Burnout en estudiantes de medicina de la Universidad Católica de Cuyo

Rojo, Mónica[1]; Centeno, Bárbara[2]; Reus, Florencia[3]
Facultad de Ciencias Médicas - Sede San Juan
Universidad Católica de Cuyo - Argentina

Resumen

El Síndrome de Burnout es un estado de agotamiento físico, emocional y mental prolongado, resultado de la exposición continua a altos niveles de estrés laboral o académico. Dada su capacidad para desgastar significativamente la calidad de vida y afectar la salud mental, este estudio se propuso determinar la prevalencia de Burnout en estudiantes de Medicina de la UCCuyo en 2025, y cómo impacta en su salud mental. Se realizó un estudio observacional, transversal y cuantitativo. La muestra incluyó 190 alumnos regulares de primer a sexto año en 2025. La recolección de datos fue anónima y virtual, utilizando el cuestionario MBI-SS, para evaluar las variables de cansancio emocional, despersonalización y realización personal. El Burnout se definió por puntuaciones altas en las dos primeras variables y bajas en la tercera. La prevalencia global del Síndrome de Burnout fue del 21,05%. Un 88% de los alumnos presentó indicios de Burnout (al menos una variable alterada). En las variables a nivel global predominó cansancio emocional alto y baja realización personal. El mayor porcentaje de Burnout completo se halló en segundo año (32,43%), mientras que sexto año presentó el mayor porcentaje de indicios (93,75%). La despersonalización alta fue más marcada en sexto año (56,25%). El Síndrome de Burnout es una patología prevalente en los estudiantes de Medicina de la UCCuyo, afectando a aproximadamente un quinto de la población estudiada. Los indicios aumentan con el avance de la carrera.
Nivel de evidencia: nivel IV.

Palabras Claves: Síndrome de Burnout, Estudiantes de Medicina, Prevalencia.

Abstract

Burnout Syndrome is a prolonged state of physical, emotional, and mental exhaustion resulting from continuous exposure to high levels of work or academic stress. Given its capacity to significantly impair quality of life and affect mental health, this study aimed to determine the prevalence of burnout among medical students at UCCuyo in 2025 and how it impacts their mental health. An observational, cross-sectional, and quantitative study was conducted. The sample included 190 regular students from first to sixth year in 2025. Data collection was anonymous and conducted online, using the MBI-SS questionnaire to assess the variables of emotional exhaustion, depersonalization, and personal accomplishment. Burnout was defined by high scores on the first two variables and low scores on the third. The overall prevalence of Burnout Syndrome was 21.05%. 88%

[1] Mónica del Valle Rojo, Médica Psiquiatra con sólida trayectoria asistencial, docente y de gestión en el ámbito de la salud pública de la provincia de San Juan. Egresada de la Universidad Nacional de Córdoba como médica cirujana (1995), completó su formación en Psiquiatría en el Hospital Neuropsiquiatrico de Zonda, en el Instituto Gregorio Bergman, y en la Universidad Nacional de Cuyo, donde también obtuvo el posgrado en Psiquiatría Infantojuvenil. Desarrolló su labor profesional en el Hospital Guillermo Rawson (2000–2003) y posteriormente en el Hospital Marcial Quiroga, donde se desempeña desde 2003. Fue médica de planta, creadora y coordinadora de la Residencia de Psiquiatría (2009–2017) y actualmente es Jefa del Servicio de Psiquiatría. Ha ejercido cargos de liderazgo como Directora del "Centro por la Vida" (2003) e integró la Junta Médica de la Provincia de San Juan (2007). En el ámbito académico, fue Docente Adjunta de Psicopatología en la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Católica de Cuyo (2004–2015), contribuyendo a la formación de futuros profesionales en salud mental.

[2] Centeno, Bárbara Belén: Estudiante avanzada de la carrera de Medicina en Universidad Católica de Cuyo, cursando el último año. Posee formación complementaria en ACLS, ITLS, primeros auxilios y buenas prácticas clínicas, así como participación en actividades de extensión en el ámbito comunitario. ORCID: https://orcid.org/0009-0003-3534-6802

[3] Reus Carrera Florencia Patricia, estudiante avanzada de 6to año de la universidad católica de Cuyo, cuenta con capacitación en ACLS, ITLS, primeros auxilios y buenas prácticas clínicas, además de participar en actividades de extensión. ORCID: https://orcid.org/0009-0004-6795-6821

ÍNDICE

of the students showed signs of burnout (at least one altered variable). Globally, high emotional exhaustion and low personal accomplishment were predominant. The highest percentage of complete burnout was found in the second year (32.43%), while the sixth year presented the highest percentage of symptoms (93.75%). High depersonalization was most pronounced in the sixth year (56.25%). Burnout syndrome is a prevalent condition among medical students at UCCuyo, affecting approximately one-fifth of the studied population. Symptoms increase with academic progress.
Level of evidence: Level IV.

