndrome in human medicine students of the fourth cycle UNA - Puno, 2023*

ALFREDO CALDERÓN TORRES<sup>1</sup>  
*Universidad Nacional del Altiplano*  
acalderon@unap.edu.pe  
<https://orcid.org/0000-0001-8716-139X>

JULIA EVA GARCIA ANCO<sup>2</sup>  
*Universidad Nacional del Altiplano*  
jgarcia@unap.edu.pe  
<https://orcid.org/0000-0003-0556-0480>

KRISYIN KEYKO COILA ROSSEL<sup>3</sup>  
*Universidad Nacional del Altiplano*  
Krisyin30@gmail.com  
<https://orcid.org/0009-0003-9668-424X>

THALIA FLOR PACO HUAYAPA<sup>4</sup>  
*Universidad Nacional del Altiplano*  
haliapacohuayapa@gmail.com  
<https://orcid.org/0009-0000-4924-5859>

NÉSTOR RICHARD MAMANI MACHACA<sup>5</sup>  
*Universidad Nacional del Altiplano*  
nmachacam@unap.edu.pe  
<https://orcid.org/0000-0002-2777-882X>

Recibido: 16/03/2024  
Publicado: 30/06/2024

DOI: <https://doi.org/10.56736/2024/140>

---

<sup>1</sup> Docente de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú.

<sup>2</sup> Docente de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú.

<sup>3</sup> Estudiante de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú.

<sup>4</sup> Estudiante de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú.

<sup>5</sup> Docente de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú.

## RESUMEN

Este artículo se centra en una investigación exploratoria que busca analizar el fenómeno del agotamiento académico, conocido como síndrome de burnout, entre estudiantes de cuarto ciclo de Medicina Humana en la Universidad Nacional del Altiplano en Puno. El síndrome de burnout académico se caracteriza por el agotamiento físico y emocional, y puede tener consecuencias negativas en el rendimiento académico y la salud de los estudiantes. El objetivo de estudio consiste en identificar los factores que contribuyen al síndrome de burnout académico y examinar su relación con el ciclo académico. La metodología utilizada es de naturaleza descriptiva y cualitativa, empleando cuestionarios estandarizados para evaluar variables como el nivel de estrés, la presión y el apoyo social. El diagnóstico realizado en 2023 revela niveles preocupantes de agotamiento emocional, despersonalización y falta de satisfacción personal entre los estudiantes de Medicina Humana de la UNA - Puno. Esto destaca la necesidad urgente de intervenciones por parte de las autoridades académicas y de salud. Además, se enfatiza la importancia crucial de factores psicosociales, como la carga académica y las relaciones interpersonales, en la salud mental de los estudiantes. Es imperativo que las políticas institucionales aborden estos factores para prevenir el síndrome de burnout académico en las generaciones futuras de estudiantes de medicina.

**PALABRAS CLAVE:** Burnout Académico, estudiantes de medicina, factores psicosociales, estrés académico

## ABSTRACT

This article focuses on exploratory research that seeks to analyze the phenomenon of academic exhaustion, known as burnout syndrome, among fourth cycle students of Human Medicine at the National University of the Altiplano in Puno. Academic burnout syndrome is characterized by physical and emotional exhaustion and can have negative consequences on students' academic performance and health. The objective of the study is to identify the factors that contribute to academic burnout syndrome and examine its relationship with the academic cycle. The methodology used is descriptive and qualitative in nature, using standardized questionnaires to evaluate variables such as stress level, pressure and social support. The diagnosis carried out in 2023 reveals worrying levels of emotional exhaustion, depersonalization and lack of personal satisfaction among Human Medicine students at UNA-Puno. This highlights the urgent need for interventions by academic and health authorities. Furthermore, the crucial importance of psychosocial factors, such as academic load and interpersonal relationships, in students' mental health is emphasized. It is imperative that institutional policies address these factors to prevent academic burnout in future generations of medical students.

**KEYWORDS:** Academic Burnout, medical students, psychosocial factors, academic stress.

## INTRODUCCIÓN

El síndrome de Burnout Académico se ha convertido en un tema cada vez más importante en el ámbito educativo, especialmente entre los estudiantes de medicina. La presión académica, la carga de trabajo intensiva, las altas expectativas y la exposición constante a situaciones emocionalmente desafiantes han generado un interés significativo en comprender y abordar este problema. Nuestra investigación tiene como objetivo explorar los factores relacionados con la fatiga académica en estudiantes de medicina, con el fin de promover el bienestar de estos estudiantes, quienes desempeñan un papel fundamental en el futuro de la atención médica. Este agotamiento no solo afecta su salud y rendimiento académico, sino que también puede influir en la calidad de la atención médica que brindarán en el futuro.(Correa, 2019).

