

NOMBRE DEL TRABAJO

**Tesis licenciatura Emanuel Apaza_24102
5_073227.pdf**

RECuento DE PALABRAS

8761 Words

RECuento DE CARACTERES

50699 Characters

RECuento DE PÁGINAS

34 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

1.6MB

FECHA DE ENTREGA

Nov 3, 2024 8:32 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Nov 3, 2024 8:33 PM GMT-5

● 11% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 11% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Base de datos de trabajos entregados
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)
- Material bibliográfico
- Material citado
- Bloques de texto excluidos manualmente

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



**Burnout académico y resiliencia como predictores del
bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Juliaca,
2024**

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo

Autor:

Emanuel Humberto Apaza Calla

Asesor:

Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco

Juliaca, 14 de octubre del 2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

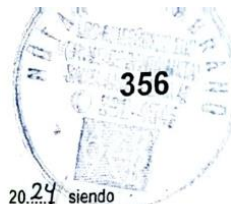
DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“BURNOUT ACADÉMICO Y RESILIENCIA COMO PREDICTORES DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE JULIACA, 2024”** del autor **Emanuel Humberto Apaza Calla** tiene un índice de similitud de 12 % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Juliaca, a los 21 días del mes de octubre del año 2024.



Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco
Asesor



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Puno, Juliaca, Villa Chullunquiani, a catorce día(s) del mes de octubre del año 2024 siendo las 15:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Juliaca, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mg. Rita Cordova Soncco, el (la) secretario(a): Mg. Kristel Raquel Hilaraca Mamani y los demás miembros: Mg. Lucy Puño Quispe y el (la) asesor(a) Mg. Eddy Wildman Aquize Anco

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: Burnout académico y resiliencia como predictores del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Juliaca, 2024 de los (las) bachilleres:

a) Emanuel Humberto Apaza Calla

b)

c)

conducente a la obtención del título profesional de:

Psicólogo
(Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Emanuel Humberto Apaza Calla

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>19</u>	<u>A</u>	<u>Excelente</u>	<u>Excelencia</u>

Bachiller (b):

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

Bachiller (c):

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

[Firma]
Presidente/a

[Firma]
Asesor/a

[Firma]
Bachiller (a)

Miembro

Bachiller (b)

[Firma]
Secretario/a

[Firma]
Miembro

Bachiller (c)

Agradecimientos y dedicatoria

Agradezco a Dios en primer lugar, por ser el autor de mi vida y por medio de su voluntad cumplir mis metas y sueños. A mi familia, por siempre estar a mi lado y ser un pilar fundamental en mi vida. Finalmente, de manera especial agradezco al Mg. Eddy Aquize por su guía, acompañamiento, dirección y mentoría en este proceso de investigación.

Índice

Resumen	6
Abstract	7
1. Introducción	8
2. Material y Métodos	11
2.1. Participantes	11
2.2. Instrumentos	12
2.3. Análisis estadístico	13
2.4. Aspectos éticos	13
3. Resultados	13
3.1. Análisis descriptivos	13
3.2. Comprobación de supuestos	15
3.3. Análisis del modelo	15
3.3.1. Regresión lineal simple	15
3.3.2. Regresión multivariada	17
4. Discusión	17
5. Limitaciones	20
6. Conclusiones y recomendaciones	20
Referencias	21
Anexos	30
Anexo 1: Evidencia de sumisión del artículo	30
Anexo 2: Resolución de inscripción de perfil de proyecto de tesis	31
Anexo 3: Carta de aprobación del comité de ética	32
Anexo 4: Supuestos de regresión	33
Supuesto de linealidad	33
Supuesto de linealidad	Error! Bookmark not defined.
Supuesto de Normalidad	33
Supuesto de independencia de los errores	34
Supuesto de no multicolinealidad	34

Burnout académico y resiliencia como predictores del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Juliaca, 2024

Resumen

El objetivo de la presente investigación fue determinar la influencia del burnout académico y la resiliencia sobre el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios. El estudio responde a un diseño no experimental y tipo explicativo, en 571 estudiantes universitarios (74.4% varones $n=425$; 25.6% mujeres $n=146$) seleccionados a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia. Los datos se recabaron mediante el inventario de Maslach Burnout Encuesta Estudiantil (MBI-SS), la escala breve de Resiliencia Connor Davidson (CD-RISC 10) y la escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A). Mediante el análisis de regresión lineal se evidenció que el burnout académico ($\beta=-0.376$; $p<0.01$) y la resiliencia ($\beta=0.187$; $p<0.05$) son variables que predicen significativamente el bienestar psicológico en estudiantes universitarios (R^2 ajustado=0.239), siendo el burnout académico la variable con mayor poder predictivo. El análisis multivariado demostró que el cinismo ($\beta=-0.275$; $p<0.01$) y la eficacia académica ($\beta=-0.146$; $p<0.01$) mantienen una relación significativa con el bienestar psicológico, no obstante, la edad, el ciclo, y el agotamiento emocional no ejercen influencia en el bienestar psicológico. En conclusión, el burnout académico y la resiliencia son factores significativos que explican el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios, así también se observó que el burnout, el cinismo y la eficacia académica disminuyen el sentido de bienestar psicológico, mientras que la resiliencia actúa como un factor de protección.

Palabras clave: burnout, resiliencia, bienestar psicológico, estudiantes universitarios, eficacia

Academic Burnout and Resilience as Predictors of Psychological Well-Being in University Students of Juliaca, 2024

Abstract

The objective of this research was to determine the influence of academic burnout and resilience on the psychological well-being of university students. The study has a non-experimental and explanatory design, in 571 university students (74.4% men n=425; 25.6% women n=146) selected through non-probabilistic convenience sampling. Data were collected using the Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS), the Connor Davidson Brief Resilience Scale (CD-RISC 10) and the Psychological Well-Being Scale (BIEPS-A). Through the linear regression analysis, it was evident that academic burnout ($\beta=-0.376$; $p<0.01$) and resilience ($\beta=0.187$; $p<0.05$) are variables that significantly predict psychological well-being in university students (adjusted $R^2=0.239$), academic burnout being the variable with the greatest predictive power. The multivariate analysis showed that cynicism ($\beta=-0.275$; $p<0.01$) and academic efficacy ($\beta=-0.146$; $p<0.01$) maintain a significant relationship with psychological well-being, however, age, cycle, and Emotional exhaustion does not influence psychological well-being. In conclusion, academic burnout and resilience are significant factors that explain the psychological well-being of university students. It was also observed that burnout, cynicism and academic efficacy decrease the sense of psychological well-being, while resilience acts as a protection factor.

Keywords: burnout, resilience, psychological well-being, university students, efficacy

1. Introducción

En los últimos años, el malestar psicológico ha adquirido una relevancia significativa en los sistemas de salud a nivel mundial. El contexto universitario no ha sido una excepción ya que la constante transformación referente a las nuevas exigencias, la creciente competitividad y el proceso adaptativo de los estudiantes ha dejado a esta población vulnerable a padecer desajustes en su estado de salud mental. En tal sentido, la Asociación Americana de Psicología (APA, 2023) ha señalado que estudiantes universitarios en el mundo han presentado índices de hasta 63% de burnout académico. Donde las principales consecuencias de esta afección han sido el ausentismo escolar y el riesgo de experimentar deterioro en su estado de bienestar personal. Al observar el panorama global, un informe reciente reportó que jóvenes de entre 18 y 24 años constituyen el 43% de la población afectada por enfermedades mentales y con relación al género se reveló que las mujeres son quienes más índices presentan (Deutsche Welle [DW], 2024). En adición se reveló que en Latinoamérica y el Caribe alrededor de 16 millones de jóvenes y adolescentes padecen de un trastorno mental, enfatizando que esta brecha ha sido complicada de atender ya que no se cuenta con recursos que capten a este grupo etario de manera eficaz (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2024). En nuestro país, las cifras son alarmantes. En el reporte anual, se ha registrado 42,000 casos de estrés agudo atendidos, de los cuales 11,400 corresponden a jóvenes. Frente a esta situación, la directora de salud advirtió que un manejo inadecuado del estrés, asociado a circunstancias de riesgo, podría desencadenar trastornos del estado de ánimo y dejar a esta población sin recursos de afrontamiento (Ministerio de Salud [MINSA], 2024).

