

	GESTIÓN DE SERVICIOS ACADÉMICOS Y BIBLIOTECARIOS		CÓDIGO	FO-GS-15
	ESQUEMA HOJA DE RESUMEN		VERSIÓN	02
			FECHA	03/04/2017
			PÁGINA	1 de 1
ELABORÓ		REVISÓ	APROBÓ	
Jefe División de Biblioteca		Equipo Operativo de Calidad	Líder de Calidad	

RESUMEN TRABAJO DE GRADO

AUTOR(ES): NOMBRES Y APELLIDOS COMPLETOS

NOMBRE(S): JENNIFER ANDREA **APELLIDOS:** JAIMES CHAUTRE

NOMBRE(S): KAROLINE MARIANA **APELLIDOS:** HERNANDEZ BLANDON

NOMBRE(S): MARIA FERNANDA **APELLIDOS:** RINCÓN SILVA

FACULTAD: CIENCIAS DE LA SALUD

PLAN DE ESTUDIOS: ENFERMERÍA

DIRECTOR:

NOMBRE(S): MÓNICA **APELLIDOS:** PEÑALOZA GARCÍA

COORDIRECTOR:

NOMBRE(S): WILLIAM DE JESÚS **APELLIDOS:** ATEHORTÚA PUERTA

TÍTULO DEL TRABAJO (TESIS): "RELACIÓN ENTRE BURNOUT Y CARGA LABORAL EN ESTUDIANTES DE UN PROGRAMA DE ENFERMERÍA DE LA CIUDAD DE CÚCUTA EN TIEMPOS DE PANDEMIA."

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre Burnout y la carga laboral en estudiantes de un programa de enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia. **Materiales y métodos:** Estudio cuantitativo, se aplicó el instrumento "Instrumento de Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (EUBE)" y el instrumento "Valoración de la carga laboral". Se realizó en una muestra de 248 encuestados mediante un formulario de Google. **Resultados:** El sexo predominante fue el femenino con un 77,4% el semestre académico se observó una mayor participación en cuarto semestre seguido de octavo semestre, así mismo el estrato socioeconómico con mayor frecuencia fue el estrato 2 con un 51,2% la religión que arrojó en un 67,7% fue la católica. En la variable Burnout estudiantil un 58,47% presentaron un tipo de Burnout leve, seguido del tipo de Burnout moderado con un 35,89%, la variable de carga mental el 64,11% presentó un nivel de carga mental media, seguido del nivel alto con una frecuencia de 64 estudiantes y por último en cuanto a la relación entre ambas variables se encontró que el 48,15% de los estudiantes que presentaron un nivel de carga laboral alto se encuentran a su vez con un nivel leve de Burnout. **Conclusiones:** existe una relación directa entre ellas (Chi 2 0,0042), ya que al aumentar la carga laboral aumenta el Burnout.

PALABRAS CLAVES: Agotamiento Profesional, Carga laboral, Currículo, Estudiante de Enfermería.

CARACTERÍSTICAS:

PÁGINAS: 128 **PLANOS:** _____ **ILUSTRACIONES:** _____ **CD ROOM:** _____

RELACIÓN ENTRE BURNOUT Y CARGA LABORAL EN ESTUDIANTES DE UN
PROGRAMA DE ENFERMERÍA DE LA CIUDAD DE CÚCUTA EN TIEMPOS DE
PANDEMIA.

KAROLINE MARIANA HERNÁNDEZ BLANDÓN

JENNIFER ANDREA JAIMES CHAUSTRE

MARÍA FERNANDA RINCÓN SILVA

UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ENFERMERÍA

CÚCUTA, NORTE DE SANTANDER

2021

RELACIÓN ENTRE BURNOUT Y CARGA LABORAL EN ESTUDIANTES DE UN
PROGRAMA DE ENFERMERÍA DE LA CIUDAD DE CÚCUTA EN TIEMPOS DE
PANDEMIA.

KAROLINE MARIANA HERNÁNDEZ BLANDÓN

JENNIFER ANDREA JAIMES CHAUSTRE

MARÍA FERNANDA RINCÓN SILVA

Investigación realizada en la modalidad de trabajo de grado para
optar por el título de profesional de Enfermería.

Directora: Mg. MÓNICA PEÑALOZA GARCÍA

Docente UFPS

Codirector: Mg. WILLIAM DE JESÚS ATEHORTÚA PUERTA

Docente UFPS

UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ENFERMERÍA

CÚCUTA, NORTE DE SANTANDER

2021

ACTA DE SUSTENTACION

ACTA DE SUSTENTACION PROYECTO DE INVESTIGACION

FECHA: 29 DE ABRIL DE 2021

HORA: 02:00 P.M

ENLACE CONEXION: meet.google.com/zau-ycgx-ivw **PROGRAMA:** ENFERMERIA

TITULO DE LA PASANTIA: “RELACIÓN ENTRE BURNOUT Y CARGA LABORAL EN ESTUDIANTES DE UN PROGRAMA DE ENFERMERÍA DE LA CIUDAD DE CÚCUTA EN TIEMPOS DE PANDEMIA”

JURADOS: GLORIA ESPERANZA ZAMBRANO PLATA
HENNY PATRICIA CARVAJAL VILLAMIZAR
DIANNE SOFIA GONZÁLEZ ESCOBAR

DIRECTOR: MÓNICA PEÑALOZA GARCÍA

COORDIRECTOR: WILLIAM DE JESÚS ATEHORTÚA PUERTA

ESTUDIANTE	CÓDIGO	NOTA	CALIFICACIÓN (A) (M) (L)
<u>KAROLINE MARIANA HERNÁNDEZ BLANDÓN</u>	<u>1800934</u>	<u>4.0</u>	<u>X</u>
<u>JENNIFER ANDREA JAIMES CHAUSTRE</u>	<u>1800908</u>	<u>4.0</u>	<u>X</u>
<u>MARÍA FERNANDA RINCÓN SILVA</u>	<u>1800918</u>	<u>4.0</u>	<u>X</u>

FIRMA JURADOS


DIANNE SOFIA GONZALEZ ESCOBAR


GLORIA ESPERANZA ZAMBRANO PLATA


HENNY PATRICIA CARVAJAL VILLAMIZAR


DIANNE SOFIA GONZALEZ ESCOBAR
Vo.Bo Directora Programa Enfermeria



**CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA
LA CONSULTA, LA REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y LA PUBLICACIÓN
ELECTRÓNICA DEL TEXTO COMPLETO**

Cúcuta, 09 de agosto de 2021

Señores

BIBLIOTECA EDUARDO COTE LAMUS

Ciudad

Cordial saludo:

Karoline Mariana Hernández Blandón, identificado(s) con la C.C. N°1093799423, Jennifer Andrea Jaimes Chaustre, identificado(s) con la C.C. N° 1090519091 y Maria Fernanda Rincón Silva, identificado(s) con la C.C. N° 1092390376 autor(es) de la tesis y/o trabajo de grado titulado “Relación entre burnout y carga laboral en estudiantes de un programa de enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia”. Presentado y aprobado en el año 2021 como requisito para optar al título de Enfermera; autorizo (amos) a la biblioteca de la Universidad Francisco de Paula Santander, Eduardo Cote Lamus, para que con fines académicos, muestre a la comunidad en general a la producción intelectual de esta institución educativa, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera:

- los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo de grado en la página web de la Biblioteca Eduardo Cote Lamus y en las redes de información del país y el exterior, con las cuales tenga convenio la Universidad Francisco de Paula Santander.
- Permita la consulta, la reproducción, a los usuarios interesados en el contenido de este trabajo, para todos los usos que tengan finalidad académica, ya sea en formato CD-ROM o digital desde Internet, Intranet etc.; y en general para cualquier formato conocido o por conocer.

Lo anterior, de conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la ley 1982 y el artículo 11 de la decisión andina 351 de 1993, que establece que **“los derechos morales del trabajo son propiedad de los autores”**, los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables.

FIRMA Y CEDULA



C.C. 1093799423



C.C.1090519091



C.C.1092390376

Dedicatoria

El presente trabajo de investigación está dedicado principalmente a Dios, por ser el orientador e inspirador en cada una de nuestras decisiones, quien a través de sus dones y sabiduría nos dio fuerza para obtener uno de los anhelos más deseados. Así mismo, a nuestros padres, por su amor, entrega, trabajo y sacrificio durante estos años de formación y a lo largo de nuestras vidas. Por último, es dedicado a todas aquellas personas que nos brindaron su apoyo y han hecho que este trabajo fuese realizado con éxito, con especial énfasis a aquellos que nos abrieron las puertas y compartieron sus conocimientos.

Agradecimientos

Al culminar el proceso redacción del proyecto de grado, podemos sentirnos realmente agradecidas con cada una de las personas que hicieron posible el éxito y gran impacto de nuestra investigación, tanto a nivel personal para cada una de nosotras, como también para cada uno de los estudiantes que participaron de la misma.

Por lo anterior, agradecemos puntualmente a los docentes Mónica Peñaloza García y William de Jesús Atehortúa Puerta quienes con su direccionamiento, compromiso y experiencia en cada uno de los pasos y momentos del proceso investigativo nos brindaron ánimo, motivación, consejos y nos compartieron sus conocimientos. Así mismo, agradecemos al cuerpo docente y administrativo de la Facultad Ciencias de la Salud, específicamente al Programa de Enfermería de nuestra alma mater Universidad Francisco de Paula Santander, las cuales, estuvieron atentas en el direccionamiento del proceso administrativo, legal y oficial del presente proyecto. Sumado a lo anterior, es importante agradecer a cada una de las personas que participaron consiente y activamente en el diligenciamiento de las encuestas, a ellos les debemos gran parte de este resultado.

TABLA DE CONTENIDO

Introducción	13
1. Título	16
2. Planteamiento del problema de investigación	17
2.1. Descripción del problema	17
2.2. Formulación del problema	24
3. Justificación	25
4. Objetivos	29
4.1. Objetivo general	29
4.2. Objetivos específicos	29
5. Fundamentos de referencia	30
5.1. Marco de antecedentes	30
5.1.1. Antecedentes Internacionales	31
5.1.2. Antecedentes Nacionales	39
5.1.3. Antecedentes Regionales y locales	43
5.2. Marco Conceptual	43
5.2.1. Síndrome de Burnout	44
5.2.2. Agotamiento Emocional	44
5.2.3. Agotamiento Físico	45

5.2.4. Agotamiento Cognitivo	46
5.2.5. Carga laboral:	48
5.2.6. Carga mental	49
5.2.7. Carga física	51
5.2.8. Estudiante de Enfermería:	51
5.2.9. Pandemia:	52
5.2.10. Trabajo Remoto	54
5.3. Marco Contextual	55
5.4. Marco Teórico	56
5.5. Marco legal	57
Plan Decenal de Salud Pública (2012- 2021) (68)	57
Ley 1616 de 2013. (ENERO 21) (69).	57
Normativa estatuto estudiantil (acuerdo 065 de 1996) (70)	58
Decreto 055 de 2015 (72)	58
6. Marco del diseño	60
6.1. Tipo de Estudio	60
6.2. Población y Muestra	60
6.3. Criterios de inclusión	61
6.4. Criterios de exclusión	61
6.5. Tipo de Muestreo	61

6.6. Métodos y técnicas para la recolección de la información	62
6.6.1. Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (EUBE) (74)	62
6.6.2. Instrumento “Valoración de la Carga Laboral” (75)	63
6.6.3 Operacionalización de las variables	65
6.6.4. Plan de análisis de resultados	73
6.7. Aspectos éticos	73
7. Resultados	77
7.1 Caracterización sociodemográfica	77
7.2 Variable Burnout estudiantil	81
7.3 Variable carga laboral	86
7.4 Relación entre burnout y carga laboral	97
8. Discusión	100
9. Conclusiones	103
10. Recomendaciones	104
ANEXOS	105
Referencias bibliográficas	116

LISTADO DE TABLAS

Tabla 1: Operacionalización de las variables	65
Tabla 2: Caracterización sociodemográfica	77
Tabla 3: Instrumento Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil	81
Tabla 4: Tipo de Burnout Estudiantil	84
Tabla 5: Instrumento Valoración de la carga Laboral	86
Tabla 6: Clasificación de la Carga Laboral-Mental	94
Tabla 7: Clasificación de la Carga Laboral-física	95
Tabla 8: Clasificación general de la variable Carga Laboral	96
Tabla 9: Relación entre el Burnout y la Carga Laboral	98

LISTA DE ANEXOS

Anexo 1: Consentimiento Informado	105
Anexo 2: comité de Ética	107
Anexo 3: Instrumento Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil	108
Anexo 4: Instrumento Valoración de la Carga laboral	109
Anexo 5: Cronograma	113

Introducción

El agotamiento profesional o Síndrome de Burnout fue definido inicialmente en el año 1974 por Herbert Freudenberger como una condición mental caracterizada por la disminución del desempeño laboral, que se encuentra acompañado de sensaciones como impotencia, frustración e incapacidad para alcanzar objetivos o metas laborales (1). Sumado a lo anterior, la persona que presenta este síndrome también puede padecer síntomas de vinculación tales como el cinismo y el desapego, la ineffectividad e incapacidad profesional o incluso síntomas como insomnio, irritabilidad o conflictos interpersonales, los cuales precipitan a la persona a estados de depresión, ansiedad y adicción (2) (3).

En concordancia con lo expuesto anteriormente, es relevante mencionar que los factores detonantes del Síndrome de Burnout se encuentran relacionados con la percepción de carga laboral del trabajador, expresado como largas jornadas de trabajo, estresores vinculados con el desempeño y exigencias del sitio de trabajo, entorno social, ambiente y condiciones laborales, que en proceso de cronicidad repercuten negativamente en su salud y calidad de vida.

Siendo así, es correcto afirmar que el desarrollo de una labor está determinado por una parte física (muscular) denominada “carga física” y una segunda parte depende del esfuerzo intelectual titulada “carga mental” definida en el año 1980 por Mulder en función al número de etapas de un proceso o conjunto de procesos requeridos para realizar correctamente una tarea, haciendo uso de aptitudes y actitudes inherentes al sujeto involucrado, tales como su memoria, agilidad en procesamiento de información, capacidades comunicativas y de liderazgo. Las cuales están relacionadas directamente con el perfil del estudiante en formación en disciplinas de salud, los

cuales se encuentran expuestos a los factores de riesgo mencionados anteriormente, pues su participación dentro de las labores académicas se encuentra divididas en dos dimensiones como son la teoría y la práctica.

Por lo tanto, un grupo vulnerable entre las disciplinas de la salud es Enfermería, donde el estudiante en formación tiene como principal enfoque brindar un cuidado de calidad con bases científicas, empíricas y actualizadas, donde debe poner en práctica su sentido de responsabilidad acompañado de una conciencia moral, ética y cívica, como también de vocación profesional ambientada con el respeto permanente al estado de derecho, la libertad y a la vida, los cuales demandan de una entrega y esfuerzo mayor en comparación con los estudiantes de otras carreras.

Sumado a lo anterior, en el año 2019 Colombia y el mundo se ha encontrado bajo la presión del nuevo virus SARS- COV-2 o COVID-19, el cual se manifiesta inicialmente con un cuadro clínico respiratorio acompañado de síntomas como lo son fiebre, tos seca, diarrea o malestar estomacal o incluso, en ocasiones presentarse un caso sin presencia de algún síntoma, también llamado “Paciente asintomático”. Este virus, se ha hecho cargo de una gran cantidad de muertes de hombres y mujeres a lo largo del mundo, entre los cuales se encuentra el grupo con mayor riesgo, como lo es el personal de salud. En medio de la situación, el Gobierno de Colombia encabezado por el señor presidente de la Republica Iván Duque Márquez decreta medidas de aislamiento total obligatorio o cuarentena estricta donde las personas deben realizar toda labor o actividad desde sus casas, así como también los estudiantes deben asistir a sus clases de manera virtual, en caso particular de los estudiantes de enfermería, quienes debieron realizar incluso sus prácticas de manera virtual.

La situación descrita anteriormente contempla en sí misma, una gran preocupación para aquellos estudiantes que no cuentan con las condiciones necesarias para asistir a las clases. Es

por esto, que se decide analizar el vacío de información existente de la relación entre la carga laboral y el síndrome de Burnout en estudiantes de la carrera de enfermería durante el tiempo de pandemia por COVID-19 en Colombia.

.

1. Título

Relación entre Burnout y carga laboral en estudiantes de un programa de Enfermería de la Ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia.

2. Planteamiento del problema de investigación

2.1. Descripción del problema

La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce como enfermedad el Burnout o “Síndrome de estar quemado”, (4) considerado un problema en el mundo generalmente en las profesiones donde se tiene contacto directo con las personas. Este se caracteriza por un estado de agotamiento emocional, actitud cínica o distante frente al trabajo (despersonalización), sensación de ineficacia y de no hacer adecuadamente las tareas y la pérdida de habilidades para la comunicación. Es por esto que se incluye en los principales problemas de salud mental y como antesala de patologías psíquicas (5).

Sin embargo, los trabajadores no son los únicos individuos que sufren este síndrome, ya que muchos estudiantes también se encuentran inmersos en esta situación debido a la carga tanto académica como personal que deben cumplir. Lo anterior es respaldado por Arango, et al. (2010), quienes determinan que el estrés ante los exámenes, la presencia de ansiedad y depresión se relaciona con la aparición del síndrome.

Para el estudiante de educación superior, la universidad se convierte en un espacio para prepararse académicamente teniendo como objetivo principal ser profesionales en el área de su preferencia, lo cual implica tiempo, esfuerzo físico y mental, y en otros casos, superar dificultades a nivel económico, familiar o social. Cada uno de los programas tiene su currículo organizado con una carga académica con actividades teórico-prácticas que exige un adecuado rendimiento del estudiante para mantener buenos promedios y cumplir la expectativa generada por los docentes. No obstante, esa exigencia se acompaña de la presión sentida al intentar

enorgullecer a su familia ante el sacrificio que puede representar el acceso a la educación superior (6).

Por otro lado, existen factores predisponentes que afectan el rendimiento académico del joven universitario que puede perjudicar sus responsabilidades, estos pueden presentarse como problemas económicos, falta de trabajo y oportunidades, soledad, presiones psicológicas, baja autoestima, bullying sobre la condición física, social y sexual por parte de algunos compañeros y docentes, entre otros (7).

Hay que mencionar, además, que el reto de estudiar carreras de la salud demanda tanto capacidad mental como física para el manejo de potenciales situaciones en el ejercicio de la profesión ante el sistema de salud, cuyo producto inmaterial de trabajo se refleja en el cuidado de la vida y el mantenimiento de la salud de las personas. Una vez inicia, el estudiante experimenta cambios en su estilo de vida relacionado con la distribución de su tiempo entre su carga académica y sus otras actividades personales, que debe organizar para responder a los requerimientos de las instituciones de educación superior (8).

El estudiante de enfermería se caracteriza por tener una actitud proactiva que se fundamenta en unos conocimientos teóricos y científicos adquiridos en el desarrollo de la carrera; sin embargo, también debe tener la capacidad de priorizar sus acciones y dejar espacio para consumir una alimentación saludable, realizar ejercicio físico, tener un sueño reparador, tomar períodos de descanso, realizar actividades de ocio y recreación, que pueden pasar a un segundo plano afectados por la distribución del tiempo y la carga académica teórica-práctica que puede generar estrés y avanzar al deterioro de su salud física, social y mental (9).