El objetivo de este estudio es explorar, analizar y entender a fondo los factores relacionados con el agotamiento académico en estudiantes de medicina de la UNA – Puno durante el año académico del 2023. Buscamos ampliar lo que ya sabemos sobre este problema, ofreciendo información útil para tomar decisiones en la gestión académica y, en última instancia, mejorar la calidad de vida de los estudiantes. Este estudio tiene varios objetivos importantes. En primer lugar, queremos descubrir qué cosas hacen que los estudiantes de medicina se sientan muy agotados académicamente. Luego, tratamos de entender cómo estas cosas afectan la vida tanto académica como personal de los estudiantes. Finalmente, esperamos que lo que aprendamos en esta investigación nos ayude a crear cosas nuevas, como programas y reglas, que hagan que el Síndrome de Burnout Académico sea menos problemático y que el lugar donde estudiamos sea más saludable y sostenible.

En esta investigación se abordarán diversos aspectos relacionados con el Síndrome de Burnout Académico. Esto implica examinar investigaciones previas, describir la metodología utilizada, detallar el proceso de recolección y análisis de datos, y discutir los resultados obtenidos. Se explorarán factores como la carga académica, las estrategias para hacer frente a situaciones difíciles y el apoyo social. El objetivo es aclarar la complejidad de este fenómeno y comprender su impacto en la formación de futuros profesionales de la salud. El término "burnout" tiene su origen en una expresión en inglés y fue acuñado por el psiquiatra Herbert Freudenberg en 1974. Freudenberg trabajaba en un centro de rehabilitación para adictos en Nueva York, donde observó que los voluntarios del centro experimentaban una disminución gradual de su energía, llegando a un punto de agotamiento. Estos voluntarios también mostraban síntomas de ansiedad, depresión, falta de motivación en el trabajo y un aumento de la agresividad hacia los pacientes después de aproximadamente un año de servicio.(Kuddus, 2019).

En 1961, Graham Greene se convirtió en el pionero al utilizar el término "burnout" en su obra llamada "A burnout case". En esta historia, se narra la experiencia de un arquitecto que se ve afectado emocionalmente y toma la decisión de abandonar su carrera y retirarse en la selva africana(García et al., 2019). En 1982, el concepto de "burnout" se consolidó y fue ampliamente reconocido en la comunidad científica, definiéndose principalmente como una respuesta al estrés crónico que involucra tres dimensiones: "cansancio emocional, despersonalización y falta de realización personal en el trabajo". Estas tres facetas se evalúan

mediante el Inventario de Burnout de Maslach, desarrollado por las investigadoras en ese mismo año. (García et al., 2019).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Síndrome de Burnout (SBO) es un problema que ocurre cuando una persona enfrenta mucho estrés en el trabajo durante mucho tiempo y no logra manejarlo adecuadamente. Se caracteriza por tres cosas: sentirse muy cansado o sin energía, alejarse mentalmente del trabajo o tener pensamientos negativos y cínicos sobre el trabajo, y tener un rendimiento profesional disminuido (Carreño & Cevallos, 2020).

Es importante destacar que la palabra 'Burnout' se usa específicamente para hablar sobre situaciones en el trabajo y no debería usarse para describir experiencias en otras áreas de la vida. El objetivo principal de este estudio es encontrar los factores relacionados con el cansancio académico en estudiantes de Medicina Humana de la UNA-Puno, centrándose en entender los aspectos psicosociales que pueden causar o empeorar este fenómeno. Se pretende reconocer las principales fuentes de estrés académico que contribuyen al agotamiento, evaluar su intensidad en los estudiantes y su conexión con variables como la carga académica, el respaldo social y aspectos personales. Asimismo, se propondrán estrategias para prevenir y ofrecer apoyo psicológico con el fin de disminuir este síndrome. La investigación implicará análisis detallados de datos para identificar patrones, tendencias y relaciones entre diversas variables.

## MÉTODOS Y TÉCNICAS

El trabajo se está realizando en la Universidad Nacional del Altiplano Puno en la Facultad de Medicina Humana de un total de 70 estudiantes, la unidad de estudio se encuentra ubicado a 3827 m.s.n.m, el trabajo de investigación es de tipo descriptivo, el diseño que se utilizara es no experimental trasversal, el paradigma es de corte cualitativo, el método inductivo “el cual parte de un hecho concreto para formular un razonamiento o procedimiento más general (Sampieri & Mendoza, 2018). se aplicará la técnica de historias de vida y los instrumentos de investigación a estudiantes de la UNAP de la facultad de medicina humana del cuarto ciclo que constituye un total de 20 informantes clave, mediante entrevistas en Google forms y también utilizaremos el Atlas Ti para esquematizar el análisis.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### **El diagnóstico del síndrome de burnout académico en los estudiantes de medicina humana**

El cansancio asociado al síndrome de burnout académico se manifiesta mediante una mezcla de agotamiento físico, emocional y mental. Las personas afectadas experimentan una fatiga constante y una sensación de falta de energía, lo cual resulta en un deterioro del rendimiento académico y una disminución de la motivación para llevar a cabo las actividades diarias.

