



UNIVERSIDAD
SAN IGNACIO
DE LOYOLA

FACULTAD DE HUMANIDADES

Carrera de Psicología

**CANSANCIO EMOCIONAL Y ENGAGEMENT
ACADÉMICO EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS DE LIMA METROPOLITANA**

**Trabajo de investigación para optar el Grado Académico de
Bachiller en Psicología**

FANNY PADIN BERDEJO

**Asesor:
Mag. Renzo Felipe Carranza Esteban**

**Lima – Perú
2020**

TABLA DE CONTENIDO

PORTADA	¡Error! Marcador no definido.
TABLA DE CONTENIDO	I
Introducción	¡Error! Marcador no definido.
Cansancio emocional	5
Engagement académico.....	7
Antecedentes	¡Error! Marcador no definido.
Objetivo general	11
Hipótesis general.....	11
Método	12
Tipo y diseño de investigación.....	12
Participantes	12
Instrumentos	13
Procedimiento	14
Plan de análisis.....	14
Resultados	15
Discusión	17
REFERENCIAS	20
ANEXOS	297

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo principal determinar la relación entre cansancio emocional y el engagement académico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. La muestra estuvo conformada por 109 estudiantes (83 mujeres y 26 varones), con un rango de edad de 17 a 29 años. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Cansancio Emocional (ECE) y la Utrecht Work Engagement Scale para estudiantes (UWES-S-9). Los resultados obtenidos indican que hay una relación inversa y significativa entre la escala de Cansancio Emocional y las tres dimensiones del engagement ($r = -.443, p < .001$; $r = -.370, p < .001$; $r = -.318, p < .001$). En conclusión, a mayor nivel de cansancio emocional, menor grado de dedicación, vigor y absorción en los estudiantes universitarios.

Palabras clave: Cansancio emocional, engagement académico, universitarios

Abstract

The main objective of the present study was to determine the relationship between emotional fatigue and academic engagement in university students from Metropolitan Lima. The sample consisted of 109 students (83 women and 26 men), with an age range of 17 to 29 years. The instruments used were the Emotional Tiredness Scale (ECE) and the Utrecht Work Engagement Scale for students (UWES-S-9). The results obtained indicate that there is an inverse and significant relationship between the Emotional Tiredness scale and the three dimensions of engagement ($r = -.443, p < .001$; $r = -.370, p < .001$; $r = -.318, p < .001$). In conclusion, the higher the level of emotional fatigue, the lower the degree of dedication, vigor and absorption in university students.

Key words: Emotional fatigue, academic engagement, university students

Introducción

El ingreso a la vida universitaria implica adaptarse a nuevas exigencias académicas. Sin embargo, durante su proceso formativo muchos universitarios no consiguen desarrollar habilidades y competencias necesarias que les permita sobrellevar situaciones de estrés que se presentan durante su permanencia en la universidad, si esta problemática se torna habitual y no se cuenta con estrategias para manejar esas circunstancias puede traer como consecuencia, experimentar sensaciones de no poder más de sí mismo, actitud de fracaso frente al estudio y creencias de incapacidad para realizar las tareas académicas. (Palacio, Caballero, González, Gravini & Contreras, 2012). Estas manifestaciones, al presentarse de forma simultánea, caracterizan el burnout académico (Rosales & Rosales, 2013). Síndrome que aparece de forma gradual, empezando con la fase de cansancio emocional (González & Landero, 2007). En ese sentido, el cansancio emocional es una de las dimensiones del síndrome de burnout con mayor presencia y efecto en los estudiantes universitarios, generando reacciones negativas ante eventos estresantes perjudicando el adecuado desenvolvimiento desarrollo académico y personal de los mismos (González & Landero, 2007; Martínez & Marqués, 2005; Ramos, Manga & Moran, 2005; Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001).

Según la Organización Mundial de la Salud (2019), el síndrome de burnout recientemente fue reconocido como un problema de salud mental. Patología que se produce por la fatiga crónica a nivel mental y físico, como efecto de un estrés crónico que se manifiesta por la exagerada carga laboral. Las personas que experimentan este trastorno, sienten no poder más de sí, pierden el interés en sus actividades y dudan de sus propias capacidades.

En relación a la prevalencia de este trastorno a nivel mundial, en EE. UU reportan que el 50% de estudiantes de 13 escuelas de Medicina evidencian burnout académico, mientras que en Australia, se evidencia que el 75% de internos de Medicina sufre esta patología (Nakandakari et al., 2015). Por otro lado, en España, según Galán, San Martín, Polo y Giner (2011), el burnout incrementa según el avance de la carrera. Es así que, el 37.5% de estudiantes de sexto año padece de burnout, mientras que los alumnos de tercer año solo el 14.8% sufren de este síndrome.

En tanto, en Latinoamérica la frecuencia de este síndrome según un estudio realizado en la universidad Guadalajara de México por Bittar (2008), indica que el 56.9%

de estudiantes de psicología presentan burnout. Otro estudio realizado en Colombia por Caballero, Abello y Palacio (2007) respecto a la prevalencia de burnout académico en estudiantes de la carrera de psicología registra el 41.6% de casos. La puntuación por dimensiones muestra que el 38.2% experimentó agotamiento, el 29.7% cinismo y el 48.6% un sentimiento de ineficacia. Los síntomas que experimentan estos estudiantes es sentir no poder dar más de sí mismos y actitud cínica sobre el valor de sus estudios, por lo tanto menor interés en sus tareas como alumno.

En Perú, en un estudio realizado en una universidad privada de Lima, se evidenció que el 30.7% de casos presento burnout académico en grado severo y el 23.6% mostró un nivel moderado. Los índices para cada dimensión indican que el 45% revela un nivel alto de agotamiento emocional, el 41.4% un nivel alto de cinismo y el 45.7% presentó un nivel bajo de eficacia académica (Picasso, et al., 2012).

De acuerdo con lo anterior, los centros de estudio superior suelen ser contextos altamente estresantes; porque una vez que los estudiantes empiezan estudios superiores no solo adquieren competencias sino que se enfrentan a diversas responsabilidades y demandas académicas muy exigentes, dentro de los principales factores estresantes que presentan los alumnos están las pruebas, sustentación de trabajos grupales, trabajos para la casa obligatorios, falta de tiempo, la sobrecarga de trabajos y sin duda el estresor más importante es la calificación, ya que por medio de ella pueden aprobar cada semestre y, por consiguiente, ingresar en la vida laboral con éxito (Velez & Roa, 2005). Estas demandas al no ser enfrentados de forma correcta, podría tener como consecuencia el cansancio emocional, el cual conlleva a la desmotivación y posteriormente a sensaciones de fracaso en los estudios (Maslach et al., 2001).

