Ríos, M. I., Carrillo, C., Sabuco, E., (2012). Resiliencia y Síndrome de Burnout en estudiantes de enfermería y su relación con variables sociodemográficas y de relación interpersonal. International Journal of Psychological Research, 5(1), 88-95

# Resiliencia y Síndrome de Burnout en estudiantes de enfermería y su relación con variables sociodemográficas y de relación interpersonal

## Resilience and burnout syndrome in nursing students and its relationship with sociodemographic variables and interpersonal relationship

MARIA ISABEL RÍOS RÍSQUEZ*, [a], CÉSAR CARRILLO GARCÍA [a], EMILIANA DE LOS ANGELES SABUCO TEBAR [a]

[a] Universidad de Murcia

## ABSTRACT

The aim of this research was to determine resilience and burnout levels among nursing students, and to analyze the relationship between these two variables and the sociodemographic profile of the sample. This sample was composed of 218 second grade nursing students belonging to the University of Murcia. Three instruments were used: an ad hoc questionnaire which included sociodemographic and relationship with peers and teachers questions, a Spanish adaptation of the Maslach Burnout Inventory (MBI-GS) and the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). The results showed a high level of emotional exhaustion in 28% of the sample, and a high level of cynicism in 19.7%. In addition, the data support the relationship between resilience and burnout in the sample of students analyzed (r Resilience-emotional fatigue = -0.25, r-Realization Personal Resilience / efficiency = 0.52). In conclusion of the study, we emphasize that students who showed a higher level of resilience experienced less emotional exhaustion and greater personal accomplishment. Similarly, the quality of relationship with teachers was associated with a higher presence of burnout syndrome.

**Key Words:** Resilience. Burnout Syndrome. Nursing Students.

## RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivos determinar los niveles de resiliencia y síndrome de burnout en estudiantes de enfermería, así como analizar la relación existente entre ambas variables y el perfil socio-demográfico de la muestra. Ésta estuvo constituida por 218 estudiantes de segundo grado de enfermería de la Universidad de Murcia. Se les aplicaron tres instrumentos: un cuestionario elaborado ad hoc de variables sociodemográficas y de relación con sus compañeros y profesorado, la adaptación española del *Inventario de Burnout de Maslach* (MBI-GS) y la escala Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). Los resultados mostraron un nivel alto de cansancio emocional en el 28% de la muestra, y un nivel alto de cinismo en el 19,7%. Además, los datos obtenidos apoyan la relación entre la resiliencia y el síndrome de burnout en la muestra de estudiantes analizada (r Resiliencia-Cansancio emocional=-0.25; r Resiliencia-Realización personal/eficacia=0.52). Como conclusión del estudio, destacamos que aquellos estudiantes que mostraron un mayor nivel de resiliencia experimentaron un menor cansancio emocional y una mayor realización personal. Igualmente, la calidad de relación con el profesorado se relacionó con una mayor presencia del síndrome de Burnout.

**Palabras Clave:** Resiliencia. Burnout. Estudiantes de enfermería.

Recibido: Marzo 27 de 2012 Revisado: Abril 19 de 2012 Aceptado: Mayo 8 de 2012

***Correspondence / Correspondencia:**
Maria Isabel Ríos Rísquez, Servicio de Urgencias. Hospital Morales Meseguer. Murcia, Profesora Asociada Clínica de Ciencias de la Salud. Escuela de Enfermería Universidad de Murcia, E-mail: maribelrios7@yahoo.es

**Indexing / indexaciones**
International Journal of Psychological Research se encuentra incluida en: Scopus, EBSCO (Academic Search Complete), Dialnet, Imbiomed, Doaj, Scirus, New Jour, Ulrichsweb, Pserinfo, Journal Seek, Google scholar.

## INTRODUCCIÓN

Desde la década de los años 70, el interés por la Resiliencia como constructo psicológico ha ido aumentando de manera progresiva. Los primeros estudios considerados de referencia en este campo, son los realizados por Garmezy, (Garmezy, Masten y Tellegen, 1984; Garmezy y Streitman, 1974). El origen del estudio de la resiliencia en psicología y psiquiatría procede, de los esfuerzos por conocer la etiología y desarrollo de la psicopatología, especialmente en niños de riesgo de desarrollar psicopatología debido a enfermedades mentales de los padres, problemas perinatales, conflictos interpersonales, pobreza o una combinación de estos factores. En este contexto, se pueden citar algunos trabajos que han supuesto investigaciones de referencia en este área, tales como los realizados por Masten y Rutter (Masten, 1999; Rutter, 1985, 1987), o los desarrollados por Werner (Werner, 1989, 1995; Werner y Smith, 1982, 1992, 2001), en los que estudiaron niños con situaciones o experiencias muy adversas, tales como abandono, maltrato, hambre o trastornos severos mentales en los padres.