Keywords: Burnout syndrome, Medical students, Prevalence.

Introducción

El síndrome de Burnout o también conocido como síndrome de desgaste profesional, síndrome de sobrecarga emocional, síndrome del quemado o síndrome de fatiga en el trabajo fue declarado, en el año 2000, por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un factor de riesgo laboral, debido a su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida del individuo que lo sufre[1].

Los síntomas del burnout académico, como lo denominan los investigadores, se extienden desde la disminución en la calidad del trabajo académico hasta la afectación directa de la propia autoestima estudiantil. "El agotamiento emocional, físico y mental, junto con la pérdida de la identidad personal y la disminución de la autoestima, lleva a la incompetencia y la incapacidad"[2].

En general, el estudiante universitario, se expone a un sinnúmero de desafíos, decisiones, problemas y exigencias de diferente naturaleza dadas por el contexto facultativo y por las condiciones propias del contexto educativo, en donde el aprendizaje, adiestramiento y el rendimiento académico son aspectos que pueden constituirse en fuentes de estrés. Cuando la persona no se logra adaptar a los eventos de estrés, podría desencadenar sensaciones de no poder dar más de sí mismo (agotamiento) y responder con una actitud negativa de autocrítica, desvalorización y pérdida del interés, de la trascendencia y valor frente al estudio, lo cual podría incrementar sus dudas acerca de la capacidad para realizarlo[3].

El estrés suele ser la primera señal de alerta y la principal razón por la que las personas buscan ayuda. Además de estas, hay tres señales más a las que hay que prestar atención: estado de ánimo depresivo, quejas psicosomáticas y síntomas de distrés psicológico. El burnout suele comenzar con una pérdida de la energía necesaria para regular los procesos emocionales y cognitivos. Para protegerse, los estudiantes se distancian mentalmente y adoptan una actitud distante y cínica hacia el estudio, lo cual se percibe como la principal causa del burnout. Sin embargo, este distanciamiento mental es ineficaz porque provoca reacciones negativas en los demás, comprometiendo la motivación y el rendimiento académico[4].

El síndrome de burnout ha sido estudiado en menor medida en poblaciones de estudiantes. En Argentina los datos son muy reducidos, aún no se ha podido establecer exactamente cuándo comienzan los síntomas del síndrome, con qué frecuencia aparece y su influencia aún en etapas pre laborales5.

Por lo tanto, la falta de información que existe sobre este tema en la provincia de San Juan plantea un interrogante clave por el valor que tiene este síndrome a nivel personal y social de cada persona que lo sufre[6 7 8 9 10]. Determinar la presencia de burnout entre los estudiantes puede ser de utilidad para el desarrollo de políticas sanitarias dentro de la universidad y servir como modelo para otras instituciones de similares características.

A partir de lo expuesto, se formula la siguiente pregunta de investigación "¿Cuál es la prevalencia del síndrome de burnout en los estudiantes de la carrera de Medicina de la Universidad Católica de Cuyo durante el año 2025, y cómo impacta en su salud mental?.

En concordancia, planteamos la hipótesis que el burnout es una patología prevalente entre los estudiantes de medicina de primero a sexto año de la UCCuyo, y que sus indicios aumentan con el avance en la carrera.

El presente estudio tiene como objetivo general determinar la prevalencia del Burnout en los alum-

nos de la carrera de Medicina de la UCCuyo en 2025. De manera específica, busca: (a)medir el nivel de cansancio emocional[1] en la población en estudio, (b) registrar el grado de despersonalización[2] en los participantes de la encuesta, y (c) registrar el grado de realización personal[3] en los alumnos participantes del estudio.

Materiales y métodos

Este es un estudio observacional, transversal y cuantitativo de prevalencia que se llevó a cabo mediante encuestas dirigidas a los alumnos regulares de la carrera de Medicina de la Universidad Católica de Cuyo en 2025 que cursan la totalidad de las materias de dicho año académico.

