



Ra Ximhai

ISSN: 1665-0441

raximhai@uaim.edu.mx

Universidad Autónoma Indígena de México
México

López-Pozos, Cecilia

SÍNDROME DE BURNOUT ESTUDIANTIL Y GÉNERO

Ra Ximhai, vol. 10, núm. 7, julio-diciembre, 2014, pp. 185-202

Universidad Autónoma Indígena de México

El Fuerte, México

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=46132451013>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica

Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal

Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

Ra Ximhai

Revista de Sociedad, Cultura y Desarrollo
Sustentable

Ra Ximhai
Universidad Autónoma Indígena de México
ISSN: 1665-0441
México

2014

SÍNDROME DE BURNOUT ESTUDIANTIL Y GÉNERO

Cecilia López-Pozos

Ra Ximhai, Julio - Diciembre, 2014/Vol. 10, Número 7 Edición Especial

Universidad Autónoma Indígena de México

Mochicahui, El Fuerte, Sinaloa. pp. 185 - 202



e-revist@s

SÍNDROME DE BURNOUT ESTUDIANTIL Y GÉNERO

GENDER AND STUDENT BURNOUT SYNDROME

Cecilia López-Pozos

Licenciada en Psicología y Maestría en Psicología Clínica (UPAEP), Doctora en Psicología-Antropología Doctora Europeus, (Salamanca, España y Turín, Italia). Miembro Nacional del Sistema de Investigadores Nivel I, Docente e investigadora de la Facultad de Trabajo Social, Sociología y Psicología de la Universidad Autónoma de Tlaxcala.

RESUMEN

Este artículo versa sobre la influencia de la posmodernidad en el desarrollo del síndrome de burnout académico, manifestado en diversas sintomatologías que intervienen en el desempeño académico del género femenino. La investigación es de tipo cuantitativo y los resultados nos dan pauta para prevenir los malestares y el fracaso escolar.

Palabras clave: género, universitarias, salud, y burnout académico.

SUMMARY

This article is about the influence of postmodernism on development of the burnout syndrome academic, manifested in various symptomatologies involved in the academic performance of the female gender. Research is quantitative and the results give us guideline to prevent the discomforts and school failure.

Key words: gender, university, health, academic burnout.

*“Un hombre es un ser inacabado y, además,
un ser que se realiza en su relación con los demás...
no existo más que con la existencia de los otros
de modo que los otros y yo
nos realizamos en mutua relación.
Esta relación es necesaria
para que la persona pueda ser
en un ser aislado, ni siquiera
puede producirse la emergencia del yo”
AnderEgg*

INTRODUCCIÓN

La reflexión acerca de la salud mental que viven las mujeres estudiantes de la Universidad Autónoma de Tlaxcala (UATx), no se puede quedar en una preocupación y difusión de generalidades sin el apoyo de investigaciones. La transformación actual que se vive en la Universidad es pasar de una institución de formación a un organismo que apuntala la investigación, en donde se construye el conocimiento cimentado y en evolución continua.

Esta tarea es una prioridad de la academia, sobre todo, el descubrir los diferentes malestares que viven las estudiantes, durante el proceso de formación profesional; por eso, se han hecho algunos estudios desde diferentes perspectivas y enfoques, que revelan múltiples aristas acerca del cuidado de la salud de las universitarias, y su incidencia en la repercusión del éxito o fracaso académico. Los resultados obtenidos refieren que el síndrome de *burnout* académico que presentan las universitarias puede incidir en el éxito o fracaso del rendimiento académico.

Anclaje y amor a la sabiduría

Sabedora de la corresponsabilidad que implica el colaborar con la formación de la juventud que ingresa a la UATx, me cuestiono: ¿Qué tipo de educación profesional estamos dando a la población que tenemos en las aulas?, ¿Cuáles son sus principales problemáticas que inciden en su aprovechamiento académico? ¿Cuáles son los síntomas que presenta el *burnout* académico y los costos emocionales de estudiar una licenciatura? Porque el hecho de ingresar a la universidad no

garantiza la terminación de una carrera sólida y próspera, dado que las universitarias, además de la historia de vida que cada una tiene, presentan problemas de salud, como: obesidad, adicciones, violencia, los embarazos, problemáticas frecuentes en su tránsito por la Universidad (Lumbreras, *et al.*, 2009) entre otros.

Además de las implicaciones externas que viven, tenemos que analizar la disponibilidad interna, su interés en lo académico y su anclaje en el proceso de aprendizaje de los primeros años de carrera, que son de vital trascendencia para construir su propio conocimiento, *el amor a la sabiduría*. Y asumirlo como una prioridad en el desarrollo individual. Que no es exclusivo de las que pasan por la universidad, como refiere Nicol:

...“la sabiduría” no es siempre científica, si bien la ciencia, sí, es una forma de sabiduría. Esta sabiduría “no científica” se muestra como un conjunto de experiencia, previsión, medida, justicia, fortaleza y templanza.

(Nicol, 1997 en Cacciatore, *et al.*, 2008: 230-232).

Cada persona, a partir de su experiencia de vida elabora su propia sabiduría, en tanto que la escolarización solo contribuye al anclaje de amor a la ciencia, como un baluarte para confrontar la vida y construir una parte de la autorrealización personal. Empero, cada época está marcada por específicas crisis existenciales que han coexistido en la humanidad, en diferentes circunstancias de los contextos históricos e influyen en la determinación para lograr una formación sólida a nivel profesional. Tomando en cuenta el proceso posmoderno que las universitarias viven me interrogo ¿Qué crisis o malestar experimentan las estudiantes de la Universidad Autónoma de Tlaxcala? Sería un absurdo dar una respuesta general, a fenómenos individuales y colectivos de desazón de las universitarias, ya que el modo de formar profesionistas se ha diversificado y el tejido actual está influyendo para modificar la conducta de todas.

En este artículo tomaremos como punto de partida, el contexto externo que implica el vivir en la era global, cuyas contradicciones acarrea grandes retos, por un lado, la presión del consumo cultural y la voracidad de poseerlo todo y en instantes así como se obtiene se desecha y por el otro, la frustración por no tener la capacidad para conseguirlos, en esta oscilación de apetencia continua, producto de la postcolonización, por todo aquello que invade la privacidad, alterando la identidad del yo, que escindido, vive con daños y fracturas todo tipo de apego y desapego.

No es al azar que los valores de antaño hayan cambiado, que de lo tradicional se haga leña y se mezcle con la sobre-modernidad en una amalgama de confusión. Por un yo fracturado e individual que se desmorona en el contexto de la posmodernidad, sucumbe ante la invasión del sí mismo y escindido busca afanosamente como anclarse desintegrándose en diferentes apegos (López-Pozos, 2013: 53). En este aspecto tienen eco las reflexiones de Nicol, solo la experiencia de vida de cada una puede dar un sentido a lo sin razón.