Desde el punto de vista emocional, se evidencia un agotamiento afectivo caracterizado por sentimientos de desesperanza, irritabilidad y apatía hacia las responsabilidades académicas. Además, el agotamiento mental se refleja en dificultades para mantener la concentración, pérdida de memoria y una sensación general de abrumo debido a las exigencias académicas. Estos síntomas interrelacionados contribuyen a una merma en la calidad de vida y el bienestar general de aquellos afectados por el síndrome de burnout académico.

Según Maslach, el agotamiento emocional es un pilar esencial del síndrome de burnout, caracterizado por sentirse agotado, exhausto y emocionalmente desgastado debido a demandas laborales constantes. Esta sensación se refleja en una disminución de la energía emocional y la capacidad para enfrentar desafíos laborales. (García et al., 2019).

Ahora bien, el desarrollo de la teoría del desgaste organizacional, se centra en la relación entre el agotamiento y aspectos organizacionales del síndrome de burnout. Su modelo resalta dos dimensiones clave: agotamiento emocional y despersonalización. (Lopez, 2019).

Un testimonio esclarecedor al respecto proviene de un estudiante de 24 años B.C.S donde manifiesta lo siguiente:

*“El cansancio es evidente, pero me sobrepongo con una mentalidad positiva”* (Inf.14).

Otro testimonio esclarecedor proviene de la estudiante de 22 años G.H.V donde manifiesta lo siguiente: *“A veces no tengo motivación para estudiar y por momentos me siento cansada a pesar de haber dormido bien”* (Inf.13).

El componente cínico en el burnout académico se manifiesta como desapego y desinterés hacia las responsabilidades académicas. Quienes lo experimentan muestran falta de confianza en la utilidad de sus tareas, reflejado en actitudes cínicas hacia colegas, estudiantes e institución.

En este sentido, el cinismo académico se muestra como desinterés y actitudes sarcásticas hacia las responsabilidades laborales, surgiendo como respuesta a tensiones como carga de trabajo alta, falta de reconocimiento y factores estresantes del entorno académico. (Rodríguez et al., 2019). Según Martínez, el cinismo no solo afecta las relaciones, también influye en la autoestima y satisfacción personal en el entorno académico. Junto al agotamiento emocional y la ineficiencia, es un pilar esencial del burnout académico, impactando el bienestar mental y el rendimiento laboral. (Salanova et al., 2005).

Un testimonio esclarecedor al respecto proviene de un estudiante de 22 años G.H.V donde manifiesta lo siguiente:

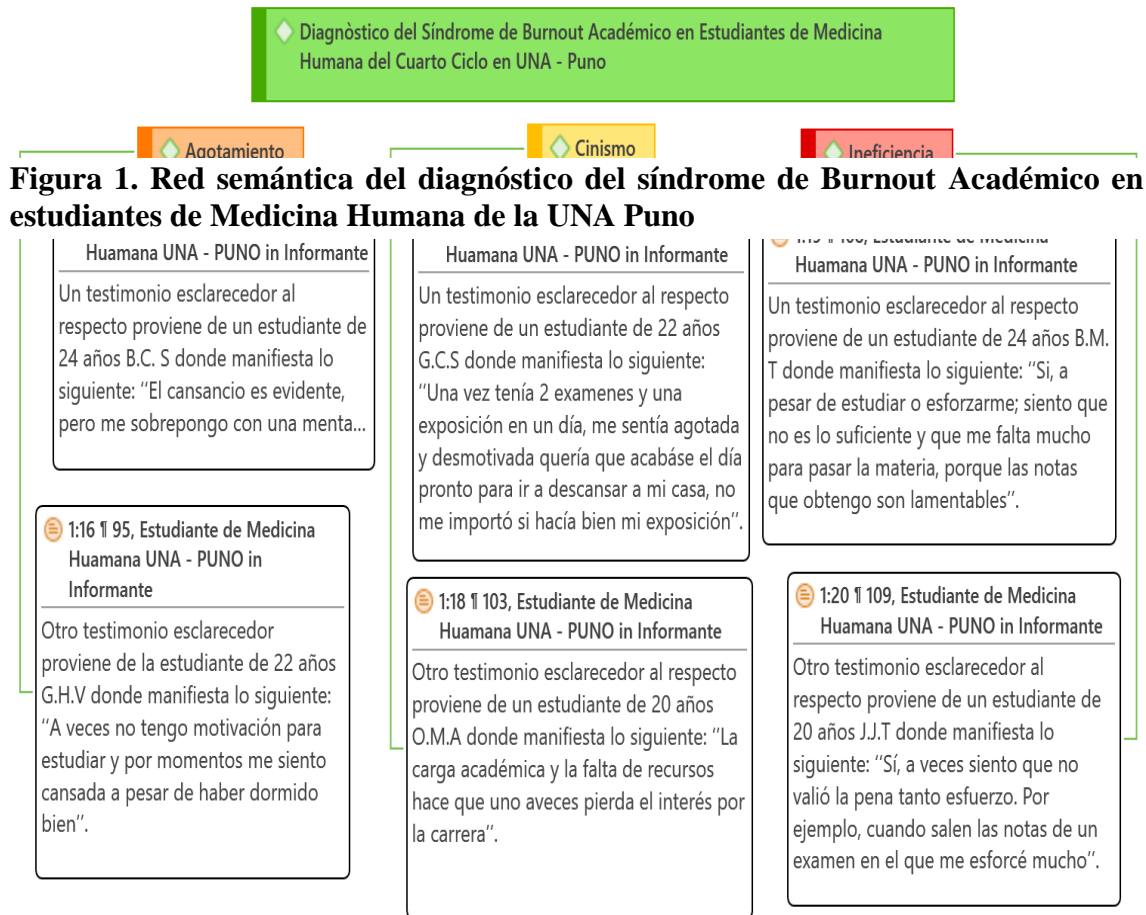
*“Una vez tenía 2 exámenes y una exposición en un día, me sentía agotada y desmotivada quería que acabe el día pronto para ir a descansar a mi casa, no me importó si hacía bien”*