La recolección de datos se realizó mediante encuestas anónimas creadas en un formulario de Google y distribuidas de forma virtual. Se habilitó una casilla de correo electrónico específica para el protocolo, con la finalidad de enviar individualmente el cuestionario a cada uno de los alumnos de medicina.

El correo incluyó una breve explicación del trabajo de investigación y un enlace de acceso al cuestionario. En la primera sección se presentó el consentimiento informado, que al aceptarlo permitía que el alumno procediera, advirtiéndole que si decidía rechazarlo no tendría ninguna consecuencia académica y podría retirarse en cualquier momento sin perjuicio.

Asimismo, se puso a disposición de los participantes una dirección de contacto para solicitar una copia del consentimiento informado, en caso de desearlo.

El formulario contenía preguntas presentes en la herramienta de detección de Burnout denominada Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI-SS) de OMINT, donde cada pregunta tenía una respuesta preestablecida.

Las variables analizadas en el presente estudio fueron **cansancio emocional, despersonalización y realización personal**, componentes principales del síndrome de Burnout. Estas se estratificaron en bajo, medio y alto grado, en las cuales altas puntuaciones en las dos primeras variables (cansancio emocional y despersonalización) y bajas en la tercera (realización personal) definen el síndrome de Burnout.

El análisis estadístico se efectuó utilizando el software Excel. Los datos se presentaron en tablas de resumen y gráficos, aplicando medidas de frecuencia y pruebas de correlación según correspondía.

Resultados

Se encuestaron 190 alumnos de primer a sexto año en situación regular de la Universidad Católica de Cuyo en 2025. Los datos demostraron una prevalencia de Síndrome de Burnout del 21,05% (N=40). A su vez, se observó que el 88% del total de alumnos presentaron indicios de Burnout (N=167), cumpliendo con al menos una de las tres variables (Tabla 1).

Tabla 1: Prevalencia de Burnout

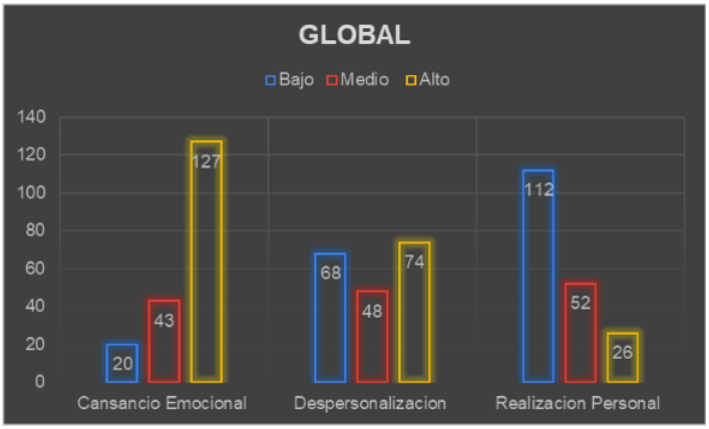
Alumnos por año	N° de participantes	Alumnos con Síndrome de Burnout	Porcentaje Síndrome de Burnout	Alumnos con indicios de Burnout	Porcentaje indicios de Burnout
Primer año	40	7	17.50%	33	82.50%
Segundo	37	12	32.43%	33	89.19%
Tercer	32	7	21.88%	27	84.38%
Cuarto	25	2	8%	22	88.00%
Quinto	24	2	8.33%	22	91.67%
Sexto	32	10	31.25%	30	93.75%
Total	190	40	21.05%	167	88%

Los resultados globales, en la variable "cansancio emocional" destaca un grado alto (N=127), "despersonalización" presenta una leve predominancia en el grado alto (N=74), y "realización personal" arroja niveles bajos (N=112). (Tabla 2, Gráfico 1)

Tabla 2: Población total - Grado de Burnout

Global	Bajo	Medio	Alto
Cansancio Emocional	20	43	
Despersonalización	68	48	
Realización Personal		52	26

Gráfico 1: Población global y su relación con cada variable.