Y aquellos que posean esta sabiduría seguramente serán buenos consejeros y por eso tienen el deber moral de dar consejos a fin de que la sabiduría pueda ser un bien común, y el hecho de que no se reconozca como un valor según Nicol es un momento de crisis de toda la humanidad. [La traducción es responsabilidad de la autora]

(Nicol, 1997 en Cacciatore *et al.*, 2008: 230-233).

Los cambios que despliega la era global a nivel económico, político, social, cultural y educativo, representa para las universitarias, vivir en un estado de incerteza, desvanecimiento, muerte de lo

tradicional, desamparo del futuro, incapacidad de convivir con los otros, en una extrema intolerancia y en un constatare de vivir en *el gran desorden* (UNESCO, 2004).

Ante ésta circunstancia, las jóvenes manifiestan diferentes tonalidades de un malestar generalizado, expresado a través de desajustes emocionales producidos por los deseos sociales de hiperconsumo y la evasión propia de la sociedad posmoderna, que lleva a los seres humanos al terreno de la fantasía y de la fuga (Bauman, 2005). Matizado según las regiones del mundo y de las problemáticas propias de su medio un malestar alienante, que las lleva a vivir desacomodadas en su realidad haciendo uso de la ilusión como único recurso para confrontar las demandas de la posmodernidad.

Ruíz (2006) se refiere a dos elementos que describen la condición de la posmodernidad: el hiperrealismo e hiperconsumo, ya que estos encierran el conjunto de comportamientos individuales y sociales, que caracterizan los complejos tiempos en que vivimos. Así, para las jóvenes, el mundo virtual suple al real, confunde lo real con lo ficticio, propiciando la desensibilización individual y social. Las consecuencias de estos procesos que se experimentan en la vida cotidiana, son el aislamiento físico y emocional, que inicia desde la infancia por el modo en cómo se gestan los nuevos modelos familiares y sus relaciones; expresadas en violencia e intolerancia ante la presencia del *otro*, sea idéntico u opuesto, todo causa rechazo e indignación, aún en los vínculos familiares.

Las conductas obsesivas¹ que presentan las universitarias en general, emergen ante la necesidad de obtener todo en la inmediatez, las consecuencias de la competencia desleal y las exigencias que implican el integrarse al mercado laboral, así como la frustración de muchas otras conductas que provocan en las personas un comportamiento disgregado, que en ocasiones les impide vivir plenamente cualquier etapa del ciclo de vida y por ser tan frecuentes, se han convertido en la norma de las sociedades posmodernas, del mundo actual.

En estas redes de influencia social, intervienen de forma importante los medios de comunicación, que favorecen que las personas se apropien de las escenas virtuales, mimetizándose como si fueran parte de esa fantasía y perdidos en su propia ilusión, no saben cómo vivir o confrontar la realidad. Escenario de ensueño en donde se confunde el espacio-tiempo de lo que ofrece la máquina demoladora de la cibernética. De esta forma los medios de comunicación, producen descentración en el individuo, convirtiéndolo en un ser fragmentado, obstruyéndole de los procesos de socialización, producto del hiperrealismo mientras que, el hiperconsumo, estimula procesos de des-socialización que fractura el interior del ser y su identidad (Baudrillard, 1997).

De esta forma, el universo privado, quedó al descubierto y la barrera que franqueaba los *yoes* investidos de un muro protector, de un imaginario guardián que lo separaba de los demás y del mundo. Pero al mismo tiempo, resultó alienado ante sí mismo y los demás, proyectados en el otro, aceptado o rechazado ya que la alteridad puede interpretarse para bien y para mal, tanto de sí mismo como para los otros. Así la intolerancia ante las y los otros que se vive en nuestros días, mediante la violencia simbólica y real representada en el contexto global, nacional y local convierte a la sociedad en una confrontación alienante (Bauman, 2005).

En suma, la cotidianidad en el mundo posmoderno está caracterizada por la instantaneidad, hiperconsumo e hiperrealismo, convirtiéndolo al ser humano en un individuo fragmentado, carente de identidad, descentrado, adicto a personas, objetos inertes, simbólicos y sustancias, esto hace que tampoco identifique las fronteras de su ser, descentrado con otros o con las cosas. Por tanto, se

¹Uno de los criterios que presenta el DSM-IV-TR Manual de Diagnóstico Estadístico de los Trastornos Mentales, 2001. para definir las obsesiones son ideas, pensamientos, impulsos o imágenes de carácter persistente que el individuo considera intrusas e inapropiadas provocando ansiedad o malestar significativo.

desocializa tanto al exterior como al interior, y se expresa en un sinnúmero de manifestaciones psicosociales como expresiones de malestar de lo que acontece en las jóvenes.

Género y desempeño académico

Hemos analizado a groso modo algunos efectos del hiperconsumo e hiperrealismo, situaciones que pueden alterar la salud mental de las universitarias, efectos de la realidad externa que viven, pero también tenemos que tomar en cuenta que la realidad que circunda a las universitarias se complementa con las responsabilidades que implica el quehacer académico en su formación como universitaria.

Por eso, para hacer un diagnóstico del malestar que presentan las universitarias, es necesario considerar el contexto psicosocial que enfrentan, las circunstancias adversas y dificultades de la cotidianidad, que pueden alterar el desempeño académico² y las desigualdades que imperan en nuestra sociedad contra las feminidades, todo esto se traduce en un malestar tanto físico, como psicológico, que repercute en su salud en general.

Sobre todo si analizamos el desarrollo histórico del dominio masculino desde edades tempranas, durante la adolescencia y juventud hasta la vida adulta, dejan huellas indelebles que se traducen en una carga psíquica intolerante. El género entendido como un constructo de prácticas sociales que se realiza a partir de las representaciones, discursos y prácticas, que aprehendemos por las vías multiformes de la experiencia de vida. Así incorporado a nuestra identidad, se fusiona con el sexo biológico constituyendo con éste una unidad muy difícil de discernir en nuestra conciencia. El género (social, aprendido) se nos presenta a nuestra autopercepción como si fuera inseparable del sexo (biológico, heredado) (Graña, 2008:18).

La perspectiva de género es un cuerpo epistemológico de teorías y metodología que en la práctica hace visible las relaciones e interacciones basadas en desigualdades asimétricas o en el ejercicio del poder asimétrico. *Que permite evidenciar la manera en que la masculinidad y feminidad se han construido a lo largo del proceso de socialización y las consecuencias que ésta tienen en las relaciones de los hombres con las mujeres, de las mujeres con los hombres, entre varones y entre mujeres.* Aunque se hable de un modelo hegemónico de la masculinidad, existen diferentes formas de ser varón, por lo tanto, desde esta perspectiva se habla de masculinidades en lugar de la masculinidad, de la misma forma no existe un modelo único de ser mujeres, por lo cual también podemos hablar de feminidades (Torres, 2011:48).

El modelo de masculinidad *hegemónica* basado en la autonomía personal, el poder, el trabajo como proveedor, la sexualidad genitalizada, la conducta violenta, la represión emocional y demostración de su hombría son aspectos que han lastimado el desarrollo psíquico de las feminidades a lo largo de la historia. No obstante este atropello histórico, las mujeres en vanguardia han avanzado varios peldaños de éxito en los últimos años, aunque de manera diferencial según las clases sociales y los lugares de residencia.