Al abordar los conceptos clave de las variables de interés primero definimos al burnout académico como un estado donde una persona está agotada o consumida, pues este síndrome desgasta las capacidades cognitivas y emocionales de un individuo (Caballero et al., 2010). A su vez Schaufeli et al. (2002) mencionan que el agotamiento emocional es la condición más elevada del distrés en el contexto educativo, mismo que surge como respuesta a estímulos estresantes que no pueden ser manejados de manera adecuada.

Por otro lado, la resiliencia puede ser definida como la capacidad de adaptación que posee una persona frente a fenómenos difíciles que surgen en un contexto específico, impulsando a un individuo a salir adelante (Cabenytes, 2010). Así

también Grotberg (1999) señala que todo proceso estresor deja aprendizaje en base a la experiencia, por tanto, se estaría hablando de una construcción constante de este recurso que acciona en base a competencias intrapersonales e interpersonales.

Con relación al bienestar psicológico Ryff (1989) señala que es una condición donde el ser humano experimenta estadios de felicidad y satisfacción con su recorrido vital. En tal sentido, este estado de plenitud se puede alcanzar cuando se logra mantener un equilibrio entre la satisfacción de metas, el establecimiento de relaciones interpersonales y la búsqueda de la autosuficiencia (Muñoz et al., 2021). Por ello la psicología positiva asocia al bienestar psicológico con los afectos positivos o negativos que cada individuo interpreta en base a su experiencia (Cruz et al., 2020).

De la literatura científica presentamos a las siguientes investigaciones como principales precedentes de estudio; en Corea se realizó un estudio explicativo en 170 estudiantes de medicina, los resultados señalaron que el burnout académico reflejó una relación inversa con el bienestar psicológico ($\beta=-0,59$, $p<0,001$) con un poder explicativo del 35%, además se encontró que la resiliencia actuó como un mediador parcial, pues al ser añadido se observó una disminución en la relación negativa que ejercía el burnout académico ($\beta=-0,17$, $p<0,05$) sobre el bienestar psicológico (Yu y Chae, 2020). En 173 estudiantes de India se encontró que el distrés percibido y la resiliencia ofrecieron un valor predictivo de 30.8% sobre el bienestar psicológico ($R^2=0.308$) siendo esta varianza más influida por las competencias de afrontamiento ante los estímulos estresores (Sood y Sharma, 2021). Así también, en Portugal Castro et al. (2023) por medio de su estudio reportaron que el bienestar psicológico demostró mayores varianzas en base a la influencia negativa que ejerció el agotamiento emocional y la depresión ($R^2=0.54$), observando que en base al género dichos factores tuvieron mayor incidencia en las mujeres. De manera similar, en estudiantes universitarios de Murcia se encontró que el agotamiento emocional y la resiliencia predijeron al bienestar psicológico en un 25,5%, además se logró encontrar que la dimensión de eficacia académica actuó como principal protector del bienestar pues a medida que el estudiante experimente mayores niveles de eficacia mayor será su salud psicológica (Ríoz et al., 2016).

En otras circunstancias, en Canadá por medio del estudio realizado por Neufeld y Malin (2019) se observó que mayores niveles de bienestar psicológico se ven influidos por índices enveados de resiliencia y la satisfacción con la autonomía, encontrando relaciones positivas entre las variables, además de un poder predictivo

del 66% ($R^2=0.66$). De manera similar, en estudiantes guatemaltecos se encontró que los niveles elevados del factor resiliencia explican el incremento del bienestar psicológico hasta en un 26.20% ($R^2=0.26$) por lo que, este conjunto de competencias facilitará el afrontamiento de los desafíos académicos (González, 2021). En Islas Canarias 475 estudiantes universitarios demostraron tener niveles moderados y fuertes de burnout académico ($ME=33.49$), estos índices reflejaron una relación estrecha con la intención de abandonar sus estudios $R=710$ (Álvarez y López, 2021). Por otra parte, en España se puso en evidencia a aquellos factores predictores del bienestar subjetivo, en donde, considerando la perspectiva de la psicología positiva se demostró que los sentimientos de autoeficacia y la motivación intrínseca predijeron de mejor forma los tres indicadores de bienestar psicológico representados por una varianza de 18.5% (Alvarado et al., 2022).

En Lima Delgado et al. (2021) por medio de sus hallazgos develaron que tanto el estrés académico como la procrastinación académica tienden a predecir bajos niveles de bienestar subjetivo (R^2 56.8%) en consecuencia, los estudiantes se perciben poco eficaces para enfrentar sus exigencias académicas y tienden a interpretar los estresores como agobiantes y poco manejables. Además, En Madre de Dios, Estrada et al. (2022) mediante su estudio enfatizan que, durante la migración a la prespecialidad, estudiantes de educación superior reflejaron ⁵ niveles elevados de burnout académico, por lo que su bienestar psicológico se vio considerablemente afectado ($R=-0.601$). En cuanto a estudios descriptivos, se puso en manifiesto que en 341 estudiantes universitarios peruanos reflejan una prevalencia del 31.4% de burnout a niveles elevados, no encontrando diferencias significativas en base al género y la edad (Seperak et al. 2021). De manera similar, en Puerto Maldonado 850 estudiantes universitarios presentaron niveles altos de agotamiento emocional 39,4%, los indicadores demostraron asociarse de manera significativa a la edad, siendo los jóvenes de primeros ciclos los que más desajuste experimentaron (Araoz, 2021).

En contraste con lo anterior, nuestra región sur provee poca literatura sobre estudios que asociación o explican la interacción entre las variables de interés, sin embargo, es importante mencionar a los siguientes; en Puno a través de un estudio explorativo se contó con la participación de 161 estudiantes universitarios, encontrando que los niveles elevados de agotamiento emocional fueron los más predominantes con un 35.8% (Chui et al., 2023). En otras circunstancias, en la Universidad Nacional del Altiplano se encontró que 70 estudiantes, evidenciaron niveles altos de resiliencia, 74.29%, estos índices se relacionaron de buena manera

frente al compromiso que un estudiante pueda tener con sus obligaciones y actividades académicas, lo cual repercute en sentimientos de eficacia y autonomía (Medina et al., 2020). En Juliaca se encontró que el burnout académico es una constante en los universitarios, ya que el 67.7 % reflejaron niveles moderados, además se encontró que con relación al género las mujeres son las más afectadas (Talavera et al., 2024).

Considerando lo expuesto, es importante mencionar que los estudiantes de ingeniería enfrentan una carga curricular intensa y exigencias elevadas en sus prácticas de campo, por lo que, los estímulos estresores en su contexto son fuente de riesgo que impacta de manera negativa su bienestar y calidad de vida. Además, dado que las carreras de ingeniería tienden a enfocarse más en el desarrollo de habilidades duras que blandas, se observa que estos estudiantes a menudo carecen de competencias psicológicas adecuadas para afrontar el estrés, lo cual les genera baja tolerancia a la frustración y una tendencia peligrosa a abandonar la carrera. En consecuencia, surge la necesidad de emplear un modelo predictivo que explique la varianza del estado de bienestar de los estudiantes universitarios, ya que en nuestro país y contexto existen pocas investigaciones que se centren en ofrecer un estudio que incluya las tres variables de estudio. El objetivo general de la presente investigación es determinar si el burnout académico y la resiliencia predicen el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios de Juliaca. Así también, los objetivos específicos que lo acompañan son establecer el grado de predicción que ejercen las dimensiones del burnout, el factor ciclo y la edad en el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios de Juliaca.

2. Material y Métodos

Se llevó a cabo un estudio de enfoque cuantitativo, con una estrategia asociativa de tipo predictivo y corte transversal, ya que se buscó determinar el grado de influencia que ejerce burnout académico y la resiliencia sobre el bienestar psicológico (Ato et al., 2013).

2.1. Participantes

El muestreo fue no probabilístico por conveniencia del investigador (Hernández et al., 2021) y participaron 571 estudiantes universitarios de la facultad de ingeniería y arquitectura de una universidad privada de Juliaca. Los criterios de inclusión a considerar fueron los siguientes; los participantes debieron ser mayores de edad, así

también debían estar matriculados y su plan de estudios tenía que ser vigente. Por otro lado, los criterios de exclusión fueron; no cumplir con las características anteriormente mencionadas además de haber respondido parcialmente la encuesta y haber resuelto los cuestionarios y encuestas de manera sesgada en una sola categoría.