Sobre el concepto de resiliencia hay numerosas definiciones, una de las más citadas en la literatura es la formulada por Garmezy, definiéndola como "la capacidad para recuperarse y mantener una conducta adaptativa después del abandono o la incapacidad inicial al iniciarse un evento estresante (Garmezy, 1991, citado en Becoña, 2006). Asimismo, Kumpfer et al. (1998), la definen contemplando númerosos aspectos relacionados tanto con el entorno, como con el propio individuo, tales como la inteligencia, temperamento, familia y comunidad donde el niño vive.

Hay numerosos autores que coinciden, por tanto, en señalar la resiliencia como el afrontamiento o la respuesta positiva frente a la adversidad. En esta línea, destacan los trabajos de Richardson, Niger, Jensen y Kumpfer (1990), Luthar y Cushing (1999), Luthar, Cicchetti y Becker (2000a, b), así como Masten (2001).
Más recientemente, Manciaux (2001), define la resiliencia como "recuperarse, ir hacia adelante tras una enfermedad, un trauma o un estrés", y Grotberg, 2006, como "la capacidad humana de enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad" (citados en Valdebenito, Loizo y García, 2009, p. 196).

La revisión de la literatura previa pone de manifiesto la escasa bibliografía existente que relacione la resiliencia en estudiantes con el síndrome de burnout, perfil sociodemográfico y variables de relación interpersonal. La mayor parte de la literatura revisada incluye estudios teóricos sobre resiliencia evidenciando la escasez de trabajos empíricos que se centren en este tipo de variables. Entre estos últimos, cabe destacar el de Bueno (2005), que realiza una tesis doctoral relacionando el apoyo psicosocial con la resiliencia y el éxito académico en estudiantes. Asimismo, otros dos estudios realizados en Lima (Perú), analizaron la resiliencia en población estudiantil. Por un lado, la investigación realizada por Peña (2009), identificó y comparó los niveles y fuentes de resiliencia de un grupo de estudiantes, cuyos resultados arrojaron diferencias significativas en las fuentes de resiliencia entre varones y mujeres, siendo mayor en las mujeres. Por otro lado, el trabajo de Salgado (2009) relacionó la resiliencia con la felicidad y el optimismo, resultando que los estudiantes con mayor nivel de resiliencia, mostraban un mayor optimismo y felicidad. Por último, dentro de este área temática, encontramos un estudio cualitativo en el que se identificaron las dificultades en el proceso académico susceptibles de producir resiliencia en alumnos de enfermería, observando todos aquellos problemas que afectaban a la formación de los estudiantes, que quedaron finalmente clasificados en las siguientes categorías: problemas económicos, personales, organizacionales, sociales, académicos, y otros tipos de problemas (Bernalte, et al., 2009).

En comparación con la Resiliencia, el Síndrome de Burnout ha sido investigado de manera relevante desde los años setenta. Este síndrome es considerado como una consecuencia del estrés laboral crónico (Gil, 2003; 2007). Entre los primeros autores que definieron este síndrome desde una perspectiva psicosocial, Maslach (1976, 1982) caracterizó a este síndrome como un proceso progresivo de pérdida de responsabilidad profesional y cinismo o distanciamiento emocional que se daba entre los profesionales de ayuda o asistencia a personas. Así, este proceso quedó definido por tres síntomas clave: sentimientos de agotamiento emocional, actitudes de despersonalización o cinismo y una baja motivación laboral o realización personal en el trabajo. Numerosos estudios han tratado de analizar y estimar la prevalencia de este cuadro de desgaste profesional en diferentes colectivos profesionales y de estudiantes (Deary, Watson y Houston, 2003; Dick y Anderson, 1993; Farrerons y Calvo, 2008; Moreno, Morett, Rodríguez, y Morante, 2006; Schaufeli, Martínez, Pinto, Salanova y Bakker 2002; Serrano, Garcés, e Hidalgo, 2008; Taylor, Ogle, Olivieri. English, y Dennis, 1999). De acuerdo con Martínez, Pinto y Silva (2000) la ampliación del concepto de Burnout para estudiantes de enfermería, es decir, a una categoría preprofesional, ha sido propuesta con rigor y soporte empírico por Schaufeli, Martínez, Pinto, Salanova y Baker en un estudio publicado en el 2002, en el cual se confirmó la estructura trifactorial (agotamiento emocional, cinismo y competencia percibida), original de Maslach Burnout inventory (MBI) de Schaufeli, Leiter, Maslach y Jackson (1996). Sin embargo, otras investigaciones con estudiantes, han concluido en un enfoque dimensional del Burnout en este colectivo estudiantil, donde agotamiento emocional y cinismo serían el núcleo clave de este síndrome, y la dimensión de eficacia académica constituiría una variable de personalidad que predispone a la génesis del Burnout (Salanova, Cifre, Grau, Llorens y Martínez, 2005).