De este modo, la fase inicial del síndrome de burnout académico, el cansancio emocional tiene efectos negativos en los estudiantes respecto a sus expectativas de éxito académico y su madurez profesional, lo que desencadenaría en ellos una perspectiva de fracaso y poco interés para terminar su profesión, así como la inadecuada preparación o rendimiento en los estudios, generando la deserción estudiantil (Carlotto, Nakamura & Camara, 2006). Asimismo, los estudiantes con cansancio emocional pueden experimentar sensaciones de soledad, impotencia y apatía, lo cual afecta el correcto desenvolvimiento académico y personal (Rosales & Rosales, 2013)

Sin embargo, a pesar de las emociones desagradables y el agotamiento que puede producirse en los alumnos debido a la exagerada carga académica (Caballero, Hederich & Palacio, 2010), puede también surgir elevados niveles de compromiso para realizar sus tareas educativas, lo que conlleva a tener una perspectiva positiva frente a sus actividades académicas y, por lo tanto, dedica atención y esfuerzo para con los mismos (González-Brignardello & Sánchez-Elvira-Paniagua, 2013). Bajo esta perspectiva, la variable engagement académico ocupa un rol como estrategia de afrontamiento, con sus dimensiones vigor, dedicación y absorción, el cual proviene de niveles elevados de autoeficacia (Martínez & Salanova, 2003). Lo anterior quiere decir, que los estudiantes comprometidos son aquellos que se desempeñan mejor, aprueban los exámenes, ya que se sienten vigorosos y tienen expectativas positivas de acabar su profesión en el tiempo estipulado, mientras que niveles elevados de agotamiento son los que tienen perspectivas pesimistas acerca de su éxito y por lo tanto mínimo desarrollo profesional, asimismo, los alumnos que desarrollaron conocimientos y habilidades son los que se perciben más eficaces y por consiguiente menos agotados (Manzano, 2002).

Se ha demostrado que los estudiantes con elevados niveles engagement académico obtienen mejores calificaciones y se adaptan con facilidad a los cambios, logrando la satisfacción universitaria (Parra, 2010). Además, los universitarios que poseen alto grado de engagement académico evitan caer en la procrastinación (González-Brignardello & Sánchez-Elvira-Paniagua, 2013), ya que son estudiantes responsables, por lo que, tienen menor propensión a la deserción estudiantil (Manzano, 2002), lo que lleva a tener mayor compromiso y regocijo con sus estudios (Caballero et al., 2007).

Las consideraciones expuestas nos llevan a plantear la siguiente interrogante: ¿Existe relación entre cansancio emocional y engagement académico en estudiantes universitarios?

Cansancio emocional

En primer lugar, el síndrome de burnout se conceptualiza como las sensaciones de derrota, los pensamientos de incapacidad debido a la excesiva exigencia de la misma persona (Freudenberger, 1974). Posteriormente, la investigación de esta variable se amplió hasta llegar al ámbito académico, denominado burnout académico, el cual se define como las “sensaciones en el estudiante de no poder dar más de sí mismo, una

actitud cínica (distanciamiento, desinterés y pérdida del valor y sentido frente a las actividades académicas), y dudas acerca de la propia capacidad para realizarlo” (Jácome, et al., 2010, p.38, citado en Bolaño & Rodríguez, 2016).

Según Maslach (2009), el síndrome de burnout está constituido por tres componentes: cansancio emocional, despersonalización y baja eficacia profesional. La primera, es uno de los componentes más predominantes del burnout que se presenta significativamente en el contexto universitario (Ramos, Manga & Moran, 2009), a diferencia de las otras dos dimensiones que no prevalecen de manera significativa en estudiantes (Domínguez-Lara, 2014).

Asimismo, el inicio y núcleo del burnout académico es el agotamiento emocional. Es así, como favorece las respuestas de alejamiento emocional y cognitivo en relación a las actividades que realiza como medida para enfrentar la sobrecarga que esta requiere, a su vez, lo mencionado podría generar insatisfacción con los estudios y por último, la deserción (Domínguez-Lara, 2013).

Entonces, en este contexto, se entiende por cansancio emocional como el agotamiento físico y mental, experimentado por el estudiante debido a la sobrecarga de actividades académicas que debe llevar a cabo (Ortega & López, 2003).

De la misma manera, Maslach (2009) define el cansancio emocional como la sensación excesiva de actividades y el escaso desarrollo de habilidades psicológicas y físicas para afrontar los eventos de estrés que se presentan durante sus actividades académicas y personales. Lo mencionado ocurre, debido a que no cuentan con los recursos necesarios o carecen de fuerza para enfrentar situaciones complicadas.

Por su parte, Gil-Monte (2003) señala que el cansancio emocional es cuando la persona experimenta fatiga, impotencia y desgano debido a la sobreexigencia de sus escasos recursos que no le permite avanzar como debería.

Asimismo, habiéndose hallado supuestos teóricos que señalan que el cansancio emocional es la dimensión con mayor significancia en los estudiantes universitarios, a diferencia de los otros dos componentes, en este estudio se tomará en consideración la definición propuesta por Maslach (2009).

Engagement académico

Por otro lado, el estudio respecto al síndrome de burnout académico en los últimos años se ha enfocado en su polo opuesto que es el engagement académico. Esta variable se fundamenta en la psicología positiva, el cual se centra en las emociones positivas, habilidades y fortalezas de la persona frente a las situaciones de estrés, por este medio, intenta vencer los aspectos negativos que le preocupan o se presentan (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Bajo lo mencionado anteriormente, la definición del engagement académico es comprendida como la habilidad que posee el alumno para gozar de sus deberes educativos y así conseguir mejores calificaciones (Martinez & Salanova, 2003). Este constructo se caracteriza por tres dimensiones: la dimensión *vigor*; entendida como la voluntad y el esfuerzo hacia los trabajos y la persistencia para afrontar dificultades, el factor *dedicación*; que hace referencia a la entrega y compromiso de las personas hacia sus labores, lo que produce en ellos sensación de entusiasmo, inspiración y orgullo; el componente *absorción*, se asocia al involucramiento total de los estudiantes en sus tareas, con el fin de lograr los resultados deseados, evitando la postergación o abandono de las tareas realizadas en el momento, lo que podría generar sentimientos de malestar (Salanova, Bresó & Schaufeli, 2005).

El engagement académico se apoya en la teoría social cognitiva de la autoeficacia de Albert Bandura; siendo Schaufeli y Bakker (2002), quienes elaboraron la escala de Utrecht de Engagement Academic bajo los lineamientos teóricos de Bandura. Por su parte, Bandura (1995), señala que las creencias de autoeficacia se pueden aprender, incrementar o disminuir a través de cuatro rutas principales: (i) Las experiencias previas influye en las creencias de autoeficacia, ya que se basa en la demostración del dominio real, es decir, si las personas logran con frecuencia el éxito en sus tareas se incrementa las percepciones positivas de autoeficacia, en cambio si experimenta constantes fracasos en sus actividades se incrementa las expectativas negativas de autoeficacia. (ii) Experiencia vicaria; se produce cuando el observador percibe que otras personas pueden realizar con éxito ciertas actividades, entonces el observador cree también que cuentan con las mismas habilidades para dominar con éxito esa actividad. Esta fuente de autoeficacia se torna relevante cuando las personas tienen dudas de sus propias capacidades y conocimientos o poseen escasa experiencia en dicha actividad. (iii) La persuasión verbal es fuente de autoeficacia, en especial para las personas que cuentan con

altos grados de autoeficacia, ya que solo necesitan un poco de confianza para poner en marcha su mayor esfuerzo y conseguir el éxito. (iv) Estado fisiológico del individuo, los indicadores de cansancio, dolores, nervios pueden ser apreciados por las personas como signos de ser incompetentes. El estado de ánimo también juega un papel relevante a la hora de interpretar su activación autonómica.