A nivel internacional, Manzano en el 2002, hipotetizó acerca de la mayor probabilidad de desarrollar Burnout en estudiantes universitarios y su relación con los años que estos llevaban estudiando en la universidad similar a como sucedía con los trabajadores, los cuales presentaban mayor nivel de Burnout cuanto más tiempo llevaban trabajando en el mismo puesto (Gil- Monte y Peiró, 1997) (10). Así mismo, Uribe e Illesca en el año 2017, evidenciaron que los universitarios en formación con burnout académico, al igual que cualquier profesional, se encuentran con presiones y sobrecargas propias de este colectivo, se ven afectados al aspirar compensaciones de la institución como apoyo económico para culminar sus estudios o estímulos por medio de reconocimiento por el desempeño (11).

Novoa-Sandoval et al. en 2017, recalcaron que los estudiantes de enfermería no solo se encuentran expuestos a largas jornadas académicas en la universidad, sino también a situaciones emocionales complicadas en el ambiente práctico como es el contacto con el dolor, sufrimiento y muerte de pacientes lo que ocasiona problemas de inestabilidad emocional en el estudiante, sobre todo en los que se encuentran en los últimos años de la carrera (12).

A nivel nacional, Cervantes et al., en el año 2015 destacaron que el Burnout corresponde a un síndrome psicoemocional que se presenta en quienes no logran adaptarse a los eventos de estrés propios del ambiente educativo, generando repercusiones de tipo físico, psicológico y comportamental, destacándose factores predisponentes como matricular la más alta cantidad de materias por semestre, mayor número de horas de clase a la semana, entre otros (13).

A nivel local, Maldonado en el 2018, evidenció niveles altos de Burnout en estudiantes del programa de Enfermería de la Universidad Francisco de Paula Santander en las dimensiones de agotamiento (seis de cada diez estudiantes), despersonalización (cuatro de cada diez

estudiantes) y solo uno de cada cuatro estudiantes presentaba alta la dimensión de realización personal. Así mismo, los factores de riesgo psicosociales con mayor prevalencia fueron: contenido y características de la tarea, papel académico, exigencias de la práctica con porcentajes superiores al 90%; le seguían en importancia carga académica, remuneración, condiciones del sitio de práctica y la interacción social (14).

Hay que mencionar además que, dada la situación de pandemia generada por el COVID 19, se implementaron a través del Gobierno Nacional medidas para disminuir la propagación del virus, como lo fue la cuarentena, confinamiento obligatorio y luego selectivo, el cierre del comercio y las instituciones de educación superior, incentivando al uso de la virtualidad donde fue inevitable adaptarse a un nuevo escenario que requería un espacio físico dónde ubicarse en casa, pero también el manejo de herramientas necesarias para el proceso de enseñanza en entornos virtuales de aprendizaje, en el que era imprescindible invertir en tecnología de la información y la comunicación, como equipos celulares inteligentes, tabletas o computadores con sus accesorios, o en la conectividad que en muchas oportunidades no dependía de la disponibilidad de recursos económicos para adquirirla sino en la red estructurada para generar el punto donde la vivienda se pudiera conectar, y cuyos inconvenientes implicaban perder el contacto tanto con sus compañeros como con sus instructores.

Esta situación fue causal de preocupación, estrés y frustración en los estudiantes, puesto que la virtualidad requiere de unos requisitos físicos y mentales para desarrollar adecuadamente las clases; sin embargo, para que las mismas fueran prácticas y efectivas, no dependió de solo un estudiante pues es una responsabilidad impartida y debe ser asumida por todos los miembros de la comunidad educativa, lo cual duplica la carga laboral que se debe ejecutar (15).

En el mismo orden de ideas, la virtualidad en las carreras de salud se convirtió en un reto aún más grande debido a sus exigencias tanto teóricas como prácticas que se encuentran inmersas en los programas académicos, donde los estudiantes deben someterse a largos horarios de trabajo sincrónico en compañía de los docentes, pero también asincrónicos para cubrir los contenidos teóricos de todas las asignaturas y cumplir con los compromisos impartidos durante las jornadas de clase, situación que empeora cuando el estudiante no cuenta con los implementos y herramientas que le permitan desarrollar las clases sin deteriorar su salud física y mental, puesto que al no tener elementos ergonómicos que garanticen la postura adecuada, protectores o filtros para la luz irradiada por el equipo durante las extensas horas de trabajo, convierten la virtualidad una osadía para aprender, percibiéndose como una carga laboral muy alta (16).

Sumado a esto, se encontraban las prácticas en salud por medio de la virtualidad, teniendo en cuenta que el programa de enfermería debe brindar cuidado holístico a la persona, familia o comunidad, termina en una valoración virtual que depende de la voluntad de la persona que recibe la comunicación y que desea participar en la actividad, sin dejar de lado otra vez, los problemas de conectividad mostrados en estadísticas de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la ciencia y la Cultura (UNESCO) en compañía del Instituto Internacional de la UNESCO para la Educación Superior en América Latina y el Caribe (IESALC), donde solo un 52% de la población en Latinoamérica cuenta con conectividad a internet (17), esta vez hablando de los pacientes que le son asignados y que deben contactar por vía telefónica la mayor parte de las veces para realizar sus acciones y alcanzar las competencias de su práctica, en horarios diferentes a los programados incrementando su carga laboral adicional a la académica.

De manera que antes de la pandemia por COVID-19 se hablaba de carga de laboral en estudiantes, ya que sus prácticas clínicas y hospitalarias son consideradas prácticas laborales

según el decreto 055 del 2015, donde reglamenta que todo estudiante que deba realizar prácticas o actividades como requisito para culminar sus estudios u obtener un título o certificado por competencias, la institución en este caso de educación superior, deberá realizar el respectivo trámite de afiliación al sistema general de riesgos laborales (SGRL), que le permite prevenir, proteger y atender a los estudiantes de los efectos de las enfermedades y los accidentes que puedan ocurrirles con ocasión o como consecuencia de los trabajos o prácticas que desarrollen (18). Sin embargo, durante el periodo de tiempo de la pandemia a partir del año 2020, se busca como alternativa para dar continuidad al proceso académico la realización de las prácticas de manera virtual llevando a que la afiliación a la ARL no sea un requisito para las prácticas virtuales como lo era en la presencialidad.

Para el caso del estudiante de Enfermería, los convenios de relación docencia servicio son los encargados de establecer el vínculo entre las instituciones prestadoras de servicios y los estudiantes con sus docentes, siendo responsables de la suscripción, financiación, pago, trámite y seguimiento de dichas garantías según corresponda al nivel académico, referenciando también la carga laboral que ejecutarán los estudiantes en contraprestación por el uso del escenario.

En la búsqueda de información de los últimos diez años, la carga laboral se ha descrito como aquellas condiciones físicas y psicológicas que recibe un trabajador en el tiempo en que labora y que pueden responder a circunstancias relacionadas con la complejidad de la actividad, el ritmo de trabajo exigido, la capacidad de adaptación al entorno y responsabilidades del individuo, etc. (19).

Aplicado al contexto de Enfermería, carga de laboral son las obligaciones que se le asignan en el transcurso de su jornada (20); su carga laboral incluye las intervenciones al sujeto

de cuidado y las otras actividades de gestión y formación en un período y bajo presión, requiriendo para ello esfuerzo físico, mental, social y espiritual y, en ocasiones, mayor tiempo del turno para solucionar lo pendiente, con el potencial para afectar la salud del trabajador, las relaciones interpersonales y disminuir el rendimiento cuando el trabajo se acumula, aspecto que puede desestimular su satisfacción laboral e incrementar la frustración (21).

Todo esto parece confirmar que el universitario adquiere una carga laboral adicional a los requerimientos de su carga académica, destacándose que el agotamiento en estudiantes del área de la salud se ha identificado como un factor contributivo a la ocurrencia de eventos adversos que podrían controlarse (22).

No obstante, en la presente investigación se encuentra un vacío de conocimiento en lo que respecta a la carga laboral en el estudiante de Enfermería, dado que, en la revisión de la literatura extendida a los últimos 10 años, este tema se ha valorado en profesionales de la salud; caso contrario se observa en el tema del Síndrome de Burnout, del cual si se encuentran documentos relacionados con los estudiantes.

Adicionalmente, no se encontraron investigaciones que midan la relación entre la carga laboral percibida y la presencia de burnout en estudiantes de un programa de Enfermería, más aún, en la contingencia mundial que representa la pandemia por COVID 19, teniendo en consideración que el universitario debe responder por todas sus obligaciones dispuestas en el ambiente académico que le genera la asistencia a clase y la ejecución de actividades teórico-prácticas del currículo académico adaptado a la virtualidad.

Por lo anterior, los investigadores se planteaban la pregunta de si existe relación entre el burnout y la carga laboral en estudiantes de un programa de Enfermería de la ciudad de Cúcuta

en tiempos de pandemia, esperando hallazgos que sirvan de sustento para elaborar planes de mejoramiento en beneficio del estudiantado y del mismo programa.

2.2. Formulación del problema

¿Existe relación entre Burnout y carga laboral en estudiantes de un programa de Enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempo de pandemia?

3. Justificación

El síndrome de Burnout, también conocido como el síndrome del trabajador quemado, nace como consecuencia de la complicada labor al desempeñar su actividad, encontrándose principalmente en personas que tienen jornadas laborales extensas o que tienen trato directo con terceras personas, lo cual tiene como implicación situaciones de estrés que desencadena en el trabajador síntomas como; cefalea, ansiedad, irritabilidad, depresión y fatiga, cuadro típico que es definido por la OMS como síntomas iniciales de deficiencia de la salud (23).

Sin embargo, la evidencia científica sugiere que el síndrome de burnout no solo se presenta en trabajadores, sino que también es muy frecuente en estudiantes universitarios, llegando a presentar casi los mismos episodios de estrés, cansancio, fatiga, desinterés por sus estudios, bajo rendimiento académico y hasta la deserción estudiantil (24).

Por otro lado, la carga laboral es descrita como aquellos requisitos biopsicosociales a los que se enfrenta una persona en su jornada de trabajo que representa un esfuerzo no solo mental, sino físico y psicoafectivo. Esos aspectos deben permanecer en perfecto balance para evitar una afectación de la salud del personal y por ende, reducir la calidad del trabajo de Enfermería repercutiendo en la presencia de situaciones comprometedoras con el servicio o los pacientes (25).

Basado en lo anterior, la carga laboral se encuentra inmersa dentro de la deficiencia en salud que inciden sobre la persona; así mismo, influye en la calidad y cantidad de actividades que el operario logra finalizar, siendo también relevante las largas horas de trabajo a las que está expuesto y la exigencia de un buen rendimiento, lo cual logra producir complicaciones en la salud como taquicardia, enfermedad gastrointestinal, cefalea, mayor riesgo de obesidad, dolor

muscular, impotencia sexual, sentimiento de soledad, aislamiento, hipertensión y crisis asmática, también riesgo en el consumo de drogas, alteraciones del sueño, bajas defensas, entre otros síntomas (26).

Algo semejante ocurre con la carga académica que genera en los estudiantes estrés, ansiedad y muchas veces depresión por todos los factores que se suman ajenos a su carrera como el cambio de ciudad, el no poder relacionarse, el cambio de cultura, los exámenes, y muchas veces el trabajo, ya que algunos estudiantes deben trabajar y estudiar para poder mantenerse en su periodo académico, lo que genera más carga (27) (24).

Mientras tanto, el proceso formativo afecta directamente al estudiante debido a situaciones desencadenantes de estrés como lo son el trabajo hospitalario o ambulatorio que supone la aplicación de conocimientos científicos y técnicos en condiciones que pueden acarrear sensación de sobrecarga y, consecuentemente, evolucionar a alteraciones patológicas; así mismo, la organización del trabajo, la coordinación y la distribución de actividades condicionan la transmisión eficaz de la información necesaria para el desarrollo del trabajo; en tanto que, el cambio de turno y la coordinación con otros servicios, la creciente complejidad de las técnicas biomédicas y los problemas jerárquicos son frecuentemente origen de carga laboral para el personal sanitario, así como el hecho de trabajar de noche que tiene una serie de consecuencias sobre el equilibrio de las personas, pudiendo provocar alteraciones a distintos niveles físico, psíquico y social (24).

Al mismo tiempo, la pandemia del COVID-19 representa una amenaza para el avance de la educación, ya que las medidas de aislamiento, distanciamiento físico, el cierre de las escuelas y lugares de trabajo se convirtieron en un desafío para el ser humano, las cuales buscan la manera de disminuir el número de contagiados (28).

Por su parte, el 20 de marzo el presidente de Colombia, Iván Duque Márquez, firmó el decreto 749 de 2020 por el cual se ordena el aislamiento preventivo obligatorio en todo el territorio nacional (29). En el caso de los estudiantes, se tomaron medidas y estrategias para la continuidad de contenidos académicos a desarrollar de manera virtual, situación inapropiada para el aprendizaje y con limitaciones evidenciadas en la inexperiencia y la falta de capacitación tanto para los estudiantes como docentes.

Considerando estos enunciados, se justificaba la realización de este trabajo desde el punto de vista académico, siendo un ejercicio de investigación cuantitativa, con relación de variables y formulación de hipótesis sobre problemáticas reales que podrán servir de insumo para inspirar nuevos estudios. Desde el punto de vista científico, se justificaba en la generación de nuevos datos que se presentarán en documentos como artículos y en eventos de apropiación social de conocimiento, apoyando al Grupo de Investigación en Cuidado de la Salud – GINCUS (anteriormente llamado Grupo de Investigación en Cuidado de Enfermería - GICE), en la línea de investigación enfoques de cuidado desde la perspectiva teórica, cuya idea nació del ejercicio realizado en el Semillero de Investigación Rumbo al Conocimiento - SEIRCO.

Desde el punto de vista tecnológico, se justificaba la ejecución de un estudio con aplicación de herramientas informáticas cuyos instrumentos de recolección de información fueron transcritos en formularios electrónicos y aplicados por medio de enlaces enviados al correo electrónico institucional; esa información fue tabulada en hojas de cálculo en Microsoft Excel y analizados a través de programas estadísticos como el IBM SPSS versión 23 y el Epi Info™.

Desde el punto de vista social, al identificar las situaciones que enfrenta el estudiante se pueden encaminar acciones de bienestar para mejorar las relaciones interpersonales y brindar un

cuidado humanizado al paciente y su familia y un buen trato a sus compañeros, docentes, trabajadores de las instituciones en convenio y demás.

Así mismo, desde el punto de vista económico, los costos que se generan desde el ámbito financiero, social y familiar son grandes cuando hay una persona con afectación en su salud mental; si se identifican potenciales causales, se reduciría la incapacidad y se potenciaría la productividad y el rendimiento en todos los aspectos y roles de la vida del estudiante.

Finalmente, desde el punto de vista legal, el programa de Enfermería podrá tomar los correctivos para mejorar la carga de los estudiantes y permitir un desarrollo óptimo en la medida como su proceso de formación evoluciona, evitándose futuros inconvenientes como demandas o tutelas que intenten resguardar la salud mental y física de la comunidad académica.

En relación con los beneficios, además de los mencionados en los puntos de vista anteriores, se encontraban principalmente hacia el programa, cuyos resultados servirán de soporte para ajustar aspectos relacionados con el currículo de Enfermería y los estudiantes se favorecerán a mediano plazo cuando vivencien esos ajustes tanto en el componente teórico como en el práctico que se tuvo que realizar con motivo de la pandemia, el uso de la virtualidad y la alternancia académica hacia una nueva “normalidad”.

4. Objetivos

4.1. Objetivo general

Determinar la relación entre Burnout y carga laboral en estudiantes de un programa de Enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia.

4.2. Objetivos específicos

- Describir los estudiantes de un programa de Enfermería de la ciudad de Cúcuta, según variables sociodemográficas y otras de interés en tiempos de pandemia.
- Identificar el nivel de Burnout en los estudiantes de un programa de Enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia, según las dimensiones de agotamiento físico, emocional y cognitivo.
- Determinar la carga laboral (física y mental) en los estudiantes de un programa de Enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia, en las dimensiones de presión de tiempos, atención, complejidad, monotonía, iniciativa, aislamiento, horario de trabajo, relaciones dependientes de trabajo, demandas generales, carga física, estática y dinámica.

5. Fundamentos de referencia

5.1. Marco de antecedentes

Un estudio realizado en el año 2015 por Salazar, Ortiz, Choque, Abujder y Bustamante sobre el “Bajo peso al nacer y sus factores asociados en el Hospital Materno infantil Germán Urquidí. Cochabamba, Bolivia”, para el cual se llevó a cabo una investigación descriptiva, observacional de corte transversal. Donde se tomó una muestra de 926 recién nacidos de ambos géneros y se recolectaron datos de acuerdo a las variables de estudio las cuales fueron la edad gestacional, el peso al nacer, la longitud de los recién nacidos, y la edad materna (37).

Para dar soporte a la investigación se hizo la respectiva revisión bibliográfica de 5 años atrás, sin embargo, se encontraron artículos de años anteriores que no se descartaron por la relevancia e importancia y el aporte científico al estudio; estos datos se organizaron por antecedentes internacionales, nacionales, regionales y locales, según los hallazgos de Burnout y carga laboral como se enuncian a continuación.

Iniciando con los trabajos asociados al Síndrome de Burnout, se encontraron estudios relacionados con su epidemiología y sus causas, con población de salud más enfocado hacia profesionales de Enfermería y en formación; a nivel internacional existen trabajos en México, España, Portugal y Costa Rica; a nivel nacional en Santa Marta, Barranquilla, Orinoquia, Bogotá y de igual manera, a nivel local en la ciudad de Cúcuta.

Por su parte, los documentos que tratan sobre Carga Laboral o de Trabajo, tuvieron una distribución a nivel internacional en España, Chile, Ecuador y Perú, en los cuales se utilizaron instrumentos como el NASA-TLX y el ESCAM; se debe agregar que a nivel nacional y local no

existen documentos relacionados; es importante aclarar que los antecedentes encontrados aplican al ámbito profesional de enfermería y de medicina, dejando a un lado también la carga mental de trabajo de los estudiantes de Enfermería.

Finalmente, en los antecedentes de estudios sobre síndrome de Burnout asociado a la carga laboral no fue posible encontrarlos a nivel local donde se relacionen estas dos variables; sin embargo, a nivel internacional se pudo encontrar estudios y trabajos de grado realizados en Ecuador, Venezuela y Chile, y a nivel nacional en el Valle del Cauca. Por lo tanto, encontramos ese vacío de información a nivel de Norte de Santander, resaltando la importancia de la realización de esta investigación.

5.1.1. Antecedentes Internacionales

En México (Guadalajara) 1997, en personal de salud se realizó la investigación por Martínez , A, titulada: Aspectos epidemiológicos del Síndrome de Burnout en el personal de salud, en la cual se estudió una muestra de 194 profesionales de atención primaria y atención especializada la cual se obtuvo de manera aleatorio aplicando el instrumento Maslach Burnout Inventory en relación con las variables socio-demográficas del estudio, concluyendo que; el perfil epidemiológico de riesgo obtenido fue mujer con más de 41 años sin pareja estable con más de 19 años de antigüedad en la profesión y unas de 11 en el centro. Profesional de atención especializada, con más de 21 pacientes diarios a su cargo a los que dedica más del 70% de la jornada laboral y se encuentran entre 36 y 10 horas semanales (30).

España y Portugal, 2005, en estudiantes universitarios se analizó el Burnout relacionado con las variables académicas por Martínez I, Marques Pinto A, se utilizó una muestra de 1.988

universitarios aplicándose el cuestionario Maslach Burnout Inventory – Student Survey evidenciando la existencia de diferencias significativas entre las dimensiones de burnout con las variables sociodemográficas de los estudiantes universitarios (31).