2.2. Instrumentos

El cuestionario de Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) originalmente creado por Maslach y Jackson (1981). Fue adaptada al contexto peruano por Correa, et al. (2019) para evaluar el burnout académico. La versión utilizada está compuesta por 15 ítems distribuido en tres dimensiones que son; agotamiento emocional, cinismo y eficacia académica. Cuenta con 6 opciones de respuestas (0, nunca; 1, casi nunca; 2, algunas veces; 3, regularmente; 4, bastantes veces; 5, casi siempre y 6, hasta todos los días). El instrumento evidenció propiedades psicométricas adecuadas para su uso en estudiantes universitarios reflejando su validez de constructo a través de un KMO=0.813 y la prueba de esfericidad de Barlett de 1007.5 ($p < 0.00$), además de reflejar su confiabilidad a través de un alfa de $\alpha = 0,794$.

La escala breve de Resiliencia de Connor Davidson (CD-RISC-10) diseñada por Connor y Davidson (2003) cuenta con una validación en estudiantes universitarios realizada por Bernaola et al. (2022). El instrumento consta 10 ítems de carácter unidimensional, su puntuación se da a partir de una escala Likert con 5 opciones de respuesta (0, nunca; 1, raras veces; 2, a veces; 3, casi siempre y 4, siempre). La escala cuenta con una buena consistencia interna en relación con sus propiedades psicométricas reflejando su validez de constructo por medio del AFC (RMSEA=.070; CFI=.915, TLI=.934), así también, demostró su fiabilidad a través de $\alpha = 0,827$, por lo que el instrumento reúne las propiedades psicométricas adecuadas para ser aplicado en estudiantes universitarios.

La Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) creada por Casullo (2002) fue adaptada al contexto estudiantil peruano por Dominguez (2014). Su composición estructural consta de 13 ítems que se distribuyen en 4 factores, asimismo, presenta 3 opciones de respuesta que son (1, en desacuerdo; 2, ni de acuerdo ni en desacuerdo y 3, de acuerdo). Con respecto a las propiedades psicométricas de esta escala, se demostró su validez de constructo a través del análisis factorial confirmatorio obteniendo valores ajustados [CFI=.961; GFI=.895; AGFI=.839; RMSEA=.078,

$p < 0.01$]. Por otra parte, reflejo una confiabilidad por $\alpha = 0,96$, lo cual indica que el instrumento cuenta con un ajuste de factores aceptable y una fiabilidad excelente.

2.3. Análisis estadístico

A fin de realizar el procesamiento de datos, a nivel univariado para las variables categóricas se emplearon análisis de frecuencias y porcentajes, mientras que para las variables numéricas se estimaron las medidas de tendencia y de dispersión en base a la distribución de normalidad de las variables (Asimetría y Curtosis $< \pm 1.5$).

Seguidamente a nivel bivariado se utilizaron coeficientes de correlación paramétricos (R de Pearson) considerando un margen de error $p < 0.05$. Finalmente, a nivel multivariado primero se comprobaron supuestos estadísticos para seguidamente someter las variables al análisis de regresión lineal a fin de obtener coeficientes estandarizados de relación (Beta estandarizado) y coeficientes de determinación (R cuadrado ajustado).

2.4. Aspectos éticos

La presente investigación obtuvo la autorización y los permisos otorgados por el Comité de Ética de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión sede Lima a través de la constancia N° 2024-CE-FCS – UPeU-021-2024. Así también, para su ejecución se tomaron en consideración los aspectos éticos de investigación que menciona la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial [AMM], 2024), que son, el respeto de la autonomía del participante mediante el uso del consentimiento informado, el principio de confidencialidad y el principio de justicia de virtud.

3. Resultados

3.1. Análisis descriptivos

De la muestra se estimó que el promedio de la edad fue de 20 años M y DE (20.23 ± 2.37), en relación al sexo 425 (74.4%) corresponden al masculino, mientras que 146 (25.6%) al femenino, por otro lado, 487 (85.3%) indicaron ser de una condición de estudio regular y 84 (14.7%) irregular, respecto al ciclo académico 196 (34.3%) reportaron ser del primer ciclo, siendo este el más representativo, así también, en relación a la zona de su procedencia 439 (76.9%) señalaron ser de un contexto urbano, a diferencia de 132 individuos (23.1%) que reflejaron ser de zonas rurales, con

respecto a la escuela profesional 292 estudiantes (51.1%) mencionaron ser de ingeniería civil. (Tabla 1).

Tabla 1

Características sociodemográficas de los participantes

	M	DE
Edad	20.23	2.37
	n	%
Género		
Masculino	425	74.4
Femenino	146	25.6
Condición de estudio		
Regular	487	85.3
Irregular	84	14.7
Ciclo académico		
Primero	196	34.3
Segundo	76	13.3
Tercero	122	21.4
Cuarto	44	7.7
Quinto	30	5.3
Sexto	21	3.7
Séptimo	54	9.5
Octavo	6	1.1
Noveno	8	1.4
Décimo	14	2.5
Zona de procedencia		
Urbana	439	76.9
Rural	132	23.1
Escuela profesional		
Ingeniería civil	292	51.1
Ingeniería de sistemas	77	13.5
Ingeniería de alimentos	54	9.5
Ingeniería ambiental	43	7.5
Arquitectura	105	18.4

M=Media, DE=Desviación estándar, n=frecuencia

En la tabla 2 se aprecia el análisis descriptivo para variables numéricas evidenciando que la variable de burnout académico obtuvo una M y DE (32.34 ± 14.58), por otro lado, la resiliencia asumió una M y DE (27.52 ± 6.92), mientras que la variable de bienestar psicológico reflejó una M y DE (33.62 ± 4.79) por tanto, en base a los estadísticos obtenidos que son $>+-1.5$ inferimos que las dos primeras variables obedecen a una distribución normal, mientras que el bienestar psicológico a una distribución no normal (Pérez y Medrano, 2010).

Tabla 2

Análisis descriptivos para las variables de interés

	M	DE	Asimetría	Curtosis
Burnout Académico	32.34	14.58	-0.082	-0.731
Resiliencia	27.52	6.92	-0.496	0.664
Bienestar Psicológico	33.62	4.79	-1.428	2.732

M=Media, DE=Desviación estándar

3.2. Comprobación de supuestos

Antes de analizar el modelo predictivo se debe comprobar cinco supuestos de la regresión lineal según lo especifica Vilà et al. (2019). Se encontró que entre variables existe linealidad (R de Pearson=491) que precisa que todas las variables guardan relación. Se corroboró la independencia de los errores lo que indica que los residuos de las variables no mantienen relación entre sí, alcanzando un valor de Durbin Watson=2.05; los análisis de normalidad se comprobaron por el método Quantil – Quantil la cual dispone que los residuos estandarizados que se comportan linealmente en cuartiles teóricos. Por otro lado, la homocedasticidad indica nula correlación entre los residuos del modelo y los valores predictivos, por lo cual se cumple este otro supuesto. Finalmente, se observa ausencia de multicolinealidad en el modelo (Factor de Inflación de la Varianza, FIV=1.27 con Tolerancia=0.790). En ese sentido, todos los supuestos se corroboran y cumplen satisfactoriamente.

3.3. Análisis del modelo

3.3.1. Regresión lineal simple

En el contraste de la regresión lineal se comprobó la predictibilidad de dos modelos que explican el bienestar psicológico, en donde la primera, precisa que el burnout académico y la resiliencia podrían ser variables predictoras de bienestar

psicológico, el segundo modelo comprobó la predictibilidad de las dimensiones de burnout académico (agotamiento emocional, cinismo y eficacia académica) junto a resiliencia, edad y ciclo del sujeto predicen el bienestar psicológico. Al respecto, el primero modelo alcanzó un coeficiente de relación de $R=0.491$ con un coeficiente de determinación (R^2 ajustado= 0.239) que indica que bienestar psicológico puede ser explicada hasta en un 23.9%. El segundo modelo alcanzó un grado de relación intervariable de $R=0.502$ con un coeficiente de determinación (R^2 ajustado= 0.244) que indican que bienestar psicológico puede ser explicada hasta en 24.4% por el segundo modelo (Tabla 3).