Cansancio emocional y engagement académico

Desde la teoría social cognitiva de la autoeficacia de Bandura, el burnout se comprende como crisis de eficacia, mientras que el engagement resulta de elevados niveles de autoeficacia en los sujetos (Salanova, et al., 2005). Entonces se entiende, que los estudiantes con expectativas negativas de autoeficacia son los que presentan mayor agotamiento y cinismo, acompañado con bajos grados de vigor y dedicación en sus estudios (Usán, Salavera & Domper, 2018). Tomando en consideración lo mencionado, las creencias de autoeficacia tienen un rol determinante a la hora de explicar aspectos tales como la motivación, el aprendizaje, el rendimiento y el bienestar psicológico (Urda & Pajares, 2006).

Con respecto a la correlación entre el burnout y engagement (Schaufeli & Bakker, 2004), indican que estas variables y sus respectivas dimensiones se relacionan negativamente. Lo mencionado es avalado por (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001), quienes definen al burnout como una erosión del engagement académico, además, señalan que el burnout y engagement son opuestos, es decir, el vigor se trata de un estado de elevada energía (en lugar de agotamiento), la dedicación es una fuerte participación (en lugar de cinismo) y la absorción un sentido de eficacia (en lugar de ineficacia) (Schaufeli, Martínez, Marques, Salanova & Bakker, 2002).

En resumen; según lo expuesto podemos mencionar, que el cansancio emocional se relaciona negativamente con el desempeño académico de los estudiante (Fontana, 2011; González & Landero, 2007; Martínez & Marques Pinto, 2005; Salanova, Schaufeli, Llorens, Peiró & Grau 2000), mientras que el engagement académico funciona como medida preventiva frente a las manifestaciones iniciales del burnout que es el cansancio emocional. Es por ello, de suma importancia profundizar el estudio de estas variables en el contexto superior, ya que nos permiten conocer de qué manera se presentan los

principales indicadores de esta variable, de modo, que se pueda explicar su implicación en el rendimiento académico, así como la deserción estudiantil para luego promocionar estrategias protectoras que puedan mitigar las consecuencias negativas del cansancio emocional en el alumnado (Martínez & Salanova, 2003).

Por otro lado, es importante mencionar estudios previos sobre el cansancio emocional y engagement académico, que nos permiten entender la relación que existe entre estas variables en contextos universitarios.

Antecedentes

Lavaggi (2017) investigó sobre la relación entre el cansancio emocional y el engagement académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima (Perú). La muestra estuvo conformada por 182 estudiantes (139 mujeres y 43 varones). Se evaluó a través de la Escala de Cansancio Emocional (ECE) y la Utrecht Work Engagement Scale para estudiantes (UWES-S-9). Los resultados indican que existe relación inversa y significativa entre el cansancio emocional y la dimensión vigor, dedicación y absorción del engagement académico ($r = -.17, p < .05$; $r = -.35, p < .001$; $r = -.16, p < .05$). Por lo que, se concluye que a mayor grado de cansancio emocional, habrá un menor grado de dedicación, vigor y absorción en los estudiantes.

Akbaşlı, Arastaman y Turabik (2019) desarrollaron una investigación en Turquía, con el objetivo de examinar la relación entre la school engagement y burnout de los estudiantes universitarios. Participaron 472 estudiantes (323 mujeres y 149 varones). Los instrumentos utilizados fueron "El Maslach Burnout Inventory-Student Survey" y el "University Student Engagement Inventory". Los resultados indican que el compromiso se correlaciona estadísticamente significativa y negativa con el agotamiento ($r = -.45; p < 0,01$), mientras que con el cinismo se relaciona significativa negativa y moderada ($r = .49; p < .01$) y con la eficacia se relaciona estadísticamente significativa positiva y moderada ($r = .63; p < .01$). En conclusión, el compromiso de los alumnos en sus estudios disminuye los sentimientos de agotamiento.

Domínguez y Mendoza (2019) desarrollaron un estudio con el objetivo de analizar si existe correlación entre el burnout y engagement en alumnos de una universidad privada de Perú. La muestra estuvo conformada por 563 estudiantes (492 mujeres y 71 varones). Los instrumentos utilizados fueron el (MBI-SS) y el (UWES). Se encontró

que existe correlación directamente proporcional leve entre los constructos ($\rho = .101$; $p = 0.009$) donde se percibe un nivel medio en burnout (97.5%) y un nivel alto en engagement (58.1%). En conclusión, se evidencia elevados niveles de engagement, aunque en el proceso académico surja y se desarrolle el burnout debido a las exigencias académicas.

Liébana-Presa, Fernández-Martínez, Vázquez-Casares, López-Alonso y Rodríguez-Borrego (2018) realizaron un estudio en España titulado “Burnout y engagement en estudiantes de enfermería”. La población de estudio estuvo conformada por 1009 sujetos (859 mujeres y 127 varones). Se evaluaron a través del “cuestionario Maslach Burnout Inventory Survey (MBI-SS)” y del “cuestionario Utrecht Work Engagement Student (UWES-S)”. Los resultados indican que a mayor eficacia menor agotamiento emocional y cinismo ($r = -.071$, $p < .05$; $r = -.236$, $p < .01$) y mayor vigor, dedicación y absorción ($r = .457$, $r = .434$, $r = .530$) ($p < .01$). Por lo que, se concluye, que los estudiantes con elevados grados de agotamiento y cinismo y menores niveles de eficacia académica son los que presentan más burnout.

Vallejo-Martín, Valle y Angulo (2018) desarrollaron una investigación en España denominado “Estrés percibido en estudiantes universitarios: influencia del burnout y del engagement académico”. Colaboraron 409 alumnos (32% varones y 68% mujeres) universitarios. Utilizaron el School Burnout Inventori (SBI-9), Utrecht Work Engagement Scale y Perceived Stress Scale. Los resultados obtenidos indican que el componente agotamiento se correlaciona de forma negativa pero no estadísticamente significativa con las dimensiones vigor, dedicación y absorción del engagement ($r = -.053$, $r = -.074$, $r = -.067$) ($p < .01$), asimismo, el estrés percibido se correlaciona significativa y positiva con los tres componentes del burnout ($r = .458$, $r = .312$; $r = .373$) ($p < .01$) y negativa con las tres del engagement ($r = -.198$, $r = -.122$, $r = -.116$) ($p < .01$). Por lo que, se concluye, que los estudiantes que perciben más estrés, tienen mayor agotamiento, cinismo e inadecuación y menor vigor, dedicación y absorción.