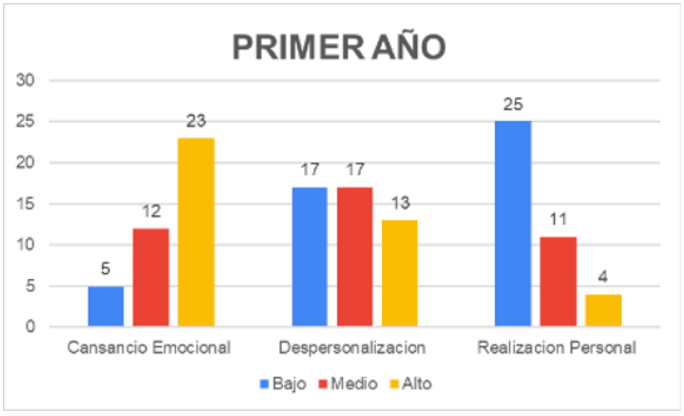


En el primer año predominaron valores bajos (N=25) en la variable "realización personal", con una alta incidencia en "cansancio emocional" (N=23) (Tabla 3, gráfico 2)

Tabla 3: Primer año de Medicina - Grado de Burnout

1°Año	Bajo	Medio	Alto	Porcentaje
Cansancio Emocional	5	12	23	57.50%
Despersonalización	17	17	13	32.50%
Realización Personal	25	11	4	62.50%
Total			40	

Gráfico 2: Primer año de Medicina



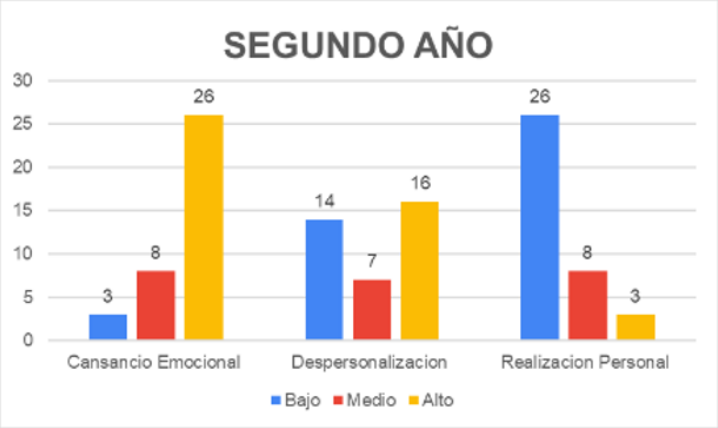
REVISTA CUADERNOS Año 11 N° 15 ISBN: 2545-6180

En segundo año se observó un incremento de la variable “cansancio emocional” (N=26), la “despersonalización” presenta una leve predominancia, y la variable “realización personal” continúa siendo baja. (n=26) (Tabla, 4, Gráfico 3).

Tabla 4: Segundo año de Medicina - Grado de Burnout

2°Año	Bajo	Medio	Alto	Porcentaje
Cansancio Emocional	3	8	26	70.27%
Despersonalización	14	7	16	43.24%
Realizacion Personal	26	8	3	70.27%
Total			37	

Gráfico 3: Segundo año Medicina

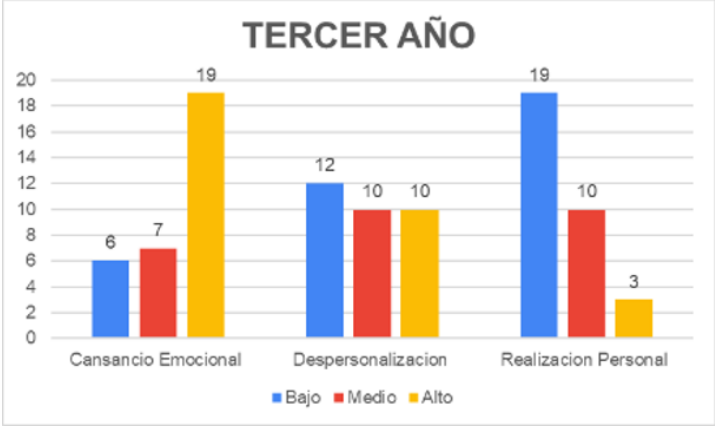


En tercer año se visualizó una alta incidencia de “cansancio emocional” y una baja “realización personal” (N=19), sin predominio de alguna de estas variables sobre la otra. (Tabla 5 y Gráfico 4).