Por consiguiente, las mujeres de clase media urbana son quienes más se han beneficiado del acceso a la educación y a la modernización de los valores culturales, y quienes rápidamente muestran la conquista de posiciones de poder en los espacios públicos. Estas ganancias no han sido fáciles

²El rendimiento académico es la suma de diferentes y complejos factores que actúan en la persona que aprende, y ha sido definido con un valor atribuido al logro del estudiante en las tareas académicas (Cfr. Guiselle María Garbanzo, 2007:5).

debido a las facturas históricas de falta de equidad que han marcado las desigualdades entre masculinidades y feminidades.

A pesar de esta añeja iniquidad, en nuestros días la incorporación masiva de las mujeres al ámbito público las ha expuesto también a demandas sociales mayores, ahora son más instruidas y con mayores trayectorias laborales que 20 años atrás. Ya que a nivel mundial las estadísticas indican que las mujeres continúan aumentando su participación en los puestos gerenciales, sin embargo, esta tasa de progresión es lenta, irregular y a veces desalentadora, con frecuencia se encuentran obstáculos creados, por prejuicios en los lugares del trabajo o para hacer una carrera profesional (Velasco, 2007).

Los logros que ha adquirido el género en la actualidad tienen muchos rostros, debido a las desigualdades educativas históricas que se han vivido en el país. A pesar del costo emocional que las feminidades han pagado en distintas épocas, no solo para ingresar a una Institución de Educación Superior, sino para mantenerse y posicionarse frente a las masculinidades en el ámbito de competitividad; poco a poco han logrado peldaños aún en contra de las adversidades.

Al respecto Garbanzo (2007), mencionó algunos factores personales asociados al rendimiento académico, en el ámbito de nivel superior: competencia cognitiva, motivación, condiciones cognitivas, auto concepto académico, autoeficacia, bienestar psicológico, satisfacción y abandono con respecto a los estudios, asistencia a clases, inteligencia, aptitudes, formación académica previa a la universidad, nota de acceso a la universidad y sexo. Y en relación a la última variable de sexo no se puede afirmar del todo una relación directa con el rendimiento académico; sin embargo, hay estudios que le dan a la mujer una ligera tendencia al rendimiento superior más que a los hombres (Rodríguez, *et al.*, 2004 y González, 1996 en Garbanzo, 2007:11).

De igual forma el INEGI (2007: 270-274), reportó que se da una mayor proporción de mujeres que de hombres que concluyen sus estudios en el tiempo establecido para hacerlo y que las tasas de reprobación y deserción femenina son inferiores respecto de las masculinas. Por su parte Velasco (2007), menciona dos aspectos importantes que sobresalen en estudiantes de nivel superior, las mujeres tienen un mejor desempeño académico en relación con los alumnos, sin que parezca que realicen esfuerzos extraordinarios. Y también encontró un aspecto alentador, las mujeres embarazadas, abandonaban con menor frecuencia los estudios de la licenciatura que cursan.

El camino al éxito o al fracaso académico en el nivel superior está rodeado de una mezcla de factores predisponentes que comprenden el aspecto personal, social y cultural; que de alguna forma influyen en los resultados que las mujeres obtienen en su trayectoria como estudiantes. Los factores socioculturales dan cuenta que las creencias culturales consideran que el ingreso a los estudios universitarios son una pérdida de tiempo para las mujeres que pronto se casarán; en tanto deberán apoyar al sustento familiar.

El tipo de familia, las relaciones e interacciones entre sus miembros pueden contribuir positiva o negativamente en el desarrollo de las estudiantes, dado que muchas de las responsabilidades que se les delegan a las féminas, en tanto que estudian deben colaborar con el trabajo doméstico en ayuda de todo el sistema familiar. Ya que un buen aprendizaje, así como un excelente rendimiento académico, depende en gran medida de la dedicación que presten a las tareas escolares durante el tiempo que está en su hogar.

Así como la influencia del entorno y de la calidad de tiempo dedicada a estudiar dentro de los hogares pueden determinar de alguna forma el éxito o el fracaso, existe mayor predisposición al éxito en las estudiantes solteras, las casadas confrontan una batalla campal de actividades entre el

rol de género que desarrollan como madres, parejas estudiantes que les impide dedicarse de tiempo completo a sus tareas y actividades escolares, no obstante muchas de ellas con mayor desgaste físico-psíquico logran un lugar importante dentro de la clase y su desempeño (Torres, 2007: 53-55).

Tomando en cuenta que a pesar de las adversidades con las que se ha enfrentado el género femenino, existe una ventaja frente al rendimiento del género masculino, es importante analizar el conjunto de recursos y debilidades con que cuentan las estudiantes de la UATx, y analizar los factores que pueden ocasionarles algún daño en su salud y cómo repercute en su aprovechamiento desde el ingreso a la Universidad. En Tlaxcala, la población total es de 1 169 936, que representa 1.0% de la población nacional, de este total, de cada 100 personas de 15 años y más, 8 tienen algún grado aprobado en educación superior (INEGI, 2010). La Universidad Autónoma de Tlaxcala, es la institución de nivel superior que concentra a más de la mitad de los jóvenes que estudian una licenciatura, de las ofertadas en las diversas Facultades.

Del malestar social al malestar individual

Conscientes de que en el contexto psicosocial determina la particularidad de cada padecimiento psicológico, el debate actual nos refiere que un diagnóstico no puede ser universal, porque se tiene que validar el contexto socio-cultural de las mujeres. Por eso, para hacer una valoración del *burnout académico*, en la Universidad Autónoma de Tlaxcala, es necesario considerar algunas variables que aportan diversos estudios con jóvenes universitarias (Neveu, 2007; Martínez I., y Márquez A., 2005 y Salanova, *et al.*, 2005).

Si bien el término burnout³, está asociado al ámbito laboral, el *burnout académico*, corresponde a las interacciones del desempeño y la tensión que presentan las estudiantes, así como la relación entre el proceso de aprendizaje y de la enseñanza que de alguna manera les afecta en la calidad de vida durante los estudios, como universitarias.

Este malestar, tiene incidencia en el ámbito académico, ya que según Salanova, *et al.*, (2005), determinadas variables (el sexo es una central) pueden incidir en el éxito o fracaso del desempeño académico. Los factores del contexto académico pueden restringir el logro de las estudiantes, tales como: dejar demasiadas tareas, horarios de clase muy cargados, cumplir muchos créditos, relaciones distantes, poca comunicación con el profesorado, aulas informáticas con poco equipo, sobrecarga de materias y altas exigencias; así como, impuntualidad y ausentismo por parte de académicos, mobiliario inadecuado; ambigüedad del rol y un número excesivo de cursos (remediales) realizados, entre otros tantos.

En esta misma dimensión (Durón y Oropeza, 1999 en Landeta, *et al.*, 2011), mencionan la presencia de varios factores que coadyuvan al fracaso escolar, entre los que se incluyen los factores fisiológicos tales como los cambios hormonales por modificaciones endocrinológicas, padecer deficiencias en los órganos de los sentidos, desnutrición y problemas de peso y salud.