Kiema-Junes, Hintsanen, Soini y Pyhältö (2020) realizaron un estudio en Finlandia titulada “El papel de las habilidades sociales en el burnout y engagement entre los estudiantes universitarios”. Los colaboradores fueron un total de 351 (70.5% mujeres y 29.5% hombre). Los instrumentos fueron el cuestionario Study Burnout Inventory (SBI-9), Utrecht Work Engagement Scale-Student (UWES-S) y el cuestionario de habilidades

sociales. Los resultados obtenidos revelan que la dimensión agotamiento se relacionó con menor vigor, dedicación y absorción ($r = -.39, r = -.22, r = -.19$) ($p < .001$) y las habilidades sociales se correlacionaron con un menor burnout ($r = -.31, p < .001$) y un mayor engagement con el estudio ($r = .19, p < .001$). Se concluye, que potenciar las habilidades sociales de los estudiantes podría incrementar el compromiso y reducir el agotamiento.

En resumen, solo se encontró un estudio que ha demostrado que existe una relación inversa y estadísticamente significativa entre el cansancio emocional y las tres dimensiones del engagement académico. Sin embargo, se hallaron estudios donde evidencian dicha correlación mediante el burnout, en donde se resalta que existe relación inversa entre la dimensión agotamiento emocional del burnout y las tres dimensiones del engagement académico. Por otro lado, se encontró que algunos estudios señalan que otras variables pueden potenciar el engagement y reducir el burnout, tales como la autoeficacia, las estrategias de afrontamiento y las habilidades sociales, estas variables tienen un papel relevante para que el estudiante logre el balance entre su vida personal y estudiantil.

De esto modo, la presente investigación se justifica a nivel teórico, puesto que incrementará el conocimiento teórico sobre el cansancio emocional y el engagement académico, ya que estas variables tienen un rol relevante para la comprensión de las respuestas de los universitarios frente a las demandas académicas (Caballero et al., 2015).

A partir de ello, se justifica a nivel práctico, ya que cuanto más información se sabe sobre que condiciona la satisfacción académica y psicológico del alumnado, las universidades podrán implementar programas y estrategias dirigidos a potenciar el papel positivo del engagement académico frente al cansancio emocional en el contexto universitario, por ello, se considera que el estudio de estos constructos en el contexto universitario son tópicos importantes, interesantes y novedosos de investigación.

Objetivo general

Determinar si existe relación significativa entre el cansancio emocional y las tres dimensiones del engagement académico en estudiantes universitarios.

Hipótesis general

Existe relación significativa entre el cansancio emocional y las tres dimensiones del engagement académico en estudiantes universitarios.

Método

Tipo y diseño de investigación

La presente investigación corresponde a una estrategia de tipo asociativa, cuyo propósito es explorar la relación existente entre dos variables, a partir de una hipótesis de covariación. De igual manera, será un estudio no experimental, ya que las variables no serán manipuladas, con un enfoque de corte transversal, debido a que la recolección de datos de las variables será en un mismo lugar y tiempo (Ato, López & Benavente, 2013).

Participantes

Los participantes fueron elegidos bajo el muestreo no probabilístico – por conveniencia, este tipo de muestreo selecciona una muestra accesible, lo que significa que los participantes deben estar disponibles para colaborar con el llenado de cuestionarios de la investigación (Otzen & Manterola, 2017).

Como muestra se contó con 109 estudiantes universitarios. El 76.1% del total fueron mujeres y el 23.9% varones, con una edad media de 22.2 años; el 66.1% señaló que no trabaja al momento de estudiar y la mayoría de participantes indicó estar satisfecho con su desempeño académico (68.8%).

Con respecto a los criterios de inclusión para los participantes fueron: ser estudiantes universitarios, con edades entre los 17 a 29 años, desde el primer al décimo ciclo. En cuanto a los criterios de exclusión, no se contó con los estudiantes que no completaron el 100% de las preguntas. Los principales datos sociodemográficos se presentan en la Tabla 1.

Tabla 1

Características demográficas de los participantes

	f	%
Sexo		
Varón	26	23.9
Mujer	83	76.1
Universidad		
USIL	53	48.6
PUCP	11	10.1
URP	10	9.2
U LIMA	8	7.3
Otros	27	24.8
Carrera		
Psicología	65	59.7
Administración	22	20.2
Ing. De Sistemas	4	3.7
Otros	9	16.4
Ciclo académico		
Décimo	28	25.7
Octavo	24	22
Otros	48	52.3
Laborando		
Si	37	33.9
No	72	66.1
Desempeño académico		
Bueno	75	68.8
Malo	34	31.2

Instrumentos

Escala de Cansancio Emocional (ECE)

La versión original fue elaborada en España por Ramos et al., (2005), consta de 10 ítems. En este estudio se utilizó la Escala de Cansancio Emocional (ECE), el cual fue adaptado y validado por Domínguez-Lara (2013) para estudiantes universitarios peruanos. Este instrumento, busca valorar los indicadores de cansancio emocional producto de las exigencias académicas. La valoración de puntuaciones es de tipo likert con cinco opciones de respuesta (raras veces, pocas veces, algunas veces, con frecuencia, siempre). El instrumento evidencia validez de constructo a través del KMO=0.91 y un test de esfericidad de Barlett significativo ($p<0.01$) y la confiabilidad se estimó mediante el alfa ordinal = 0.853 Domínguez-Lara (2013).

Escala Engagement Académico (UWES-S)

El instrumento original fue desarrollada en Holanda por Bakker y Schaufeli en el 2003, titulado “Utrecht Work Engagement Scale (UWES)”, el cual consta de 24 ítems. Para esta investigación se utilizó la escala de Utrech Work Engagement Scale – Student (UWES-9S), que fue creada en base a la versión completa por Schaufeli, Bakker y Salanova (2006), y fue adaptada y validada al contexto estudiantil peruano por Domínguez-Lara, Sánchez-Villena y Fernández-Arana (2020), consta de 9 ítems que miden el componente vigor, dedicación y absorción, los cuales se valoran bajo una escala likert con un rango de respuestas entre 0 a 6 (nunca, casi nunca, algunas veces, regularmente, bastantes veces, casi siempre y siempre). La escala UWES-9S para estudiantes ha demostrado validez de constructo a través del modelo bifactor llevado a cabo con tres factores específicos (CFI = .992; RMSEA= .085, IC 90 % [.062-.109]; WRMR = .531) y la confiabilidad de consistencia interna se determinó por medio del coeficiente $\omega > 90$.

Procedimiento

En primer lugar, se desarrolló el consentimiento informado, los datos sociodemográficos y el cuestionario de cansancio emocional y engagement académico en la plataforma de Google Forms. Posterior a ello, se envió un email explicando el propósito de la investigación a las autoridades encargadas de la carrera de Psicología de una universidad privada de Lima; luego de conseguir la aprobación, se procedió a compartir el link con los estudiantes de psicología de dicha casa de estudios.

Asimismo, con la finalidad de recolectar datos se compartió el link con estudiantes de universidades privadas y públicas que están agregados en grupos de Facebook y WhatsApp como parte de sus prácticas preprofesionales, a quienes además se solicitó compartir el link con sus contactos una vez concluido el llenado del cuestionario.

Al finalizar la recolección de datos en su totalidad, se procedió con la creación de la base datos en Excel, el cual fue trasladado al software Jamovi, mediante este estadístico se realizó el análisis descriptivo de los datos sociodemográficos y el análisis de correlación de las variables.