En cuanto a cómo se produce este proceso de desgaste, el grupo de modelos teóricos que engloba la Teoría Sociocognitiva del Yo, pone el énfasis en las variables de tipo individual o personal del Self como moduladoras relevantes a la hora de explicar el desarrollo de este síndrome. Desde este enfoque, se asume que variables personales, entre las que se podría incluir la resiliencia, desempeñarían un importante papel protector frente al surgimiento de este cuadro de desgaste profesional (Gil y Peiró, 1997; Moreno, González y Garrosa, 2002). Aunque el síndrome de Burnout ha sido muy estudiado en colectivos profesionales de enfermería, es más escaso el número de trabajos que investigan variables psicológicas de tipo personal o individual como posibles predictoras del síndrome en estudiantes de enfermería. Estos estudios son necesarios ya que los estudiantes como futuros potenciales profesionales, se convierten en una población muy interesante con el objeto de poder aplicar de forma precoz y con eficacia, posibles medidas preventivas frente a esta relevante problemática laboral. No obstante, se puede destacar algún estudio donde se ha puesto en relación los aspectos positivos de la resiliencia con el engagement (compromiso) y la vulnerabilidad a experimentar el síndrome de Burnout (Menezes, Fernández, Hernández, Ramos, y Contador, 2006). En dicho trabajo los autores concluyeron que los cuidadores más resilientes, no llegaban a quemarse, sino que lograban mayores habilidades y competencias de compromiso laboral, y en la medida que reforzaban estos atributos, mitigaban la vulnerabilidad al burnout.

Desde el marco teórico y empírico comentado, y teniendo en cuenta la escasez de investigaciones empíricas que analicen las variables propuestas en la población citada y dentro de nuestro entorno sociocultural más cercano, nos planteamos como objetivo analizar la relación entre la resiliencia y cada una de las dimensiones que componen el síndrome de burnout (cansancio emocional, despersonalización y realización personal), en una muestra de estudiantes de enfermería de segundo de grado. Como objetivo secundario, se planteó analizar la relación entre estas dos variables psicológicas y el perfil sociodemográfico y variables de relación interpersonal de la muestra analizada. Para ello, se empleó un diseño correlacional.

## MÉTODO

### *Diseño*

Para la realización de este estudio se aplicó un diseño descriptivo transversal mediante la aplicación de varios instrumentos de medición psicológica a una muestra de estudiantes de enfermería de la Universidad de Murcia. Además de la descripción de las variables objeto de estudio, se empleó una metodología correlacional con el fin de investigar si existía relación entre dichas variables.

### *Participantes*

La población objeto de estudio estuvo formada por estudiantes de enfermería que asistían a un seminario práctico-clínico sobre soporte vital básico en Abril de 2011. No hubo criterios de exclusión. Participaron voluntariamente en el estudio un total de 218 estudiantes, utilizando, por tanto, para el diseño del estudio una muestra de conveniencia. Contestaron a la batería de cuestionarios el 100% de los asistentes al seminario.

La muestra presentó una edad media de 22.74 (*DT* = 5.66), con un rango de edades entre los 19 y los 50 años. Predominaba el sexo femenino con un 75.7% de la muestra. En cuanto al estado civil, predominaban los solteros (57.8%) frente a los casados (6.4%) o emparejados (34,4%), si bien también se registró un 1.4% en otras categorías (viudo, separado). Al tener en cuenta la ocupación laboral, un 69.3% de los estudiantes únicamente estudiaba, frente a un 29.4% que refería trabajar y estudiar. En cuanto a las relaciones interpersonales con profesores y compañeros de estudios, un 57,8% de la muestra calificó de buenas estas relaciones con compañeros y un 68.8% reflejó unas relaciones óptimas con los profesores.

### *Instrumentos de evaluación*

Se administraron dos instrumentos psicológicos validados y una ficha de datos sociodemográficos diseñada ad-hoc para esta investigación, en la que también se les preguntaba a los alumnos sobre la calidad de las relaciones con sus compañeros y profesores, siguiendo una escala tipo Likert de 5 puntos. Las escalas validadas que se administraron fueron las siguientes:

***Inventario para evaluar el síndrome de Burnout (MBI-GS, Schaufeli, Leiter, Maslach y Jackson, 1996)***. Este instrumento está compuesto por 16 ítems dividido en tres dimensiones: agotamiento emocional (5 ítems), cinismo o despersonalización (5 ítems) y eficacia profesional (6 ítems). Los ítems han de ser respondidos según una escala tipo Likert de 6 puntos, donde altas puntuaciones en agotamiento emocional y cinismo, y bajas puntuaciones en eficacia profesional serían indicadoras del síndrome de burnout. Los valores de consistencia interna obtenidos para cada una de las escalas en el presente estudio fueron de 0.85 para el cansancio emocional, 0.81 para el cinismo y 0.73 para la eficacia profesional.