Factores pedagógicos, aspectos que se relacionan con la calidad de la enseñanza, de los cuales se destaca el número de alumnos por maestro, los métodos y materiales didácticos utilizados, la motivación de los estudiantes y el tiempo dedicado por los profesores a la preparación de sus clases.

³La OMS define al Síndrome de “Burnout”, como una enfermedad laboral que provoca detrimento en la salud física y mental de los individuos. Y cuyos factores personales se refieren a la sensación de derrota al no percibir los resultados que se esperaban a pesar del esfuerzo realizado. Experimentando sentimientos de negativismo y de frustración, llevando con el paso del tiempo a síntomas tanto físicos como psicológicos. Para mayor profundización, ver:
http://www.edicollegecarolina.com/upload/pdf/EducacionContinuaPDF/Sindrome_de_Quemazon_en_el_Personal_de_Salud.pdf

Y por último el aspecto psicológico, entre estos se cuentan algunos desórdenes en las funciones psicológicas básicas, como son la percepción, la memoria y la conceptualización, los cuales dificultan el aprendizaje. Aspectos que pueden favorecer el desarrollo de algunas características psicológicas del *burnout académico*, consecuencia de diversos aspectos estresantes que tiene implicaciones para la salud mental de las universitarias.

Por eso, es necesario señalar la incidencia que se encuentran entre el *burnout* y la ansiedad, que presentan las mujeres son un referente de las demandas escolares; en tanto que, el agotamiento y la tensión tienen cierta incidencia con la depresión (Neveu, 2007 y Díaz, 2012). Y al mismo tiempo, es imprescindible tomar en cuenta que existe un solapamiento mutuo, entre el síndrome *burnout* y los trastornos de la depresión y la ansiedad, que en la valoración diagnóstica se pueden confundir, si no se analiza cada síntoma con precisión.

El burnout se caracteriza por un estrés crónico y severo el que se traduce en la vivencia que experimenta el estudiante y el docente frente a las actividades que se derivan de la interacción de factores que son propicios de la institución.

La depresión, es un estado de ánimo transitorio o estable caracterizado por tristeza, pérdida del interés o placer durante la mayor parte del día, casi a diario.

La ansiedad, es un estado de reacción emocional que consiste en un estado de tensión, aprensión, nerviosismo y preocupación, acompañado de activación o descarga del sistema nerviosos autónomo.

(Caballero, et al., 2010:140).

En base a estas señales el síndrome *burnout*, es consecuencia del estrés crónico y la falta de tratamiento deteriora la salud mental de las personas, llevándolas a un estado crónico. Esta sintomatología, precipita efectos negativos y se presenta en una diversidad de síntomas, que inciden y alteran la salud mental, tales como:

Síntomas emocionales: indefensión sentimientos de fracaso desesperanza, irritabilidad, desilusión, pesimismo, hostilidad, falta de tolerancia y supresión de síntomas.

Síntomas cognitivos: desaparición de expectativas, modificación de auto concepto, desorientación cognitiva, distracción, cinismo, pérdida de la autoestima, del significado de los valores y de la creatividad.

Síntomas conductuales: evitación de responsabilidad, ausentismo e intención de abandonar las responsabilidades, desvalorización auto sabotaje, conductas desadaptadas, desorganización, evitación de las decisiones, aumento del consumo de cafeína, alcohol, tabaco y drogas.

Síntomas sociales: aislamiento, evitación de contacto y profesional, conflictos interpersonales, malhumor, formación de grupos críticos.

Síntomas en la salud física: cefaleas, síntomas osteomusculares, [...] quejas psicósomáticas, pérdida del apetito, cambio de peso corporal, dificultades sexuales, problemas de sueño, fatiga crónica, enfermedades cardiovasculares y alteraciones gastrointestinales.

(Caballero, et al., 2010:38).

A pesar de que el *burnout* como malestar, muestra serias implicaciones para la salud, no se le ha podido asignar un cuadro clínico definitivo, dado que el contexto que lo propicia depende del género, la cultura laboral y del contexto psicosocial. En este sentido, es del consenso académico que tanto el DSM-IV-TR y CIE10⁴, los criterios que definen al *burnout*, no aparecen en estos manuales, como una entidad diagnóstica independiente, y la academia aún sigue discutiendo el status del síndrome, como entidad clínica, aunque en España el síndrome, está clasificado como una enfermedad de índole profesional.

Empero, el origen del *burnout* laboral se asocia básicamente al agotamiento y falta de rendimiento profesional, pese a que los trabajadores son estimulados con un salario, en tanto, que en el *burnout académico*, las universitarias son clientes de una institución, lo cual implica una relación diferente. Porque las estudiantes se ven confrontadas diariamente a factores que le causan estrés, además de las responsabilidades y retos involucrados por la influencia de la familia, los aspectos biológicos, la interferencia de factores de tipo social y económico. Aunado a las transacciones del desempeño y la tensión constante de las estudiantes, interacciones en las que entran en juego los procesos de aprendizaje y enseñanza (Caballero, *et al.*, 2010).

En la misma línea las investigaciones Salanova (en Caballero, *et al.*, 2010) señalan que el padecimiento del *burnout académico* en estudiantes, tiene como consecuencia un bajo rendimiento académico. En éste sentido, Martínez y Márquez (2005), señalaron que los estudiantes con elevado agotamiento, alto cinismo y baja auto-eficacia académica, obtienen resultados más bajos en sus exámenes, lo que conlleva una connotación negativa del aprendizaje formal.

En la población femenina de la Licenciatura en psicología, están expuestas a padecer síntomas tanto de depresión como de ansiedad. Consideramos que, las universitarias no pueden sustraerse de las presiones que trae consigo una carrera universitaria y el efecto del contexto socio cultural, las lleva a conflictos, tanto internos, como externos a su institución, en un complejo multidimensional de influencias, ya mencionadas, por lo que este estudio nos remite a reflexionar ¿cómo el contexto externo de la posmodernidad y las condiciones de desigualdad histórica en el género femenino, repercuten en su salud mental?

METODOLOGÍA

En el presente estudio⁵, realizamos un diagnóstico del malestar psicológico, mediante la aplicación del Inventario de Derogatis SCL90-R (Casullo, 2008), a las estudiantes de la Licenciatura en Psicología, cuyos resultados nos dieron pauta para descubrir algunos síntomas relacionados con el síndrome de *burnout académico*, que experimentan las jóvenes universitarias.

Este instrumento se aplicó a 87 mujeres estudiantes de primer semestre de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Autónoma de Tlaxcala, durante el ciclo escolar (2012, Otoño). Sus edades oscilan entre 17 y 38 años ($x= 19.15$, $s= 2.734$). El estado civil de las participantes se dividió de la siguiente forma: 89.7% (78) solteras, 2.3% (2) casadas, 6.9% (6) en unión libre y 1.1% (1) divorciada. Los datos obtenidos, fueron procesados por el programa SPSS versión 17.0.