Plan de análisis

Para el análisis estadístico de los datos se utilizó el programa Jamovi, a través de este software se realizó el análisis descriptivo para determinar la media, la desviación

estándar, curtosis y la asimetría. Posteriormente, se verificó la normalidad de los datos a través de la asimetría y curtosis. Para la contrastación de hipótesis se realizó el análisis correlacional utilizando el coeficiente r de Pearson, el valor de .20 a .40 son considerados como significativos y .50 y .70 son considerado como relación moderada y .80 es estimado una correlación fuerte, según Ferguson (2009).

Resultados

Análisis descriptivo

En cuanto al análisis descriptivo de los instrumentos utilizados, se halló la media (M), desviación estándar (DE), la asimetría y la curtosis (Tabla 3). Los valores de asimetría y curtosis indican que siguen una distribución normal, dado que se encuentran dentro del rango +/- 1.5 (Pérez & Medrano, 2010). Estos datos permitieron utilizar el coeficiente de correlación r de Pearson para la contratación de hipótesis.

La confiabilidad de las escalas, se analizó a partir de la consistencia interna, calculando el alfa de Cronbach y la correlación ítem- total. En la Escala Cansancio Emocional (ECE), se encontró valores r_{it} mayores a .40, con un coeficiente de alfa de .919. En cuanto a la Escala Engagement Académico (UWES-S), se realizó el análisis estadístico de cada dimensión, siendo vigor (VI) el primero, obteniendo valores r_{it} mayores a .60 y la confiabilidad alfa para la dimensión mencionada fue .838. Para la dimensión Dedicación (DE), los valores r_{it} fueron mayores a .60, con un coeficiente de alfa de .860, mientras que para el componente Absorción (AB), los valores r_{it} fueron mayores a .60, con un valor de confiabilidad de .826. Por lo tanto, se puede considerar que todas las dimensiones poseen un grado aceptable de confiabilidad, afirmando que los instrumentos poseen suficiente consistencia interna (Tabla 2).

Tabla 2

Análisis descriptivo de la Escala Agotamiento Emocional y Engagement Académico

Variables	M	DE	g1	g2	A	Rango r_{it}
Cansancio Emocional	24.3	7.74	.231	-.819	.919	.405; .820
Engagement Académico						
Vigor	6.21	2.61	.486	-.093	.838	.678; .728
Dedicación	8.75	2.50	-.471	-.253	.860	.688; .806
Absorción	8.09	2.49	-.054	-.735	.860	.627; .733

Nota: M: media; DE: desviación estándar; g1 = asimetría; g2 = curtosis; α : coeficiente de alfa

Contrastación de hipótesis

En la Tabla 3, se presenta la matriz de correlaciones entre las variables de investigación, evidenciando que existe relación de manera directa y significativa entre el Cansancio Emocional (ECE) y las dimensiones de la variable Engagement Académico (UWES-S) ($p < .001$).

En lo que respecta a la escala cansancio emocional y la dimensión vigor, se encontró un coeficiente r de Pearson de $-.443$, lo que indica que existe correlación negativa y moderada entre las variables. En cuanto al cansancio emocional y la dimensión dedicación se halló un coeficiente de Pearson de $-.370$, lo que significa que existe correlación negativa y moderada. Respecto al cansancio emocional y la dimensión absorción se encontró un $r = -.318$, indicando también que existe correlación negativa y moderada (Tabla 3).

Tabla 3

Correlaciones r Pearson entre las variables

	Cansancio Emocional	Vigor	Dedicación	Absorción
Cansancio Emocional	-	-	-	-
Vigor	$-.443^{***}$	-	-	-
Dedicación	$-.370^{***}$	$.532^{***}$	-	-
Absorción	$-.318^{***}$	$.487^{***}$	$.790^{***}$	

Nota: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre cansancio emocional y los tres componentes del engagement académico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. Los resultados encontrados respecto al análisis correlacional entre cansancio emocional y la dimensión vigor del *engagement académico* indican que existe relación inversa y estadísticamente significativa ($r = -.443, p < .001$). Estos datos coinciden con los resultados de Lavaggi (2017), quien encontró que existe relación inversa y significativa entre cansancio emocional y el componente vigor del *engagement académico* ($r = -.17, p < .05$) en una muestra de estudiantes universitarios. De manera similar Kiema-Junes, Hintsanen, Soini y Pyhältö (2020) encontraron que la dimensión agotamiento y el factor vigor del *engagement académico* se relacionan de manera inversa y significativa ($r = -.39, p < .001$) en un grupo de estudiantes universitarios. Lo que indica que a mayor cansancio emocional, menor vigor, es decir, cuanto más cansados se sienten los estudiantes, no se esfuerzan, ni persisten en realizar sus tareas, en cambio, cuanto más enérgicos y animosos se sienten para realizar sus actividades académicas, no se sienten sobrecargados con las mismas (Schaufeli & Bakker, 2004).

Al analizar la relación entre cansancio emocional y el factor dedicación, se encontró que existe correlación inversa y estadísticamente significativa ($r = -.370, p < .001$). De manera semejante Lavaggi (2017) reportó que existe relación inversa y significativa entre cansancio emocional y el componente dedicación ($r = -.370, p < .001$). Datos similares encontraron (Kiema-Junes et al., 2020) quienes señalan que existe relación inversa y significativa entre la dimensión agotamiento emocional del burnout y el factor dedicación ($r = -.22, p < .001$) en un grupo de estudiantes universitarios. Esto significa que mientras mayor es el cansancio emocional, el grado de dedicación es menor, es decir, los estudiantes con sensaciones de sobrecarga debido a las demandas educativas, se sienten menos concentrados y comprometidos con sus actividades académicas, por lo que experimenta falta de entusiasmo e inspiración para realizar sus tareas (Schaufeli & Bakker, 2004).

Con respecto al análisis de correlación entre cansancio emocional y el componente absorción se encontró que existe correlación inversa y estadísticamente significativa ($r = -.318, p < .001$). Estos resultados se asemejan a lo hallado por Lavaggi (2017), quien

sostiene que existe relación inversa y significativa entre cansancio emocional y absorción ($r = -.16$, $p < .05$). Coeficientes semejantes fueron encontrados por Kiema-Junes et al., (2020), quienes encontraron que el componente agotamiento emocional y la dimensión absorción se relaciona de manera inversa y significativa ($r = -.19$, $p < .001$). Lo que señala que a mayor cansancio emocional, menor absorción, es decir, los alumnos que se sienten agotados encuentran dificultades para concentrarse en sus quehaceres educativos, por lo que, dejan de realizar esas actividades, generando sensaciones de fracaso (Schaufeli & Bakker, 2004).

En concordancia con lo encontrado, Fontana (2011), refiere que el cansancio emocional, se entiende como el distanciamiento cognitivo y emocional respecto a las tareas académicas, que trae como efecto el desgaste mental y físico, pues este distanciamiento hace que los estudiantes encuentren dificultades para mantenerse vigorosos, dedicados e inmersos en sus estudios, por lo que experimentan malestar físico y psicológico.