Tabla 3

Predicción de los modelos propuestos en el bienestar psicológico

Modelo	R	R^2	R^2 ajustado	p
1	0.491	0.241	0.239	0.00
2	0.502	0.252	0.244	0.00

- a. Predictores: (Modelo 1) Burnout académico, Resiliencia, (Modelo 2) Agotamiento emocional, Cinismo, Eficacia general, Resiliencia, edad, ciclo. b. Variable dependiente: Bienestar psicológico, R = Coeficiente de Pearson, R^2 = Coeficiente de Relación al cuadrado, R^2 ajustado= Coeficiente de Relación al cuadrado Ajustado, p = P value.

Para el análisis multivariado se tomaron en cuenta como variables predictoras en el modelo 1 al burnout académico ($\beta=-0.376$; $p<0.05$) y la resiliencia ($\beta=0.187$; $p<0.05$), a pesar de que ambos son considerados predictores, se puede observar que el burnout académico es quien explica mejor el comportamiento del bienestar psicológico; por lo que, a mayores niveles de burnout académico experimente el estudiante de ingeniería, menor bienestar psicológico tendrá. Por otro lado, el segundo modelo tiene al cinismo ($\beta=-0.275$ con $p<0.01$), la eficacia académica ($\beta=-0.146$ con $p<0.01$), y la resiliencia ($\beta=0.191$ con $p<0.01$) como predictores del bienestar psicológico, observando que la única variable que actúa como protectora es la resiliencia, es decir que a mayor cinismo y más ineficacia académica exista, habrá más probabilidades de tener un menor bienestar psicológico. Cabe mencionar que edad, ciclo, y la dimensión agotamiento emocional no predicen el bienestar psicológico (Tabla 4).

3.3.2. Regresión multivariada

Tabla 4

Análisis de regresión lineal multivariado

Modelo	Predictor	Estimador	EE	t	p	β	IC 95%	
							g1	g2
1	Constante	34.058	1.071	31.78	<.001			
	Burnout Académico	-0.124	0.014	-9.15	<.001	-0.376	-0.46	-0.30
	Resiliencia	0.130	0.029	4.55	<.001	0.187	0.11	0.27
	Constante	33.435	1.947	17.175	<.001			
2	Agotamiento emocional	-0.045	0.032	-1.388	0.166	-0.068	-0.17	0.03
	Cinismo	-0.229	0.043	-5.286	<.001	-0.275	-0.38	-0.17
	Eficacia académica	-0.106	0.032	-3.286	<.001	-0.146	-0.24	-0.06
	Resiliencia	0.132	0.031	4.239	<.001	0.191	0.11	0.28
	Edad	0.004	0.080	0.054	0.957	0.002	-0.08	-0.08
	Ciclo	-0.052	0.083	-0.611	0.541	-0.025	-0.11	0.06

p= P value, B= beta estandarizada, IC= intervalo de confianza, g1= inferior, g2= superior

4. Discusión

El objetivo principal del presente estudio fue determinar la influencia del burnout académico y la resiliencia sobre el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios. Los resultados reflejaron que el bienestar psicológico puede ser explicado hasta en un 23.9% (R^2 ajustado=0.239) por el burnout (β =-0.376; p <0.05) y la resiliencia (β =0.187; p <0.05). Estos hallazgos guardan consistencia con los estudios presentados por Arrogante y Aparicio (2020), Beltrán et al. (2023), Castro et al. (2023), Espinoza et al. (2023), Saavedra et al. (2022), Rodríguez et al. (2024), Sood y Sharma (2021) y Yu y Chae (2020) quienes mencionaron que los estímulos estresores interpretados como nocivos llegarán a desembocar y explicar la presencia de un malestar subjetivo que a su vez puede generar el riesgo de padecer trastornos del estado del ánimo. Por lo tanto y evidenciando que el burnout académico es la variable con mayor poder explicativo, podemos presumir que estos resultados pueden deberse al proceso adaptativo que atraviesa el estudiante tanto al momento de la inserción

universitaria como la reinserción metodológica posterior a la pandemia, ya que son estos procesos donde los estudiantes enfrentan mayores retos que tienden a ser demandantes y agotadores (Luna, García et al., 2020). En adición, factores como una gestión del tiempo desorganizada, actividades de ocio negativas y horarios desregulados de sueño eventualmente actuaran como agravantes para que el estudiante experimente una disfunción orgánica, social y cognitiva, además de reforzar su estado de agotamiento, como resultado se puede inferir que cuando hay problemas del sueño existe mayor posibilidad de que el estudiante tenga burnout y a su vez un malestar psicológico percibido durante su jornada académica (Toctaguano y Eugenio, 2023). Otro factor que puede influir en estos efectos podría guardar origen en el género, por un lado, las mujeres se encuentran más motivadas y preocupadas por alcanzar sus expectativas, no obstante, cuando ello se frustra, esta población tiende a demostrar mayor disposición a desencadenar un perfil del estudiante agotado y con un sentido de responsabilidad poco saludable (Vallejo y Plaza 2018). En contraste, los hombres suelen experimentar un estado de malestar psicológico encubierto debido a la presión de una cultura competitiva y a estereotipos de género que los limitan a expresar su sentir, ya que tienen temor a verse débiles o vulnerables (Avellán et al., 2022).

Así también, se encontró que la resiliencia actúa como un factor que protege al bienestar psicológico, por lo que a medida que existan mayores índices de resiliencia, mejores niveles de bienestar psicológico experimentarán los estudiantes universitarios. Estos resultados concuerdan con otros estudios anteriormente reportados (Gonzáles, 2022; Izydorczyk et al., 2019; Quinceno et al., 2023; Ríos et al., 2016; Rodríguez et al., 2016; Schoeps et al., 2023; Yousefi et al., 2024). Dicho comportamiento puede ser explicado por Tacca y Tacca (2019), pues ellos señalan que las competencias propias de la resiliencia van desarrollándose con el transcurrir de la vida universitaria, pues la experiencia adquirida dota de mejores estrategias adaptativas y de afrontamiento que les permiten hacer frente a las demandas académicas con mayor eficacia. En consecuencia, este estado de veteranía parece tener origen en la neurociencia, ya que la resiliencia se encuentra en constante desarrollo madurativo en las estructuras prefrontales, mismas que implican el uso de la toma de decisiones, resolución de problemas y ejecución de funciones frente a la adversidad (Ortega et al., 2021). Por ello, este proceso de maduración mantiene un estado de adaptación constante según las experiencias que el ser humano construye en su recorrido vital y la capacidad de plasticidad que posee el cerebro. Al respecto, la educación superior juega un rol

importante al momento incrementar las competencias resilientes a través de reforzadores positivos; esta afirmación sugiere que uno de los principales autores de cambio es el docente, pues este agente a través de su capacidad para motivar y potenciar las fortalezas y recursos del estudiante contribuirá a que este desarrolle un sentido de eficacia, seguridad y autonomía, obteniendo como resultado que el estudiante este mejor preparado para enfrentar demandas exigentes, además de alcanzar sus metas e incrementar su estado de bienestar (Rodríguez y Sánchez, 2022). En base a ello, todo proceso interactivo con estímulos positivos fortalecerá los niveles de resiliencia de una persona, lo cual permitirá equilibrar su estado de bienestar psicológico, además de promover una mejoría en sus procesos de afrontamiento.

Por otra parte, en los objetivos específicos se propuso a las dimensiones del burnout académico, la resiliencia, la edad y el ciclo como predictores del bienestar psicológico. Los resultados señalan que el conjunto de estos factores influye en un 24.4% en el bienestar psicológico (R^2 ajustado=0.244). Lo encontrado guarda coherencia con otras investigaciones (Bakioğlu, 2019; Cassaretto et al., 2024; Dobešová et al., 2024; Estrada et al., 2022; Wang et al., 2017). En primera instancia, encontramos que el cinismo mantiene una relación inversa ($\beta=-0.275$; $p<0.01$) con el bienestar psicológico, lo señalado puede deberse a que el burnout agota progresivamente las estrategias adaptativas de afrontamiento que posee un individuo, por lo que este llegará a asimilar una actitud cínica, desinteresada y distante como defensa a sus responsabilidades académicas. Ahora bien, la dimensión eficacia académica determinó una relación causal de ($\beta=-0.146$; $p<0.01$) frente al bienestar psicológico. La explicación ante este fenómeno puede deberse a la sobrecarga académica a la que se encuentran sometidos los estudiantes de ingeniería, tal como lo indica López (2022) quien resalta que esta población no cuenta con la capacidad de realizar un balance adecuado entre todas las esferas de su vida. Todo ello, dificulta la consecución de sus propios objetivos, lo que intensifica su estado de frustración, ineficacia y muchas veces ven como alternativa desertar de clases.