Tabla 5: Tercer año de Medicina - Grado de Burnout

3°Año	Bajo	Medio	Alto	Porcentaje
Cansancio Emocional	6	7	19	59.38%
Despersonalización	12	10	10	31.25%
Realización Personal	19	10	3	59.38%
Total			32	

Gráfico 4: Tercer año de Medicina



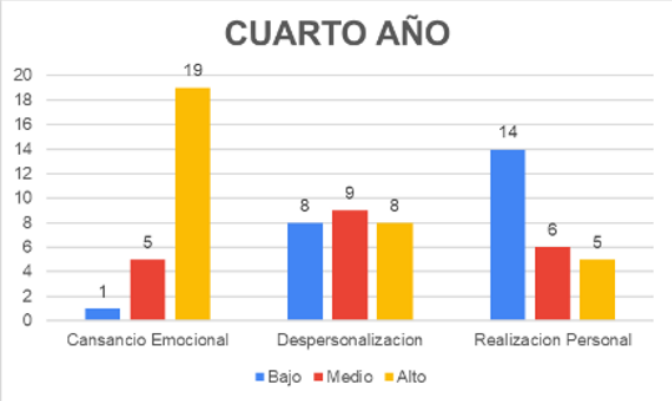
ÍNDICE

En cuarto año, la variable "cansancio emocional" se mantiene en niveles altos (N=19), la "despersonalización" muestra una distribución casi idéntica en los tres grados, y la "realización personal" sigue siendo predominantemente baja (N=14) (Tabla 6, Gráfico 5)

Tabla 6: Cuarto año de Medicina - Grado de Burnout

4°Año	Bajo	Medio	Alto	Porcentaje
Cansancio Emocional	1	5	19	76.00%
Despersonalización	8	9	8	32.00%
Realización Personal	14	6	5	56.00%
Total			25	

Gráfico 5: Cuarto año de Medicina

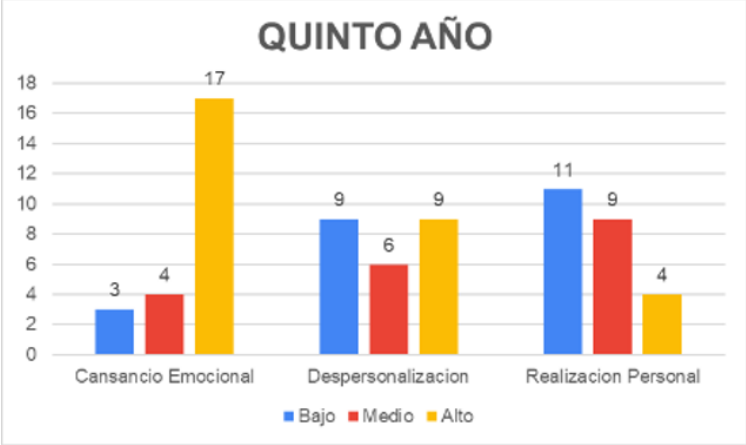


En quinto año se observa un predominio de la variable "cansancio emocional" (N=17), niveles muy variables de "despersonalización" (bajo N=9, alto N=9) y la variable "realización personal" continúa con valores bajos. (Tabla 7, Gráfico 6).

Tabla 7: Quinto año de Medicina - Grado de Burnout

5° Año	Bajo	Medio	Alto	Porcentaje
Cansancio Emocional	3	4	17	70.83%
Despersonalización	9	6	9	37.50%
Realización Personal	11	9	4	45.83%
Total			24	

Gráfico 6: Quinto año de Medicina



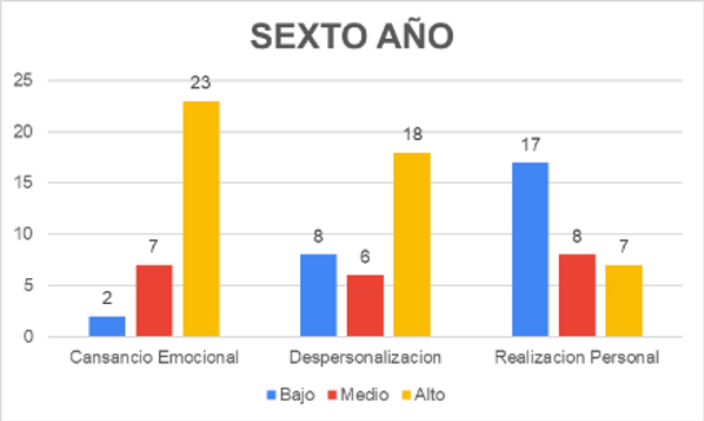
REVISTA CUADERNOS Año 11 N° 15 ISBN: 2545-6180

Finalmente, en sexto año, el "cansancio emocional" vuelve a mostrar una alta prevalencia en el nivel alto (N=23), la "despersonalización" presenta un incremento en el nivel alto (N=18), y la "realización personal" continúa predominando en nivel bajo (N=17) (Tabla 8, Gráfico 7).