Así mismo, para el año 2007 en México se desarrolló un estudio titulado Burnout estudiantil, un estudio exploratorio elaborado por Barraza A, Carrasco R y Arreola, M de tipo explicativo teniendo como objetivo principal establecer el perfil descriptivo del burnout estudiantil presente en los alumnos de la Escuela de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Juárez del estado de Durango, enfocándose en el estudio del agotamiento emocional, utilizando la aplicación de la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil creada por los investigadores, reportando un nivel de confiabilidad de 0.86 en alfa de Cronbach, fue administrada a 51 alumnos durante el mes de noviembre del año 2007 resaltando que el 90.2% de la muestra total corresponde al género femenino y de forma general se evidencia un nivel leve de burnout estudiantil. De la misma forma, en respuesta al ítem de características del Síndrome de Burnout se evidencio en mayor porcentaje; “Tener que asistir diariamente a clases me cansa”; “Durante las clases me siento somnoliento”; “Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansada”. Por otra parte, las características menos presentadas son: “No me interesa asistir a clases”; “Cada vez me siento más frustrado por ir a la escuela”; “No creo terminar con éxito mis estudios”. Las expresiones anteriores afirman que el estrés académico es predictor del burnout estudiantil (32).

Costa Rica, 2008, en el personal de enfermería se realizó la investigación sobre el síndrome del desgaste profesional o de Burnout por Arias F, Barboza N, Blanco J, Fajardo E y colaboradores, recolectándose por medio de un cuestionario diseñado y una observación no participante evaluando de esta manera 6 aspectos de la incidencia de factores de riesgo para

padecer el síndrome de Burnout encontrándose; Datos personales, satisfacción en el trabajo, cansancio emocional, despersonalización, realización personal y ambiente laboral. Destacando de los resultados que las relaciones interpersonales, el ambiente físico, la situación laboral y el bienestar del cliente pueden implicar situaciones en el personal de enfermería que podría provocar síntomas de desgaste profesional y con lo anterior deterioro en el cuidado de las personas (33).

Holguín, 2012 Yury R llevo a cabo el estudio unidimensional del síndrome de Burnout en estudiantes de medicina, con tipo descriptivo transversal entre los meses de octubre y noviembre del año 2010 principalmente en los estudiantes de primer año de medicina de la UCMH aplicado a 70 de ellos y logrando determinar la afectación en la mayoría por el síndrome de Burnout, predominando de esta manera en el sexo femenino con la categoría leve del instrumento EUBE (34).

Costa Rica, 2016 en el estudiantado de enfermería se realizó la investigación sobre la prevalencia del síndrome de Burnout académico por Bolaños Reyes N, Rodríguez Blanco N, en el que el 18,8% de la población estudiada presenta el síndrome de Burnout académico, por lo anterior se puede resaltar que la mayoría de la población presenta síntomas físicos como; dolores de cabeza, trastornos del sueño y problemas osteomusculares. Además de síntomas conductuales como; irritabilidad, nerviosismo, sentimientos de vacío-soledad, síntomas cognoscitivos como; dificultad para concentrarse y mayor sensibilidad a la crítica generando en un futuro padecimientos físicos y psiquiátricos a la vez (35).

México 2017, Burnout estudiantil en universitarios veracruzanos realizado por Barradas Alarcón, M. Trujillo Castro, P. Sanchez Barradas, A. López González, J. en el cual tenía como fin identificar el perfil descriptivo del síndrome de burnout estudiantil en los alumnos de la

licenciatura en psicología y administración de dos Universidades públicas en Veracruz, de tipo cuantitativo, descriptivo, utilizando el instrumento Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil evidenciando un nivel alto de burnout estudiantil en mayor porcentaje en leve, siguiendo el moderado y solo en una carrera en profundo, un 1,29% en mujeres de la licenciatura en administración y un 0% en los hombres. Se hace necesario la realización del estudio debido a la falta de estudio en cuestión del tema resaltando en el ámbito académico estudiantil (36).

España, 2017 Gutiérrez, B. Arias Herrera, A. realizó una investigación titulada síndrome de burnout en personal de enfermería: asociación con estresores del entorno hospitalario, Andalucía, España, el objetivo del estudio fue evaluar la presencia del síndrome de burnout en personal de Enfermería por medio del instrumento de Maslach y la relación con los estresores comprendidos en la Escala de Estrés en Enfermería, siendo el anterior un estudio de tipo observacional, descriptivo, transversal, de corte prospectivo a 43 profesionales de Enfermería que trabajaban en el Hospital de Montilla (España), encontrándose como resultado la asociación entre los niveles de cansancio emocional y estresores como; la muerte y sufrimiento, carga laboral, incertidumbre respecto al tratamiento, problemas con la jerarquía, preparación insuficiente, problemas entre el personal enfermero y pasar temporalmente a otros servicios por falta de personal (37).

España 2019, se realizó en estudiantes de enfermería el trabajo de grado titulado Análisis del síndrome de burnout en esta población elaborado por Manzano Chico P, tutelado por Jiménez Navascués L, en el cual se desarrolló una revisión bibliográfica de los últimos 6 años con tipo descriptivo transversal utilizando la herramienta Maslach Burnout Inventory aplicado en prácticas durante los meses de Abril y Mayo, evidenciando que el 50% de los estudiantes de 4º

curso manifestaban puntuaciones elevadas en la dimensión agotamiento emocional considerándose esta como predictora a presentar el síndrome de burnout, el 28,6% de los estudiantes manifiestan niveles elevados de despersonalización y junto con el cansancio emocional son las características que determinan la presencia del síndrome, de esta manera se enfatizaba en minimizar las situaciones en la formación del grado en Enfermería, debido a que los estudiantes debían compaginar con la teoría y la práctica, el contacto con el sufrimiento, la muerte y las relaciones de equipo no satisfactorias, son considerados elementos predisponentes para ellos (38).

Finalizando los estudios encontrados sobre el Síndrome de Burnout en el año 2020 en Ecuador se desarrolló una investigación titulada Síndrome de Burnout en médicos/as y enfermeros/as ecuatorianos durante la pandemia en autoría de Vinueza, A. Aldaz, N. Mera, C. Pino, D. Tapia, E. V y Vinueza, M. El estudio fue de tipo observacional de corte transversal participaron 244 médicos/as y enfermeros/as de establecimientos de la red integral de salud mediante una convocatoria a través de correo electrónico y contacto telefónico, a los cuales se les aplico los instrumentos del Burnout Maslach durante los días 15 y 25 de abril del mismo año. La aplicación reveló que más del 90% del personal médico y de enfermería presentaba Síndrome de Burnout moderado-severo, en el mismo orden de ideas se evidencio asociación estadísticamente significativa en cuanto a medico vs enfermera/a, edad y género, en donde el personal médico es afectado con mayor frecuencia que el personal de enfermería, tanto a nivel global como en las subescalas de agotamiento emocional y despersonalización del instrumento (39).

Por su parte, la Universidad Nacional de Perú en el año 2014, desarrolló una investigación titulada carga laboral y rendimiento académico de los estudiantes de enfermería por Santillan Rosell, M. Huyhua Gutierrez, S. de enfoque cuantitativo, donde se determinó la

relación que existe entre la carga laboral y el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería. La muestra estuvo conformada por 40 estudiantes que trabajan utilizando el instrumento de "Valoración de la carga laboral" en la cual los resultados evidenciaron que del 100% (40) de los estudiantes que trabajan el 35% (14) tienen carga laboral alta y rendimiento académico deficiente, el 32.5% (13) tienen carga laboral media y rendimiento académico regular, el 15% (06) tienen carga laboral alta y rendimiento académico regular, asimismo otro 15% (06) tiene carga laboral media y rendimiento académico deficiente, el 2.5% (01) tiene carga laboral alta y rendimiento académico bueno. Al término de la investigación se concluye la existencia en cuanto a la relación estadística entre la carga laboral y el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería (40).

En Quito, Ecuador para el año 2015, Alarcón, E. con la investigación Evaluación psicosocial y carga mental, en el personal de una unidad de servicios de salud, de la ciudad de Quito, se determinó los factores de riesgo psicosocial y carga mental en trabajadores, con estudio de tipo epidemiológico, transversal y descriptivo, aplicados a 133 participantes y utilizando el instrumento NASA-TLX y el cuestionario de Factores de Riesgo Psicosocial Intralaboral, evidenciando de esta manera que la carga mental global de trabajo fue percibida de manera alta en el 45,1% del total de trabajadores y una media de 54,9%, siendo los mayores grupos de carga mental los auxiliares de enfermería en un 37,6% y enfermeras en 28,6% (41).

En España 2015, se publicó el artículo fuentes de carga mental en una muestra de enfermeros y técnicos auxiliares de Enfermería de Madrid por Valdehiya, S. Tapias, I. analizando las fuentes de carga mental referidas por una muestra de profesionales de la Enfermería distinguiendo cuatro funciones generales del trabajo: asistencial, administrativa, apoyo a otros facultativos y tareas inherentes a la especialidad médica, la muestra fue de 297

trabajadores aplicando el NASA-TLX, obteniendo como resultado mayor carga en las funciones asistenciales y administrativas demandó más tiempo para la realización de ellas (42).

En Chile 2015, Vasquez, P.Gonzalez, G. Femaud, E. Cabrera, D. Klijn, T. Moreno, M. con la investigación factores psicosociales y carga mental de trabajo: una realidad percibida por enfermeras/os en Unidades Críticas, fue un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal y comparativo, aplicando a 111 enfermeros/as los cuestionarios de antecedentes biosociodemográficos, SUSESO-ISTAS 21, ESMAN, y donde se obtuvo; el 64% y 57% perciben un alto nivel de exposición a los riesgos psicosociales demandas psicológicas y doble presencia, junto con un nivel de carga mental global media-alta a nivel de varias dimensiones valoradas por los 3 instrumentos-cuestionarios (43).

En el Hospital Caraz de Perú (2016) se realizó la investigación titulada “Relación entre Nivel de Estrés y Carga Laboral en Profesionales de Enfermería Hospital Caraz 2016”, en la cual el tipo de investigación fue de descriptivo de corte transversal, utilizando como instrumento la encuesta de 36 ítems sobre la relación entre el nivel de estrés y la carga laboral, no se realizó la obtención de la muestra debido a que la población fue finita (25 enfermeras), identificando un total del (25)100% de profesionales de Enfermería con estrés moderado de los encuestados y de igual manera el mismo porcentaje con carga laboral moderada, después del resultado obtenido se determina que sí existe relación entre carga laboral con nivel de estrés (44).

El estudio titulado carga laboral y rendimiento académico en los internos de enfermería, facultad de enfermería, Universidad Inca Garcilaso de la Vega en 2018 por Sotelo Ruiz, I en Lima- Perú, fue descriptivo-correlacional de corte transversal, la población y muestra fue de 55, utilizándose instrumentos para la carga laboral de Oneys Del Carmen De Arco Canoles en Cartagena de Indias; Colombia (2005) y para el rendimiento fue una lista de cotejo DIGEBASE

2000, obteniéndose como resultados en la carga laboral fue alta en 49 (89,1%) y en las dimensiones: dimensión física fue baja en 40 (72,7%); dimensión psicológica media en 30 (54,5%); comportamental baja en 47 (85,5%); de afrontamiento alta 40 (72,7%) y en el rendimiento académico fue alto en 44 (80%), existiendo una relación inversa y significativa entre la carga laboral y el rendimiento académico en los internos de enfermería (45).

En Venezuela 2017, Zevallos Sinchitullo, Susan y Suarez Ramos, Tereshka ,X. realizaron un trabajo de grado titulado el síndrome de burnout relacionado con la carga laboral de los profesionales de enfermería del hospital regional miguel ángel mariscal Llerena de Ayacucho, fue un estudio de tipo cuantitativo, no experimental, correlacional donde se evaluaron 151 enfermeros profesionales de diferentes servicios y especialidades. Obteniendo resultados en cuanto a: el 53.8% presenta Síndrome de Burnout leve, 15% presenta Síndrome de Burnout moderado y el 31.3% no presenta el Síndrome de Burnout. Respecto a la carga laboral, el 78.8% manifiesta que representa el mayor porcentaje, señala una carga laboral moderada, el 10% sostiene una carga laboral intensa y el 11.3% de los profesionales de Enfermería, manifiestan una carga laboral leve en el área donde se desempeñan. De los que manifiestan Síndrome de Burnout moderado, el 10% presenta carga laboral moderada y 05% señalan carga laboral intensa. En los que presentan Síndrome de Burnout leve, el 46.3% expresan una carga laboral moderada, 3.8% señalan carga laboral leve e intensa respectivamente. Respecto a los que no presentan el síndrome, el 22.5% que representa el mayor porcentaje presentan una carga laboral moderada, 7.5% señalan carga laboral leve y solo el 1.3% expresan una carga laboral intensa (46).

En Chile, 2018 se llevó a cabo un estudio realizado en la facultad de medicina titulado: Aparición del Síndrome de Burnout asociado a la rutina ocupacional de académicos/as universitarios/as, con el fin de determinar la relación entre la carga mental y la aparición del

Síndrome de Burnout, identificando de igual manera los factores de riesgo para hombres y mujeres siendo un estudio experimental de tipo transversal con una muestra de 54 académicos/as categorizados como profesores asistentes el 2018, pertenecientes las 8 carreras de la salud. Aplicaron los siguientes instrumentos debido al análisis de las variables del estudio; la Carga Mental se midió con ISTAS21, el Síndrome de Burnout en académicos/as con sobrecarga laboral fue medido con MBI y la encuesta personal para medir variables personales, familiares y laborales. Concluyéndose según el ISTAS21 que la mujer se dedica a las labores de cuidado enfrentando más dificultades para cuidar a los suyos y teniendo que balancear con más frecuencia el cuidado con otras responsabilidades familiares y laborales, en comparación con los hombres que ejercen cuidados, analizando que el cuidado interfiere en la vida cotidiana de las mujeres mucho más que en la de los hombres, poniéndolas en mayor riesgo de asumir consecuencias negativas en su salud. Por otra parte, el Burnout se presenta con mayor frecuencia en la mujer relacionándose con la doble carga laboral (tarea profesional y familiar) y el tipo de enlace afectivo que puede desarrollarse con el ambiente familiar y laboral (47).

5.1.2. Antecedentes Nacionales

Santa Marta, 2014, en estudiantes de las facultades de ciencias de la salud e ingeniería de una universidad pública se estudió el síndrome de Burnout con variables académicas y sociodemográficas, de tipo descriptivo-comparativa, con un diseño no experimental, transversal, se utilizó el Inventario de Burnout Académico (MBI-SS), como resultado se observó, en cuanto a la variable agotamiento y las demás variables se diferencian significativamente, en variables académicas como semestres, programas académicos y facultad, por su parte la autoeficacia

encuentran sus diferencias significativas en promedios y semestres. En cuanto a variables sociodemográficas, el cinismo se diferencia estadísticamente en el género (48).

Barranquilla, 2015 en estudiantes universitarios de programas de salud se realizó la investigación de la relación del Burnout y el engagement con depresión, ansiedad y rendimiento académico elaborado por Caballero Domínguez C, González Gutiérrez O , Palacio Sañudo J; fue un estudio observacional, correlacional, multivariado con muestra de 802 estudiantes, en el cual se obtuvo como resultados el análisis de las correspondencias múltiples entre las variables evidenció un factor conformado principalmente por las dimensiones de vigor, absorción, dedicación e ineficacia académica, el burnout y el engagement académicos se identificaron relacionados como polos extremos y opuestos de un mismo continuo multidimensional (49).

En el año 2016, estudiantes de seis facultades de medicina investigaron sobre el síndrome de Burnout, esta investigación fue realizada por Serrano F, Salguero Sánchez J, Ayala Fernández, Manuel J, García Torres F, Meza J, Mejía C, fue un estudio observacional descriptivo, de corte transversal, multicéntrico, con una muestra total de 180 estudiantes a los cuales se les aplicó el instrumento Maslach Burnout Inventory-Student Survey, en el cual se obtuvo como resultado que de los 180 estudiantes el 10% (18) tenían síndrome de burnout positivo, en sus tres criterios, el 36,8% (66) tenía agotamiento emocional; el 37,2% (67), cinismo y el 25,6% (46) baja autoeficacia académica; de lo cual se pudo concluir que se encontró una baja prevalencia de síndrome de Burnout, sin embargo, se recomienda iniciar programas encaminados a prevenir y mejorar la salud mental de los futuros profesionales de la salud (50).

Barranquilla, 2015 en estudiantes universitarios se investiga sobre el Burnout por Caballero, C. Bresó, E. González Gutiérrez, O. Para proporcionar una mayor comprensión y

caracterización de la naturaleza del burnout académico, se realizó una revisión del concepto, su evolución y extrapolación del contexto laboral al académico universitario, y se propone su delimitación y relación con condiciones clínicas comórbidas como depresión y ansiedad (51).

Orinoquia, 2016, en profesionales de enfermería se estudió la prevalencia del síndrome de Burnout por Gutiérrez Lesmes O, Lobo Rodríguez N, Martínez Torres J, con un estudio analítico transversal, muestreo por intención, en el cual la población de estudio estuvo constituida por 100 enfermeros, se utilizó el instrumento de Maslach Burnout con prevalencia de 16%, en el área de atención hospitalaria fue de un 25,5% y en áreas diferentes a esta fue 6,1%; en el área hospitalaria se presentaron mayores proporciones en cansancio emocional 42%, despersonalización emocional 38%, falta de realización personal 30%, mayor prevalencia en aquellos que laboran en el área de atención hospitalaria comparados con aquellos que trabajan en áreas diferentes y en los menores de 28 años, los enfermeros clasificados como positivos para el síndrome son los que atienden mayor número de pacientes en su jornada laboral (52).

Bogotá, 2017 en universitarios colombianos se realizó un estudio sobre el Burnout académico y síntomas relacionados con problemas de salud mental llevado a cabo por Marengo Escuderos A, Suárez Colorado Y, Palacio Sañudo J, su principal objetivo fue identificar la participación de las dimensiones del síndrome de burnout académico, en la variabilidad de las problemáticas de salud mental, se evaluó una muestra de 204 estudiantes, a quienes se les aplicó el Maslach Burnout Inventory Student Survey y el Inventario de Síntomas 90-R, indicando que a mayor agotamiento, cinismo e ineficacia se incrementan los síntomas relacionados con problemas de salud mental; del mismo modo, la severidad o nivel del burnout es proporcional a los problemas de salud mental, resaltando así que el agotamiento es relevante en la presencia de

síntomas, y el nivel alto de burnout académico es de gran importancia clínica, al coexistir con sintomatología diversa (53).

En 2018, Arias Barrera, K. Niño Cardozo, C. Sanjuanelo Corredor, W con la investigación carga mental en enfermeros(as) que laboran en diferentes unidades de un hospital con a través de un estudio cuantitativo de tipo descriptivo aplicando el instrumento NASA-TLX a 54 enfermeros que laboraban en una institución hospitalaria privada de cuarto nivel de complejidad de Bogotá, obteniendo como resultados que la tareas las cuales generaban carga mental fueron: administración de medicamentos con un puntaje de 58,20 y labores administrativas con 54,90 puntos, educación al paciente y familia, análisis pruebas de laboratorio y atención de código azul (54).