Al contrario de lo anterior, el análisis multivariado evidenció que la dimensión agotamiento emocional ($\beta=-1.388$; $p>0.05$) el factor edad ($\beta=0.054$; $p>0.05$) y el ciclo ($\beta=-0.661$; $p>0.05$) no llegan a influir de manera significativa en el bienestar psicológico; estos resultados difieren de los encontrados por Gonzáles y Marrero (2017), Jiménez y Caballero (2021), Luna et al. (2020), Lledó et al. (2014), Mata y Tarroja (2022) y Urquiza et al. (2020). En tal sentido, es necesario tener en cuenta que

el agotamiento emocional puede mantener un comportamiento no lineal, pues sus brotes con mayor intensidad se presentan de manera puntual en momentos demandantes específicos como exámenes finales, cierre de unidad y grandes proyectos encargados (Barreto y Salazar, 2021). Por otra parte, el factor edad y ciclo parecen no determinar variaciones significativas en el bienestar psicológico. Lo mencionado puede ser explicado por Gutiérrez (2022) quien encontró que, los jóvenes de 18 a 29 años tienden a reflejar niveles similares de bienestar psicológico, donde predomina la constante búsqueda de crecimiento personal, el desarrollo de su autonomía y la construcción de su proyecto de vida, en tal sentido, el ser humano, se caracteriza por alcanzar ciertos hitos en las diferentes etapas de su vida, por lo que el bienestar psicológico se comportará igual en poblaciones diferentes dependiendo de la etapa del desarrollo vital alcanzada. Además, Sandoval et al. (2017) indican que los estudiantes que cursan los últimos años de su carrera poseen medias con mayor variabilidad, ello evidencia que mientras los estudiantes se encuentren más inmersos en sus prácticas profesionales, mayor será la afección en su autopercepción e ineficacia.

5. Limitaciones

En relación con las limitaciones de esta investigación, primero se encuentra el procedimiento de muestreo, ya que al no ser probabilístico se ha podido generar falta en la aleatoriedad en el alcance de los participantes. Por otra parte, es necesario mencionar que ¹² la muestra está formada solo por estudiantes de ingeniería de Juliaca, por lo que no se pueden generalizar dichos resultados. Así también, al tratarse de un estudio transversal, solo se analizó la asociación entre las variables en un momento determinado, por lo que se recomiendan estudios longitudinales. Si bien presentamos estas limitaciones, no podemos desestimar que esta investigación brinda datos relevantes al conocimiento de las variables de interés, más aún en nuestro contexto.

6. Conclusiones y recomendaciones

Finalmente, concluimos que el burnout académico y la resiliencia demostraron predecir ²⁸ el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios de Juliaca, lo cual ha sido consistente con estudios anteriores. Además, se encontró que el burnout, la resiliencia, el cinismo y la ineficacia ²¹ académica se asociaron de manera significativa con el bienestar psicológico, evidenciando que solo la resiliencia actuó como un factor protector ya que obtuvo una asociación positiva. Frente a ello, se recomienda

implementar políticas institucionales contextualizadas orientadas a fortalecer las estrategias de afrontamiento como respuesta al agotamiento académico, así también, se debe potenciar la capacidad resiliente de los estudiantes desde los sistemas educativos y áreas de atención específicas como lo es bienestar universitario. Por otro lado, se sugiere considerar características sociodemográficas que expliquen de mejor manera el bienestar psicológico de los estudiantes, a fin de intervenir con más precisión los factores causales.

Referencias

- Alvarado, M. Guillén, F. Aguiar-Palacios, L. Magallanes, A. y Campuzano, A. (2022). Predictores del bienestar psicológico en estudiantes universitarios mexicanos físicamente activos. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 22(3), 227 - 237. <https://doi.org/10.6018/cpd.355641>
- Álvarez, P., y López, D. (2021). El burnout académico y la intención de abandono de los estudios universitarios en tiempos de COVID-19. *Revista mexicana de investigación educativa*, 26(90), 663-689. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1405-66662021000300663&script=sci_arttext
- American Psychological Association. (12 de mayo del 2023). *Employers need to focus on workplace burnout: Here's why*. <https://www.apa.org/topics/healthy-workplaces/workplace-burnout>
- Ardiles, R. Cortés, C. Diamond, S. Gutierrez, C. Paucar, M. y Toledo, K. (2022). Burnout académico como factor predictivo de riesgo suicida en estudiantes de enfermería. *Index Enferm*, 31(1), 14 - 18. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962022000100005
- Araoz, E. (2021). Agotamiento emocional en estudiantes universitarios peruanos durante la pandemia COVID-19. *Revista Tempos e Espaços em Educação*, 14(33), e16542. <http://dx.doi.org/10.20952/revtee.v14i33.16542>
- Arrogante, O. y Aparicio, E. (2020). Síndrome de burnout en los profesionales de cuidados intensivos: relaciones con la salud y el bienestar. *Enfermería Intensa*, 31(2), 60-70. <https://doi.org/10.1016/j.enfi.2019.03.004>
- Asociación Médica Mundial. (23 de mayo del 2024). Declaración de Helsinki de la AMM-Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos.

- <https://www.wma.net/es/polices-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
- Ato, M. López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, 29(3), 1038-1059.
<https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Avellán, J. Márquez, V. y Real, G. (2022). Burnout y engagement en estudiantes universitarios de la carrera de ingeniería industrial; Manabí, Ecuador. *Digital Publisher*, 7(1), 63-74. <https://doi.org/10.33386/593dp.2022.1.821>
- Barreto, D. y Salazar, H. (2021). Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de salud. *Universidad y Salud*, 23(1), 30-39.
<https://doi.org/10.22267/rus.212301.211>
- Barrón, J. y Sánchez, M. (2022). Resiliencia organizacional: una revisión teórica de la literatura. *Estudios Gerenciales*, 38(163), 235-249.
<https://doi.org/10.18046/j.estger.2022.163.4912>
- Bakioğlu, F. y Kiraz, Z. (2019). Agotamiento y bienestar de los candidatos docentes: el papel mediador del cinismo. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 35(3), 521–528. <https://doi.org/10.6018/analesps.35.3.354441>
- Beltrán, A. Sánchez, D. Herrera, C. Villanueva, L. y Expósito, F. (2023). Autoeficacia y bienestar en profesionales que trabajan en situaciones de violencia de pareja: experiencias de recuperación y burnout como variables asociadas. *Psychological Reports*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/00332941231183331>
- Bernaola, A. García, M. Martínez, N. Ocampos, M. y Livia, J. (2022). Validez y confiabilidad de la Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC 10) en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Ciencias Psicológicas*, 16(1), e-2545. <https://doi.org/10.22235/cp.v16i1.2545>
- Burić, I. Slišković, A. y Penezić, Z. (2019). Understanding teacher well-being: a cross-lagged analysis of burnout, negative student-related emotions, psychopathological symptoms, and resilience. *Educational Psychology*, 39(9), 1136 - 1155. <https://doi.org/10.1080/01443410.2019.1577952>
- Cabenyes, J. (2010). Resiliencia: una aproximación al concepto. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 3(4), 145 - 151. <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2010.09.003>
- Cassaretto, M. Martínez, P. Tavera, M. y Salim, A. (2024). Salud en trabajadores de una universidad peruana: el rol de variables personales, compromiso y burnout. *Revista de Psicología*, 42(1), 141-173.
<https://doi.org/10.18800/psico.202401.006>