*mi exposición*''(Inf.13). Otro testimonio esclarecedor al respecto proviene de un estudiante de 20 años O.M.A donde manifiesta lo siguiente: *''La carga académica y la falta de recursos hace que uno a veces pierda el interés por la carrera''*(Inf.12).

La ineficiencia en el burnout académico resulta de la fatiga y falta de motivación, según Apsiquia. Esta se vincula al agotamiento emocional, la pérdida de interés y la percepción de insuficiencia ante las demandas académicas, generando un ciclo que aumenta el estrés y agrava el síndrome. (Correa, 2019). La persistente incertidumbre y la desconfianza en nuestras habilidades académicas definen dudas sobre nuestra capacidad de trabajo. Estas dudas pueden asociarse al síndrome de burnout académico, donde la autoevaluación negativa y la percepción de insuficiencia son elementos clave (Lussier, 2021).Un testimonio esclarecedor al respecto proviene de un estudiante de 24 años B.M. T donde manifiesta lo siguiente:

*''Si, a pesar de estudiar o esforzarme; siento que no es lo suficiente y que me falta mucho para pasar la materia, porque las notas que obtengo son lamentables''*(Inf.6). Otro testimonio esclarecedor al respecto proviene de un estudiante de 20 años J.J.T donde manifiesta lo siguiente: *''Sí, a veces siento que no valió la pena tanto esfuerzo. Por ejemplo, cuando salen las notas de un examen en el que me esforcé mucho''* (Inf.8).

Como se puede observar en la figura 1, exhibe la red semántica del diagnóstico del síndrome de burnout académico en estudiantes de Medicina Humana del Cuarto Ciclo en la





UNA – Puno. Este análisis se elaboró utilizando Atlas ti y se basa en las respuestas recopiladas de los informantes clave.

### **Factores psicosociales con el síndrome de Burnout académico en estudiantes de medicina humana**

Los aspectos psicosociales, como la presión y carga académica, son fundamentales en el síndrome de agotamiento académico en estudiantes de Medicina Humana. El peso académico intenso puede llevar a la fatiga tanto física como mental, aumentando la susceptibilidad de astenia en el estudiante de medicina. La presión académica, evidente en expectativas exigentes y evaluaciones continuas, tiene un impacto significativo en la formación del síndrome (Merino et al., 2021), el estudio destaca que obligaciones, tensiones académicas y dinámicas en clases generan estrés, afectando el bienestar (Gamarra, 2020). Según el testimonio de la estudiante M.G.H.V (21):

*“Quisiera abarcar en totalidad los cursos y aprendérmelos todos, sin embargo, el no poder me ocasiona estrés y en la medida que avanzo me siento incompleta”*(Inf.13). Otro testimonio perspicaz de la estudiante: Y.C.J.T (20), afirma que: *“La carrera ya es desgastante mientras más curso se lleve simultáneamente y más trabajo haya, es más desgastante y me siento más estresada”* (Inf.8).

Al reflexionar sobre los testimonios destacan la carga y presión universitaria, con la aspiración de abarcar todos los cursos limitada por el tiempo, generando estrés. El aumento del desgaste con más cursos subraya desafíos adicionales, resonando en estudiantes de medicina y resaltando la importancia del equilibrio entre lo académico y personal.

Estas alteraciones puede causar problemas psicológicos a largo plazo, requiriendo un equilibrio entre rendimiento y bienestar, así como estrategias de manejo del estrés y una cultura holística (Cifuentes & Escobar, 2021). Según un testimonio de la estudiante B.T.M.T (24), esclarece que:

*“Si es bastante la carga académica, pues prefiero realizar una lista de prioridades entre los cursos para ir acabando con los cursos”*(Inf.16). Otro testimonio verídico de la estudiante Y.C.J.T (21): *“Genera ansiedad, la necesidad de siempre tener que comer algo o de siempre tener algo a la mano por sobre pensar las cosas”*(Inf.8).