La tesis titulada “sobrecarga laboral asociado a síndrome de burnout en personal de salud de emergencia de un hospital de Trujillo” se realizó en el departamento del valle del cauca, el tipo de investigación fue cuantitativo de tipo observacional, transversal, analítico y correlacional donde se utilizaron los instrumentos NASA-TLX y el inventario Maslach burnout inventory. Como resultado se obtuvo que el 2.86% de la población tuvo carga mental baja, el 22.86% tuvo carga mental media, y el 74.29% tuvo carga mental alta. Por otra parte, según las variables del inventario Maslach burnout inventory se obtuvo que para la variable de agotamiento profesional 19 individuos (54%) tuvieron un score bajo, 12 (34%) tuvieron un score intermedio, y 4 (11%) tuvieron un score alto; para la variable despersonalización 7 participantes (20%) tuvieron un score bajo, 12 (34%) tuvieron un score intermedio, y 16 (46%) tuvieron un score alto; para la variable de realización personal 15 participantes (43%) tuvieron un score bajo, 19 (54%) tuvieron un score intermedio, y 1 (3%) tuvo un score alto. Para determinar el síndrome de burnout, se asignó 1 punto para cada score bajo, 2 puntos para cada score intermedio, y 3 puntos

para cada score alto. De modo que el score más bajo sería de 3 puntos, y el más alto de 9 puntos. Basado en este puntaje, un score de 6 puntos o más fue considerado diagnóstico de burnout. De allí que doce participantes (34%) tuvieron un score menos de 6 y fueron considerados de bajo riesgo de burnout. 23 veintitrés participantes (66%) tuvieron un score de 6 o más, consistente con el diagnóstico de burnout (55).

5.1.3. Antecedentes Regionales y locales

Norte de Santander, Cúcuta, se realizó un estudio en estudiantes del programa de enfermería de la Universidad Francisco de Paula Santander en el primer semestre del 2018, por Maldonado Pérez M, C. Toro Pérez Y, en donde se analizó la relación del síndrome de Burnout y factores psicosociales, el cual tenía como objetivo determinar la relación entre estas dos variables encontrándose que existen niveles altos en las dimensiones de agotamiento, despersonalización y bajos en realización personal. El estudio demostró que tres de cada diez estudiantes presentan síndrome de Burnout. Los factores donde se presenta mayor presencia de burnout es en interacción social, seguido de condiciones del sitio de práctica y remuneración, no se encontró asociación estadísticamente significativa entre síndrome de burnout y factores psicosociales (14).

5.2. Marco Conceptual

Dentro del marco conceptual se desarrollan conceptos que apoyan a la investigación como lo son síndrome de Burnout, carga laboral, estudiantes de enfermería, pandemia y trabajo remoto, como se muestra a continuación:

5.2.1. Síndrome de Burnout

Herbert Freudenberger describió en 1974 el síndrome de burnout como una condición mental caracterizada por la disminución del desempeño laboral, que se acompaña con una sensación de impotencia, frustración e incapacidad para alcanzar objetivos o metas laborales (1). Sus síntomas incluyen el agotamiento emocional (de ahí su nombre), el cinismo y el desapego, la sensación de ineffectividad y de incapacidad profesional, y de otros síntomas como el insomnio, la irritabilidad o los conflictos interpersonales; todos estos, en conjunto, precipitan a la persona afectada a estados de depresión, ansiedad y adicción (2) (3).

5.2.2. Agotamiento Emocional

El "agotamiento" ha sido definido de diversas formas. Tal vez, la definición más aceptada es la que ofrecen Maslach y Jackson (1982), que lo conceptualizan como cansancio emocional que lleva a una pérdida de motivación y que suele progresar hacia sentimientos de inadecuación y fracaso. Según estas autoras, el "agotamiento" se manifiesta por tres síntomas: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. El agotamiento emocional se refiere a la falta de capacidades emocionales y al sentimiento de inutilidad hacia lo que se puede ofrecer a otra persona. Es un componente fundamental del "agotamiento" que puede tener manifestaciones físicas y psíquicas. Siendo así, la despersonalización se define como el desarrollo de actitudes negativas e insensibles hacia los destinatarios de los servicios que se prestan, y el sentimiento de realización personal, el cual supone una serie de respuestas negativas hacia uno mismo y a su trabajo características de la depresión, moral baja, evitación de las relaciones interpersonales-

profesionales, baja productividad, incapacidad para soportar la presión y una pobre autoestima (56).

5.2.3. Agotamiento Físico

El agotamiento es uno de signos primordiales del Burnout que se relaciona en el desarrollo de un estado de decaimiento físico, emocional y mental, caracterizado por un cansancio, sentimiento de desamparo, desesperanza, vacío emocional y por el desarrollo de una serie de actitudes negativas hacia el trabajo, la vida y la gente. Por lo anteriormente mencionado se puede considerar que el agotamiento físico genera en la persona una mayor susceptibilidad a la enfermedad y situaciones en la salud como los son los dolores de espalda, accidentes, postración y frecuentes enfermedades virales, así como una combinación de cansancio y trastornos del sueño (56).

Ciertas apreciaciones iniciales se imponen al considerar las implicaciones de este análisis: la salud es la expresión tanto individual como colectiva del bienestar y la capacidad funcional; tal expresión difiere según las creencias, los valores, las representaciones sociales y el devenir de cada cultura; la enfermedad no está ligada únicamente a los síntomas relatados por un paciente o a los signos que busca un médico, y es independiente de si se posee un carnet o se ejerce el derecho de afiliación a un sistema de salud. Aceptado esto, más que un mito, el síndrome de Burnout es una realidad que debe ser investigada mediante el método científico, la innovación y el desarrollo en pos de su curación y, mejor aún, de su prevención (56).

5.2.4. Agotamiento Cognitivo

Se puede mencionar que el síndrome de Burnout no es un término periodístico; tampoco provino, en sentido estricto, de la psicología laboral, ni es una desadaptación. Desde una perspectiva estrictamente biomédica, el Burnout difiere de la depresión o de la psicosis maniaco-depresiva, por citar solo dos ejemplos, así parezca tener los mismos síntomas. Pero el ejercicio de buscar las razones o de indagar por las condiciones de empleo, del sitio de trabajo y del entorno social en el cual vive un sujeto con Burnout, debe ir más allá del estado de ánimo que pueda experimentar o de su contacto con la realidad.

El estrés laboral es un proceso gradual en el que a medida que aumentan las demandas internas y externas, así como la responsabilidad exigida o percibida, lleva a una situación de cronicidad que, si no reparamos o variamos nuestro modo de afrontarlo, agotará los recursos de que dispone la persona originando una situación de agotamiento que nos puede conducir al síndrome de Burnout, pudiendo repercutir negativamente en la salud y la calidad de vida. Siendo también un desencadenante de los procesos de desapropiación de sus roles, como lo son el personal, laboral, social, entre otros; que debido al agotamiento del individuo supone su inutilidad o trabajo perdido en las actividades realizadas que trajeron consigo misma la predisposición al agotamiento.

Por el contrario, Edelwich y Brodosky, establecieron en 1980, unas etapas en el proceso gradual del estrés: entusiasmo, tendencia al estacionamiento, aumento de la frustración, apatía y burnout. M. Schröder, en nuestro medio, concluye en su trabajo realizado con profesionales que trabajan en unidades de cuidados paliativos que: el estrés profesional es un hecho real en el 92,9% de los profesionales (57).

Las principales causas de estrés de los profesionales están relacionadas con la categoría “enfermedad” y con el “ambiente de trabajo”. En particular las tres causas específicas que producen más estrés a la mayoría de los profesionales son la escasez de orientación y formación, los problemas de comunicación con los miembros del equipo y la escasez de recursos. El síndrome de desgaste profesional “burnout” es un síndrome clínico que afecta a las personas que trabajan en profesiones de ayuda, maestros, policía, sanitarios, etc.

La despersonalización es la aparición de sentimientos y actitudes negativas, insensibilidad y cinismo hacia los receptores de los servicios prestados. Endurecimiento o deshumanización que lleva a considerar que esas personas son merecedoras de sus problemas. La falta de realización personal haría evaluar el propio trabajo de forma negativa con vivencias de insuficiencia profesional y baja autoestima personal. Para Maslach, son las inadecuadas demandas emocionales, auto y hetero impuestas, imposibles de satisfacer, las que producen las vivencias de fracaso personal (57).

No obstante, se incluyó también el termino agotamiento emocional ; Weinberg y Gould en el año 1995 refieren que una persona para por diferentes etapas que le pueden llevar al Burnout dependiendo de las fuerzas y debilidades de la persona entre ellas se encuentran el agotamiento emocional y físico; generando el no seguir desarrollando la tarea, deporte o ejercicio, ni se tienen las energías para hacerlo (alto agotamiento, ambos físico y emocional; pérdida de energía, del interés, y de la confianza; baja satisfacción personal, baja auto percepción, fracaso y depresión) (60).

Se define haciendo referencia a la disminución de los recursos emocionales y al sentir que no se tiene nada que dar a los demás, acompañándose de manifestaciones somáticas y psicológicas (61).

En el 2012 Heywood, Sabado, y De Leon modifican el concepto haciendo referencia a la pérdida de vitalidad, que provoca que las personas no puedan seguir haciendo ejercicio de forma efectiva. De igual manera para el año 2014, Hecimovich et al crearon la escala para medir el agotamiento post ejercicio, conformada por ítems que contemplan tanto aspectos físicos como psicológicos relacionadas con la adaptación o modificación al ejercicio (62).

5.2.5. Carga laboral:

El trabajo conlleva siempre exigencias físicas y mentales, pero a nivel teórico, para favorecer el análisis, diferenciamos trabajo físico de trabajo mental según el tipo de actividad que predomine. Si el trabajo es predominantemente muscular se habla de "carga física", si, por el contrario, implica un mayor esfuerzo intelectual hablaremos de "carga mental". El desarrollo tecnológico conlleva, al mismo tiempo que una reducción paulatina de la actividad física en muchos puestos de trabajo, la creación de nuevos puestos en los que predomina la actividad mental (control de procesos automáticos, informatización...). La disminución del esfuerzo muscular va asociada en muchos casos a un aumento de la información que se maneja.

5.2.6. Carga mental

La carga mental está determinada por la cantidad y el tipo de información que debe tratarse en un puesto de trabajo. Dicho de otro modo, un trabajo intelectual implica que el cerebro recibe unos estímulos a los que debe dar respuesta, lo que supone una actividad. Mulder (1980) define la carga mental en función del número de etapas de un proceso o en función del número de procesos requeridos para realizar correctamente una tarea y, más particularmente, en función del tiempo necesario para que el sujeto elabore, en su memoria, las respuestas a una información recibida. Esta definición incluye dos factores de la tarea que inciden en la carga mental:

- La cantidad y la calidad de la información. La mayor o menor complejidad de la información recibida condicionará, una vez superado el período de aprendizaje, la posibilidad de automatizar las respuestas.
- El tiempo. Si el proceso estímulo-respuesta es continuo, la capacidad de respuesta del individuo puede verse saturada; si por el contrario existen períodos de descanso o de menor respuesta, el individuo puede recuperar su capacidad y evitar una carga mental excesiva.

A estos factores, además, hay que añadir los relativos a las condiciones físicas (ruido, temperatura, iluminación), psico-sociales (relaciones jerárquicas, sistema de comunicación, etc.) en las que se desarrolla el trabajo, así como otros de origen extralaboral. Por otra parte, hay que tener en cuenta al individuo que realiza el trabajo. Las personas tenemos una capacidad de respuesta limitada que está en función de:

- La edad.
- El nivel de aprendizaje.

- El estado de fatiga.
- Las características de personalidad.
- Las actitudes hacia la tarea: motivación, interés, satisfacción, etc.

Si la realización de una tarea implica el mantenimiento prolongado de un esfuerzo al límite de nuestras capacidades, es decir, si la cantidad de esfuerzo que se requiere excede la posibilidad de respuesta de un individuo, puede dar lugar a fatiga mental. Ésta se traduce en una serie de disfunciones físicas y psíquicas, acompañadas de una sensación subjetiva de fatiga y una disminución del rendimiento.

No obstante, el concepto de carga mental aparece en el año 1997 donde Tsang y Wilson, Howell 1993 apoyado de igual manera por la comisión especial en factores humanos de la OTAN. Pew en 1994, se refiere a aquel conocimiento de la situación en la cual se deben manejar elevadas cantidades de información y tomar continuas decisiones (63).

La carga laboral mental se define como el conjunto de tensiones causadas a una persona por las exigencias del trabajo mental relacionadas con: el procesamiento de la información de un lugar, utilización de la memoria, razonamiento, coordinación, toma de decisiones y búsqueda de ideas. De igual manera se encuentran unos factores los cuales aumentan la carga mental como: atención sostenida por la tarea establecida, responsabilidad, duración del trabajo, realización de la tarea y circunstancias del trabajo, así mismo se presentan unas circunstancias del trabajo como lo son la iluminación, condiciones climáticas, ruido, clima atmosférico, olores. Organización del equipo de trabajo, clima, jerarquía, conflictos (64).

5.2.7. Carga física

Se puede definir la carga física del trabajo como el conjunto de requerimientos psicofísicos a los que se ve sometida la persona a lo largo de su jornada. Estas exigencias conllevan una serie de esfuerzos por parte del trabajador que supondrán un mayor consumo de energía y por lo tanto un mayor esfuerzo (64).

Según lo mencionado anteriormente se puede decir que un trabajo tiene carga física cuando el tipo de actividad requerida por la tarea es principalmente físico o muscular. El trabajo muscular implica el poner en acción una serie de músculos que aportan la fuerza necesaria; según la forma en que se produzcan las contracciones de estos músculos el trabajo desarrollado se puede considerar como estático o dinámico. Se denomina estático cuando la contracción de los músculos es continua y se mantiene durante un cierto período de tiempo. El trabajo dinámico, por el contrario, produce una sucesión periódica de tensiones y relajamientos de los músculos activos, todas ellas de corta duración (65).

5.2.8. Estudiante de Enfermería:

La enfermería es cuidado y es presencia. El “cuidado” es un arte que consiste en ser capaz de reducir el malestar de una persona, es estar junto a esa persona en un momento vulnerable, gracias al contacto humano y a las técnicas sanitarias, es cuidar al paciente durante su estado de enfermedad, y posteriormente proporcionarle los conocimientos necesarios para su autocuidado. Irene Cabedo Olaya estudiante de enfermería. Por lo tanto un estudiante de Enfermería debe cumplir con una serie de requerimientos para desarrollarse adecuadamente

durante este proceso como lo es el tener un amplio sentido de responsabilidad acompañado de una conciencia moral y cívica, así como también una clara y bien cimentada vocación profesional, siendo relevante su actitud de respeto permanente al estado de derecho, a la libertad y a la vida desarrollando una gran capacidad para plantear los problemas en forma lógica afianzando la implementación de aptitudes de liderazgo en la toma de decisiones acompañado de una capacidad para desarrollar el pensamiento crítico para de esta forma autodirigirse y autoevaluarse mediante su interés por la problemática social, cultural y económica del país.

Sin embargo, no solo lo mencionado anteriormente es lo que desarrolla el estudiantado de enfermería, su relación estrecha con la vida y la muerte durante las prácticas clínicas formativas generan en el estudiante una cualidad distinta a la de cualquier estudiante de otra carrera, puesto que el objeto de trabajo y estudio corresponde a una persona y esta debe ser tratada como tal. Los cortos horarios de descanso, largas horas de trabajo científico de la academia, malos estilos de vida alimentarios y de actividad física son las grandes cualidades de los estudiantes que estudian enfermería.

5.2.9. Pandemia:

Se denomina enfermedad pandémica a la propagación mundial de una patología o enfermedad totalmente nueva. Esta se crea una vez que nace un nuevo virus que se propaga por el planeta y la mayor parte de los individuos no poseen inmunidad contra él. La misma puede afectar a todos los grupos de edad afectando de manera diferente los organismos de cada

individuo, incluyendo los antecedentes que tenga la persona, si padece o no de comorbilidades que potencien la enfermedad en su cuerpo (58).

Desde sus inicios la humanidad ha tenido que enfrentar diferentes enfermedades que empezaron como epidemias y terminaron propagándose por el resto del mundo convirtiéndose en pandemias, obligando al ser humano a cambiar sus hábitos de higiene y modificar su cultura, adaptándose a los nuevos cambios que dichas enfermedades trajeron a las civilizaciones.

Dentro de las más letales se encuentran: **La peste Negra** que dejó alrededor de 200 millones de muertes, convirtiéndose en una de las pandemias más mortales de la historia. **La viruela** con 56 millones de defunciones y aunque está lejos de las cifras de la peste negra, esta ha sido una de las enfermedades infecciosas que estuvo presente durante siglos en la sociedad. Por otra parte, se encuentra **la gripe española** que supuso la última gran pandemia a la que la humanidad se ha enfrentado situando la cifra de muertos entre 40-50 millones de personas. Finalmente, el **VIH/SIDA** siendo la única pandemia que sigue activa dejando hasta el momento entre 25-35 millones de muertes alrededor del mundo (59).

Lo anteriormente mencionado nos lleva a la pandemia que se está viviendo actualmente por el Covid-19, la primera de la historia por este tipo de virus. Esta fue declarada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) el pasado 11 de marzo del 2020. Sin embargo, el Coronavirus está lejos de ser la enfermedad más mortífera de la humanidad. Actualmente ha dejado un saldo de 2.83 millones de muertes, 130 millones de casos activos y 73.5 millones de recuperados, aunque si ha sido una de las que se ha expandido con mayor rapidez por el planeta (59).

5.2.10. Trabajo Remoto

Aunque el teletrabajo ha sido regulado en Colombia desde el año 2008 bajo la ley 1221 (68), Por la cual se establecen normas para promover y regular el Teletrabajo, la coyuntura que atravesamos hoy en día por la pandemia por Covid-19, llevó a las empresas, entidades educativas entre otras a la implementación de un esquema que permita desarrollar las actividades laborales y académicas de manera remota para mitigar la propagación del virus. Por lo anterior, desde el inicio de la declaración de la emergencia sanitaria, el Gobierno decretó el trabajo en casa para aquellos trabajadores cuyas funciones no requieren presencialidad incluyendo estudiantes, configurando una situación diferente a la del teletrabajo.

Es por esto por lo que se entiende como trabajo remoto, el desempeño o realización de las actividades diarias (laborales o académicas) habituales desde una ubicación física diferente a la de las oficinas, recintos, aulas de clase entre otros, que hayan sido designado como lugar de trabajo en la presencialidad, cambiando solo su ubicación física más no el cambio en el nivel de sus responsabilidades, obligaciones, disponibilidad o funciones (69).

Por otra parte, se debe resaltar que esta norma estará vigente hasta que se regule la situación actual del país y del mundo expresamente por parte del Gobierno o hasta que finalice la emergencia sanitaria. Además, se debe tener en cuenta que a diferencia de lo que sucede con el teletrabajo, no hay reglamentación respecto del rol de las ARLs, ni se han establecido obligaciones adicionales al empleador (70).

5.3. Marco Contextual

La Universidad Francisco de Paula Santander, vinculada al Ministerio de Educación Nacional, es un ente universitario autónomo, con patrimonio independiente, autonomía administrativa y financiera y régimen especial, con personería jurídica y organizada como establecimiento público del orden departamental, ubicada en la Avenida Gran Colombia N° 12E-96B Colsag, en la Ciudad de Cúcuta, Norte de Santander (65).