⁴Asociación Americana de psicología. Manual de Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales. México DSM-IV-TR y CIE-10 es la décima revisión de la Clasificación Internacional de las Enfermedades y Trastornos relacionados con la Salud Mental realizada por la OMS.

⁵Esta muestra es una pequeña parte del estudio completo que realizó la Maestra María Valentina Téllez Montes, para la disertación de su tesis doctoral. A quien le agradezco el apoyo para la realización de este artículo.

El *Cuadro 1* muestra los resultados generales del grupo de 87 estudiantes, que se obtuvieron a partir de la calificación del instrumento, la puntuación reportada por las participantes tiene una variación mínima de 30 puntos y máxima de 80 puntos.

Cuadro 1.- Diagnóstico del malestar psicológico aplicado a las estudiantes de Licenciatura en Psicología de la Universidad Autónoma de Tlaxcala (resultado del trabajo de campo 2012)

	No.	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Obsesiones	87	30	80	46.49	10.176
Somatización	87	30	80	45.84	10.937
Ansiedad	87	30	70	45.63	10.377
Ansiedad Fóbica	87	30	75	45.21	11.773
Sensitividad	87	30	80	44.92	9.275
Psicoticismo	87	30	70	44.86	11.119
Ideación Paranoide	87	30	63	43.67	9.864
Hostilidad	87	30	65	43.62	9.635
Depresión	87	30	70	43.06	10.113
Valid N (listwise)	87				

De acuerdo con Casullo (2008), el puntaje requerido para la atención clínica es a partir de 63 puntos en adelante, ya que señala importancia para el estudio individual. Sin embargo, a nivel grupal se obtienen datos interesantes para la reflexión y análisis, como se observará más adelante.

La metodología empleada fue de tipo cuantitativo, para lo cual se aplicó el Inventario SCL90-R, (Casullo, 2008)⁶, que evalúa patrones de síntomas percibidos por los individuos durante la semana anterior a su administración, incluyendo el día de la misma. Además es un instrumento de tamizaje que sirve para detectar las características que requieren de ayuda profesional.

El cuestionario fue contestado de manera grupal en un tiempo de quince minutos. El interrogatorio de autoinforme, se integra por 90 ítems, cada uno de los cuales se respondió sobre la base de una escala de cinco puntos (entre 0-4 dónde, 4 indica que se presenta con mayor intensidad la condición expresada por el ítem). Se evalúa e interpreta en función de nueve dimensiones primarias y tres índices globales de malestar psicológico o subjetivo, que a continuación se describen:

Dimensiones

- 1) Somatizaciones (SOM)
- 2) Obsesiones y compulsiones (OBS)
- 3) Sensitividad interpersonal (SI)
- 4) Depresión (DEP)
- 5) Ansiedad (ANS)
- 6) Hostilidad (HOS)
- 7) Ansiedad fóbica (FOB)
- 8) Ideación paranoide (PAR)
- 9) Psicosisismo (PSIC).

Índices

- 1) Índice global de severidad (IGS)
 - 2) Total de síntomas positivos (TSP)
 - 3) Índice Malestar Sintomático Positivo (IMSP)
- (Inventario SymptomChecklist90 y sus dimensiones).

⁶Publicado en 1970 por Derogatis quien lo revisó en 1983, posteriormente González de Rivera et al, hicieron una adaptación en 1990, atendiendo a la equivalencia de contenido y semántica, partiendo de la traducción cotejada del original inglés. Durante 1999 a 2008, Casullo y Pérez hicieron una adaptación del instrumento original, que se utilizó en este estudio.

Casullo (2008) en la adaptación que realizó, define estas dimensiones sobre la base de criterios clínicos, racionales y empíricos, del siguiente modo:

1. **SOMATIZACIONES.** Evalúa, a partir de 12 ítems, la presencia de malestares que la persona percibe relacionados con diferentes disfunciones corporales (cardiovasculares, gastrointestinales, respiratorias).
2. **OBSESIONES Y COMPULSIONES.** Se incluyen síntomas que se identifican con el síndrome clínico del mismo nombre, como: pensamientos, acciones e impulsos que son vivenciados como imposibles de evitar o no deseados y se expresa a partir de 10 ítems (3, 9, 10, 28, 38, 45, 46, 51, 55 y 65).
3. **SENSITIVIDAD INTERPERSONAL.** 9 ítems se focalizan en detectar la existencia de sentimientos de inferioridad e inadecuación, en especial cuando la persona se compara con sus semejantes.
4. **DEPRESIÓN.** Integran esta subescala 13 ítems, que son una muestra representativa de las principales manifestaciones clínicas de un trastorno de tipo depresivo: estado de ánimo disfórico, falta de motivación, poca energía vital, sentimientos de desesperanza e ideaciones suicidas.
5. **ANSIEDAD.** Evalúa, por medio de 10 ítems, la aparición de signos generales de ansiedad tales como nerviosismo, tensión, ataques de pánico, miedos.
6. **HOSTILIDAD.** Esta dimensión, integrada por 6 ítems, hace referencia a pensamientos, sentimientos y acciones característicos de afectos negativos de enojo.
7. **ANSIEDAD FÓBICA.** Este malestar, a través de 7 ítems, alude a una respuesta persistente de miedo (a personas específicas, lugares, objetos, situaciones) que es en sí misma irracional y desproporcionada en relación con el estímulo que la provoca.
8. **IDEACIÓN PARANOIDE.** Seis ítems evalúan comportamientos paranoides fundamentalmente en tanto desórdenes del pensamiento: pensamiento proyectivo, suspicacia, temor a la pérdida de autonomía.
9. **PSICOTICISMO.** Esta dimensión, de 10 ítems, incluye síntomas referidos a estados de soledad, estilo de vida esquizoide, alucinaciones y control del pensamiento.

De acuerdo con Casullo (2008), el puntaje requerido para la atención clínica es a partir de 63 puntos en adelante, ya que señala importancia para el estudio individual. Sin embargo, a nivel grupal se obtienen datos interesantes para la reflexión y análisis, como se observará más adelante.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Si analizamos las generalidades de los resultados, y tomamos en cuenta los antecedentes históricos que han predominado en el dominio asimétrico en contra de las feminidades, y la influencia de la posmodernidad los resultados nos sugieren que el género femenino enfrenta hoy en día barreras inconscientes y conscientes que impiden llegar al éxito con facilidad, e implica un desgaste permanente de lucha para lograr las metas que se proponen.

Los resultados globales muestran que el rubro de las Obsesiones es el que obtiene una media más alta, seguida de Somatización, Ansiedad, Ansiedad fóbica y Sensitividad, dimensiones que reflejan el mayor malestar en las participantes. Psicosisismo, Ideación paranoide, Hostilidad y Depresión, se manifiestan a menor escala en el grupo de las estudiantes.

Este instrumento, nos aporta elementos para acercarnos a una interpretación del síndrome de *burnout académico*, que se suscita a partir de las experiencias que viven las estudiantes frente a actividades que se derivan de la interacción de factores diversos, propios del quehacer estudiantil y de la institución.