- Casullo, M. y Castro, A. (2000) Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18(1), 35 - 68.
<https://doi.org/10.18800/psico.200001.002>
- Castro, L. Serrão, C. Rodrigues A. Marina, S. Marques, J. Amorim-Lopes, T. Miguel, C. Teixeira, A. y Duarte, I. (2023). Burnout, resilience, and subjective well-being among Portuguese lecturers' during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 14(29), 1664-1078. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1271004>
- Connor, K. y Davidson, J. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82.
<https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Correa, L. Loayza, J. Vargas, M. Huamán, M. Roldán, L. y Perez, M. (2019). Adaptación y validación de un cuestionario para medir burnout académico en estudiantes de medicina de la Universidad Ricardo Palma. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 23(3), 64 - 73.
<https://doi.org/10.25176/RFMH.v23i3>
- Chávez, F. (2018). Factores de riesgo del síndrome de burnout en los alumnos de las clínicas odontológicas de las universidades de la región Puno. *Revista de investigaciones*, 7(4), 861 - 870. <https://doi.org/10.26788/riepg.v7i4.710>
- Chui, H. Valdivia, M. Valdivia, Arias, M. y Pérez, K. (2023). Síndrome de burnout en universitarios durante la pandemia por el coronavirus. *Horizontes*, 7(28), 784 – 792. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i28.554>
- Delgado, A. Oyanguren, N. Reyes, A. Zegarra, A. y Cueva, M. (2021). El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de pregrado. *Propósitos y Representaciones*, 9(3), e1372. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n3.1372>
- Deutsche Welle. (6 de marzo de 2024). 2024: cada vez más personas con enfermedades mentales. <https://www.dw.com/es/salud-mental-2024-cada-vez-m%C3%A1s-personas-con-enfermedades-mentales/a-68449040>
- Dominguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia: avances de la disciplina*, 8(1), 23-31.
<https://www.redalyc.org/pdf/2972/297231283003.pdf>
- Dobešová, S. Cakirpaloglu, P. Skopal, O. Kvapilová, B. Schováňková, T. Vévodová, S. Greaves, J. y Steven, A. (2024) Strain and serenity: exploring the interplay of

- stress, burnout, and well-being among healthcare professionals. *Front. Psychol.* 15:1415996. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1415996>
- Espinoza, I. Tous, J. Lucas, S. Valdivieso, L. y Vigil, A. (2023). Psychological well-being of teachers: influence of burnout, personality, and psychosocial climate. *Front. Psychol.* 14(12), e11280. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1211280>
- Estrada, E. Gallegos, N. Paredes, Y. y Quispe, H. (2022). Burnout académico y bienestar psicológico en estudiantes peruanos de educación superior en el contexto de la pandemia de COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 41(5), 313 - 320. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7135490>
- Estrada, E. y Mamani, H. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 55 - 68. <https://doi.org/10.17162/au.v10i4.491>
- Estrada, H. De la Cruz, S. Bahamón, M. Perez, J. y Caceres, A. (2017). Burnout académico y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Educación*, 39(15), 7 - 23. <https://www.revistaespacios.com/a18v39n15/a18v39n15p07.pdf>
- Fernandez, A. García, C. y Lorenzo, A. (2014). Consideraciones acerca del bienestar psicológico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 17(3), 1108 - 1147. <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol17num3/Vol17No3Art11.pdf>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (30 de mayo del 2024). *UNICEF y Spotify colaboran en un pódcast y un centro de música para apoyar la salud mental de la juventud en América Latina*. <https://www.unicef.org/lac/comunicados-prensa/unicef-spotify-colaboran-podcast-centro-musica-para-apoyar-salud-mental-juventud>
- Gonzáles, D. (2022). Bienestar psicológico, resiliencia & ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Guatemalteca de Educación Superior*, 4(1), 43 - 58. <https://doi.org/10.46954/revistages.v4i1.53>
- Gonzáñes, J. y Marrero, R. (2017). Determinantes sociodemográficos y personales del bienestar subjetivo y psicológico en población mexicana. *Suma Psicológica*, 24(1), 59-66. DOI: 10.1016/j.sumpsi.2017.01.002
- Grotberg, E. H. (1999). The International Resilience Research Project. En R. Rosswith, (ed.). *Psychologists facing the challenge of a global Culture with Human Rights and mental health*, 237-256. Lengerich: Pasbst Science Publishers.

- Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3).
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252021000300002
- Hervás, G. (2009). Psicología positiva: una introducción. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 23 - 41.
<https://www.redalyc.org/pdf/274/27419066003.pdf>
- Izydorczyk, B. Sitnik-Warchulska, K. Kühn-Dymecka, A. y Lizińczyk, S. (2019). Resilience, Sense of Coherence, and Coping with Stress as Predictors of Psychological Well-Being in the Course of Schizophrenia. The Study Design. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(7), e1266. <https://doi.org/10.3390/ijerph16071266>
- Jiménez, M. y Caballero, C. (2021). La salud general percibida y su asociación al síndrome de burnout académico e ideación suicida en universitarios colombianos. *Psicogente*, 24(45), 23 - 38.
<https://doi.org/10.17081/psico.24.45.3878>
- López, A. (2022). Burnout Universitario en el estudiante de ingeniería industrial. *EI/ACOFI*, sep, 2022. <https://doi.org/10.26507/paper.2393>
- Luna, D. García, S. Soria, E. Avila, M. Ramírez, V. García, B. y Meneses, F. (2020). Estrés académico en estudiantes de odontología: asociación con apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico. *Investigación en Educación Médica*, 9(35), 8-17.
<https://doi.org/10.22201/facmed.20075057e.2020.35.20205>
- Luna, D. Urquiza, D. Figueroa, R. Carreño, C. y Meneses, F. (2020). Predictores académicos y sociodemográficos de ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes mexicanos de medicina. Estudio transversal. *Gaceta médica de México*, 156(1), 40-46. <https://doi.org/10.24875/gmm.19005143>
- Lyubomirsky, S. (2001): Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56(3), 239-249. <https://sonjalyubomirsky.com/wp-content/themes/sonjalyubomirsky/papers/L2001.pdf>
- Lledó, A. Perandones, T. Herrera, L. y Lorenzo, G. (2014). Cansancio emocional, autoestima y satisfacción con los estudios. *International Journal of Developmental*, 7(1), 161 – 170.
<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v7.787>

- Maslach, Ch, Schaufeli, W. y Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annu Rev Psychol*, 17(52); 397 - 422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Mata, K. y Tarroja, M. (2022). Impacto del agotamiento emocional y la autoeficacia en el bienestar psicológico de los trabajadores de cuidado infantil en Filipinas. *Psychol Stud*, 67, 352–361. <https://doi.org/10.1007/s12646-022-00662-x>
- Medina, G. Aza, P. Julano, Y. y Sucari, W. (2020). Resiliencia y engagement en estudiantes universitarios durante el contexto COVID 19. *Revista Innova Educación*, 2(3), 658 - 667. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2020.04.010>
- Ministerio de Salud. (5 de junio del 2024). *Establecimientos de salud Minsa atendieron más de 42 000 casos por reacción a estrés agudo y postraumático*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/967445-establecimientos-de-salud-minsa-atendieron-mas-de-42-000-casos-por-reaccion-a-estres-agudo-y-postraumatico>
- Moyano, E. y Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la región del Maule. *Universum Revista de Humanidades y Ciencias Sociales*, 2(22), 184 - 200. <https://www.redalyc.org/pdf/650/65027764012.pdf>
- Muñoz, C. Cardona, D. Restrepo, D. y Calvo, A. (2022). Salud mental positiva: entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. *CES Psicología*, 15(2), 151 - 168. <https://doi.org/10.21615/cesp.5275>
- Neufeld, A. y Malin, G. (2019). Exploración de la relación entre la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de los estudiantes de medicina, la resiliencia y el bienestar: un estudio cuantitativo. *BMC Med Educ* 19(405), 2-8. <https://doi.org/10.1186/s12909-019-1847-9>
- Ortega, Y. Salazar, M. Cayo, L. y Pico, M. (2021). Resiliencia y neurociencia. Reflexiones en el contexto educativo. *Revista Educare*, 15(2), 401 - 415. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v25i2.1494>
- Ortunio, M. y Guevara, H. (2016). Aproximación teórica al constructo resiliencia. *Comunidad y Salud*, 14(2), 96 - 105. https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1690-32932016000200012
- Peña, B. Mansilla, J. Muñoz, V. Pérez, T. Quelopana, C. y Ramírez, M. (2023). Factores asociados al malestar psicológico en estuaintes de enfermería: una revisión narrativa. *Enfermería Universitaria*, 19(1), 1 - 32. <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2022.4.1281>