Tabla 8: Sexto año de Medicina - Grado de Burnout

6° Año	Bajo	Medio	Alto	Porcentaje
Cansancio Emocional	2	7	23	71.88%
Despersonalización	8	6	18	56.25%
Realización Personal	17	8	7	53.13%
Total			32	

Gráfico 7: Sexto año de Medicina



Discusión

El presente estudio permitió determinar la prevalencia del síndrome de Burnout en estudiantes de medicina de primero a sexto año, evidenciando que este fenómeno se encuentra presente en diferentes etapas de la formación académica.

Al analizar la variable "cansancio emocional" se evidenció un mayor grado en cuarto año con un porcentaje de 76% y el menor grado enfatizó en primer año con un 57,5%.

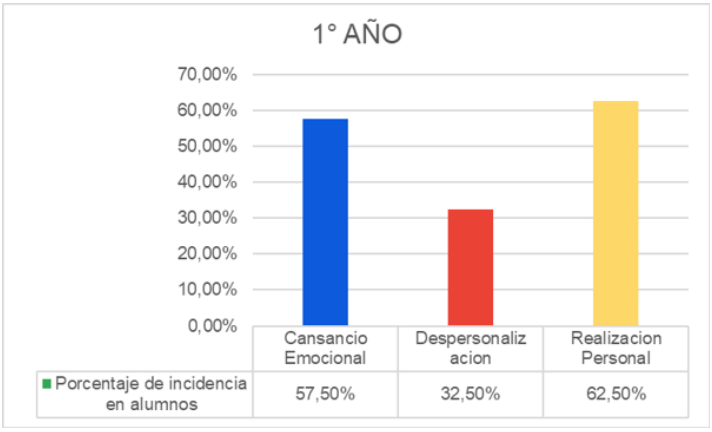
Los resultados correspondientes a la variable "despersonalización", se destacó la presencia de niveles altos principalmente en sexto año, con un porcentaje de 56,25% y en segundo año con 43,24%

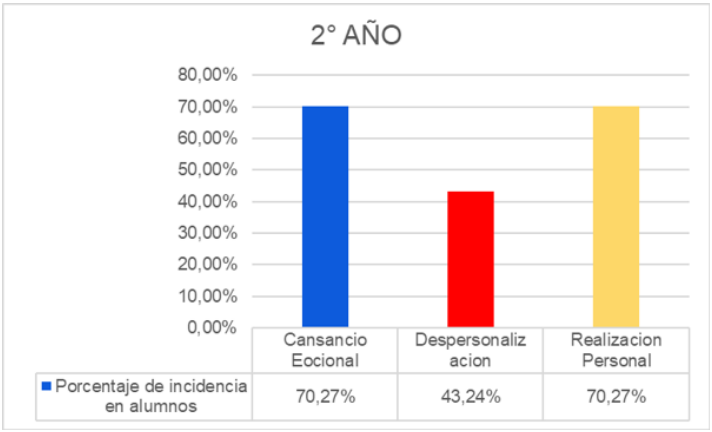
Respecto a la variable "realización personal", los datos indican que hay una menor realización en los alumnos de segundo año con un 70,27% y en primer año con un 62,5%.

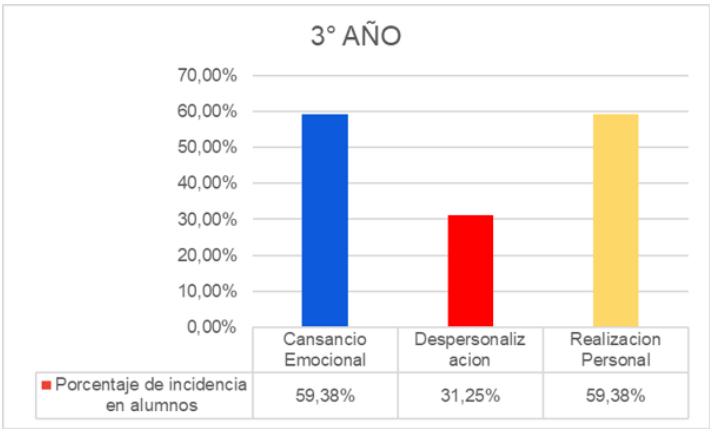
En el presente estudio, el principal sesgo fue la acotada participación de los estudiantes, lo cual podría haber limitado la diversidad de perspectivas y la profundidad del análisis cualitativo.