***Escala Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC),*** elaborada por Connor y Davidson (2003). Este instrumento consta de 25 ítems que siguen un formato de puntuación tipo Likert de 6 puntos (desde nada de acuerdo a totalmente de acuerdo con cada una de las afirmaciones), por lo que el rango total de la escala va de 25 a 150. Los ítems están distribuidos en cinco dimensiones: competencia personal, confianza en los propios instintos, aceptación positiva del cambio, control e influencias espirituales. No obstante, y para el desarrollo

de esta investigación se ha trabajado con la puntuación total de la escala como indicador de resiliencia global. En el presente estudio se registro un índice de consistencia interna de 0.90 para la escala total.

***Procedimiento***

La muestra de estudiantes participó de forma voluntaria coincidiendo con su asistencia a un seminario práctico-clínico. Los estudiantes participaron bajo consentimiento informado, asegurándoles en todo momento la confidencialidad y anonimato de los datos recogidos. La batería de cuestionarios se les entregó tras ser informados sobre el estudio y cada cuestionario se codificó con el fin de mantener el anonimato y confidencialidad de los datos recogidos. La aplicación de los cuestionarios fue desarrollada por una psicóloga y un enfermero.

## RESULTADOS

El análisis estadístico se realizó con el paquete estadístico SPSS 15.0. Se calculó la media, máximo, mínimo y desviación típica para cada una de las variables cuantitativas. Se usaron medidas de frecuencias absolutas y relativas para las variables cualitativas. Posteriormente, se realizó un análisis para comprobar la relación entre variables sociodemográficas y de relación interpersonal, tomando como variables dependientes la resiliencia y las tres dimensiones del síndrome de Burnout. Para este análisis bivariante se utilizó la prueba chi cuadrado para variables cualitativas y correlaciones de Pearson para las cuantitativas. Cuando se trataba de analizar la asociación entre una variable cualitativa y otra cuantitativa se empleó la "t" de Student si la variable cualitativa era dicotómica y el ANOVA cuando ésta era politómica.

En la Tabla 1 se presentan los estadísticos descriptivos obtenidos para cada una de las variables cuantitativas estudiadas.

En la Tabla 2 se pueden observar los niveles registrados por la muestra analizada para cada una de las dimensiones que configuran el síndrome de Burnout. La clasificación de estos niveles se ha realizado siguiendo la nota técnica NTP-732 del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Teniendo en cuenta los datos normativos establecidos en dicha nota técnica, en nuestro estudio un 28% de los alumnos registraron altos niveles de agotamiento emocional, mientras un 19,7 % refirieron altos niveles de cinismo y un 25,2% bajos niveles de eficacia.

Con respecto a la variable de Resiliencia, se realizó una clasificación de la muestra en tres niveles, tomando como referencia la puntuación media obtenida ± su desviación típica. De acuerdo con esta clasificación, un 14,7% de la muestra mostró bajos niveles de resiliencia, un 69,7% registró niveles medios y, finalmente, un 15,6% de la muestra obtuvo niveles altos en esta variable de personalidad.

**Tabla 1**. *Estadísticos descriptivos de las variables cuantitativas (N = 218)*

| Variable | *Mínimo* | *Máximo* | *Media* | *DT* |
|---|---|---|---|---|
| Edad (años) | 19 | 50 | 22.75 | 5.66 |
| MBI-Cansancio Emocional | 0 | 5.60 | 2.43 | 1.09 |
| MBI-Cinismo | 0 | 6 | 1.65 | 1.17 |
| MBI-Realización personal | 1.83 | 5.67 | 4.23 | 0.79 |
| Resiliencia (CD-RISC-Total) | 40 | 144 | 109.98 | 14.60 |

**Tabla 2.** *Niveles registrados en las dimensiones del Síndrome de Burnout*

| Dimensión del SD. Burnout | *Bajo* | *Medio* | *Alto* |
|---|---|---|---|
| MBI-Cansancio Emocional | 15.6%(34) | 55.5%(121) | 28%(61) |
| MBI-Cinismo | 14.2%(31) | 63.3%(138) | 19.7%(43) |
| MBI-Realización personal | 25.2%(55) | 55%(120) | 7.3%(16) |

Por otro lado, se realizó un análisis para determinar si las variables sociodemográficas y de relación interpersonal contempladas en el estudio se asociaban a la personalidad resiliente y las dimensiones del síndrome de Burnout. Resultó significativa la variable "trabajo y estudio" en relación con la eficacia profesional ($p \leq 0.010$), en el sentido de que los estudiantes que referían trabajar y estudiar registraban mayores niveles de eficacia profesional. Por otro lado, la variable de relación con los profesores también resultó significativa observándose mayores niveles de agotamiento emocional ($p \leq 0.01$) y menores niveles de realización personal ($p \leq 0.05$) en aquellos estudiantes que referían una "mala" relación con sus profesores.