Con base a los resultados obtenidos, de manera colectiva, se refleja una asociación de los síntomas que definen a cada uno de los cinco síndromes con aspectos que evidencian la presencia de ansiedad, manifestada como un estado de tensión, aprensión, nerviosismo y preocupación, acompañado de activación o descarga del sistema nervioso autónomo. Dichos síntomas suelen presentarse en los estados de alerta lo que indica una ansiedad positiva, que implica el logro de los objetivos propuestos y para llegar al éxito; es necesario mantenerse con cierto estado de ansiedad.

Sin embargo, se observa una discrepancia notoria entre la media de mayor puntaje (46.49), de las obsesiones con la de menor puntaje (43.06) que corresponde a la depresión. Las investigaciones acerca del éxito en el género femenino nos refieren que las mujeres obtienen mayores puntajes y mayor desempeño académico, en relación con las masculinidades.

El hecho de que las mujeres desempeñen una gran variedad de roles, las impulsa a exigirse mayores retos, siendo más obsesivas en el logro de sus metas. La depresión es una enfermedad que, como construcción social ha sido asignada al género femenino, con sus características de tristeza y debilidad; así como melancolía, empero en este estudio, no se relaciona de manera significativa con el síndrome de *burnout académico*.

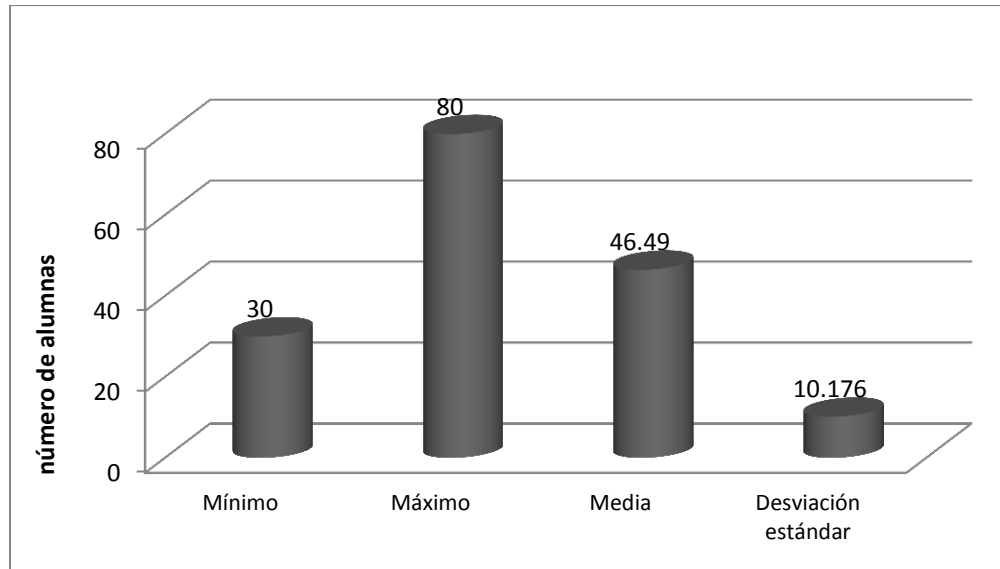


Figura 1.- Resultados de obsesiones del Inventario SCL90-R en alumnas de la UATx (con base en los resultados del inventario Symptom Checklist 90 año 2012).

Los resultados sobresalientes están representados en primer lugar por las *Obsesiones y Compulsiones* (Figura 1). Que se caracterizan por la aparición de pensamientos, acciones e impulsos que son vivenciados como imposibles de evitar o no deseados. Estos aspectos están íntimamente relacionados con los síntomas conductuales del síndrome de *burnout académico*, en el cual los sujetos evitan sus propias responsabilidades, mediante el ausentismo, y esto mismo, los lleva al fracaso del desempeño escolar, al no cumplir con sus obligaciones.

Estos datos nos ayudan a analizar y comprender las conductas diversas que tienen las feminidades en relación con su desempeño académico, por un lado, faltan a clases, piden que las actividades escolares se realicen con el menor esfuerzo, y regularmente, no cumplen con las lecturas encomendadas o bien leen a medias los textos que se les indica, aunque estas actividades son parte de su quehacer como estudiantes.

Estos resultados coinciden con Urbina, (2014) la cual encontró en su estudio, que las universitarias de la Universidad Autónoma de Tlaxcala, procrastinan (dejar para después), las actividades académicas y esto se traduce permanentemente en sentimientos de culpa y ansiedad. Empero las obsesiones y compulsiones no siempre tienen una connotación negativa, ya que en esta muestra, este síntoma ayuda a lograr el éxito, por lo tanto, inferimos que la compulsión en el género femenino es necesaria para logra un buen desempeño académico.

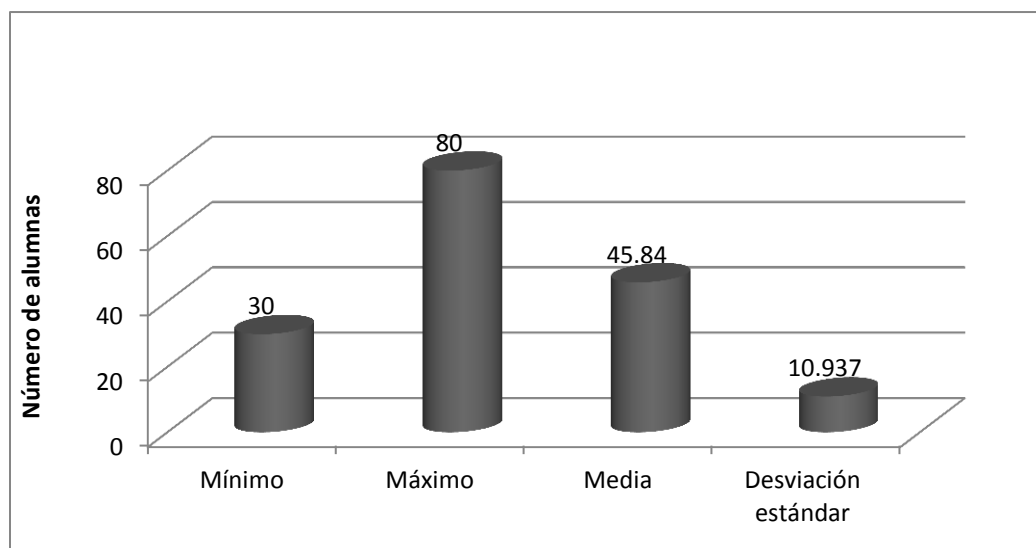


Figura 2.- Resultados de Somatización del Inventario SCL90-R en alumnas de la UATx (con base en los resultados del inventario Symptom Checklist 90 año 2012).