Asimismo, el estudio de Liébana-Presa, Fernández-Martínez, Vázquez-Casares, López-Alonso y Rodríguez-Borrego (2018), señala que las dimensiones del burnout y del engagement académico correlacionan entre sí, es decir, a mayor eficacia académica menos agotamiento y cinismo ($r = -.071$, $p < .05$; $r = -.236$, $p < .01$) y mayor puntuación en la dimensión vigor ($r = .457$, $p < .01$), dedicación ($r = .434$, $p < .01$) y absorción ($r = .530$; $p < .01$) del engagement académico. Estos resultados pueden explicarse desde la teoría social cognitiva de la autoeficacia de Bandura (1995), ya que las creencias positivas de autoeficacia que perciben los estudiantes se vincula con elevados grados de engagement (vigor, dedicación y absorción), mientras que las creencias negativas de autoeficacia percibida por los alumnos se asocia con bajos niveles de burnout (cansancio emocional, cinismo y falta de eficacia). En ese sentido, los estudiantes que logran el éxito académico aumentan su valoración positiva de autoeficacia, en cambio los constantes fracasos incrementan la evaluación negativa de autoeficacia (Salanova et al., 2005).

De esta forma, este estudio aporta información teórica sobre el cansancio emocional y engagement académico, lo que permitirá tener mayor conocimiento a la institución universitaria como se desarrollan estas variables en los estudiantes, para luego implementar programas de prevención e intervención enfocada a fortalecer el engagement académico y disminuir el cansancio emocional en los estudiantes, de modo, que la institución brinde aprendizaje, así como bienestar mental y físico al estudiante.

Asimismo, al ser escasos los estudios de estas variables en Perú y Latinoamérica aporta el incremento de antecedentes, lo que abre futuras líneas de estudio.

Es importante mencionar que durante el desarrollo de esta investigación se identificaron algunas limitaciones: la primera limitación es que la muestra no haya sido representativa; por lo que los datos no podrán ser generalizados; la segunda limitación, la recolección de datos fue virtual, debido a la emergencia mundial por el Covid-19, lo que aumenta la posibilidad de obtener datos sesgados, sumado a ello que la muestra no fue homogénea; la tercera limitación, los escasos estudios previos sobre cansancio emocional y engagement académico en el Perú y Latinoamérica; la cuarta limitación, la investigación solo fue sobre dos variables y no se evaluó otras variables protectoras y potenciadoras en ambas.

En conclusión, de acuerdo a la muestra analizada se encontró que existe una relación inversa y significativa entre el cansancio emocional y las dimensiones del engagement.

Por lo antes mencionado, Se recomienda ampliar la muestra y no solo enfocarse en estudiantes de Psicología, sino que sería oportuno acceder a otras carreras, obteniendo de esta manera una muestra representativa de alumnos y generalizar los resultados, incluir otros constructos, como la inteligencia emocional, la autoeficacia y habilidades sociales. Asimismo, se recomienda realizar diferencias en función de edad y ciclo de estudio, ya que son aspectos relevantes que ayudaran a comprender el desarrollo de las variables de estudio.

Referencias

- Akbaşlı, S., Arastaman, G., Gün, F., & Turabik, T. (2019). School engagement as a predictor of burnout in university students. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 45(45), 293-309. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/330133894_School_Engagement_as_a_Predictor_of_Burnout_in_University_Students
- Ato, M., López-García, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. Recuperado de <https://revistas.um.es/analesps/article/view/178511>
- Bandura, A. (1995) *Exercise of personal and collective efficacy*. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=JbJnOAoLMNEC&oi=fnd&pg=PA1&dq=Bandura,+A.+\(1995\)+Exercise+of+personal+and+collective+efficacy.&ots=mVce_yDQ9W&sig=UHy_fNxwcVJMcR1tdfdDXGphCw#v=onepage&q=Bandura%2C%20A.%20\(1995\)%20Exercise%20of%20personal%20and%20collective%20efficacy.&f=false](https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=JbJnOAoLMNEC&oi=fnd&pg=PA1&dq=Bandura,+A.+(1995)+Exercise+of+personal+and+collective+efficacy.&ots=mVce_yDQ9W&sig=UHy_fNxwcVJMcR1tdfdDXGphCw#v=onepage&q=Bandura%2C%20A.%20(1995)%20Exercise%20of%20personal%20and%20collective%20efficacy.&f=false)
- Bittar, M. (2008). *Investigación sobre Burnout y estilos de personalidad en estudiantes universitarios*. Artículo de la Facultad de Filosofía y Humanidades. Facultad de Psicología. Universidad Nacional de Córdoba. Recuperada de https://fci.uib.es/digitalAssets/177/177915_2.pdf
- Bolaños, N., & Rodríguez, B. N. (2016). Prevalencia del síndrome de burnout académico en el estudiantado de Enfermería de la Universidad de Costa Rica. *Enfermería Actual en Costa Rica*, (31), 1-19. Recuperado de <https://www.scielo.sa.cr/pdf/enfermeria/n31/1409-4568-enfermeria-31-00016.pdf>
- Bresó, E., Schaufeli, W., & Salanova, M. (2011). Can a Selfefficacy-Based Intervention Decrease Burnout, Increase Engagement, and Enhance Performance? A Quasi-experimental Study. *Higher Education*, 61, 339–355. Recuperado de <https://link.springer.com/article/10.1007/s10734-010-9334-6>
- Caballero, C., Hederich, C., & Palacio, J. (2010). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(1), 131- 146. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80515880012>

- Caballero, C., Abello, R., & Palacio, J. (2007). Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 25(2), 98-111. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/799/79925207.pdf>
- Caballero, C., Hederich, C., & García, A. (2015). Relación entre burnout y engagement académicos con variables sociodemográficas y académicas. *Psicología desde el Caribe*, 32(2), 254-267. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/213/21341030005.pdf>
- Carlotto, M., Nakamura, A., & Câmara, S. (2006). Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios de campo. *Psicosis*, 37(1), 1-5. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5161473>
- Domínguez-Lara, S. (2013). Análisis psicométrico de la Escala de Cansancio Emocional en estudiantes de una universidad privada. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 45-55.
- Domínguez-Lara, S. (2014). Escala de Cansancio Emocional: estructura factorial y validez de los ítems en estudiantes de una universidad privada. *Avances en Psicología*, 22(1), 89-97. Recuperado de <https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2014/AVANCES.S.Dominguez.pdf>
- Domínguez-Lara, S., Sánchez-Villena, A., & Fernández-Arata, M. (2020). Propiedades psicométricas de la UWES-9S en estudiantes universitarios peruanos. *Acta Colombiana de Psicología*, 23(2), 7-39. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Andy_SanchezVillena2/publication/343361166_Propiedades_psicometricas_de_la_UWES9S_en_estudiantes_universitarios_peruanos/links/5f24da05a6fdcccc439fd5a9/Propiedades-psicometricasdeUWES9S-en-estudiantes-universitarios-peruanos.pdf
- Domínguez, A. N., & Mendoza, J. M. (2019). *Burnout y engagement en estudiantes de enfermería* (Tesis de licenciatura). Recuperada de <http://repositorio.uwiener.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/2661/TESIS%20Dom%C3%ADnguez%20Ang%C3%A9lica%20Mendoza%20Julissa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Feldman, L., Goncalves, L., Chacón-Puignau, G., Zaragoza, J., Bagés, N., & De Pablo, J. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Universitas*