La variable edad no mostró asociación alguna con las dimensiones del Burnout y la resiliencia, tal y como se puede observar en la Tabla 3, donde se muestran las correlaciones obtenidas entre las variables cuantitativas del estudio.

En cuanto a la relación entre la resiliencia y las dimensiones que configuran el síndrome de Burnout (ver Tabla 3), los datos mostraron una asociación negativa significativa entre resiliencia y los niveles de agotamiento emocional ($r=-0.248$; $p<.01$), y una asociación de tipo directo o positivo entre la resiliencia y la dimensión de realización personal ($r=0.521$; $p<.01$). En el caso de esta última dimensión, la realización personal, la fuerza de la

relación fue superior a la registrada con el agotamiento emocional. De acuerdo con estos resultados, la resiliencia se relacionó de forma relevante con una menor presencia del síndrome de Burnout en la muestra de estudiantes estudiada.

**Tabla 3.** *Matriz de coeficientes de correlación de Pearson (N = 218)*

| Variable | Edad | Resiliencia | CE | DP | RP |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. Edad | 1 | | | | |
| 2. Resiliencia | .042 | 1 | | | |
| 3. Cansancio Emocional(CE) | .059 | -.248** | 1 | | |
| 4. Despersonalización (DP) | .082 | -.063 | .349** | 1 | |
| 5. Realización Personal (RP) | -.006 | .521** | -.105 | -.209** | 1 |

** p (bilateral) < .01 (bilateral).* p (bilateral) < .05

## DISCUSIÓN

El objetivo principal del presente estudio fue analizar la relación entre la resiliencia como variable psicológica y las dimensiones que configuran el síndrome de Burnout, en una muestra de estudiantes de enfermería de segundo de grado. También nos planteamos determinar la frecuencia en la sintomatología del síndrome de Burnout, de acuerdo a los niveles normativos establecidos para la población española por la nota técnica NTP-732 del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo español.

Cuando analizamos la frecuencia de sintomatología de Burnout en la muestra de estudio, los resultados mostraron que un porcentaje significativo de estudiantes experimentaban un elevado nivel de agotamiento emocional y un bajo nivel de eficacia académica. El agotamiento emocional se relaciona, de manera general, con las exigencias excesivas que provienen del ejercicio del trabajo (Maslach, 1982). La sobrecarga laboral (Mazue y Linch, 1989, citado en Carlotto, Gonçalves y Brazil, 2005) es un predictor del agotamiento que, en el caso de los estudiantes, sería la cantidad de actividades a realizar, tanto acádemicas como profesionales. En un estudio realizado por Agut, Grau y Beas (2002) con estudiantes de distintos cursos, se encontró un nivel moderado del síndrome de Burnout en sus tres dimensiones. Sin embargo, los estudiantes de cursos relacionados con ciencias humanas presentaron mayor nivel de agotamiento. Al comparar las diferencias en el año cursado, se asocia mayor cansancio emocional en los primeros años de carrera (Martín, 2007, citado en Fontana, 2011). Resultaría interesante, en este sentido, realizar un seguimiento de la muestra analizada en nuestra investigación con el fin de corroborar en un futuro próximo estos resultados.

Por otro lado, otro estudio realizado por Carlotto et al. (2005) reflejó que el agotamiento emocional se relacionaba con ser más joven, estar trabajando y percibir como estresante la conciliación laboral con el curso y las tareas, trabajos o exámenes exigidos académicamente. En este trabajo, los autores concluyeron que el tener que conciliar el trabajo con el curso fue el estresor con mayor poder predictivo para el agotamiento (22,6%). El cansancio emocional en los estudiantes es el que influye negativamente en las expectativas de éxito y falta de madurez profesional, produciendo bajas expectativas de finalizar los estudios, tendencia al abandono y poca preparación para enfrentar el mundo laboral (González y Landero, 2007; Martínez y Marques, 2005; Salanova et al., 2005). Nuestra investigación, sin embargo, ha reflejado resultados algo diferentes, pues la variable edad no resultó significativa en su relación con la sintomatología del Burnout, y además, la conciliación de trabajo y curso académico se relacionó de forma positiva con los niveles de eficacia académica encontrados. En este sentido, los alumnos que estudiaban y trabajaban fueron aquellos que tenían una mejor percepción de eficacia académica, y parece ser que un mayor esfuerzo y afán de logro por conciliar ambos aspectos, conlleva una mejor percepción de autoeficacia en el desempeño tanto académico como profesional. Esta, a su vez, se observa asociada a un mayor nivel de resiliencia o capacidad de afrontar los obstáculos y la adversidad, en los estudiantes analizados, lo que nos hace pensar en el potencial efecto modulador, protector y positivo de dicho proceso psicológico frente a los efectos nocivos de la sobrecarga de trabajo y estrés asociado a la misma (Menezes, et al., 2006).