La Universidad Francisco de Paula Santander tiene, dentro de sus políticas y normas, criterios académicos claros para la selección de los alumnos, de acuerdo con su nivel académico, su formación y conocimientos demostrados a través de las pruebas de estado (65).

La Facultad Ciencias de la Salud La Facultad de Ciencias de la Salud ofrece el programa de Enfermería en modalidad presencial diurna y con Acreditación de Alta Calidad otorgada por el Ministerio de Educación Nacional; igualmente, los programas de Seguridad y Salud en el Trabajo en modalidad presencial nocturna y la Tecnología en Regencia de Farmacia en modalidad a Distancia, todos implementando la virtualidad con motivo de la pandemia y a la espera de la implementación del modelo de alternancia académica (66).

El Programa de Enfermería de la Universidad Francisco de Paula Santander cuenta en promedio con 333 estudiantes matriculados a II semestre de 2020, de primer a octavo semestre. Con relación a la dedicación de los estudiantes se observa que hay un alto número que pasan su día en la universidad para el cumplimiento diversos compromisos académicos.

La Universidad Francisco de Paula Santander se resalta entre las instituciones de educación superior siendo de las más importantes de la ciudad y del departamento de Norte de

Santander, y una de las universidades públicas insignia del oriente colombiano, es por ello que la institución cuenta con programas que tienen acreditación de alta calidad de estudios como el programa de enfermería, recibiendo así la renovación de acreditación de Alta calidad en el año 2017 y recibiendo su visita de pares académicos en el mes de Noviembre de 2020 para su segunda renovación, razón por la cual se destaca por sus aspectos positivos y fortalezas que permitieron alcanzar este reconocimiento, utilizando un modelo pedagógico centrado en el estudiante, orientado hacia diferentes estrategias de enseñanza – aprendizaje, empleando escenarios teóricos y laboratorios, simulación de situaciones de cuidado y escenarios de prácticas reales, siendo importante resaltar la visión del programa donde se busca trabajar en los procesos de alta calidad, de forma permanente y continua buscando la excelencia en el desarrollo de su funciones misionales que construyen en la formación científica, ética y humanística de sus egresados, facilitando la transformación de la sociedad desde el ámbito local hacia lo global. Es por ello que los estudiantes de enfermería se encuentran con el síndrome de burnout al igual de la sobrecarga mental de trabajo debido a las competencias que se debe cumplir como profesional de enfermería en formación de esta institución de educación superior, al igual que por las prácticas en sitios de formación asistencial, no obstante, además de responder con sus obligaciones teóricas cuentan con el desarrollo de su práctica formativa en instituciones de salud que se encuentran habilitadas por medio del lineamiento docencia- servicio (67).

5.4. Marco Teórico

No aplica para este estudio, ya que los instrumentos utilizados no son indicadores empíricos derivados de alguna teoría en particular, por lo que no se utiliza.

5.5. Marco legal

- **PLAN DECENAL DE SALUD PÚBLICA (2012- 2021) (68)**

Uno de los mayores desafíos del PDSP es afianzar el concepto de salud como el resultado de la interacción armónica de las condiciones biológicas, mentales, sociales y culturales del individuo, así como con su entorno y con la sociedad, a fin de poder acceder a un mejor nivel de bienestar como condición esencial para la vida.

La presente investigación fue fundamentada en la dimensión dos, que corresponde a la **Convivencia social y salud mental**, buscando las mejores alternativas para contribuir al bienestar humano en todas las etapas de la vida, en este caso, en la vida universitaria en tiempos de pandemia por covid-19.

- **LEY 1616 DE 2013. (ENERO 21) (69)**

Por medio de la cual se expide la ley de SALUD MENTAL con el objetivo de garantizar el ejercicio pleno del derecho a la salud mental de la población colombiana priorizando a los niños, niñas y adolescentes mediante la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental. La investigación se basó en dos artículos principales de esta ley:

- Artículo 3°. SALUD MENTAL.
- Artículo 4°. GARANTÍA EN SALUD MENTAL.

Estos artículos mencionan las herramientas que usa el ser humano para relacionarse con la sociedad, salvaguardando la salud mental y previniendo el trastorno mental de los estudiantes en su situación actual durante la virtualidad.

- **NORMATIVA ESTATUTO ESTUDIANTIL (acuerdo 065 de 1996) (70)**

La Universidad Francisco de Paula Santander cuenta con una dependencia propia denominada bienestar universitario, la cual se encarga de prestar servicios de orientación vocacional -ocupacional a los estudiantes, y asesoría psicológica de la comunidad universitaria.

La anterior normativa fue fundamental para el desarrollo de la presente investigación, ya que la universidad cuenta con servicios y programas de atención al estudiante que se desconocen. Estos programas están orientados principalmente a promover la salud mental de los estudiantes para que puedan elegir otras actividades a realizar diferentes a las materias académicas cursadas semestralmente; por lo tanto, es importante mencionar que la universidad implementó un programa académico para permitir la permanencia y graduación en los estudiantes cuyo principal objetivo es evitar la deserción estudiantil, este programa se llama CUENTA CONMIGO.

- **DECRETO 055 DE 2015 (72)**

Por la cual se reglamenta la afiliación de los estudiantes al sistema general de riesgos laborales (SGRL) ya que dicha afiliación permite prevenir, proteger, y atender a los estudiantes de los efectos de las enfermedades y los accidentes que puedan ocurrirles como consecuencia de los trabajos o prácticas que desarrollen.

La afiliación cobija: a) A los estudiantes que deban ejecutar trabajos que signifiquen fuente de ingreso para la institución educativa donde realizan sus estudios; b) a los que deban

realizar prácticas o actividades como requisito para culminar sus estudios u obtener un título o certificado de técnico laboral por competencia.

- **DECRETO 660 DEL 2020 (73)**

Por el cual se dictan medidas relacionadas con el calendario académico para la prestación del servicio educativo, en el marco del Estado de Emergencia Económica, Social y Ecológica. Hasta tanto permanezca vigente la Emergencia Sanitaria declarada por el Ministerio de Salud y Protección Social, con ocasión de la pandemia derivada del Coronavirus COVID-19, el Ministerio de Educación Nacional podrá organizar las semanas de trabajo académico que se realizan durante el año en períodos diferentes a los previstos.

6. Marco del diseño

6.1. Tipo de Estudio

Se trató de un estudio de abordaje cuantitativo, de tipo descriptivo correlacional, de corte transversal con el fin de poder observar cómo se relacionaban las variables del **Instrumento de Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (EUBE)**, el cual media el nivel de agotamiento físico, emocional y cognitivo en los estudiantes, y el **Instrumento Valoración de la Carga Laboral** en las variables: carga mental y carga física.

6.2. Población y Muestra

Con un universo de 359 estudiantes que correspondían al programa de enfermería, se pretendió abarcar el 100% de los mismos (314 estudiantes que cumplieron con los criterios de inclusión, de los cuales respondieron el instrumento de manera voluntaria 248 estudiantes).

La participación de los encuestados tuvo la siguiente distribución:

- II semestre: 35 estudiantes (14,1%)
- III semestre: 33 estudiantes (13,3%)
- IV semestre: 52 estudiantes (21%)
- V semestre: 32 estudiantes (12,9%)
- VI semestre: 36 estudiantes (14,5%)
- VII semestre: 22 estudiantes (9,9%)

- VIII semestre: 38 estudiantes (15,3%)
- Total 248 estudiantes (100%)

6.3. Criterios de inclusión

Estudiantes regulares del programa de Enfermería de la universidad Francisco de Paula Santander, activos y matriculados en las asignaturas disciplinares de II a VIII semestre académico del año 2020, como Fundamentos del Cuidado I y II, Cuidado del Adulto I y II, Cuidado de la Mujer, Cuidado del Niño y del Adolescente y Gerencia de los Servicios de Enfermería, mayores 18 años, de ambos sexos, que hayan autorizado su participación en la investigación a través del consentimiento informado.

6.4. Criterios de exclusión

- Estudiantes con dificultades de conectividad al internet o planes de datos.
- Estudiantes sin equipos como celulares inteligentes, tabletas o computadores.
- Estudiantes que no dispongan del correo institucional.

6.5. Tipo de Muestreo

Muestreo no probabilístico voluntario, siguiendo los criterios de inclusión y exclusión.

6.6. Métodos y técnicas para la recolección de la información

Para la recolección de la información, se solicitó al programa de enfermería la aprobación del estudio por parte del Comité Curricular del Programa y del Comité de Ética de la Facultad Ciencias de la Salud. Posteriormente, se procedió a transcribir los instrumentos en los formularios de la Suite de Google; una vez listos, revisados y corregidos, se enviaron a los representantes de curso, con la finalidad de ser reenviados a su vez a los compañeros que desearan participar en el estudio. Cada persona debía aceptar el consentimiento informado para que se desplegara el contenido de los instrumentos, inicialmente de caracterización y luego de Burnout Estudiantil y Carga Laboral, donde utilizaban 10 a 15 minutos dando respuesta a cada uno de los ítems. Cuando terminaban de responder, seleccionaban la opción de enviar y este era almacenado en el Drive de la estudiante que lo elaboró. Posteriormente, los datos fueron exportados a una tabla de Microsoft Excel, donde se procedió a realizar la tabulación y análisis de la información. Los instrumentos aplicados se describen a continuación:

6.6.1. Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (EUBE) (74)

La escala fue creada y validada por el Dr. C. Arturo Barraza y colaboradores (2008) de la Universidad Pedagógica de Durango, la cual consta de 15 ítems y reportó un nivel de confiabilidad de 0,91 en alfa de Cronbach y de 90 en la confiabilidad por mitades según la fórmula de Spearman-Brown. Este instrumento mide nivel de agotamiento físico, emocional y cognitivo (no presenta, leve, moderado, profundo) en los estudiantes. Se ha confirmado la homogeneidad y unidireccionalidad de los ítems que componen la Escala y los resultados en la

relación de los ítems y el puntaje global de la escala permiten afirmar que todos los ítems forman parte del Burnout Estudiantil.

La escala se mide según los siguientes rangos:

1 = Nunca, 2 = Algunas veces, 3 = Casi siempre, 4 = Siempre.

Se realiza la sumatoria de puntos obtenidos, así mismo se transforma el puntaje en porcentaje para interpretarse el nivel de Burnout de la siguiente manera:

0% a 25% =No presenta,

26% a 50% = Leve,

51% a 75%= Moderado,

76% a 100%= Profundo.

6.6.2. Instrumento “Valoración de la Carga Laboral” (75)

El instrumento Valoración de la carga laboral fue creado por Santillan Mily (2015) tiene como finalidad la valoración de la carga mental y la carga física, con un alfa de Cronbach de 0.807. Está compuesta por 36 ítems que constituyen 27 preguntas para carga mental y 09 preguntas para carga física. Las opciones de respuesta son: Nunca, a veces o siempre.

La variable fue medida como: alta, media y baja carga laboral; el cual se obtuvo de la suma de todos los ítems resueltos.

Carga laboral alta: de 97 a 144 puntos.

Carga laboral media: de 49 a 96 puntos.

Carga laboral baja: menor o igual a 48 puntos.

Según las dimensiones, la interpretación de la carga laboral se distribuye de la siguiente forma:

✓ Carga mental: (Presión de tiempos, atención, complejidad, monotonía, iniciativa, aislamiento, horario de trabajo, relaciones dependientes de trabajo, demandas generales)

Alta: de 73 a 108 puntos.

Media: de 37 a 72 puntos.

Baja: menor o igual a 36 puntos.

✓ Carga física: (carga estática y carga dinámica)

Alta: de 25 a 36 puntos.

Media: de 13 a 24 puntos.

Baja: menor o igual a 12 puntos.

6.6.3 Operacionalización de las variables

Tabla 1: Operacionalización de las variables

NOMBRE DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	SUB VARIABLE	DEFINICION SUB VARIABLE	NATURALEZA DE LA VARIABLE	NIVEL DE MEDICIÓN	VALOR O CATEGORÍA
Característica demográfica	Una ciencia que tiene como finalidad el estudio de la población humana y que se ocupa de su dimensión, estructura, evolución y caracteres generales desde un punto de vista cuantitativo.	Estrato socio económico	La estratificación socioeconómica es una clasificación en estratos de los inmuebles residenciales que deben recibir servicios públicos. (DANE)	Cualitativo	Ordinal	1-2-3-4
		Edad cronológica	Número de años vividos del entrevistado desde su nacimiento.	Cuantitativo	Intervalos	14-20 años 21-27 años 28-34 años
		Sexo biológico	Condición de un organismo que distingue entre	Cualitativo	Nominal	M (Masculino) F (Femenino)

NOMBRE DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	SUB VARIABLE	DEFINICION SUB VARIABLE	NATURALEZA DE LA VARIABLE	NIVEL DE MEDICIÓN	VALOR O CATEGORÍA
			masculino y femenino.			
		Semestre académico	Semestre académico cursado por los individuos.	Cuantitativo	Ordinal	II-III-IV-V-VI-VII-VIII
		Creencia religiosa	Son sistemas de creencias que relacionan la humanidad y la espiritualidad y a veces a los valores morales.	Cualitativo	Nominal	Católico Cristiano Ateo Otro
NIVEL DE BURNOUT	Respuesta al estrés laboral crónico, experiencia subjetiva que engloba sentimientos y actitudes con	Agotamiento físico, emocional y cognitivo.	Cambios personales negativos que ocurren a lo largo del tiempo en personas con trabajos frustrantes o con excesivas	Cualitativo	Ordinal	No presenta Leve Moderado Profundo

NOMBRE DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	SUB VARIABLE	DEFINICION SUB VARIABLE	NATURALEZA DE LA VARIABLE	NIVEL DE MEDICIÓN	VALOR O CATEGORÍA
	implicaciones nocivas para la persona y la organización.		demandas.			
CARGA MENTAL	Está determinada por la cantidad y el tipo de información que debe tratarse en un puesto de trabajo. Se refiere a los recursos mentales que debe gastar el trabajador en el transcurso del cumplimiento de la tarea es decir el trabajo intelectual implica que el cerebro recibe unos estímulos a	Presión de tiempos	Surge de la necesidad del trabajador de seguir un ritmo que es impuesto, de lograr un cierto rendimiento o de la imposibilidad de parar una máquina o una cadena de trabajo.	Cualitativo	Ordinal	Baja Media Alta
		Atención	Orientación mental selectiva que comporta un incremento de la eficiencia en una determinada	Cualitativo	Ordinal	Baja Media Alta

NOMBRE DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	SUB VARIABLE	DEFINICION SUB VARIABLE	NATURALEZA DE LA VARIABLE	NIVEL DE MEDICIÓN	VALOR O CATEGORÍA
	los que debe dar respuesta.		actividad en detrimento de otras actividades concurrentes.			
		Complejidad	Entendida como número y variedad de los diferentes elementos que constituyen el conjunto de una tarea.	Cualitativo	Ordinal	Baja Media Alta
		Monotonía	Mantenimiento sin interrupciones de una operación, situación o tarea.	Cualitativo	Ordinal	Baja Media Alta
		Iniciativa	Es la capacidad para actuar o intervenir autónomamente a partir de la planificación	Cualitativo	Ordinal	Baja Media Alta

NOMBRE DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	SUB VARIABLE	DEFINICION SUB VARIABLE	NATURALEZA DE LA VARIABLE	NIVEL DE MEDICIÓN	VALOR O CATEGORÍA
			normal del trabajo, lo que implica tomar decisiones a partir de los recursos existentes, para cumplir o mejorar el tiempo del ciclo.			
		Aislamiento	Se refiere al hecho de estar alejado de otros trabajadores o de no poder comunicarse fácilmente con ellos.	Cualitativo	Ordinal	Baja Media Alta
		Horario de trabajo	Los horarios nocturnos son los que contribuyen a la saturación mental de los trabajadores, así mismo también se	Cualitativo	Ordinal	Baja Media Alta

NOMBRE DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	SUB VARIABLE	DEFINICION SUB VARIABLE	NATURALEZA DE LA VARIABLE	NIVEL DE MEDICIÓN	VALOR O CATEGORÍA
			sabe que las actividades que acarrear una mayor posibilidad de carga mental en el trabajador son los trabajos con computadora, puestos de control de calidad, trato con el público, etc.			
		Relaciones dependientes de trabajo	Bajo este factor se valora el grado de interacción social en las comunicaciones de índole personal que exige o posibilita el trabajo.	Cualitativo	Ordinal	Baja Media Alta
		Demandas generales	Se refiere a la responsabilidad	Cualitativo	Ordinal	Baja

NOMBRE DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	SUB VARIABLE	DEFINICION SUB VARIABLE	NATURALEZA DE LA VARIABLE	NIVEL DE MEDICIÓN	VALOR O CATEGORÍA
			que los mandos tienen sobre otras personas y el grado de control sobre los mismos.			Media Alta
CARGA FISICA	Se define como el conjunto de requerimientos físicos a los que se ve sometida la persona a lo largo de su jornada laboral; englobando tanto las posturas estáticas adoptadas durante el trabajo, como movimientos realizados, la aplicación de fuerzas, la manipulación de	Carga estática	Es cuando la contracción del músculo es continua y se mantiene durante cierto tiempo. Cuando el cuerpo debe mantener una postura, o más aun, cuando una carga debe ser sostenida, ciertos músculos son exigidos de forma estática	Cualitativo	Ordinal	Baja Media Alta
		Carga dinámica	Es cuando hay una sucesión de	Cualitativo	Ordinal	Baja

NOMBRE DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	SUB VARIABLE	DEFINICION SUB VARIABLE	NATURALEZA DE LA VARIABLE	NIVEL DE MEDICIÓN	VALOR O CATEGORÍA
	cargas o desplazamientos.		tensiones y relajamiento de él o de los músculos activos.			Media Alta

6.6.4. Plan de análisis de resultados

Los datos obtenidos de la aplicación virtual de los instrumentos fueron descargados en un archivo de Microsoft Excel. Posteriormente, con el fin de responder al problema de investigación y a los objetivos formulados, se procesó en los programas IBM SPSS versión 23 y el Epi Info™. A través de ellos se realizó la distribución de frecuencias y para las variables cuantitativas se calculó mediciones estadísticas como la moda, media, mediana, desviación estándar, varianza, mínimo, máximo. Para determinar la relación de las variables categóricas de Nivel de Burnout y Carga laboral, se utilizó la prueba estadística de chi cuadrada, para la confirmación de las hipótesis.

6.7. Aspectos éticos

En esta investigación se tuvo presente los componentes y criterios éticos de la ley 266 de 1996, ley 911 de 2004, resolución 8430 de 1993, que dan un enfoque ético a investigaciones realizadas con seres humanos y se consideran fundamentales a la hora de realizar investigaciones como la que se deseaba realizar. Como enfermeros en formación se fundamentaba la presente investigación en el código Deontológico del CIE (Consejo Internacional de Enfermería) para la profesión de Enfermería donde se permite la realización de investigaciones a enfermeros y a estudiantes de enfermería, teniendo presente los componentes éticos y principios propios de la profesión.

En artículo 4° Ámbito del Ejercicio Profesional y el artículo 6° Funciones de la ley 266 de 1996 se contempla a enfermería como disciplina que está habilitada para realizar investigación y es una de las funciones propias para generar y adquirir conocimientos de interés en los ámbitos científicos, recordando que enfermería es una profesión que ejerce su práctica dentro de una dinámica interdisciplinaria, multiprofesional y transdisciplinaria (76).