El segundo lugar lo ocupa la *Somatización*, síntoma que las universitarias presentan mediante una serie de malestares físicos, relacionados con diferentes disfunciones corporales (cardiovasculares, gastrointestinales, respiratorias) (Figura 2). Sintomatología que se vincula con los síntomas emocionales asociados al *burnout académico*, en donde se muestra la indefensión, sentimientos de fracaso, desesperanza e irritabilidad. Además de los trastornos físicos como las cefaleas, síntomas osteomusculares y quejas psicósomáticas.

La somatización refiere que el cuerpo habla, cuando la cabeza no puede, y este lenguaje corporal es la representación social de lo que sucede al interior del individuo, y al exterior en el contexto social (Sayad, 2002). Consecuencias que son comprensibles, ya que el rango de edad de la muestra de estudio, oscila entre 17 y 38 años ($x= 19.20$, $s= 2.730$). Predominando en la población de 19 años. Este dato nos induce a reflexionar en las características de la adolescencia y temprana juventud que viven las jóvenes y se insertan a una serie de demandas que implica la vida del adulto emergente, que no pueden superar con facilidad y recurren a enfermedades somáticas, como recurso de alivio inmediato.

Tanto por el género como por la edad son más sensibles a reprimir y no verbalizar su auténtico malestar, introyectando en el cuerpo lo que no es posible solucionar con la cabeza. Por eso, manifiestan una serie de síntomas que refleja la frustración, al realizar las exigencias sociales que el dominio masculino les requiere.

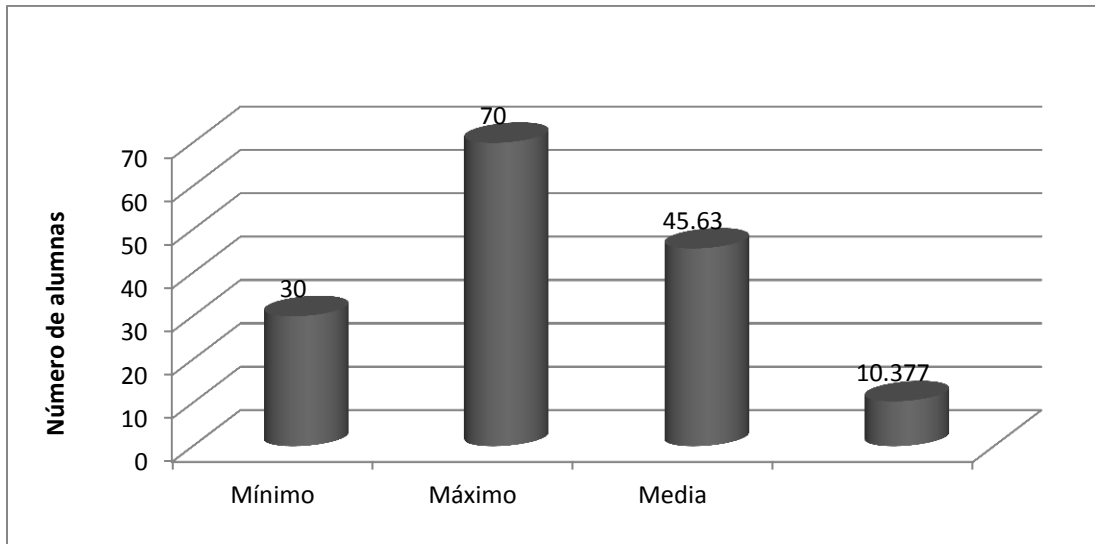


Figura 3.- Resultados de Ansiedad del Inventario SCL90-R en alumnas de la UATx (con base en los resultados del inventario Symptom Checklist 90 año 2012).

El tercer resultado (*Figura 3*) nos arroja que la *Ansiedad*, caracterizada por nerviosismo, tensión, ataques de pánico y miedos, proyectada en *Ansiedad Fóbica*, vivenciada como una respuesta persistente de fobia (a personas específicas, lugares, objetos, situaciones), se percibe irracional y desproporcionada en relación con el estímulo que la provoca (*Figura 4*).

Estos síntomas contribuyen al deterioro de las interacciones sociales manifestadas mediante el aislamiento, evitación de contacto, conflictos interpersonales, y mal humor.

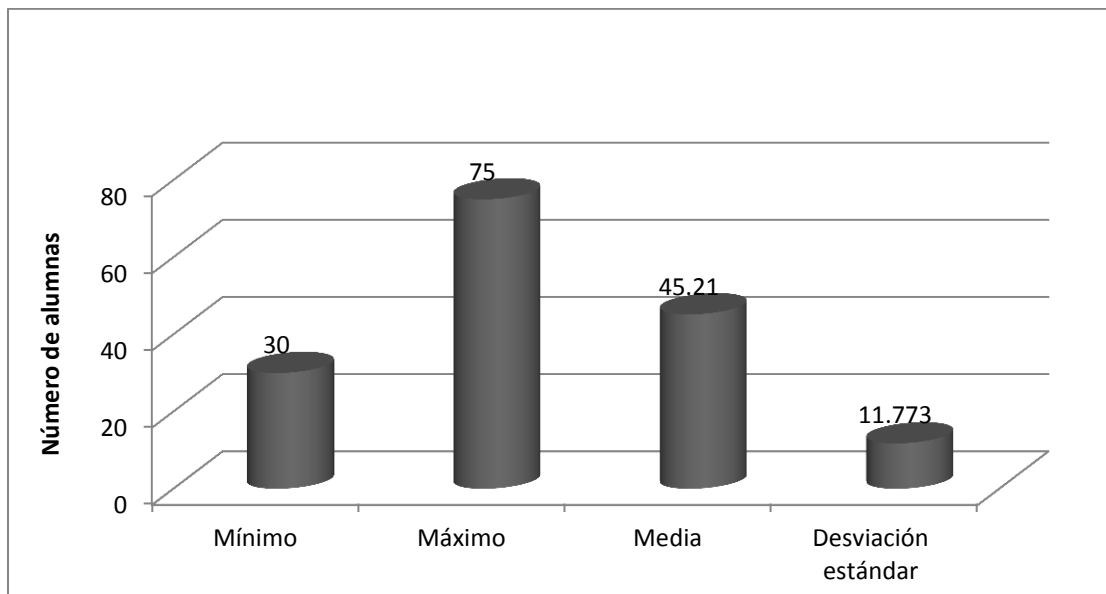


Figura 4.- Resultados de Ansiedad Fóbica del Inventario SCL90-R en alumnas de la UATx (con base en los resultados del inventario Symptom Checklist 90 año 2012).

Por otra parte se hace evidente la manifestación de síntomas emocionales como la indefensión, sentimientos de fracaso, desesperanza, irritabilidad, desilusión, pesimismo, hostilidad, y falta de tolerancia. Este último síntoma puede tener una permanencia latente, ya que el contexto de la posmodernidad encapsula las relaciones sociales y fomenta la individualidad, por eso deducimos

que la tendencia de las universitarias se proyecta en las y los otros, en intolerancia mediante la exhibición del otro, u otra en las redes sociales, utilizando la violencia simbólica que también representa a su propio yo deteriorado y escindido.