Según las experiencias compartidas por las estudiantes de medicina, queda claro que la carga académica puede tener un impacto significativo en la gestión del tiempo y el bienestar emocional de los estudiantes. La priorización de tareas se convierte en una estrategia necesaria para lidiar con la intensidad de los cursos.

El apoyo académico en el contexto del síndrome de burnout en estudiantes se refiere también a proporcionar ayuda emocional y social para mitigar el agotamiento y mejorar el

bienestar mental, ayudando así a prevenir y abordar los efectos negativos del estrés prolongado en el ámbito educativo (Diego & Geovanna, 2023). Según el testimonio del estudiante M.L.H (24), afirma que:

“El apoyo académico es muy malo, no existe tutores y algunos docentes que solo tienen título profesional más no una especialidad” (Inf.15). Otro testimonio revelador del estudiante A.P.G.P (21), menciona que: “El apoyo por parte de los tutores en el ámbito académico es muy limitado en la facultad” (Inf.7).

Reflexionando sobre los testimonios, surge la preocupación compartida sobre la calidad del apoyo académico en la facultad. La ausencia de tutores y la falta de especialización en algunos docentes plantean desafíos evidentes. Estos relatos resaltan la necesidad crítica de mejorar el respaldo académico para garantizar una experiencia educativa más enriquecedora y efectiva. La competencia entre estudiantes es frecuente en entornos académicos, aunque puede motivar, un exceso puede causar estrés, ansiedad y afectar la confianza propia. Un testimonio del estudiante E.A.Q de (22) quien afirma:

*“Yo creo está mal respecto a eso porque cada uno tiene su forma de aprender otros aprenden rápido otros lento y eso no debe ser motivo de comparación igual todos vamos a ser médicos”* (Inf.10). Otro testimonio del estudiante B.T.M.T de (24) quien afirma: *“Obvio no, al fin y al cabo, cada quien se defiende en un examen. La solidaridad y tolerancia deben prevalecer entre compañeros”* (Inf.16).

Un entorno colaborativo que celebra logros individuales y fomenta el crecimiento conjunto promueve un desarrollo académico positivo. En este sentido, el comportamiento humano reside en la persona, cuyas fuerzas internas, lo motivan y le permite conducirse y comportarse dentro del ámbito social (Adco, 2023). Valorar la diversidad de habilidades y enfoques reconoce los caminos individuales hacia el éxito. (Gady et al., 2021). La vida universitaria, con sus dimensiones formativas, trae independencia a los jóvenes, pero puede representar un riesgo para la salud. (Restrepo-Escobar & Cardona, 2021). Buscamos equilibrar la colaboración y competencia en el entorno académico, sabiendo que esta última puede motivar, pero también generar estrés si es excesiva (De Arco-Paternina & Castillo, 2020). Un testimonio del estudiante M.L.H (24):

“Hay compañeros que soy muy hipócritas, solo ellos te sacan información y cuando tú se las pides te responden con una negativa” (Inf.15). Otro testimonio del estudiante O.M.A. (20): “La colaboración puede ser más útil, puesto que el conocimiento se comparte” (inf.12).

Buscamos valorar logros individuales y colectivos, equilibrando el reconocimiento del esfuerzo personal y la contribución al grupo. Queremos una experiencia educativa de excelencia sin descuidar el bienestar emocional y la colaboración entre estudiantes. Los aspectos psicosociales son clave en mantener ese equilibrio, ya que las expectativas sociales y la conexión digital pueden afectar el bienestar en lo académico y laboral. Un estudiante Y.J.T de 20 años comparte tu experiencia:



*“Creo que el desgaste que genera la carrera genera que la vida social y personal sean sacrificados, por el solo hecho de no tener el tiempo suficiente o estar tan cansado que solo quiera descansar en los ratos libres”*(Inf.8).

La mezcla de vida personal y laboral sin límites claros puede causar estrés y afectar la salud mental. En este sentido, reconocer nuestras dificultades, aceptarlas y desarrollar las estrategias necesarias para poder superar la vida personal y laboral (Percca & Ccallo, 2021) Asimismo, autoexigencia y comparaciones con otros también impactan en la capacidad de disfrutar momentos fuera del ámbito académico o laboral. (Revisi, 2020). Para un equilibrio saludable, se necesitan habilidades de gestión del tiempo, límites claros, saber decir "no", relaciones de apoyo y autocompasión para contrarrestar efectos negativos y lograr armonía entre vida personal y profesional. Chadwick define el Rendimiento Académico como el logro y capacidad del estudiante, sintetizado en una evaluación final cuantitativa que refleja su nivel en un período de enseñanza-aprendizaje. (Albán & Calero, 2017). Gestionar el tiempo de manera efectiva es clave para equilibrar estudio y vida personal; una rutina estructurada y priorización de tareas maximizan el tiempo disponible. Un estudiante A.G.P (20) comparte su experiencia:

*“Es importante que nosotros como estudiantes de medicina organicemos nuestro tiempo para dedicarnos al estudio y también para tener un momento de ocio, con el fin de mejorar nuestra salud mental”*(Inf.7). Según la estudiante S.M.P (24) comparte su experiencia: *“Por supuesto que sí. Tener la disciplina bajo ciertos horarios es indispensable para cumplir con los objetivos planeados”*(Inf.1).