- Pérez, E. y Medrano, A. (2010). Análisis Factorial Exploratorio. Bases Conceptuales y Metodológicas. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 2(1), 58-66. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3161108>
- Quiceno, J. Giraldo, L. y Vinaccia, S. (2023). Relaciones entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en personal de enfermería. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 17(2), 55-67. <https://doi.org/10.21500/19002386.6587>
- Ríos, M, García, M. Sabuco, E. Carrillo, C. y Martinez, M. (2016). Un estudio exploratorio de la relación entre resiliencia, agotamiento académico y salud psicológica en estudiantes de enfermería. *Contemporary Nurse* , 52(4), 430-439. <https://doi.org/10.1080/10376178.2016.1213648>
- Rodríguez, A. Ramos, E. Ros, I. Fernández, A. y Revuelta, L. (2016). Bienestar subjetivo en la adolescencia: el papel de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido. *Suma Psicológica*, 23(1), 60-69. <https://doi.org/10.1016/j.sumpsi.2016.02.002>
- Rodríguez, E. y Sánchez M. (2022). Bienestar psicológico en estudiantes de primeros ciclos de una universidad privada de Lima. *Propósitos y Representaciones*, 10(3), e1705. <https://dx.doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1705>
- Rodríguez, L. Fernández, M. Cantera, E. y Arocha, C. (2024). Autoeficacia, burnout y bienestar psicológico docente desde la psicología positiva: una aproximación con ecuaciones estructurales. *Avances en Psicología*, 32(1), 1-11. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2024.v32n1.3211>
- Ryff, C. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4) 99-1. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Ryff, C. (1989). La felicidad lo es todo, ¿o no? Exploraciones sobre el significado del bienestar psicológico. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Salvo, S. Gálvez, J. y Martín, S. (2021). Resiliencia académica: Comprendiendo las relaciones familiares que la promueven. *Revista Electrónica Educare*, 25(2), 365 - 382. <https://dx.doi.org/10.15359/ree.25-2.20>
- Sandoval, D. Dorner, A. y Véliz, A. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 6(24), 260-266. DOI: 10.1016/j.riem.2017.01.004
- Santacruz, K. (2022). Resiliencia: un análisis de concepto. *Revista Colombiana de Enfermería*, 12(2), 1 - 13. <https://doi.org/10.18270/rce.v21i2.3358>

- Saavedra, I. Cortés-García, L. y Moral, M. (2022). La resiliencia como mediador entre el síndrome de burnout y el bienestar subjetivo en residentes de hospitales españoles. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 30(2), 503-515. <https://doi.org/10.51668/bp.8322210s>
- Schaufeli, W. B., Salanova, M., González-Romá, V., & Bakker, A. (2002). The measurement of burnout and engagement: A confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies*, 3, 71-92.
- Schoeps, K. Lacomba, L. Valero, S. Rosario, C. y Montoya, I. (2023). The Impact of Resilience and Subjective Well-being on Teacher Burnout during COVID-19 in Chile. *Psicología Educativa*, 29(2), 167 - 175. <https://doi.org/10.5093/psed2023a12>
- Sood, S. y Sharma, A. (2021). Resilience and Psychological Well-Being of Higher Education Students During COVID-19: The Mediating Role of Perceived Distress. *Journal of Health Management*, 22(4), 606-617. <https://doi.org/10.1177/0972063420983111>
- Sepeark, R. Fernández, M. y Dominguez, S. (2021). Prevalencia y severidad del burnout académico en estudiantes universitarios durante la pandemia por la COVID 19. *Interacciones*, 7, e199. <https://dx.doi.org/10.24016/2021.v7.199>
- Talavera, I. Puma, J. Ponce, A. y Condori, O. (2024). Burnout académico en estudiantes universitarios. *Purisum. Revista de Investigación en Ciencias Sociales*, 1(1), 43-53. <https://doi.org/10.62785/prics.v1.i1.5>
- Vargas, K. y Callata, Z. (2021). La felicidad en tiempos de pandemia y educación virtual: un estudio en universitarios del Altiplano. *Comunicación*, 12(2), 11 – 119. <https://dx.doi.org/10.33595/2226-1478.12.2.493>
- Vilà, R. Torrado, M. y Reguant Álvarez, M. (2019). Análisis de regresión lineal múltiple conSPSS: un ejemplo práctico. *REIRE Revista d'Innovació i Recerca en Educació*, 12(2), 1 - 10. <https://doi.org/10.1344/reire2019.12.222704>
- Villalba, K. y Avello, R. (2019). Resiliencia como factor determinante para la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *Educación Médica Superior*, 33(3), 1 - 15. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21412019000300007&script=sci_arttext&lng=en#B2
- Wang, Z. Liu, H. Yu, H. Wu, Y. Chang, S. y Wang, L. (2017). Associations between occupational stress, burnout and well-being among manufacturing workers: mediating roles of psychological capital and self-esteem. *BMC Psychiatry* 17(364), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12888-017-1533-6>

- Yousefi Afrashteh, M., Hanifeh, P. y Morovati, Z. (2024). La relación entre la resiliencia familiar y el bienestar psicológico y la satisfacción vital de las mujeres embarazadas: el papel mediador de la resiliencia individual. *BMC Psychol*, 12(60). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01547-6>
- Yu, J. y Chae, S. (2020). The mediating effect of resilience on the relationship between the academic burnout and psychological well-being of medical students. *Korean J Med Educ*, 32(1), 13-21. doi: 10.3946/kjme.2020.149

Anexos

Anexo 1: Evidencia de sumisión del artículo

Propósitos y Representaciones

← Volver a Envíos

1996 / Apaza Calla / Burnout académico y resiliencia como predictores del bienestar psicológico en estudiantes universita

Biblioteca de envío

Flujo de trabajo

Publicación

Envío

Revisión

Editorial

Producción

Archivos de envío

Q Buscar

▶ 6251 Artículo Emanuel Apaza.docx

15 September 2024

Texto del artículo

▶ 6252 Emanuel Humberto Apaza - CONSTANCIA DE COMITÉ DE ÉTICA.pdf

15 September 2024

Otro

Descargar todos los archivos

R

revistas08@metabiblioteca.es

Para: emanuelapaza

Dom 15/09/2024 17:47

Responder

Responder a todos

Reenviar

...

Emanuel Humberto Apaza Calla:

Apreciado/a investigador/a,

Gracias por someter su manuscrito intitulado "El Burnout académico y resiliencia como predictores del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Juliaca, 2024: Burnout académico y resiliencia como predictores del bienestar psicológico" a Propósitos y Representaciones, revista de psicología educativa.

A través de nuestro sistema de gestión editorial en línea, Ud. podrá iniciar sesión en el sitio web de la revista en cualquier momento y realizar un seguimiento del estado y progreso de su manuscrito durante el proceso editorial.

URL del manuscrito: <https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/authorDashboard/submission/1996>
Nombre de usuario/a: emanuelapaza

Le recordamos incluir en ID de sumisión de tres dígitos que aparece al final del URL de manuscrito en toda correspondencia con nosotros.

En caso de dudas, contacte al correo de la revista o al contacto de soporte.

Gracias por elegir esta revista para publicar su investigación.