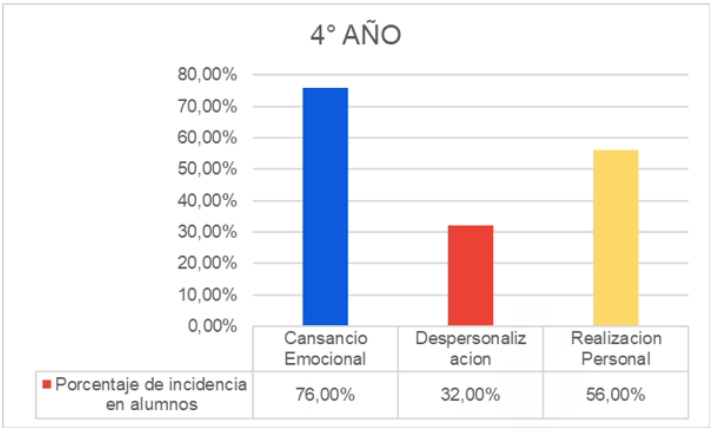
La investigación aportó datos valiosos sobre la magnitud del problema, por lo cual es fundamental continuar profundizando en este campo. Futuras investigaciones deberían incorporar el análisis de la incidencia, para evaluar la aparición de nuevos casos a lo largo del tiempo y comprender mejor la evolución del síndrome durante la carrera. Asimismo, consideramos interesante ampliar esta investigación, identificando los factores predisponentes, protectores y las posibles intervenciones institucionales que permitan mitigar su desarrollo.

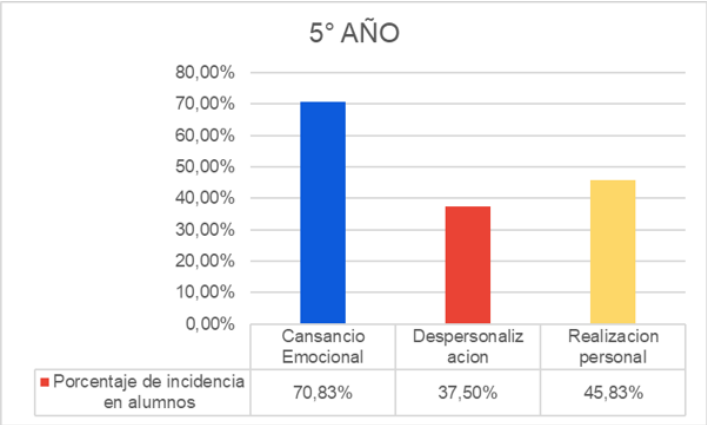
Para finalizar, continuar con la investigación sobre el Burnout académico es esencial para promover estrategias preventivas, fomentar entornos educativos saludables y contribuir a la formación integral de futuros profesionales de la salud, garantizando su bienestar emocional y su compromiso ético con el ejercicio de la medicina.

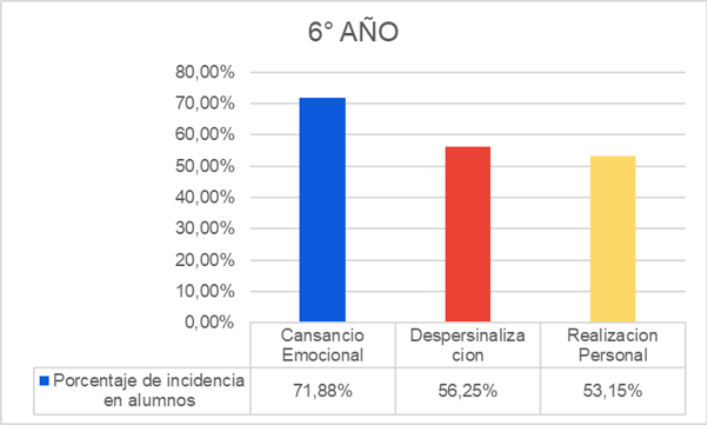

1° AÑO
70,00%
60,00%
50,00%
40,00%
30,00%
20,00%
10,00%
0,00%
Cansancio Emocional
Despersonalizacion
Realizacion Personal
Porcentaje de incidencia en alumnos
57,50%
32,50%
62,50%


2° AÑO
80,00%
70,00%
60,00%
50,00%
40,00%
30,00%
20,00%
10,00%
0,00%
Cansancio Eocional
Despersonalizacion
Realizacion Personal
Porcentaje de incidencia en alumnos
70,27%
43,24%
70,27%