Otro resultado relevante a destacar de nuestra investigación ha puesto de manifiesto la importancia de las relaciones con el profesorado. En este contexto, la eficacia académica disminuye a medida que la percepción de la relación con el profesorado se deteriora, observándose también un mayor agotamiento emocional en los alumnos que refieren una peor relación con sus profesores. Aunque el cinismo no ha resultado significativo en nuestro análisis, hay autores que proponen que el cinismo parece estar directamente vinculado a aspectos relacionales del ambiente de estudio, ya que los alumnos pueden considerar estresantes los juicios procedentes de profesores y colegas de estudio (Nogueira, 2002). De forma coherente con estos resultados, estudios realizados con otras muestras de profesionales han demostrado la importancia que tienen la presencia de conflictos interpersonales y la falta de reciprocidad en los intercambios sociales del ambiente laboral en la génesis y desarrollo de la sintomatología del Burnout (Gil-Monte, Carretero y Roldán, 2005). Así mismo, estos autores destacaron el importante papel desempeñado por el apoyo social como modulador del efecto negativo de la falta de reciprocidad en las interacciones sobre el agotamiento emocional. Este hallazgo podría ser generalizable a la población estudiantil, donde una deficiente comunicación

entre alumno y profesor, se asociaría a mayores niveles de agotamiento emocional, tal y como concluye nuestro trabajo. En línea con lo anteriormente argumentado, existen estudios nacionales que, como el realizado por Bernalte et al (2009), resaltan la importancia del estrés/agotamiento, además de una falta de comunicación entre el alumno-profesor, como uno de los cinco problemas priorizados por los alumnos en una universidad española. Estos hallazgos reflejan la importancia percibida de esta problemática en la población estudiantil, y el hecho que resulte necesaria una mayor atención y apoyo por parte del profesorado hacia el alumnado, ya sea directamente o a través de tutorías. Esto contribuiría a resolver las dudas, miedos e inquietudes que pudieran tener los estudiantes y sería una estrategia útil en la prevención de altos niveles de agotamiento emocional. Además, una buena relación con el profesorado redundaría en una mejora de sus capacidades y potencialidades (Bueno, 2005).

La escasa investigación sobre la resiliencia en población estudiantil universitaria dificulta la posibilidad de comparar los resultados obtenidos en nuestro estudio con otros hallados en la literatura previa. En ésta, encontramos sobre todo trabajos pioneros realizados con niños de riesgo o en situaciones adversas. Las escasas investigaciones con estudiantes han puesto de relieve la importancia de esta capacidad de afrontar a la adversidad y su relación con aspectos positivos como la felicidad y el optimismo (Salgado, 2009). De acuerdo con los hallazgos destacados en este estudio, nuestro trabajo refleja también el potencial positivo que tiene la resiliencia como proceso dinámico y positivo de conducta que se relaciona con una menor presencia de los síntomas que configuran el denominado síndrome de Burnout. Coherentemente con este resultado, y desde los modelos salutogénicos que enfatizan las variables personales del sujeto vinculadas al síndrome de burnout, existen estudios que han destacado el efecto protector de otras variables de personalidad positivas como la dureza ("Hardiness") frente a los efectos nocivos del estrés crónico y agotamiento en diferentes muestras profesionales (Garrosa, Moreno, Liang, y González, 2008; Kobasa, 1979; Moreno, Garrosa y González, 2000; Moreno, Garrosa, Corso, Boada y Rodríguez, 2012; Peñacoba y Moreno, 1998; Ríos, Sánchez y Godoy, 2010). Si bien se trata de constructos psicológicos diferentes, se enmarcan ambos en el contexto de variables individuales de conducta positiva que favorecen una menor vulnerabilidad a los efectos del estrés crónico.

El análisis realizado en nuestra investigación, si bien ha sido correlacional, ha concluido en una relación significativa entre la resiliencia, como capacidad de superarse en la adversidad, y una menor frecuencia de sintomatología de Burnout en la muestra estudiada. No obstante, se necesitarían futuros estudios analíticamente más complejos que confirmaran el potencial efecto protector de esta capacidad psicológica frente a los efectos nocivos del estrés crónico en la población estudiantil. La importancia de este patrón funcional positivo de comportamiento en la problemática de este síndrome de desgaste también viene dada por su integración en las posibles medidas de prevención y tratamiento, sobre todo teniendo en cuenta el tipo de población analizada, ya que estas medidas podrían contribuir a reducir la prevalencia del Burnout en los futuros profesionales.

## REFERENCIAS

Agut, S., Grau, R., y Beas, M. (2002). Burnout em mujeres: um etudocomparativo entre contextos de trabalho e no trabalho. V congreso Galaico-Português de psicopedagogia. IX Congreso de la Sociedad española de Psicologiá. III Jornada de la Sociedad Portuguesa de Psicología.Extraido el 12 de marzo de 2003 desde: http://fsmorente.filos.ucm.es/publicaciones/iberpsicologia/congreso/programa.htm.

Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, 11*(3), 125-146.

Bernalte, A., Miret, M.T., Navarro, C.C.M., Riz, S., Bermúdez, M.T., y Lupiani, M.M. (2009). Las dificultades en el proceso académico susceptibles de producir resiliencia, según alumnos de enfermería españoles. *Cultura de los Cuidados, XIII* (26), 65-86.

Bueno, G. (2005). Perfil sociodemográfico de los estudiantes Universitarios sin progreso académico y la relación entre el apoyo psicosocial con enfoque de resiliencia y el éxito académico en los estudiantes de primer año de universidad. (Tesis Doctoral). Universidad Complutense de Madrid. Madrid.

Connor, K.M., y Davidson, M.D. (2003). Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety, 18*, 76-82.

Caballero, C.C., Abello, R., y Palacio, J.E. (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.

Carlotto, M.S., Gonçalves, S., y Brazil, A.M. (2005). Predictores del síndrome de Burnout en estudiantes de un curso técnico de enfermería. *Perspectivas en psicología, 1 (2),* 195-204.

Deary, I., Watson, R., y Houston, R. (2003). A longitudinal cohort study of burnout and attrition in nursing students. *Journal of Advance Nursing, 43* (1), 71-81

Dick, M., y Anderson, D. (1993). Job burnout in RN-to-BSN Students: relationships to live stress, time commitments, and support for returning to school. *Journal of Continuing Education in Nursing, 24* (3), 105-109.

Farrerons, L., y Calvo, F. (2008). Estudio descriptivo del síndrome de burnout en una muestra de profesionales de enfermería en el área sur de Gran Canaria. *Ansiedad y Estrés*, 14, 101-113.

Fontana, S.A. (2011). Estudio preliminar de las propiedades psicométricas de la escala de Desgaste Emocional para estudiantes universitarios. *Revista Argentina de ciencias del comportamiento, 3* (2), 44-48.

Garmezy, N. y Streitman, S. (1974). Chuildren atrisk: Conceptual model and research methods. *Schizophrenia Bulletin*, 9, 55-125.

Garmezy, N., Masten, A.S. y Tellegen, A. (1984). The study of stress and competence in children: A building block for developmental psychopathology. *Child Development, 55*, 97-111.

Garrosa, E., Moreno, B., Liang, Y. y González, J. L. (2008). The relationship between socio-demographic variables, job stressors, burnout, and hardy personality in nurses: An exploratory study. *International Journal of Nursing Studies, 45*, 418-427.

Gil, P. R. (2007). *El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout): grupos profesionales de riesgo.* Madrid: Pirámide.

Gil, P.R. (2003). Burnout síndrome: ¿síndrome de quemarse por el trabajo, desgaste profesional, estrés laboral o enfermedad de Tomás? *Revista de Psicología del trabajo y de las organizaciones, 19*, 181-197.

Gil, P.R., Carretero, N., Roldán, M.D. (2005). Algunos procesos psicosociales sobre el síndrome de quemarse por el trabajo burnout en profesionales de enfermería. *Ansiedad y Estrés, 11*, 281-90.

Gil, P.R. y Peiró, J.M. (1997). *Desgaste Psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse*. Síntesis, S. A.

González, M.T., y Landero, R. (2007). Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios: Propiedades psicométricas en una muestra de México. *Anales de la psicología, 23*, 253-257.

Kobasa, S.C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *Personality and Social Psychology, 37*, 1-11.

Kumpfer, K., Szapocznik, J., Catalano, R., Clayton, R.R., Liddie, H.A., McMahon, R. y Steele, M. (1998). *Preventing substance abuse among children and adolescents: Family-centered approaches.* Rockville, MD: Department of Health and Human Services, Center for Substance buse Prevention.

Luthar, S.S. y Cushing, G. (1999). Measurement issues in the empirical study of resilience: An overview. En M.D. Glantz y J.L. Johnson (Eds.), *Resilience and development. Positive Ufe adaptations* (pp. 129-160). Nueva York: Kluwer Academic/Plenum Press.

Luthar, S.S., Ciccheti, D. y Becker, B. (2000a). Research on resilience: Response to commentaries. *Child Development, 71*, 573-575.

Luthar, S.S., Cicchetti, D. y Becker, B. (2000b). The construct of resilience. A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development, 71*, 543-562.

Martínez, I., y Marques, A. (2005). Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas. *Aletheia, 21*, 21-30.

Martínez, I.M., Pinto, A., y Silva, A. (2000). Burnout em estudantesndo ensino superior. *Revista portugesa de psicologia, 35*, 151-167.

Maslach, C. (1976). Burned out. *Human Behavior*, 59, 6-22.

Maslach, C. (1982). *The cost of coping*. New York: Prentice Hall Press.