Del mismo modo se apoyó en la ley 911 del 2004 “Por la cual se dictan disposiciones en materia de responsabilidad y deontológica para el ejercicio de la profesión de Enfermería en Colombia; se establece el régimen disciplinario correspondiente y se dictan otras disposiciones” en el capítulo IV De la responsabilidad del profesional de Enfermería en la Investigación y la Docencia del título III y el capítulo II Investigación Formal o Instructiva del título V en los cuales se dan pautas y criterios para la investigación realizada por el personal de enfermería en Colombia teniendo en cuenta los criterios éticos y legales del país (77).

Por otra parte, cumpliendo con el principio de autonomía de los participantes se realizó mediante el consentimiento libre e informado, el cual según la resolución 8430 de 1993, específicamente en el capítulo 1; de los aspectos éticos de la investigación en seres humanos; mencionado en el artículo 6; contó con el consentimiento Informado y por escrito del sujeto de investigación o su representante legal con las excepciones dispuestas en la presente resolución (78). (Anexo 1)

A nivel internacional se menciona el Código de Núremberg (1947) que establece como principio básico el respeto por los derechos de las personas que forman parte de los

experimentos. Además, prescribe el conocimiento informado y voluntario, la posibilidad de retirarse del estudio y un análisis de riesgos y beneficios de la participación en la investigación (79). Así mismo, la Declaración de Helsinki (1964, 2008), donde los intereses de los participantes humanos involucrados en las investigaciones deben tener prioridad siempre, se aplican a otros estudios no médicos con participantes humanos (80).

La Declaración adopta los principios del Código de Núremberg pero incorpora unos nuevos: que los participantes deben recibir el mejor trato disponible y que en las instituciones deben crearse comités de ética que regulen la producción científica en el aspecto ético de manera independiente.

Otro documento que da soporte ético a la investigación es el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos (1966, 1976) adoptado por la Asamblea General de las Naciones Unidas y firmado por 174 Estados; este Pacto garantiza el respeto irrestricto por los Derechos Humanos que, consecuentemente, debe ser resguardado también por parte de los investigadores científicos (81). Finalmente, el Informe Belmont (1979) (82) que define los principios éticos que deben guiar a toda conducta de investigación con los seres humanos y postula tres principios para la evaluación ética de cualquier propuesta de investigación de estas características:

- Respeto por las personas: se trata de considerar a los individuos como agentes autónomos y proteger a aquellos que tuvieran menor autonomía. De este principio se desprenden cuatro condiciones que deben ser cumplidas: el consentimiento voluntario, el consentimiento informado, la protección de la privacidad y la

confidencialidad, y el derecho a poner fin a la propia participación en una investigación sin sufrir represalias.

- Principio de beneficencia: consiste en la obligación de no causar daño y de asegurar el bienestar de los sujetos de la investigación, según una evaluación previa de potenciales riesgos y beneficios.

- Principio de justicia: consiste en la distribución igualitaria de potenciales riesgos y beneficios de la investigación dentro de la sociedad, de tal forma que en el desarrollo del estudio se evite el prejuicio de la población vulnerable u otro tipo de preferencias indebidas en la selección de los participantes.

Por otra parte, se le da soporte ético a la investigación con el aval N° CEIV- 006-2020 por el comité de ética de la facultad ciencias de la salud de la Universidad Francisco de Paula Santander. El proyecto fue evaluado y aprobado en su sesión virtual del día 24 de noviembre de 2020, fecha en que se remite la aprobación del presente, se aprueba en consideración la pertinencia del proyecto y el rigor metodológico, el cumplimiento de las normas técnicas y éticas, nacionales e internacionales que rigen este tipo de proyectos.

Con base en lo expresado anteriormente, el Comité de Ética (CEI) conceptuó que el proyecto cumplía con todos los requisitos de calidad exigidos y, en consecuencia

otorga su aprobación. Posterior a esto se realiza la recolección de la información aplicando los instrumentos a la muestra seleccionada.

7. Resultados

En total se obtuvieron 248 instrumentos diligenciados mediante formulario Google en medio digital, seguidamente se filtró la información teniendo en cuenta los criterios de inclusión establecidos para la ejecución de los instrumentos en la población objeto, por lo tanto, se evidencio que los instrumentos obtenidos cumplieron en su totalidad con dichos criterios, teniendo como resultado una muestra total de 248 estudiantes.

A continuación, se reflejan los resultados organizados por variables, iniciando por las características sociodemográficas, seguido de la variable Burnout, variable Carga laboral y por último la relación entre Burnout y Carga laboral.

7.1 Caracterización sociodemográfica

Tabla 2: caracterización sociodemográfica

CARACTERISTICAS SOCIODEMOGRAFICAS		CATEGORIAS Y PORCENTAJES	
		N°	%
	Masculino	56	22,6%

SEXO	Femenino	192	77,4%
	Total	248	100%
EDAD	18-20 años	152	61,3%
	21-27 años	89	35,9%
	28-34 años	6	2,4%
	39 o más años	0	0%
	Total	248	100%
SEMESTRE ACADEMICO	2	35	14,1%
	3	33	13,3%
	4	52	21 %
	5	32	12,9%
	6	36	14,5%
	7	22	9,9%
	8	38	15,3%
	Total	248	100%
	1	92	37,1%

ESTRATO SOCIOECONÓMICO	2	127	51,2%
	3	26	10,5%
	4	3	1,2%
	Total	248	100%
CREENCIA RELIGIOSA	Católico	168	67,7%
	Cristiano	44	17,7%
	Ateo	4	1,6%
	Otro	32	12,9%
	Total	248	100%

***Fuente:** Relación entre Burnout y la carga laboral es estudiantes de un programa de Enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia.*

Variable sexo- Caracterización sociodemográfica

Los resultados obtenidos en la tabla N° 2 muestra total de 248 estudiantes evidencian en la caracterización sociodemográfica que predominó el sexo femenino con un 77,4 % correspondientes a 192 estudiantes, seguido del sexo masculino con una frecuencia de 56 correspondiente al 22,6%

Variable edad- Caracterización sociodemográfica

Así mismo, se evidencia en la caracterización por edad (tabla N° 2) que primero el rango establecido entre 18 y 20 años con un porcentaje de 61,3% correspondiente a una frecuencia de 152 estudiantes, seguido por el rango entre 21 y 27 años con una frecuencia de 89 que hace referencia al 35,9% del 100% de los estudiantes encuestados.

Variable semestre académico- Caracterización sociodemográfica

Por otra parte, al analizar el resultado en la caracterización por semestre académico (tabla N° 2) se evidencio que el porcentaje más alto fue el de cuarto semestre con un 21% correspondiente a una frecuencia de 52 estudiantes, seguido de octavo semestre con un 15% correspondiente a 38 estudiantes, en tercer lugar, se encuentran el sexto y segundo semestre con un porcentaje de 14,5% y 14,1% respectivamente. Por último, se encuentran tercer y séptimo semestre con una frecuencia de 33 y 22 estudiantes demostrando una baja participación en el diligenciamiento de la encuesta.

Variable estrato socioeconómico- Caracterización sociodemográfica

Del mismo modo, al observar los resultados obtenidos en la variable de estrato socioeconómico (tabla N° 2) se identificaba que el 51,2% correspondiente a 127 estudiantes hacen parte del estrato 2, seguido del estrato 1 con una frecuencia de 92 estudiantes, lo que hace referencia a un 37,1% extremado al porcentaje más bajo de 1,2% relacionado con el estrato 4.

Variable creencia religiosa- Caracterización sociodemográfica

Por último, se encuentra la característica sociodemográfica de creencia religiosa (tabla N° 2) en la cual se identificaba que en un 67,7% correspondiente a 168 son estudiantes católicos, seguidos del 17,7% que respondió ser cristiano, la opción otro obtuvo una frecuencia de 32 estudiantes obteniendo un 12,9%.

7.2 Variable Burnout estudiantil

La variable Burnout estudiantil fue medida mediante el instrumento Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil, en el cual se aplicaron 15 ítems con respuesta escala Likert, seguidamente, se filtraron los resultados mediante el puntaje establecido para cada respuesta, clasificando a los estudiantes en un tipo de Burnout, en donde se evidenciaron los siguientes resultados.

Tabla 3: Instrumento Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil

ITEMS	Nunca		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
1. El tener que asistir diariamente a clases me cansa	21	8,5%	186	75%	32	12,9%	9	3,6%

2. Mis problemas escolares me deprimen fácilmente	32	12,9%	142	57,3%	56	22,6%	18	7,3%
3. Durante las clases me siento somnoliento	15	6%	163	65,7%	57	23%	13	5,2%
4. Creo que estudiar hace que me sienta agotado	21	8,5%	164	66,1%	51	20,6%	12	4,8%
5. Cada vez me es más difícil concentrarme en las clases	37	14,9%	135	54,4%	58	23,4%	18	7,3%
6. Me desilusionan mis estudios	109	44%	105	42,3%	20	8,1%	14	5,6%
7. Antes de terminar mi	12	4,8%	133	53,6%	73	29,4%	30	12,1%

horario de clases ya me siento cansado								
8.No me interesa asistir a clases	158	63,7%	75	30,2%	13	5,2%	2	0,8%
9.Cada vez me cuesta más trabajo ponerle atención al maestro	45	18,1%	155	62,5%	36	14,5%	12	4,8%
10.El asistir a clases se me hace aburrido	82	33,1%	146	58,9%	17	6,9%	3	1,2%
11.Siento que estudiar me está desgastando físicamente	37	14,9%	122	49,2%	63	25,4%	26	10,5%
12.Cada vez me siento más frustrado por ir a la escuela	103	41,5%	118	47,6%	21	8,5%	6	2,4%

13.No creo terminar con éxito mis estudios	153	61,7%	77	31%	13	5,2%	5	2%
14.Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio	46	18,5%	148	59,7%	43	17,3%	11	4,4%
15.Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente	41	16,5%	123	49,6%	59	23,8%	25	10,1%

Fuente: Relación entre Burnout y la carga laboral es estudiantes de un programa de Enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia.

Tabla 4: Tipo de Burnout Estudiantil

TIPO DE BURNOUT	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No presenta	2	0,81%

Leve	145	58,47%
Moderado	89	35,89%
Profundo	12	4,84%
TOTAL	248	100%

***Fuente:** Relación entre Burnout y la carga laboral es estudiantes de un programa de Enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia.*

Burnout Estudiantil

En el análisis de resultados obtenidos para el tipo de Burnout presentado en la tabla N° 4, se evidenció que un 58,47% correspondiente a 145 estudiantes presentaban un tipo de Burnout leve, seguido del tipo de Burnout moderado con una frecuencia de 89 estudiantes correspondiente al 35,89%, así mismo, es importante mencionar que el 4,89% relacionado a 12 estudiantes presentaban un tipo de Burnout profundo finalizando con un 0,81% que no presenta Burnout.

Por otra parte, en las características de Síndrome de Burnout más presentes en la investigación fueron:

- El tener que asistir diariamente a clase me cansa (75%)
- Creo que estudiar hace que me sienta agotado (66,1%)
- Durante las clases me siento somnoliento (65,7%)
- Cada vez me cuesta más trabajo poner atención al maestro (62,5%)

- Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio (59,7%)
- El asistir a clase se me hace aburrido (58,9%)
- Mis problemas escolares me deprimen fácilmente (53,7%)
- Antes de terminar mi horario de clase ya me siento cansado (53,6%)

7.3 Variable carga laboral

Los resultados correspondientes a la variable carga laboral fueron obtenidos mediante la aplicación del instrumento Valoración de la carga laboral compuesta por 36 ítems con respuesta escala Likert estratificada en tres subvariables, la carga mental, carga física y por último la carga laboral general. Las cuales fueron filtradas mediante los puntajes establecidos para clasificar a los estudiantes encuestados en un nivel bajo, medio y alto de carga laboral.

Tabla 5: Instrumento Valoración de la carga Laboral

ITEMS	Nunca		A veces		Siempre	
CARGA MENTAL: Presión de tiempos						
1. ¿Necesita un tiempo de descanso	17	6,9%	135	54,4%	96	38,7%

durante tu jornada laboral?						
2. ¿Al interrumpir su trabajo genera problemas?	87	35,1%	146	58,9%	15	6%
3. ¿Existen fases durante el trabajo que se puede Calificar como agobiante?	35	14,1%	166	66,9%	47	19%
Atención						
4. ¿En su trabajo maneja maquinas o elementos que requieren gran atención?	133	53,6%	84	33,9%	31	12,5%
5. ¿En su trabajo requiere precisión y minuciosidad?	55	22,2%	109	44%	84	33,9%
6. ¿Las tareas que realiza en su trabajo	26	10,5%	71	28,6%	151	60,9%

requieren de alta concentración?						
Complejidad						
7. ¿Su trabajo requiere la utilización frecuente de documentos y/o manuales?	47	19%	95	38,3%	106	42,7%
8. ¿Su trabajo precisa de múltiples habilidades?	25	10,1%	95	38,3%	128	51,6%
9. ¿Los errores en su trabajo tienen gran repercusión en su trabajo?	28	11,3%	106	42,7%	114	46%
Monotonía						
10. ¿Realiza en su trabajo varias funciones y/o tareas?	25	10,1%	118	47,6%	105	42,3%

11. ¿Las tareas repetitivas, desearías intercambiarlas con tus compañeros de trabajo?	46	18,5%	171	69%	31	12,5%
12. ¿Aparecen con frecuencia cambios para su trabajo?	49	19,8%	175	70,6%	24	9,7%
Iniciativa						
13. ¿Te esmeras para hacer bien y más rápido tu trabajo?	17	6,9%	63	25,4%	168	67,7%
14. ¿Tienes que resolver las incidencias en su trabajo por sus propios medios?	31	12,5%	146	58,9%	71	28,6%
15. ¿Tu trabajo requiere de creatividad e iniciativa?	25	10,1%	109	44%	114	46%

Aislamiento						
16. ¿Su ambiente de trabajo es aislado?	116	46,8%	113	45,6%	19	7,7%
17. ¿Cómo trabajador estas constantemente vigilado en tu trabajo?	65	26,2%	132	53,2%	51	20,6%
18. ¿Con frecuencia es imposible ponerse en contacto con tu empleador o un compañero cuando surge un problema?	96	38,7%	133	53,6%	19	7,7%
Horario de trabajo						
19. ¿Tu horario de trabajo depende de tus empleadores?	76	30,6%	96	38,7%	76	30,6%
20. ¿Prolongas habitualmente tu horario de trabajo?	61	24,6%	134	54%	53	21,4%

21. ¿Realizas horas extras para mantener tu trabajo?	76	30,6%	99	39,9%	73	29,4%
Relaciones dependientes de trabajo						
22. ¿Se siente comprometido con su trabajo?	26	10,5%	69	27,8%	153	61,7%
23. ¿Debe relacionarse con personas, tanto internas como externas de su trabajo para realizar sus actividades?	33	13,3%	107	43,1%	108	43,5%
24. ¿Su trabajo requiere muchas y variadas formas de manejarlos?	34	13,7%	120	48,4%	94	37,9%
Demandas Generales						

25. ¿Debe supervisar la labor de otras personas?	82	33,1%	127	51,2%	39	15,7%
26. ¿En su trabajo tienen que hacer más de una tarea a la vez?	28	11,3%	132	53,2%	88	35,5%
27. ¿Debe informar sobre sus labores realizadas sus superiores?	48	19,4%	98	39,5%	102	41,1%
CARGA FÍSICA: Carga estática						
28. ¿Pasa más de 4 horas de pie en su trabajo?	126	50,8%	77	31%	45	18,1%
29. ¿Trabaja continuamente inclinado o en una postura forzada?	62	25%	122	49,2%	64	25,8%
30. ¿Su columna se ha afectado por una	70	28,2%	127	51,2%	51	20,6%

mala postura al realizar su trabajo?						
31. ¿Los brazos soportan cargas mayores de 5 kg por espacios de tiempo largos?	172	69,4%	62	25%	14	5,6%
Carga dinámica						
32. ¿Los desplazamientos ocupan un tiempo mayor del total de su jornada laboral?	144	58,1%	95	38,3%	9	3,6%
33. ¿Realiza desplazamientos con cargas mayores de 5 kg?	175	70,6%	68	27,4%	5	2%
34. ¿El Trabajo le exige esfuerzo muscular?	118	47,6%	108	43,5%	22	8,9%

35. ¿Para realizar las tareas utiliza sólo la fuerza de las manos?	59	23,8%	127	51,2%	62	25%
36. ¿El agotamiento es rápido cuando realizas trabajos de esfuerzo muscular?	69	27,8%	131	52,8%	48	19,4%

***Fuente:** Relación entre Burnout y la carga laboral es estudiantes de un programa de Enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia.*

Tabla 6: Clasificación de la Carga Laboral-Mental

NIVELES DE CARGA LABORAL	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Baja	25	10,08%
Media	159	64,11%
Alta	64	25,81%
TOTAL	248	100%

***Fuente:** Relación entre Burnout y la carga laboral es estudiantes de un programa de Enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia.*

Se puede identificar con los resultados obtenidos en la tabla N°6 que hace referencia a la clasificación de carga mental, que el 64,11% correspondiente a 159 estudiantes presenta una un nivel de carga mental media, seguido del nivel alto con una frecuencia de 64 estudiantes, encontrando por último el nivel bajo con una frecuencia de 25 estudiantes que hace relación a un 10.08%.

Tabla 7: Clasificación de la Carga Laboral-física

CARGA LABORAL	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Baja	126	50,81%
Media	116	46,77%
Alta	6	2,42%
TOTAL	248	100%

***Fuente:** Relación entre Burnout y la carga laboral es estudiantes de un programa de Enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia.*

De la Tabla N°7 correspondiente a la clasificación de carga física se puede observar que el nivel bajo presenta una frecuencia de 126 estudiantes con un 50,81%, siendo importante mencionar que el 46,77% correspondiente a 116 estudiantes se clasificaron un nivel medio de carga física, así mismo 6 estudiantes fueron clasificados según sus respuestas en un nivel alto de carga física.

Tabla 8: Clasificación general de la variable Carga Laboral

CARGA LABORAL	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Baja	30	12,10%
Media	191	77,01%
Alta	27	10,89%
TOTAL	248	100%

***Fuente:** Relación entre Burnout y la carga laboral es estudiantes de un programa de Enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia.*

Carga Laboral

La variable Carga laboral general muestra sus resultados en la tabla N° 8, en los cuales se evidencia que el 77,01% de la muestra total de 248 estudiantes presentan un nivel medio de carga laboral, seguido de un 12,10% correspondiente a 30 estudiantes que se

clasificaron en un nivel bajo, finalizando con el nivel alto que presento una frecuencia de 27 estudiantes.

Por otra parte, en las características de Síndrome de Burnout más presentes en la investigación son:

- El tener que asistir diariamente a clase me cansa (75%)
- Creo que estudiar hace que me sienta agotado (66,1%)
- Durante las clases me siento somnoliento (65,7%)
- Cada vez me cuesta más trabajo poner atención al maestro (62,5%)
- Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio (59,7%)
- El asistir a clase se me hace aburrido (58,9%)
- Mis problemas escolares me deprimen fácilmente (53,7%)
- Antes de terminar mi horario de clase ya me siento cansado (53,6%)

7.4 Relación entre burnout y carga laboral

La presente información fue obtenida mediante el proceso de cruce de variables, en el cual se tuvieron en cuenta los resultados de las Tablas N° 4 y 8 en donde se encuentran los porcentajes y frecuencias generales de las variables Burnout estudiantil y la carga laboral, siendo así, se presentaron los siguientes resultados.