Pausas regulares en el estudio mantienen la concentración; actividades como ejercicio y descanso fortalecen para afrontar exigencias académicas y vida personal, siendo el manejo del tiempo una habilidad esencial para un equilibrio sostenible. las relaciones interpersonales son vínculos basados en emociones e intereses, destacando la necesidad de que los estudiantes cultiven interacciones positivas no solo en clase, sino también fuera de ella (Econ, 2020).

La convivencia académica se apoya en relaciones saludables entre profesores y compañeros, donde la comunicación abierta y el respeto mutuo promueven un ambiente colaborativo, siendo los profesores clave al establecer un tono positivo y fomentar la participación activa. El testimonio de la estudiante Y.J.T (20) según su testimonio como considera esta relación de alumnos y docentes:

*“No es buena, a veces los docentes generan cierta timidez en los estudiantes lo que genera un alejamiento entre los mismos”*(Inf.8). Otro testimonio de la estudiante S.M.P (20) según su testimonio como considera esta relación de alumnos y docentes: *“Hay mucho autoritarismo por parte del docente”*(Inf.1).

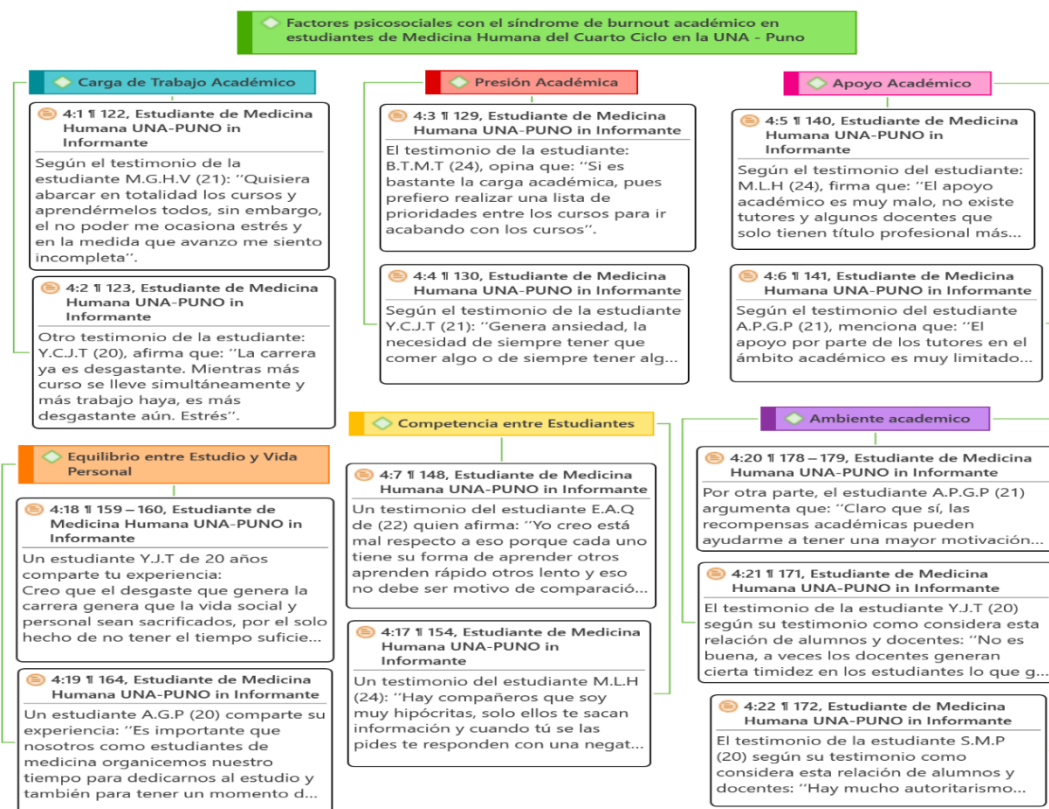
La colaboración entre estudiantes y profesores en el intercambio de conocimientos y experiencias enriquece la comunidad académica, fomentando la diversidad de opiniones y un ambiente inclusivo basado en la resolución constructiva de conflictos y la valoración

individual. El desarrollo de la competencia se evalúa y si el docente tiene altas expectativas para los estudiantes talentosos, su afán de logro se destaca, complementando el trabajo docente con el familiar para favorecer el aprendizaje (Bautista, et al., 2021). Las calificaciones excelentes y el reconocimiento de logros son vitales para el desarrollo, actuando como motivación y satisfacción personal. Por otra parte, el estudiante B.M.T de 24 años argumenta que:

*“Es un incentivo que te inspira a seguir adelante, aunque sea una carrera muy sacrificada”*. Por otra parte, el estudiante A.P.G.P (21) argumenta que: *“Claro que sí, las recompensas académicas pueden ayudarme a tener una mayor motivación para el estudio”* (Inf.7).