Psychologica, 7(3), 739-751. Recuperado de
<http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v7n3/v7n3a11.pdf/>

- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.
- Galán, F., San Martín, A., Polo, J., & Giner, L. (2011). Burnout risk in medical students in Spain using the Maslach Burnout Inventory-Student Survey. *International archives of occupational and environmental health*, 84(4), 453-459. Recuperado de <https://link.springer.com/article/10.1007/s00420-011-0623-x>
- Gil-Monte, P., R. (2003). El síndrome de quemarse por el trabajo (síndrome de burnout) en profesionales de enfermería. *Revista Eletrônica InterAção Psy*, 1(1), 19-33. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/263161122_El_sindrome_de_quemarsp_or_el_trabajo_sindrome_de_burnout_en_profesionales_de_enfermeria
- González-Brignardello, M., & Sánchez-Elvira-Paniagua, Á. (2013). ¿Puede amortiguar el Engagement los efectos nocivos de la Procrastinación Académica?. *Acción psicológica*, 10(1), 115-134. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/acp/v10n1/libre1.pdf>
- González, M., & Landero, R. (2007). Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios: propiedades psicométricas en una muestra de México. *Anales de Psicología*, 23(2), 253-257. Recuperado de <https://revistas.um.es/analesps/article/view/22321>
- González, M., Hernández, T., Soberanes, L., Mendoza, F., & Sánchez, G. (2011). Estudio del Burnout y Engagement Académico en estudiantes universitarios. In *Primer Congreso Internacional de Educación "Construyendo inéditos viables"*. 2101-2116. Recuperado de: https://www.uaeh.edu.mx/investigacion/productos/4849/estudio_del_burnout_y_engagement.pdf
- González, P. (2015). *El síndrome de burnout en los profesionales de enfermería* (Tesis de grado). Recuperada de <http://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/13265/1/TFG-L878.pdf>
- Kiema-Junes, H., Hintsanen, M., Soini, H., & Pyhältö, K. (2020). The role of social skills in burnout and engagement among university students. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 18(50), 77-100. Recuperado de <http://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/2728/3487>

- Lavaggi, F. (2017). *Cansancio Emocional y Engagement en estudiantes de una universidad privada de Lima* (Tesis de licenciatura). Recuperada de https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/621838/LAVAGGI_JF.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Liébana-Presa, C., Fernández-Martínez, M., Vázquez-Casares, A., López-Alonso, A., & Rodríguez-Borrego, M. (2018). Burnout y engagement en estudiantes universitarios de enfermería. *Enfermería Global*, 17(50), 131-152. Recuperado de <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/268831/226001>
- Manzano, G. (2002). Burnout y Engagement en un colectivo pre profesional: estudiantes universitarios. *Boletín de psicología*, (74), 79-102. Recuperado de <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N74-4.pdf>
- Martínez, I., & Salanova, M. (2003). Niveles de burnout y engagement en estudiantes universitarios. Relación con el desempeño y desarrollo profesional. *Revista de Educación*, 330, 361-384. Recuperado de http://www.want.uji.es/wp-content/uploads/2017/03/2003_Mart%C3%ADnez-Salanova.pdf
- Maslach, C. (2009). Comprendiendo el burnout. *Ciencia & Trabajo*, 32, 37-43. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Christina_Maslach/publication/41126168_Comprendiendo_el_Burnout/links/00b495282b3a4b088a000000.pdf#page=21
- Maslach, C., Schaufeli, W., & Leiter, M. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*. ProQuest Medical Library. 52, 397-422. Recuperado de <https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/154.pdf>
- Maslach, C., & Jackson, S. (1981). The Measurement of Experienced Burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, (2), 99-113. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/227634716_The_Measurement_of_Experienced_Burnout
- Nakandakari, M., De la Rosa, D., Failoc-Rojas, V., Huahuachampi, K., Nieto, W., Gutiérrez, A., ..& La Serna, P. (2015). Síndrome de burnout en estudiantes de medicina pertenecientes a sociedades científicas peruanas: Un estudio multicéntrico. *Revista de Neuro-Psiquiatria*, 78(4), 203-210. Recuperado de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S003485972015000400003&script=sci_arttext

- Organización Mundial de la Salud (2019). Burnout o Síndrome de estar quemado. Recuperado de <http://www.medicosypacientes.com/articulo/la-oms-reconoce-como-enfermedad-el-burnout-o-sindrome-de-estar-quemado>
- Ortega, C., & López, F. (2003). El burnout o síndrome de estar quemado en los profesionales sanitarios: revisión y perspectivas. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 4(1), 137-160. Recuperado de http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-100.pdf
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol.*, 35(1):227-232. Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
- Olivares, V. (2017). Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout. *Ciencia & trabajo*, 19(58), 59-63. Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cyt/v19n58/0718-2449-cyt-19-58-00059.pdf>
- Palacio, J., Caballero, C., González, O., Gravini, M., & Contreras, K. (2012). Relación del burnout y las estrategias de afrontamiento con el promedio académico en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 11(2), 535-544. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v11n2/v11n2a15.pdf>
- Parra, P. (2010). Relación entre el nivel de Engagement y el rendimiento académico teórico/práctico. *Revista de Educación en Ciencias de la Salud*. 7(1), 57-63. Recuperado de <http://www2.udec.cl/ofem/recs/antiores/vol712010/revbib71a.pdf>
- Pérez, E., & Medrano, L. (2010). Análisis factorial exploratorio: bases conceptuales y metodológicas. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento (RACC)*, 2(1), 58-66. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3161108>
- Picasso, M., Huillca, N., Ávalos, J., Omori, E., Gallardo, A., y Salas, M. (2012). Síndrome de burnout en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *Revista Kiru*. 9(1). 51-58. Recuperado de https://www.usmp.edu.pe/odonto/servicio/2012/Kiruv.9/Kiru_v.9_Art8.pdf
- Ramos, F., Manga, D., & Morán, C. (2005). Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios: Propiedades psicométricas y asociación. *Interpsiquis [Publicación periódica en línea]*.

https://www.researchgate.net/profile/Maria_Consuelo_Astorga/publication/271846180_Escala_de_cansancio_emocional_ECE_para_estudiantes_universitarios/links/5888d718a6fdcc9a35c13ff1/Escala-de-cansancio-emocional-ECE-para-estudiantes-universitarios.pdf

Rosales, Y., & Rosales, F. (2013). Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. *Salud mental*, 36(4), 337-345. Recuperado de

<https://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2013/sam134i.pdf>

Salanova, M., Schaufeli, W. B., & Llorens, S. P. JM & Grau, R.(2000). Desde el burnout al engagement:¿Una nueva perspectiva?. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 16(2), 117-134.Recuerado de

<https://journals.copmadrid.org/jwop/files/63236.pdf>

Soria, M., & Schaufeli, W. (2005). La ilusión por el trabajo (Engagement):¿ El lado positivo del Burnout. *Editorial egido*, 11, 73-92.