Tabla 9: Relación entre el Burnout y la Carga Laboral

VARIABLES		BURNOUT			
		LEVE	MODERADO	NO PRESENTA	PROFUNDO
CARGA LABORAL	ALTA	48,15%	40,74%	0,00%	11,11%
	MEDIA	59,69%	35,60%	0,00%	4,71%
	BAJA	60,00%	33,33%	6,67%	0,00%

Fuente: Relación entre Burnout y la carga laboral es estudiantes de un programa de Enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia.

Relación entre Burnout y Carga Laboral

En cuanto a la relación entre las dos variables de estudio que son Burnout estudiantil y la Carga laboral se pueden evidenciar los resultados en la Tabla N°9, se identifica que el 48,15% de los estudiantes que presentaron un nivel de carga laboral alto se encuentran a su vez con un nivel leve de Burnout, seguido de un 59,69% de los estudiantes que se encuentran en un nivel medio de carga laboral y presentan un nivel leve de Burnout finalizando con un 60% de estudiantes que fueron clasificados con una carga laboral baja y presentaron un nivel de Burnout leve, las cifras anteriores corresponden a los porcentajes más altos arrojados en el cruce de variables mencionadas y analizadas en los apartados anteriores.

En relación con los resultados expuestos anteriormente, es importante mencionar que en el proceso de cruce de variables mediante el programa estadístico Chi-Cuadrado,

permite determinar una relación estadísticamente significativa entre el síndrome de Burnout y la carga laboral, arrojando un puntaje de 0,0042 el cual es menor al alfa establecido de 0,05 evidenciando la dependencia de las variables entre sí.

8. Discusión

En relación con las variables correlacionadas en la investigación es importante recalcar que no se encontraron estudios o antecedentes los cuales permitan realizar una discusión ante la relación estadísticamente significativa entre el Burnout y la carga laboral en estudiantes de enfermería, identificando lo anterior como un vacío de información.

La presente investigación fue aplicada a 248 estudiantes dentro de los semestres 2 a 8, en contraste la investigación realizada por Santillan Rosell, M. (40) administrado a 40 estudiantes del programa de Enfermería. Así mismo, en el estudio de Barradas Alarcon, M. et al. (36) se obtuvo una muestra total de 256 estudiantes en licenciatura de psicología y administración, en relación se identifica que en el estudio realizado por Uribe, M . Illesca, M (11) se administró a 244 estudiantes de carrera de Enfermería.

Por otra parte, en la caracterización sociodemográfica se evidencio en la variable sexo, predomino el femenino con un 77,4%, de igual manera, el estudio en el cual se evaluó la carga laboral en estudiantes de Enfermería primo el sexo femenino en autoría de Ricardo, Y. Además, en la investigación realizada por Uribe, M . Illesca, M (11) predomino el sexo femenino con 79,5%, como también en el artículo realizado por Barradas Alarcon, M. et al (36) donde el sexo que predomino fue el femenino con 71,8%.

En relación con la variable edad de los sujetos del presente estudio predomino el rango de 14-20 años con un porcentaje de 61,3% apoyado por el estudio de Uribe, M . Illesca, M (11) donde el rango de edad fue establecido entre los 19 y 23 años con un porcentaje de 65,6% , del mismo modo Barraza Macías, A. Carrasco Soto, R. Arreola Corral, M (32) el rango etario oscila entre los 18 y 21 años representado con un 70,6%.

No obstante, las variables correspondientes a semestre académico, estrato socioeconómico y creencia religiosa no se desarrollan en el apartado debido a que en las investigaciones de referencia estas variables no fueron estudiadas en la población objeto.

En la variable sobre Burnout se evidencio que el 58,47% correspondiente a 145 estudiantes presentaron un tipo de Burnout leve, seguido del tipo de Burnout moderado con una frecuencia de 89 estudiantes correspondiente al 35,89%, el 4,89% relacionado a 12 estudiantes presentan un tipo de Burnout profundo finalizando con un 0,81% que no presenta Burnout, similar al estudio realizado por Uribe, M . Illesca, M (11) presentan un 73,4% leve en la clasificación de Burnout seguido con el 26,6% moderado y un 0% en profundo. A diferencia de la presente investigación el estudio realizado por Yury, R (34). en donde el nivel de Burnout que presento mayor porcentaje fue leve con un 70%, seguido del moderado con 16% y el restante sin síndrome de Burnout.

Además, en las características de Síndrome de Burnout más presentes en la investigación se pudo observar que los criterios presentes con mayor porcentaje fueron: “El tener que asistir diariamente a clase me cansa” representado con un 75% seguido de “Creo que estudiar hace que me sienta agotado” con un 66,1%, Tambien se evidencia que el criterio “Durante las clases me siento somnoliento” se presenta con un 65,7%.

Lo anterior se relaciona con el estudio realizado por Barraza Macías, A. Carrasco Soto, R. Arreola Corral, M. (32) Donde las conductas de síndrome de Burnout que se presentaron con mayor frecuencia fueron el tener que asistir diariamente a clases me cansa (46%), durante las clases me siento somnoliento (48%) y antes de terminar mi horario de clase ya me siento cansado (48%). Con referencia a lo anterior, Gutiérrez Rico, D. en el estudio realizado se determinó similitud con los ítems anteriormente expuestos a estos se

suman el ítem de síndrome de Burnout; me desilusionan mis estudios (48%), el asistir a las clases se me hace aburrido (50%). En concordancia por el autor Yury, R (34). los ítems con mayor frecuencia en los estudiantes encuestados fueron: El tener que asistir diariamente a clases me cansa, durante las clases me siento somnoliento, antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado.

Por otra parte, la variable carga laboral mostró en el presente estudio que el 64,11% correspondiente a 159 estudiantes tenían un nivel de carga mental media, seguido del nivel alto con una frecuencia de 64 estudiantes, encontrando por último el nivel bajo con una frecuencia de 25 estudiantes que hace relación a un 10,08%. Así mismo, es importante mencionar que en la subvariable carga física, el presente estudio arrojó como resultado que un 50,81% presentaba un nivel bajo, 46,77% fueron clasificados en nivel medio y tan solo el 2,42% presento una carga física alta, lo cual se contrarresta con el estudio de Santillan Rosell, M. (40) donde la carga física primo en un nivel alto con 52,2%, seguido del nivel medio con 47,5% y finalizando con un nivel de carga física bajo del 0%.

Sumado a lo anterior, la subcategoría carga mental estudiada en la población objeto evidenció que en un 64,11% de los estudiantes presentaba una carga mental media, seguida del nivel alto con una frecuencia del 25,81% y por ultimo con menor porcentaje la carga mental baja con un 10,08%, por tanto, se asimila con los resultados obtenidos en el estudio realizado por Santillan Rosell, M. (40) en el cual se idéntico que el nivel medio de carga mental en los estudiantes fue el más alto con un 55%, seguido del nivel alto con un 18%, finalizando con el nivel bajo que fue el que obtuvo una frecuencia y porcentaje de 0.

9. Conclusiones

En cuanto a las características sociodemográficas se encontró que el sexo predominante fue el femenino, las edades con mayor participación correspondieron al rango entre 18 y 20 años, el estrato socioeconómico 1 y 2 presentaron mayor porcentaje y la creencia religiosa que más reportaron los estudiantes fue la católica; cabe resaltar que el semestre académico donde se evidenció la mayor participación fue el de cuarto semestre.

En relación con la variable de Burnout se halló predominio del nivel leve, encontrando que los estudiantes presentan situaciones de cansancio, agotamiento, somnolencia, falta de concentración, aburrimiento, depresión, dificultad para recordar temas de estudio, los cuales fueron desencadenados por la situación de la pandemia provocando el síndrome de Burnout.

La variable carga laboral evidencia que los estudiantes presentan un nivel medio de carga laboral, y en menor porcentaje carga laboral alta. Sin embargo, es importante recalcar que en tiempos de pandemia sin asistir a prácticas presenciales tener el porcentaje media-alta de carga laboral en los estudiantes llama la atención a los investigadores.

Al realizar el cruce de las variables se evidenció que los estudiantes que perciben una carga laboral Media y Alta presentan algún grado de Burnout. Así mismo, al determinar la relación entre el Burnout y la carga laboral mediante el Chi 2 se obtuvo un nivel de significancia de 0,0042, evidenciando la dependencia entre variables, ya que al aumentar la carga laboral aumenta el Síndrome de Burnout. De lo anterior, llama la atención que la carga laboral media y alta producen un nivel de Burnout profundo en una proporción no despreciable.

10. Recomendaciones

- A nivel académico realizar una distribución de los horarios académicos de manera proporcional y disminuyendo la concentración de largas jornadas, tomando en cuenta que aparte de las clases teóricas, se realizan también horas de trabajo independiente.
- Socializar los resultados de la investigación a nivel institucional para así mismo promover el estudio de estas variables en las demás carreras universitarias, con el fin de plantear estrategias para mitigar que a mayor carga laboral mayor Burnout presentando en la Facultad Ciencias de la Salud.
- Realizar investigaciones de estas variables en los directivos de la Universidad con el fin de realizar un análisis tomando en cuenta que la carga asignada a ellos es más alta que en los estudiantes.

ANEXOS

Anexo 1: Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN INVESTIGACIÓN

Ciudad y fecha: _____

Yo, _____ una vez informado (a) sobre los propósitos, objetivos, procedimientos de intervención y evaluación que se llevarán a cabo en esta investigación, autorizo a Jennifer A. Jaimes C. María F. Rincón S. y Karoline M. Hernández B, estudiantes de la Universidad Francisco de Paula Santander y Mónica Peñaloza García directora, para aplicar el Adicionalmente se me informó que:

- Mi participación en esta investigación es completamente libre y voluntaria, estoy en libertad de retirarme de ella en cualquier momento.
- No recibiré beneficio personal de ninguna clase por la participación en este proyecto de investigación. Sin embargo, se espera que los resultados obtenidos permitirán mejorar los procesos de adaptación de los estudiantes en la vida universitaria.
- Toda la información obtenida y los resultados de la investigación serán tratados confidencialmente. Esta información será archivada en papel y medio electrónico. El archivo del estudio se guardará en la Universidad Francisco de Paula Santander bajo la responsabilidad de los investigadores.

Hago constar que el presente documento ha sido leído y entendido por mí en su integridad de manera libre y espontánea.

Firma

Documento de identidad _____ No. _____ de _____

Edad: _____ años

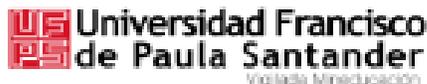
Semestre: _____

Estrato socioeconómico: _____

Sexo: M ___ F ___

Creencia religiosa: _____

Anexo 2: comité de Ética



NIT. 292500222 - 6

COMITÉ ÉTICA DE LA INVESTIGACIÓN
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

**EL COMITÉ DE ÉTICA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER
AVAL ÉTICO N° CEIV- 006-2020:**

Que el proyecto de investigación denominado **Relación entre Burnout y la carga laboral en estudiantes de un programa de enfermería de la ciudad de Cúcuta en tiempos de pandemia**, presentado por las estudiantes **Karoline Mariana Hernández Blandón – Cód. 1800934**, **Jennifer Andrea Jaimes Chaustre – Cód. 1800908**, **María Fernanda Rincón Silva – Cód. 1800918**, directora del proyecto: **MÓNICA PEÑOLAZA GARCÍA**, pertenecientes al programa de enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud.

El proyecto fue evaluado y aprobado por parte del **COMITÉ DE ÉTICA** de la **FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD** de la **UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER**, en su sesión virtual del día **24 de noviembre de 2020**, el cual tendrá por vigencia para su desarrollo a partir del **01 de diciembre de 2020**, fecha en que se remite la aprobación del presente, se aprueba en consideración la pertinencia del proyecto y el rigor metodológico, el cumplimiento de las normas técnicas y éticas, nacionales e internacionales que rigen este tipo de proyectos.

Con base en lo expresado anteriormente, el Comité de Ética (CEI) conceptúa que el proyecto cumple con todos los requisitos de calidad exigidos y en consecuencia otorga su aprobación.

Se expide esta certificación el 01 días del mes de diciembre de 2020.

Atentamente,
GLORIA OMAIRA BAUTISTA ESPINEL
Presidente del Comité de Ética
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
Barral, GOBE.



AVAL ÉTICO N° CEIV- 006-2020:ENFERMERIA

Avenida Gran Colombia No. 12E-96 Barrio Colsag
Teléfono (057)(7) 5778665 - www.ufps.edu.co
oficinadeprensa@ufps.edu.co - San José de Cúcuta - Colombia

Creado mediante decreto 203 de 1970

Anexo 3: Instrumento Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil

Ítems	Nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1.El tener que asistir diariamente a clases me cansa				
2. Mis problemas escolares me deprimen fácilmente				
3.Durante las clases me siento somnoliento				
4.Creo que estudiar hace que me sienta agotado				
5.Cada vez me es más difícil concentrarme en las clases				
6.Me desilusionan mis estudios				
7.Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado				
8.No me interesa asistir a clases				
9.Cada vez me cuesta más trabajo ponerle atención al maestro				
10.El asistir a clases se me hace aburrido				
11.Siento que estudiar me está desgastando físicamente				
12.Cada vez me siento más frustrado por ir a la escuela				
13.No creo terminar con éxito mis estudios				

14.Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio				
15.Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente				

Anexo 4: Instrumento Valoración de la Carga laboral

Ítems	Nunca	A veces	Siempre
CARGA MENTAL: Presión de tiempos			
1. ¿Necesita un tiempo de descanso durante tu jornada laboral?			
2. ¿Al interrumpir su trabajo genera problemas?			
3. ¿Existen fases durante el trabajo que se puede Calificar como agobiante?			
Atención			
4. ¿En su trabajo maneja maquinas o elementos que requieren gran atención?			
5. ¿En su trabajo requiere precisión y minuciosidad?			
6. ¿Las tareas que realiza en su trabajo requieren de alta concentración?			
Complejidad			

7. ¿Su trabajo requiere la utilización frecuente de documentos y/o manuales?			
8. ¿Su trabajo precisa de múltiples habilidades?			
9. ¿Los errores en su trabajo tienen gran repercusión en su trabajo?			
Monotonía			
10. ¿Realiza en su trabajo varias funciones y/ o tareas?			
11. ¿Las tareas repetitivas, desearías intercambiarlas con tus compañeros de trabajo?			
12. ¿Aparecen con frecuencia cambios para su trabajo?			
Iniciativa			
13. ¿Te esmeras para hacer bien y más rápido tu trabajo?			
14. ¿Tienes que resolver las incidencias en su trabajo por sus propios medios?			
15. ¿Tu trabajo requiere de creatividad e iniciativa?			
Aislamiento			
16. ¿Su ambiente de trabajo es aislado?			
17. ¿Cómo trabajador estas constantemente vigilado en tu trabajo?			

18. ¿Con frecuencia es imposible ponerse en contacto con tu empleador o un compañero cuando surge un problema?			
Horario de trabajo			
19. ¿Tu horario de trabajo depende de tus empleadores?			
20. ¿Prolongas habitualmente tu horario de trabajo?			
21. ¿Realizas horas extras para mantener tu trabajo?			
Relaciones dependientes de trabajo			
22. ¿Se siente comprometido con su trabajo?			
23. ¿Debe relacionarse con personas, tanto internas como externas de su trabajo para realizar sus actividades?			
24. ¿Su trabajo requiere muchas y variadas formas de manejarlos?			
Demandas Generales			
25. ¿Debe supervisar la labor de otras personas?			
26. ¿En su trabajo tienen que hacer más de una tarea a la vez?			
27. ¿Debe informar sobre sus labores realizadas sus superiores?			

CARGA FÍSICA: Carga estática			
28. ¿Pasa más de 4 horas de pie en su trabajo?			
29. ¿Trabaja continuamente inclinado o en una postura forzada			
30. ¿Su columna se ha afectado por una mala postura al realizar su trabajo?			
31. ¿Los brazos soportan cargas mayores de 5 kg por espacios de tiempo largos?			
Carga dinámica			
32. ¿Los desplazamientos ocupan un tiempo mayor del total de su jornada laboral?			
33. ¿Realiza desplazamientos con cargas mayores de 5 kg?			
34. ¿El Trabajo le exige esfuerzo muscular?			
35. ¿Para realizar las tareas utiliza sólo la fuerza de las manos?			
36. ¿El agotamiento es rápido cuando realizas trabajos de esfuerzo muscular?			

Anexo 6: Presupuesto**PRESUPUESTO GLOBAL DE LA PROPUESTA POR FUENTES DE FINANCIACION
(MILES DE \$)**

RECURSOS	FUENTE	TOTAL	
UFPS	NO FINANCIABLE	CONTRAPARTIDA	
PERSONAL		\$7'040.000	\$7'040.000
EQUIPOS	\$0	\$200.000	\$200.000
PAPELERIA Y UTILES DE ESCRITORIO	\$0	\$50.000	\$50.000
SALIDAS DE CAMPO	\$0	\$0	\$0
TOTAL	\$0	\$3'450.000	\$7'290.000

DESCRIPCION DE LOS GASTOS DE PERSONA

NOMBRE DEL INVESTIGADOR /EXPERTO/AUXILIA	FORMACIÓ N ACADÉMICA	FUNCIÓN DENTRO EN EL PROYECTO	DEDICACIÓN HORAS/SEMANA	RECURSOS	TOTAL
Mónica Peñaloza García	Especialista- Magister	Director y asesor	4 * 16 semanas	\$50.000	320000
Jennifer Andrea Jaimes Chaustre	Investigador en formación	Investigador a	4 * 16 semanas	\$20.000	128000
María Fernanda Rincón Silva	Investigador en formación	Investigador a	4 * 16 semanas	\$20.000	128000

Karoline Mariana Hernández Blandón	Investigador en formación	Investigadora	4 * 16 semanas	\$20.000	1280000
TOTAL				\$110.000	7040000

Referencias bibliográficas

1. Segura, O. Agotamiento profesional: concepciones e implicaciones en la salud pública. Revista Biomedica. 2014 Diciembre 1; 34(4). DOI: <https://doi.org/10.7705/biomedica.v34i4.2315>
2. Freudenberger H. Burn-out: The organizational menace. PsycNET. 2019. Disponible en: [Burn-out: The organizational menace. - PsycNET \(apa.org\)](#)
3. Maslach .Job burnout. Annu Rev Psychol. 2001;(52): p. 397-422. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
4. Organización Mundial de la Salud. La OMS reconoce como enfermedad el Burnout o “síndrome de estar quemado”. Médicosypacientes.com. [Online].; 2019 [citado 2019 octubre 24]. Disponible en: <http://www.medicosypacientes.com/articulo/la-oms-reconoce-como-enfermedad-el-burnout-o-sindrome-de-estar-quemado>
5. Barradas, M. Trujillo, P. Sánchez, A. López,J. Burnout estudiantil en universitarios veracruzanos. Revista iberoamericana para la investigacion y el desarrollo educativo. 7(14) ; 2019 [citado 2019 octubre 26]. Disponible en: <https://www.ride.org.mx/index.php/RIDE/article/view/267/1257>.
6. Pérez, I. El proceso de adaptación de los estudiantes a la Universidad en el Centro Universitario de los Altos de la Universidad de Guadalajara. ITESO. 2016. Disponible en: https://rei.iteso.mx/bitstream/handle/11117/3591/DIETesis%20Ignacio%20P%C3%A9rez_cop_y.pdf?sequence=5
7. Hernandez, D. La presión académica: El desenlace fatal para los universitarios. UNIMINUTO Radio. 2019. Disponible en: [La presión académica: El desenlace fatal para los universitarios \(uniminutoradio.com.co\)](#)