Renzo Carranza Esteban (Editor)

Propósitos y Representaciones

Revista : Propósitos y Representaciones

Fecha de sumisión : 15 de septiembre del 2024

ISSN : 2310-4635

DOI : <https://doi.org/10.20511/pyr>

Anexo 2: Resolución de inscripción de perfil de proyecto de tesis

A partir de esta página debe continuar el trabajo final (SUSTENTADO) según la estructura designada en el Reglamento de Investigación Artículo 64°. Página 18: https://drive.google.com/file/d/1_IR8G2xOKhcG-2YVMyc1XXEeJ99GQQ2s/view

Artículo 64°. **Estructura de la tesis en formato artículo.** El documento, previo visto bueno del asesor, a presentar a través de la plataforma tecnológica oficial para cerrar el proceso de tesis debe tener la siguiente estructura:

- 64.1. Las hojas preliminares, según los requisitos del CRAI
- 64.2. El acta de sustentación
- 64.3. Agradecimientos y dedicatoria (opcional)
- 64.4. Índice
- 64.5. La versión final del artículo, con todas las observaciones levantadas (la estructura dependerá de la revista elegida.) Generalmente la estructura incluye:
 - 64.5.1. Título en español y en inglés
 - 64.5.2. Resumen en español y en inglés
 - 64.5.3. Palabras clave en español y en inglés
 - 64.5.4. Introducción
 - 64.5.5. Metodología
 - 64.5.6. Resultados
 - 64.5.7. Discusión
 - 64.5.8. Referencias bibliográficas
 - 64.5.9. Figuras y tablas
- 64.6. Anexos
 - 64.6.1. Evidencia de sumisión del artículo en una revista de prestigio
 - 64.6.2. Copia de la resolución de inscripción del perfil de proyecto de tesis en formato artículo aprobado por el consejo de facultad correspondiente
 - 64.6.3. Carta de aprobación de comité de ética, si fuera el caso
 - 64.6.4. Instrumento(s) de recolección de datos, si fuera el caso
 - 64.6.5. Figuras, tablas o imágenes adicionales, si fuera el caso

Anexo 3: Carta de aprobación del comité de ética



Lima, Ñaña, 7 de marzo de 2024

EL COMITÉ DE ÉTICA DE INVESTIGACIÓN DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LASALUD

CONSTA

Que el proyecto de investigación de **Emanuel Humberto Apaza Calla** identificado (a) con DNI No. 71459568 y su asesor (a) el **Eddy Wildmar Aquize Anco** identificado (a) con DNI No. 70166720 con el título: ***Burnout académico y resiliencia como predictores del bienestar psicológico de los estudiantes universitarios de la facultad de ingeniería y arquitectura Juliaca, 2024*** fue evaluado y aprobado por el Comité de Ética de Investigación de la Universidad Peruana Unión, considerandosu calidad científica, consideración del bienestar de sus participantes, y conformidad con los estándares de la ética establecidas en el Código de ética para la Investigación de la UniversidadPeruana Unión.

Para mantener la aprobación del Comité de Ética, se tiene que cumplir con los siguientes requisitos:

1. Cada participante debe dar consentimiento informado. En el caso de menores de edad, por lo menos uno de sus padres o guardianes debe registrar su consentimiento informado y el menor de edad debe registrar su asentimiento informado, en caso de trabajos prospectivos. En caso de trabajos retrospectivos contar con la carta de autorización de la institución.

Los resultados de este proyecto puedan ser publicados con referencia a aprobación Número **2024-CE-FCS - UPeU-021-2024**



Mg. María Magdalena Díaz Orihuela
Presidente
Comité de Ética de Investigación



Mtro. William de Borba
Secretario
Comité de Ética de Investigación

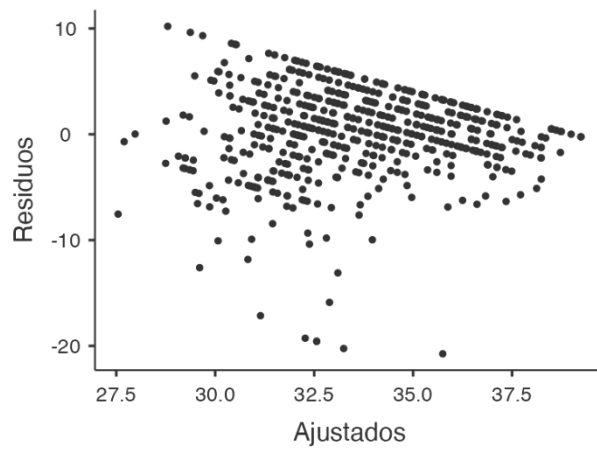
Anexo 4: Supuestos de regresión

Supuesto de linealidad

Matriz de Correlación

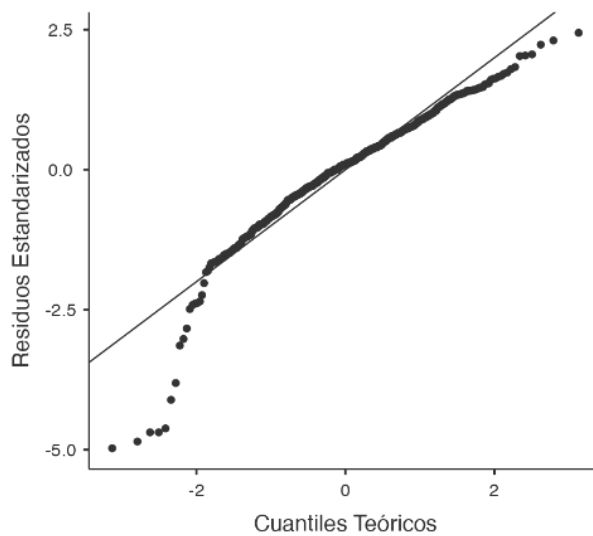
		Bienestar psicológico
Resiliencia	R	0.360
	p	< .001
Burnout académico	R	-0.462
	p	< .001

Supuesto de independencia de errores



Supuesto de normalidad

Gráfica Q-Q



Supuesto de independencia de los errores

Prueba Durbin-Watson de Autocorrelación

Autocorrelación	Estadístico DW
-0.0263	2.05

Supuesto de no colinealidad

Estadísticas de Colinealidad

	VIF	Tolerancia
Burnout Académico	1.27	0.790
Resiliencia	1.27	0.790

● 11% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 11% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	hdl.handle.net Internet	1%
2	revistaavft.com Internet	1%
3	repositorio.upeu.edu.pe:8080 Internet	<1%
4	repositorio.ucv.edu.pe Internet	<1%
5	repositorio.upn.edu.pe Internet	<1%
6	repositorio.upeu.edu.pe Internet	<1%
7	comunicandosalud.com Internet	<1%
8	biblioteca.itson.mx Internet	<1%

9	fcq.ug.edu.ec Internet	<1%
10	repositorio.urp.edu.pe Internet	<1%
11	scielo.org.mx Internet	<1%
12	es.scribd.com Internet	<1%
13	Ricardo Navarro, Francisco Morote, Arlis García, Víctor Bernal, Victoria... Crossref	<1%
14	revistaconcienciaepg.edu.pe Internet	<1%
15	tesis.pucp.edu.pe Internet	<1%
16	revsaludpublica.sld.cu Internet	<1%
17	Rabindra Kumar Pradhan, Updesh Kumar. "Emotion, Well-Being, and Re... Publication	<1%
18	pubmed.ncbi.nlm.nih.gov Internet	<1%
19	repositorio.unasam.edu.pe Internet	<1%
20	scielo.org.pe Internet	<1%

21	repositorio.continental.edu.pe Internet	<1%
22	repositorio.ual.es Internet	<1%
23	repositorio.usfq.edu.ec Internet	<1%
24	saluddigital.com Internet	<1%
25	xavierdatascience.wordpress.com Internet	<1%
26	helvia.uco.es Internet	<1%
27	ojs.haaj.org Internet	<1%
28	repositorio.usil.edu.pe Internet	<1%
29	repositorio.usmp.edu.pe Internet	<1%
30	repositorio.uss.edu.pe Internet	<1%
31	revistas.usb.edu.co Internet	<1%
32	rus.ucf.edu.cu Internet	<1%

33

upc.aws.openrepository.com

Internet

<1%

● Excluir del Reporte de Similitud

- Base de datos de trabajos entregados
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)
- Material bibliográfico
- Material citado
- Bloques de texto excluidos manualmente

BLOQUES DE TEXTO EXCLUIDOS

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Escuela Pr...

repositorio.upeu.edu.pe:8080

de Juliaca

repositorio.upeu.edu.pe:8080

Asesor:Mg. Eddy

repositorio.upeu.edu.pe:8080

tiene un índice de similitud de

repositorio.upeu.edu.pe

1. Introducción 30

repositorioacademico.upc.edu.pe

Anexo 1: Evidencia de sumisión del artículo..... 30

repositorio.upeu.edu.pe:8080