<https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/241.pdf>

Salanova, M., Bresó, E., & Schaufeli, W. B. (2005). Hacia un modelo espiral de las creencias de eficacia en el estudio del burnout y del engagement. *Ansiedad y estrés*, 11(2-3), 215-231. Recuperado de <http://www.want.uji.es/download/hacia-un-modelo-espiral-de-las-creencias-de-eficacia-en-el-estudio-del-burnout-y-del-engagement/>

Salanova, M., Martínez, I., Bresó, E., Llorens, S., & Grau, R. (2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Anales Psicología*, 21(1). 170-180. Recuperado de

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16721116>

Schaufeli, W., Bakker, A., & Salanova, M. (2006). The measurement of work engagement with a short questionnaire: A cross-national study. *Educational and psychological measurement*, 66(4), 701-716. Recuperado de

<https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/251.pdf>

Schaufeli, W., y Bakker, A. (2003). Test manual for the Utrecht Work Engagement Scale. Unpublished manuscript, Utrecht University, the Netherland, 3, 44-52. Recuperado de

https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/Test%20Manuals/Test_manual_UWES_Espanol.pdf

- Schaufeli, W., Martínez, I., Marques Pinto, A., Salanova, M. & Bakker, A. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross - Cultural Psychology*, 33(5), 464. Recuperado de <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.459.8952&rep=rep1&type=pdf>
- Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist*, (55), 5-14. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/232536135_Positive_psychology_An_introduction_Reply
- Urdan, T. & Pajares, P. (2006). *Self-Efficacy Beliefs of Adolescent. United States of America: Information Age Publishing*. Recuperado de [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=P_onDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=PAJARES,+P.+%26+URDAN,+T.+\(2006\).+Self-Efficacy+Beliefs+of+Adolescent.+United+States+of+America:+Information+Age+Publishing.&ots=rjIEq8GixM&sig=YicqAyPOVHLzoP0KDUB9wvKY1VY#v=onepage&q=PAJARES%2C%20P.%20%26%20URDAN%2C%20T.%20\(2006\).%20Self-Efficacy%20Beliefs%20of%20Adolescent.%20United%20States%20of%20America%3A%20Information%20Age%20Publishing.&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=P_onDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=PAJARES,+P.+%26+URDAN,+T.+(2006).+Self-Efficacy+Beliefs+of+Adolescent.+United+States+of+America:+Information+Age+Publishing.&ots=rjIEq8GixM&sig=YicqAyPOVHLzoP0KDUB9wvKY1VY#v=onepage&q=PAJARES%2C%20P.%20%26%20URDAN%2C%20T.%20(2006).%20Self-Efficacy%20Beliefs%20of%20Adolescent.%20United%20States%20of%20America%3A%20Information%20Age%20Publishing.&f=false)
- Urquijo, I., & Extremera, N. (2017). Academic satisfaction at university: the relationship between emotional intelligence and academic engagement. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 15(3), 553-573. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/321392444_Academic_satisfaction_at_university_the_relationship_between_emotional_intelligence_and_academic_engagement
- Usán, P., Salavera, C., & Domper, E. (2018). ¿Cómo se interrelacionan las variables de burnout, engagement y autoeficacia académica? Un estudio con adolescentes escolares. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 21(2), 141-153. Recuperado de https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/76247/1/03_REIFOP_V21_N2_2018.pdf
- Vallejo-Martín, M., Valle, J., & Angulo, J. (2018). Estrés percibido en estudiantes universitarios: influencia del burnout y del engagement académico. *International Journal of Educational Research and Innovation*, (9), 220-236. Recuperado de <https://www.upo.es/revistas/index.php/IJERI/article/view/2558/2234>

Vélez, A., & Roa, C. (2005). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes de medicina. *Educación Médica*, 8(2), 74-82. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/edu/v8n2/original1.pdf>

ANEXOS

Consentimiento informado

Estimado/a estudiante mi nombre es Fanny Padin Berdejo, soy estudiante de la Carrera de Psicología de la Universidad San Ignacio de Loyola. Actualmente me encuentro realizando una investigación cuyo objetivo es determinar la relación entre burnout académico y engagement académico en estudiantes universitarios, como parte de mi trabajo de tesis de grado.

Con esta finalidad, se solicita su participación, la cual consiste en responder a los cuestionarios, que le tomara entre 10 a 15 minutos y es estrictamente voluntaria y anónima, garantizándole que la recolección de datos se utilizara con fines académicos y si no desea participar, podrás dejar de hacer la actividad, sin ninguna consecuencia para ti. Ya que esta actividad es voluntaria sin ningún tipo de bonificación

Si tiene alguna duda puede escribir al siguiente correo: fanny.padin@usil.pe.

He leído el formulario de consentimiento informado y acepto participar en este estudio de investigación. Asimismo comprendo que puedo dejar de participar en esta actividad en algún momento. También entiendo que no recibiré ninguna bonificación.

Acepto

No acepto

Cuestionario 1

Escala de Cansancio Emocional (ECE)

A continuación encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de pensar, sentir y actuar respecto a tus estudios. Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiante marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

Raras veces (RV)	Pocas veces (PV)	Algunas veces (AV)	Con frecuencia (CF)	Siempre (S)
1	2	3	4	5

	RV	PV	AV	CF	S
1. Los exámenes me producen una tensión excesiva.	1	2	3	4	5
2. Creo que me esfuerzo mucho para lo poco que consigo.					
3. Me siento bajo de ánimo, como triste, sin motivo aparente.					
4. Hay días que no duermo bien a causa del estudio.					
5. Tengo dolor de cabeza y otras molestias que afectan a mi rendimiento académico.					
6. Hay días que noto más la fatiga y me falta energía para concentrarme.					
7. Me siento emocionalmente agotado por mis estudios.					
8. Me siento cansado al final de la jornada de estudio.					
9. Estudiar pensando en los exámenes me produce estrés.					
10. Me falta tiempo y me siento desbordado por los estudios.					

¡Muchas Gracias por su participación!

Cuestionario 2

Escala de engagement académico (UWES-S9)

Los siguientes ítems están relacionados con sentimientos, creencias y conductas relacionadas con tu experiencia como “estudiante” en la Universidad. Por favor contesta a cada uno de ellos teniendo en cuenta la siguiente escala de respuesta que va de a (nunca has experimentado ese sentimiento o creencia) a 6 (siempre lo experimentas).

0	1	2	3	4	5	6
Nunca	Casi Nunca	Algunas Veces	Regularmente	Bastantes Veces	Casi Siempre	Siempre

	0	1	2	3	4	5	6
1- Mis tareas como estudiante me hacen sentir lleno de energía.							
2- Me siento fuerte y vigoroso cuando estoy estudiando o voy a clases.							
3- Cuando me levanto por la mañana me apetece ir a clase o estudiar							
4- Estoy entusiasmada con mi carrera							
5- Mis estudios me inspiran cosas nuevas							
6- Estoy orgulloso de hacer esta carrera							
7- Soy feliz cuando estoy haciendo tareas relacionadas con mis estudios							
8- Estoy inmerso en mis estudios							
9- Me “dejo llevar” cuando realizo mis tareas como estudiante							

¡Muchas Gracias por su participación!