8. Pérez , M. Ponce, A. Hernandez, J. Marthez, B. Salud mental y bienestar psicologico en los estudiantes universitarios de primer ingreso de la región Altos Norte de Jalisco. Revista de educacion y desarrollo [Online].; 2010 [citado 2019 octubre 24] Disponible en: http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/14/014_Perez.pdf
9. Balsera, M. Chavasco, G. Lóez, R. Pérez, A. Sanchez, M. Villena, C. Estudio del Burnout en estudiantes de la Universidad de Granada. Influencia moduladora de variables de inteligencia emocional y clasificación por cursos.. ReiDoCrea. 2016; 5(2): p. 27-32. Disponible en: [Microsoft Word - 5-2-5.docx \(ugr.es\)](#)
10. Observatorio de riesgos psicosociales. Factores psicosociales , organización del trabajo; estilos de mando y comunicación. Enciclopedia de Seguridad y Salud En el Trabajo/ Organización Internacional Del Trabajo. Disponible en: [FichasObservatorio 08.pdf \(ugt.es\)](#)
11. Uribe, M. Illesca, M. Burnout en estudiantes de Enfermería de una universidad privada. Revista Investigación en Educación medica. 2017; 6(24): p. 234-241. Disponible en: [Burnout en estudiantes de enfermería de una universidad privada \(unam.mx\)](#)
12. Sandoval, P. Burnout en estudiantes de Enfermería de una universidad peruana. Revista Investigación en Educación Médica. 2017; 7 (26). Disponible en: [2007-5057-iem-7-26-111.pdf \(scielo.org.mx\)](#)
13. Brallan, E. Castro, N. Gutierrez, Z. Ortiz, O. Síndrome de Burnout en estudiantes de Enfermería en tres instituciones de educación superior , cartagena de indias 2014. Corporación Universitaria Rafael Nuñez ; 2015.Disponible en: [SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN TRES INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR. CARTAGENA DE INDIAS, PDF Descargar libre \(docplayer.es\)](#)

14. Maldonado, M. Pérez , Y. Relación síndrome de Burnout y factores psicosociales en estudiantes del programa de Enfermería de la Universidad Francisco de Paula Santander en el I semestre del 2018. Cúcuta, Norte de Santander. (2018).
15. Atarama, T. La educación virtual en tiempos de pandemia. Universidad de Piura. 2020. Disponible en: <http://udep.edu.pe/hoy/2020/la-educacion-virtual-en-tiempos-de-pandemia/>
16. Asociación Mexicana de Estudiantes de Enfermería. Educación continua, abriendo brecha frente a tiempos de pandemia. 2020. Disponible en: <https://2020yearofthenurse.org/story/educacion-continua-abriendo-brecha-frente-a-tiempos-de-pandemia/>
17. Francesc , P. COVID-19 y educación superior en américa latina y el caribe: efectos, impactos y recomendaciones políticas. Fundación carolina. 2020;(36). Disponible en: <https://www.fundacioncarolina.es/wp-content/uploads/2020/06/AC-36.-2020.pdf>
18. Ministerio de salud y proteccion social . Decreto. 0055 de 2015. Minsalud. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/decreto-0055-de-2015.pdf>
19. García, K. Leandres, S. Carga Laboral y satisfacción de las enfermeras del servicio de emergencia del hospital nacional Carlos Alberto Seguin Esobedo - ESSALUD. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/5332/ENgaorkh.pdf?sequence=1&isAllo wed=y>
20. Barrios,S. Arechabala, M. Valenzuela, V. Relación entre carga laboral y burnout en enfermeras de unidades de diálisis. Enfermería nefrológica. 2012; 15(1). Disponible en: [17709 INTERIOR.indd \(isciii.es\)](17709 INTERIOR.indd (isciii.es))

21. Bolaños, Ñ. Carga laboral y actitud del profesional de enfermería hacia el familiar del paciente hospitalizado en la unidad de cuidados intensivos adultos de una clínica privada. 2017.
Disponible en: [Descripción: Carga laboral y actitud del profesional de enfermería hacia el familiar del paciente hospitalizado en la unidad de cuidados intensivos adultos de una clínica privada \(concytec.gob.pe\)](#)
22. Isario, K. Síndrome de Burnout : la importancia de detectarlo y prevenirlo en las empresas. Staffing Personal. 2019. Disponible en: [Síndrome de Burnout: La importancia de detectarlo y prevenirlo | Staffing Personal](#)
23. Isario, K. Síndrome de Burnout : la importancia de detectarlo y prevenirlo en las empresas. Staffing Personal. 2019. Disponible en: [Síndrome de Burnout: La importancia de detectarlo y prevenirlo | Staffing Personal](#)
24. Martínez, I. Marques, A. Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas. Pepsic.bvsalud.org. 2019. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942005000100003
25. Guerrero, L. Huamán, C. Manrique, C. Carga laboral y actitud del profesional de enfermería hacia el familiar del paciente hospitalizado en la unidad de cuidados intensivos adultos de una clínica privada. 2017. Disponible en: http://190.116.48.43/bitstream/handle/upch/718/Carga_GuerreroHernandez_Leidy.pdf?sequence=1&isAllowed=y
26. Apiquian, A. El síndrome del Burnout en las empresas. Ucm.es. 2019. Disponible en: [EL SÍNDROME DEL BURNOUT EN LAS EMPRESAS \(ucm.es\)](#)
27. Castillo, A. Barrios, A. Alvis, A. Estrés académico relacionado con la calidad de vida en salud de estudiantes de un programa de enfermería de una región fronteriza de Colombia durante el II

semestre del año 2019; Disponible en: [Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia* \(javeriana.edu.co\)](#)

28. Grupo Banco Mundial. COVID-19: impacto en la educación y respuestas de política pública. Grupo Banco Mundial ; 2020. Disponible en: [Covid-19-Education-Summary-esp.pdf \(worldbank.org\)](#)
29. Nacional RG. Decreto 749 , Aislamiento Preventivo Obligatorio en el país.. Disponible en: <https://id.presidencia.gov.co/Paginas/prensa/2020/Gobierno-Nacional-expide-Decreto-749-mediante-el-cual-ordena-Aislamiento-Preventivo-Obligatorio-en-el-pais-a-partir-200528.aspx#:~:text=El%20Decreto%20749%20del%2028%20de%20mayo%20de,marco%20de%20la%20Emer>
30. Atance, J. Aspectos epidemiológicos del síndrome de Burnout en personal sanitario. Revista Española de Salud Pública. 1997; 71(3). Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57271997000300008
31. Martínez Martínez IMP. Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas. Aletheia. 2005 junio; 21. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942005000100003
32. Barraza, A. Carrasco, R. Arreola, M. Burnout Estudiantil, un estudio exploratorio. Congreso Nacional De Investigación Educativa. Comie.org.mx. 2007. Disponible en: http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v10/pdf/area_tematica_16/ponencias/0614-F.pdf
33. Arias, F. Et al. Síndrome del desgaste profesional o de Burnout en el personal de Enfermería.. Redalyc.org. 2019. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/448/44812817001.pdf>

34. Yury R. Estudio unidimensional del síndrome de burnout en estudiantes de medicina de Holguín. *Asoc.Esp.Neuropsiq.* 2012; 32(116). Disponible en:
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352012000400009
35. Bolaños, N. Rodríguez, N. Prevalencia del Síndrome de Burnout académico en el estudiantado de Enfermería de la Universidad de Costa Rica. *Redalyc.org.* 2019. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/448/44846315002/html/index.html>
36. Barradas, M. Trujillo, P. Sanchez, A. López, J. Burnout estudiantil en universitarios veracruzanos. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo.* 2017; 7(14). Disponible en: <https://www.ride.org.mx/index.php/RIDE/article/view/267/1257>
37. Gutierrez, B. Herrera, A. Síndrome de burnout en personal de Enfermería: asociación con estresores del entorno hospitalario, Andalucía, España. *Enfermería Universitaria.* Disponible en: http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/12876/1/53968_1.pdf
38. Manzano Chico P. Análisis del síndrome de Burnout durante la formación de los estudiantes de Enfermería. *Facultad de Enfermería de Soria ;* 2019. Disponible en:
<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/39107/TFG-O-1742.pdf?sequence=1>
39. Veloz, V. Síndrome de Burnout en médicos/as y enfermeros/as ecuatorianos durante COVID-19. *Scielo.* 2020. Disponible en:
<https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/download/708/958/988>
40. Santillan Rosell M. Carga laboral y rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas-2014.. *Repositorio.untrm.edu.pe.* 2014. Disponible en:
<http://repositorio.untrm.edu.pe/handle/UNTRM/53>

41. Estrella Alarcon M. Evaluación psicosocial y carga mental, en el personal de una Unidad de Servicios de Salud, de la Ciudad de Quito. Ecuador, Quito: Universidad Tecnológica Equinoccial; 2015. Disponible en: <http://repositorio.ute.edu.ec/xmlui/handle/123456789/17734>
42. Vldehita STI. Fuentes de carga mental en una muestra de enfermeros y tecnicos auxiliares de Enfermería de Madrid(España). Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación. 2017; 1(43). Disponible en: <https://www.aidep.org/sites/default/files/articles/R43/Art13.pdf>
43. Vasquez, P. González, G. Femaud, E. Cabrera, D. Klijn, T. Moreno, M. Factores psicosociales y carga mental de trabajo; una realidad percibida por enfermeras/os en Unidades Criticas. Revista Latino - Am Enfermagem. 2015 marzo; 23(2). Disponible en: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v23n2/es_0104-1169-rlae-23-02-00315.pdf
44. Zelaya Hurtado F. Relación entre Nivel de Estrés y Carga Laboral en Profesionales de Enfermería Hospital Caraz 2016. Repositorio.usanpedro.edu.pe. 2019. Disponible en: <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/4497>
45. Sotelo Ruiz I. Carga laboral y rendimiento academico en los internos de Enfermería, facultad de Enfermería, Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Repositorio,iugv.edu.pe. 2018. Disponible en: <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/3384>
46. Zevallos Sinchitulllos, S. Suarez Ramos, T. El síndrome de Burnout relacionado con la carga laboral de los profesionales de Enfermería del hospital regional Miguel Angel Mariscal Llerenea de Ayacucho. Disponible en: http://209.45.73.22/bitstream/handle/UNSCH/2680/TESIS%20En721_Zev.pdf?sequence=1&isAllowed=y
47. Frías Ortega, C. Gutierrez ,P. Espinosa, A. Mella, S. Villaroel, V. Aparición del síndrome de Burnout asociado a la rutina ocupacional de académicos/as universitarios/as. 2019. Disponible

en: <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/153568/Aparicion-del-Sindrome-de-Burnout.pdf?sequence=1>

48. Cantillo Aguirre, A. Jaramillo Campo, J. Jimenez Suarez, S. Síndrome de Burnout con variables académicas y sociodemográficas en estudiantes de las facultades de ciencias de la salud e ingeniería de una universidad pública del Magdalena. Santa Marta: Universidad del Magdalena; 2014. Disponible en:
<http://repositorio.unimagdalena.edu.co/jspui/bitstream/123456789/689/1/SP-00087>
49. Caballero- Dominguez, C. González Gutierrez, O. Palacio Sañudo, J. Relación del burnout y el engagement con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Rcientificas.uninorte.edu.co. 2019. Disponible en:
<http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/article/viewArticle/5085/7635>
50. Serrano, F. Salguero Sánchez, J. Ayala Fernández, M. García Torres, F. Meza, J. Mejía, C. Síndrome de Burnout en estudiantes de seis facultades de medicina de Colombia 2016-1. Ciencia e Investigación Médico Estudiantil Latinoamericana. .Disponible en:
<https://www.cimel.felsocem.net/index.php/CIMEL/article/view/642>
51. Caballero, C. Breso, E. González Gutierrez , O. Burnout en estudiantes universitarios. Psicología desde el Caribe. 2015; 32(3). Disponible en:
<http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v32n3/v32n3a07.pdf>
52. Gutiérrez Lesmes, O. Lobo Rodríguez, N. Martínez Torres, J. Prevalencia del síndrome de Burnout en profesionales de enfermería de la Orinoquia Colombiana, 2016. Universidad de salud. ; 20(111): p. 37-43. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v20n1/0124-7107-reus-20-01-00037.pdf>

53. Marengo Escuderos, A. Suarez Colorado, Y. Palacio Sañudo, J. Burnout académico y síntomas relacionados con problemas de salud mental en universitarios colombianos. *Psychologia*. 2017; 11(2): p. 45-55. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/2972/297254053003.pdf>
54. Arias Barrera, K. Niño Cardozo , C, Sanjuanelo Corredor, D.Carga mental en enfermeros(as) que laboran en diferentes unidades de un hospital. *Revista Cubana de Enfermería*. 2018; 34(1). Disponible en: <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/842/321>
55. Díaz Mercado W. Sobrecarga laboral asociado a síndrome de Burnout en personal de salud de emergencia de un hospital de Trujillo. *Repositorio.upao.edu.pe*. 2019. Disponible en: http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/2588/1/RE_MED.HUMA_WALTER.DIAZ_SOBRECARGA.LABORAL.ASOCIADO.A.SINDROME.DE.BURNOUT.EN.PERSONAL.DE_SALUD_DATOS.PDF
56. Miravalles, J. Cuestionario de Maslach Burnout Inventory. Disponible en: <http://www.javiermiravalles.es/sindrome%20burnout/Cuestionario%20de%20Maslach%20Burnout%20Inventory.pdf>
57. Calabrese, G. Impacto del estrés laboral en el anestesiólogo. *Rev Col Anestesiol*. 2006; 34(233-40). Disponible en: [Impacto del estrés laboral en el anestesiólogo \(scielo.org.co\)](http://scielo.org.co/Impacto%20del%20estr%C3%A9s%20laboral%20en%20el%20anestesi%C3%B3logo)
58. Organización Mundial de la Salud. ¿Qué es una pandemia?. Disponible en: https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently_asked_questions/pandemic/es/
59. Número de personas fallecidas a consecuencia del coronavirus a nivel mundial a fecha 4 de abril del 2021 por continente. *Statista*. 2021. Disponible en: <https://es.statista.com/estadisticas/1107719/covid19-numero-de-muertes-a-nivel-mundial-por-region/>

60. José Luis Prendas S. WCCyGAV. Identificación y comparación de síntomas de desgaste físico y mental en árbitros, entrenadores y educadores físicos. Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud. 2007; 5(1). Disponible en: [\(PDF\) Identificación y comparación de síntomas de desgaste físico y mental en árbitros, entrenadores y educadores físicos \(researchgate.net\)](#)
61. Gamboa, Et al. El síndrome del cansancio profesional. Scielo. 2008; 20(1). Disponible en: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/apc/v20n1/a02v20n1.pdf>
62. Amador B, Montero C, Beltrán-Carrillo VJ, González-Cutre D. Ejercicio físico agudo, agotamiento, calidad del sueño, bienestar psicológico e intención de práctica de actividad física. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte. 2017; 12(1). Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311148817012.pdf>
63. INVASSAT. Concepto y componentes de la carga mental. Disponible en: <http://invassat.gva.es/documents/161660384/161741789/Concepto+y+componentes+de+la+Carga+Mental/cbc45447-e141-4a36-9bb6-1fd90d0b7434>
64. Fundación para la prevención de riesgos laborales. Disponible en: <https://riesgoslaborales.saludlaboral.org/portal-preventivo/riesgos-laborales/riesgos-relacionados-con-la-psicosociologia/carga-mental/#:~:text=%20La%20carga%20de%20trabajo%20mental%20es%20un,Coordinaci%C3%B3n%20de%20ideas%20de%20toma%20de%20decisiones%20..>
65. Chavarría, R. La carga física de trabajo: definición y evaluación. Instituto Nacional de Seguridad e higiene en el trabajo. Disponible en: https://www.insst.es/documents/94886/326801/ntp_177.pdf/83584437-a435-4f77-b708-b63aa80931d2

66. Chavarría, R. La carga física de trabajo: definición y evaluación. Instituto Nacional de Seguridad e higiene en el trabajo. Disponible en:
https://www.insst.es/documents/94886/326801/ntp_177.pdf/83584437-a435-4f77-b708-b63aa80931d2
67. Chavarría, R. La carga física de trabajo: definición y evaluación. Instituto Nacional de Seguridad e higiene en el trabajo. Disponible en:
https://www.insst.es/documents/94886/326801/ntp_177.pdf/83584437-a435-4f77-b708-b63aa80931d2
68. Ministerio de Salud. Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021. Disponible en:
https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/PSP/IMP_4feb+ABCminsalud.pdf
69. Colombia Cd. Ley 1616 de 2013. 2013. Disponible en:
http://intranet.procolombia.co/sites/default/files/equipo_pxp/files/guia_de_trabajo_remoto_fina1_0.pdf
70. Castro de la Torres, C. Entender la diferencia entre teletrabajo y trabajo remoto. Disponible en:
<https://www.asuntoslegales.com.co/consultorio/entender-la-diferencia-entre-teletrabajo-y-trabajo-remoto-3114944#:~:text=El%20trabajo%20remoto%20es%20la,la%20propagación%20del%20covid-19.>
71. Ministerio de educación. Ley 266 de 1996. Diario oficial. 1996 febrero 5;(42.710). Disponible en: [articles-105002_archivo_pdf.pdf \(mineducacion.gov.co\)](#)

72. Ministerio de Salud y Protección Social. Decreto 055 de 2015. 2015 enero. Disponible en:
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/decreto-0055-de-2015.pdf>
73. Ministerio de Educación Nacional. Decreto legislativo 660 de 13 mayo 2020. 2020 mayo.
Disponible en:
<https://dapre.presidencia.gov.co/normativa/normativa/DECRETO%20660%20DEL%2013%20DE%20MAYO%20DE%202020.pdf>
74. Barraza Macías A. Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil. Universidad pedagógica de Durando. 2008;(9).
75. Santillan Rosell, M. Huyhua Gutierrez, S. Carga laboral y rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería , Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas 2014.. Chachapoyas-Perú: Facultad de ciencias de la Salud, Escuela profesional de Enfermería; 2015. Disponible en:
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNTR_8d4936c97bce55b6b2fef0393cd268be
76. Ley 266 de 1996. . Disponible en: https://www.mineduacion.gov.co/1621/articles-105002_archivo_pdf.pdf
77. Ley 911 del 2004. Disponible en: https://www.mineduacion.gov.co/1621/articles-105034_archivo_pdf.pdf
78. Ministerio de Salud. Resolución 8430 de 1993. Disponible en: [RESOLUCION MINSALUD No. 8430 DE 1993.doc \(actocol.org\)](#)
79. Codigo de nuremberg 1947. Disponible en:
<http://www.bioeticanet.info/documentos/Nuremberg.pdf>

80. Declaración de Helsinki. Disponible en:

http://www.conamed.gob.mx/prof_salud/pdf/helsinki.pdf

81. Pacto internacional de derechos civiles y políticos. Disponible en:

<https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/10/4995/5.pdf>

82. Informe Belmont. Disponible en:

<http://www.bioeticayderecho.ub.edu/archivos/norm/InformeBelmont.pdf>

83. Marengo Escuderos ASCYPSJ. Burnout académico y síntomas relacionados con problemas de

salud mental en universitarios colombiano. Scielo.org.co. 2019. Disponible en: [Burnout](#)

[académico y síntomas relacionados con problemas de salud mental en universitarios](#)

[colombianos \(scielo.org.co\)](#)