Masten, A.S. (1999). Resilience comes of age: Reflections on the past and outlook for the next generation of research. En M.D. Glantz y J.L. Johnson (Eds.), *Resilience and development. Positive Ufe adaptations* (pp.281-296). Nueva York: Kluwer Academic/Plenum Press.

Masten, A.S. (2001). Ordinary magic. Resilience processes indevelopment. *American Psychologist, 56*, 227-238.

Menezes, V.A., Fernández, B., Hernández, L., Ramos, F., y Contador, I. (2006). Resiliencia y el modelo Burnout-Engagement en cuidadores formales de ancianos. *Psicothema, 18*(4), 791-769.

Moreno, B., Garrosa, E., Corso, S., Boada, M., y Rodríguez, R. (2012). Personalidad resistente y capital psicológico: las variables personales positivas y los procesos de agotamiento y vigor. *Psicothema, 24*, 79-86.

Moreno, B., Garrosa, E. y González, J.L. (2000). Personalidad resistente, burnout y salud. *Escritos de Psicología, 4*, 64-77.

Moreno, B., González, J.L. y Garrosa, E. (2002). Desgaste profesional (burnout), personalidad y salud percibida. En Buendía, J (Ed), *Empleo, estrés y salud* (pp. 59-83). Madrid: Pirámide.

Moreno, B., Morett, N.I., Rodríguez, A. y Morante, M.E. (2006). La personalidad resistente como variable moduladora del síndrome de burnout en una muestra de bomberos. *Psicothema*, 18, 413-418.

Nogueira, M.C.F. (2002). Humanização das relações assistenciais: A formação do profissionsal de saúde. São Paulo: Casa do psicólogo.

Peña, N.E. (2009). Fuentes de resiliencia en estudiantes de Lima y Arequipa. *Liberabit, 15*(1), 59-64.

Peñacoba, C. y Moreno, B. (1998). El concepto de personalidad resistente: consideraciones teóricas y repercusiones prácticas. *Boletín de Psicología, 58*, 61-96.

Richardson, G.E., Niger, B.L., Jensen, S. y Kumpfer, K.L. (1990). The resilience model. *Health Education, 21*, 33-39.

Ríos, M.I., Sánchez, J. y Godoy, C. (2010). Personalidad resistente, autoeficacia y estado general de salud en profesionales de Enfermería de Cuidados Intensivos y Urgencias. *Psicothema, 22*, 600-605.

Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorders. *British Journal of Psychiatry, 147*, 598-611.

Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316-331.

Salanova, M., Cifre, E., Grau, R.M., Llorens, S. y Martínez, I.M. (2005). Antecedentes de la autoeficacia en profesores y estudiantes universitarios: un modelo causal. *Revista de psicología del trabajo y las organizaciones, 21,* 159-176.

Salgado, A.C. (2009). Felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de Colegios Nacionales Ciudad de Lima. *Liberabit, 15*(2), 133-141.

Serrano, M.F., Garcés, E.J. e Hidalgo, M.D. (2008). Burnout en fisioterapeutas españoles. *Psicothema,* 20, 361-368.

Schaufeli, W.B., Leiter, M.P., Maslach, C. y Jackson, S.E. (1996). Maslach Burnout Inventory - General Survey. En: C.Maslach, S.E. Jackson, y M. P. Leiter: The Maslach Burnout Inventory-Test Manual (3rd ed.). Palo Alto, CA:Consulting Psychologists Press.

Shaufeli, W.B, Martínez, I.M, Pinto, A.M., Salanova, M., y Bakker, A.B. (2002). Burnout and engagement in university students: a cross national study. *Journal of Cross-Cultural Psichology, 33,* 5, 464-481.

Taylor, C., Ogle, K., Olivieri, D., English, R., y Dennis, M. (1999). Taking on the student role: how can we improve the experience of registered nurses returning to study. *Australian Critical care, 12* (3), 98-102.

Valdebenito, E., Loizo, J.M., y García, O. (2009). Resiliencia: una mirada cualitativa. *Fundamentos en Humanidades, 19,* 195-206.

Werner, E.E. (1989). High-risk children in young adulthood: A longitudinal study from birth to 32 years. *American Journal of Orthopsychiatry, 59,* 72-81.

Werner, E.E. (1995). Resilience in development. *Current directions in Psychological Science,* 4 (3), 81-85.

Werner, E.E. y Smith, E.E. (1982). *Vulnerable but invincible: A study of resilient children.* Nueva York: McGraw-Hill.

Werner, E.E. y Smith, E.E. (1992). *Overcoming the odds: Higb-risk children from birth to adulthood.* Ithaca, NY: Comell University Press.

Werner, E.E. y Smith, E.E. (2001). *Joumeys from childhood to midlife. Risk, resilience, and recovery.* Ithaca, NY: Comell University Press.