El reconocimiento de logros, más allá de calificaciones, fortalece la autoestima y la confianza académica, inspirando compromiso con el aprendizaje y cultivando una mentalidad positiva hacia el estudio, incentivando metas más altas. Se puede observar en la figura 2, que exhibe la red semántica de los factores psicosociales con el síndrome de burnout académico en estudiantes de Medicina Humana de la UNA - Puno.

**Figura 2.** Factores psicosociales con el síndrome de burnout académico en estudiantes de Medicina Humana del Cuarto Ciclo en la UNA - Puno



## DISCUSIÓN

La evidencia recopilada durante la exploración de los factores relacionados con el síndrome de burnout académico en estudiantes de Medicina Humana del Cuarto Ciclo en la UNA - Puno en 2023 destaca la necesidad urgente de abordar las diferentes dimensiones de este síndrome en el ámbito académico. Los niveles significativos de agotamiento emocional reflejan la presión constante que enfrentan los estudiantes, a menudo debido a la carga académica demandante y la intensidad del plan de estudios de medicina. Además, la despersonalización indica una desconexión emocional que puede estar relacionada con la falta de apoyo o interacción interpersonal en el entorno educativo. Por último, la falta de realización personal resalta la importancia de reconocer y celebrar los logros académicos para contrarrestar la sensación de ineficacia y desmotivación.

Es crucial que las instituciones académicas desarrollen estrategias para mitigar estos aspectos del síndrome de burnout. Esto puede incluir la implementación de programas de apoyo emocional, la revisión de la estructura del plan de estudios para garantizar una carga académica manejable y la promoción de una cultura institucional que valore tanto los aspectos académicos como los emocionales del proceso de aprendizaje (Liébana et al., 2018).

El análisis detallado de los factores psicosociales revela la complejidad del entorno en el que los estudiantes de Medicina Humana de la UNA - Puno se desenvuelven. La carga académica se presenta como un componente fundamental, con implicaciones directas en el bienestar emocional. Las relaciones entre los estudiantes, así como el apoyo social percibido, emergen como elementos cruciales que pueden atenuar o agravar el impacto del síndrome de burnout. Estos hallazgos sugieren que las intervenciones deben considerar no solo los aspectos académicos, sino también la calidad de las relaciones y el apoyo social dentro del entorno educativo. Según un testimonio que fue de sinceridad y llamo la atención por parte de un estudiante M.L.H (24):

*“Hay compañeros que soy muy hipócritas, solo ellos te sacan información y cuando tú se las pides te responden con una negativa”* (inf.15).

La gestión efectiva de los factores psicosociales implica la implementación de estrategias proactivas. Programas de mentoría, grupos de apoyo y medidas que fomenten la cohesión social pueden desempeñar un papel fundamental en la creación de un entorno que promueva la salud mental de los estudiantes.

Además, la revisión de las políticas institucionales para alinearlas con una perspectiva más integral del bienestar estudiantil puede ser esencial para abordar los factores psicosociales y reducir la prevalencia del síndrome de burnout académico en el futuro (Caballero, et al., 2015).

## CONCLUSIONES

En el diagnóstico del síndrome de burnout académico en los estudiantes de Medicina Humana de la UNA - Puno en 2023, se evidencia claramente que este síndrome es una preocupación importante para este grupo estudiantil. Los niveles de agotamiento emocional, despersonalización y falta de satisfacción personal son notables, lo que requiere una pronta atención por parte de las autoridades académicas y de salud. Este descubrimiento destaca la urgente necesidad de implementar estrategias preventivas e intervenciones para proteger tanto el bienestar como el rendimiento académico de los estudiantes de medicina.

En los aspectos psicosociales relacionados con el síndrome de burnout académico en estudiantes de Medicina Humana de la UNA - Puno en 2023 destaca la importancia fundamental de estos elementos en la manifestación de este fenómeno. Aspectos como la carga académica, las relaciones interpersonales, el apoyo social y las expectativas académicas han demostrado tener un impacto significativo en la salud mental de los estudiantes. Es crucial que las políticas institucionales aborden estos factores psicosociales para crear un entorno académico más saludable, promoviendo así el bienestar de los estudiantes y previniendo el síndrome de burnout académico en las futuras generaciones de estudiantes de medicina.

## CONFLICTO DE INTERESES

Declaramos no tener ningún tipo de conflicto de interés de ninguna índole.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adco, J. A. (2023). Motivación y desempeño laboral del personal administrativo nombrado de las municipalidades provinciales de la región Puno 2021 – 2022. *Revista de Pensamiento Crítico Aymara*, 4(2), 39–50. <https://doi.org/10.56736/2023/65>
- Albán Obando, J., & Calero Mieles, J. L. (2017). Academic Performance : Approach Needed To a Current. *Revista Conrado*, 13(59), 213–220.
- Andrea García-Flores, V., Esperanza Vega Rodríguez, Y., Libni Farías Fritz, B., Rodolfo Améstica-Rivas, L., & Auristela Aburto Godoy, R. (2019). Factores Asociados al Burnout Académico en Estudiantes de Internado Profesional de Fonoaudiología. *Ciencia y Trabajo*, 15(2), 62. <https://doi.org/https://doi.org/10.35381/r.k.v6i12.1376>
- Bautista Facho, T., Santa Maria Relaiza, H. R., & Cordova Garcia, U. (2021). Logro de competencias en el proceso de aprendizaje durante tiempos. *Propositos Y Representaciones*, 9(1), 1–15.
- Caballero D., C. C., Bresó, É., & Gutiérrez, O. G. (2015). Burnout en Estudiantes Universitarios. *Psicología Desde El Caribe*, 32(3), 424–441.