3° AÑO
70,00%
60,00%
50,00%
40,00%
30,00%
20,00%
10,00%
0,00%
Cansancio Emocional
Despersonalizacion
Realizacion Personal
Porcentaje de incidencia en alumnos
59,38%
31,25%
59,38%


4° AÑO
80,00%
70,00%
60,00%
50,00%
40,00%
30,00%
20,00%
10,00%
0,00%
Cansancio Emocional
Despersonalizacion
Realizacion Personal
Porcentaje de incidencia en alumnos
76,00%
32,00%
56,00%





Conclusión

Los hallazgos de esta investigación permiten establecer que el 21,05% de los encuestados cumplieron con altas puntuaciones en las dos primeras variables y bajas en la tercera, lo que verifica el síndrome de Burnout.

La población que presentó más prevalencia del Síndrome fue segundo año con un porcentaje de 32,43%. En cuanto a la presencia de indicios de Burnout el año que destacó fue sexto año, con un 93,75%, cumpliendo con al menos una de las tres variables.

De acuerdo con los objetivos planteados, se logró determinar que el Síndrome de Burnout es una patología prevalente en los estudiantes de Medicina de la UCCuyo en 2025, presente en un quinto de la población estudiada, y que sus indicios aumentan con el avance de la carrera.

Bibliografía

1. González Arteta, I. del C., Rocha Carrascal, M., & Álvarez Barboza, F. M. (2023). Prevalencia de síndrome de Burnout en estudiantes de medicina de una institución universitaria de Cartagena-Colombia. Revista Médica de Risaralda, 29(1). https://doi.org/10.22517/25395203.25088

2. Alvarado-Peña, L. J., Amaya Sauceda, R. A., Muñoz Castorena, R. V., Reyes Alvarado, S., Ramos Farroñán, E., & Sansores-Guerrero, E. A. (2023). Síndrome de burnout en profesores universitarios de latinoamérica: una revisión de literatura. Telos: Revista de Estudios Interdisciplinarios En Ciencias Sociales, 25(3), 802–818. https://doi.org/10.36390/telos253.15

3. Marenco Escuderos, A., Suárez Colorado, Y., & Palacio Sañudo, J. (2017). Burnout académico y síntomas relacionados con problemas de salud mental en universitarios colombianos. Psychologia, 11(2). https://doi.org/10.21500/19002386.2926

4. Leclercq C, Hansez I. Temporal Stages of Burnout: How to Design Prevention? Vol. 21, International Journal of Environmental Research and Public Health. Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI); 2024. https://doi.org/10.3390/ijerph21121617

5. Ochoa, M., Reyes, F., Arenas, P., McMichael, M., & Latini, F. (2022). Frecuencia de síndrome de burnout en estudiantes de medicina en la provincia de San Luis. Neurología Argentina, 14(2). https://doi.org/10.1016/j.neuarg.2021.10.005

6. Lauracio C, Lauracio T. Síndrome de Burnout y desempeño laboral en el personal de salud. Revista Innova Educación. 2020;2(4).https://doi.org/10.35622/j.rie.2020.04.003

7. Mena-Silva P, Sánchez-Granja P. Síndrome de burnout en estudiantes de Odontología Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida (2021) 5 http://dx.doi.org/10.35381/s.v.v5i1.1638

8. Rojas-Melgarejo J, Mereles-Oviedo F, Barrios I, Torales J. Síndrome de Burnout en estudiantes de Medicina de Santa Rosa del Aguaray. Medicina Clínica y Social. 2017;1(1):26-30.https://doi.org/10.52379/mcs.v1i1.8

9. Joan A. Loayza-Castro 1, Lucy E. Correa-López 1, Camila S. Cabello-Vela 1, Manuel O. Huamán-Garcia 1,Lucy Cedillo-Ramírez 1, José M. Vela- Ruiz1 , Leonardo M. Pérez-Acuña1,Magdiel José Manuel Gonzales-Menéndez 1 y Jhony Alberto De La Cruz-Vargas 1. Síndrome de Burnout en Estudiantes Universitarios: Tendencias Actuales.Revista de la Facultad de Medicina Humana (2016) 16(1) https://doi.org/10.25176/rfmh.v16.n1.333

10.Balseca Narváez J, Armas Freire P, Estrada Chandi J, Reyes Castillo J. Estudio comparativo del Burnout en estudiantes universitarios de ciencias de la salud. ConcienciaDigital (2022) 5(4.2) https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v5i4.2.2378