- Carreño-Vélez, L. F., & Cevallos-Sánchez, H. A. (2020). Síndrome de Burnout: Acercamiento a familiares del personal de enfermería del hospital de especialidades Portoviejo. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6(12), 517. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492018000200084>
- Cifuentes-Casquete, K., & Escobar-Segovia, K. F. (2021). Factores de riesgos psicosociales y Síndrome de Burnout en un hospital de Guayaquil, ante la emergencia sanitaria por COVID-19. *Revista Ciencias Pedagógicas E Innovación*, 9(1), 43–50. <https://doi.org/10.26423/rcpi.v9i1.411>
- Correa Lopez, L. E. (2019). Adaptación Y Validación De Un Cuestionario Para Medir Burnout Académico En Estudiantes De Medicina De La Universidad Ricardo Palma. *Revista de La Facultad de Medicina Humana*, 19(1), 1–5. <https://doi.org/10.25176/RFMH.v19.n1.1794>
- De Arco Paternina, L. K., & Castillo Hernández, J. A. (2020). Síndrome de Burnout en época de pandemia: caso colombiano. *Interconectando Saberes*, 10, 115–123. <https://doi.org/10.25009/is.v0i10.2675>
- Diego, V., & Geovanna, V. (2023). Estrategias de manejo del síndrome de Burnout en estudiantes de medicina. *Universidad Nacional de Chimborazo*, 4(1), 88–100.
- Econ, C. (2020). Liderazgo gerencial y desempeño laboral en docentes del estado Nueva Esparta, Venezuela. *Revista de Ciencias Sociales*, XXVI. <https://doi.org/10.31876/rcs.v26i0.34112>
- Gady, F., Toala, T., Piñeiros, V. I., Moreno, A. P., Araceli, E., Coronel, R., Tamayo, J. C., & Mallea, M. M. (2021). *Artículo original*. 8(1), 126–136.
- Gamarra insfran JL, S. D. R. (2020). *Universidad Internacional Tres Fronteras -UNINTER. Pedro Juan Caballero - Paraguay* 45. 15(2), 45–52.
- Hernández Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). Metodología de la investigación : las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. In *Editorial Mc Graw Hill Education*.
- Kuddus, M. (2019). *Estudio comparativo entre el acceso intraoseo y acceso venoso en*.
- Liébana-Presa, C., Fernández-Martínez, M. E., Vázquez-Casares, A. M., López-Alonso, A. I., & Rodríguez-Borrego, M. A. (2018). Burnout and engagement among university nursing students. *Enfermería Global*, 17(2), 142–152. <https://doi.org/10.6018/eglobal.17.2.268831>
- Lussier, R. (2021). *Validación del Maslach Burnout Inventory en estudiantes universitarios de El Bajío mexicano*. 12.

- M.Salanova, Matínez, I., & Lorente, L. (2005). ¿Cómo se relacionan los obstáculos y facilitadores organizacionales con el burnout docente?: Un estudio longitudinal. *Revista de Psicología Del Trabajo y de Las Organizaciones*, 21(1), 37–54.
- Merino Soto, C., Calderón-De la Cruz, G., Gil-Monte, P., & Arturo, J.-G. (2021). Validez sustantiva en el marco de la validez de contenido: Aplicación en la escala de Carga de Trabajo. *Revista Argentina de Ciencias Del Comportamiento*, 13(1), 81–92. <https://doi.org/10.32348/1852.4206.v13.n1.20547>
- Percca, R. I., & Ccallo, C. C. (2021). Identidad cultural y autoestima de estudiantes de formación inicial docente intercultural bilingüe. *Revista de Pensamiento Crítico Aymara*, 3(1), 51–76. <https://doi.org/10.56736/2021/37>
- Restrepo-Escobar, S. M., & Cardona, E. A. S. (2021). Campañas educativas y de prevención. Una revisión sobre el consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes universitarios de Colombia. *Interdisciplinaria*, 38(2), 199–208.
- Revisi, C. (2020). *Síndrome de Burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática Resumen Introducción*.
- Rodríguez-Villalobos, J. M., Benavides, E. V., Ornelas, M., & Jurado, P. J. (2019). Academic burnout perceived in Mexican university students comparisons by gender. *Formacion Universitaria*, 12(5), 23–30. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062019000500023>