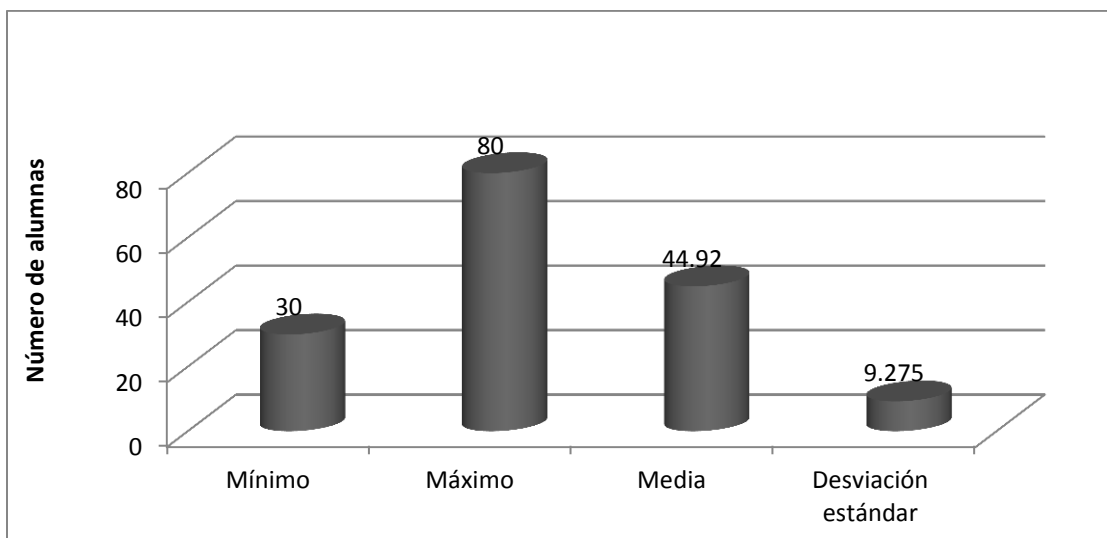


Figura 5.- Resultados de Sensitividad del Inventario SCL90-R en alumnas de la UATx (con base en los resultados del inventario Symptom Checklist 90 año 2012).

El cuarto resultado significativo (*Figura 5*), es la *Sensitividad Interpersonal*, focalizada en detectar la presencia de sentimientos de inferioridad e inadecuación, en especial cuando la persona se compara con sus semejantes, estos aspectos se reafirman con los síntomas cognitivos, en donde se hace evidente la desaparición de expectativas, distracción, cinismo, pérdida de la autoestima, del significado de los valores y de la creatividad.

Resultados que nos proyectan con claridad la inferioridad que paraliza la arrogancia yoíca y disminuye al yo, lo cual implica que las estudiantes sean incapaces de realizar retos o proyectos existenciales futuros, en donde la *omnipotencia narcisista* derribe los obstáculos; se posicionen arrogantes, empoderadas en cuanto su formación profesional y la tomen como herramienta indispensable de éxito.

Estos datos nos ayudan a entender la pasividad y la nula creatividad en todas las tareas que se les requiere. Como consecuencia del dominio de las masculinidades en el México histórico así mismo, manifiestan la dependencia de las y los docentes y nuevamente se repite el ciclo de dependencia histórica padres, hermanos, autoridad en general, como una lacra social que nos ha dañado por siglos.

Y por último el *Psicoticismo*, se refiere a estados de soledad, aislamiento y falta de metas ante las demandas psicosociales de la era posmoderna. Las estudiantes crean su propio mundo como mecanismo de protección, mediante distractores cibernéticos de todo tipo, en las redes sociales en las que se vinculan afectivamente de manera inconsistente; sin que implique una relación real cara a cara. Estas conductas típicas de la época cibernética, inhiben en muchos casos, la creatividad de las jóvenes ante los requerimientos de la vida académica y por ende, interfieren en el desempeño escolar (*Figura 6*).

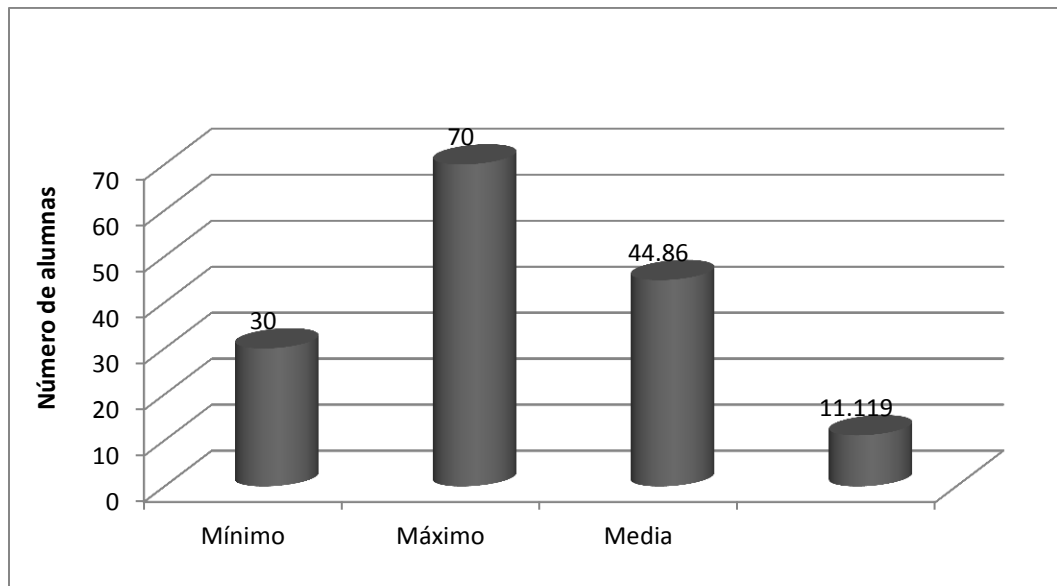


Figura 6.- Resultados de Psicoticismo del Inventario SCL90-R en alumnas de UATx (con base en los resultados del inventario SymptomChecklist 90 año 2012).

CONCLUSIONES

Los cinco síndromes predominantes en la muestra (*Obsesiones, Somatización, Ansiedad, Sensibilidad y Psicoticismo*), evidencian signos de ansiedad; este factor puede influir en la postergación de las tareas académicas, que se expresan en el bajo rendimiento académico, pero al mismo tiempo se traduce en el superyó punitivo que ayuda a forzarse y lograr el éxito. Estos síntomas tienen una carga social asignada al género y esto coincide en la forma en que las feminidades viven el cuerpo y buscan el bienestar social. Estos hallazgos coinciden con los resultados encontrados en Rocha (2013), en donde las enfermedades como la depresión, la ansiedad y la sensibilidad son una construcción social del género.

Con base a los resultados de la *Ansiedad*, y *Ansiedad Fóbica* que se presentan de manera sustancial en este estudio, las universitarias tienden a postergar las actividades y responsabilidades académicas, por la influencia de los medios de comunicación, que emergen como distractores de la realidad y las llevan al hiperconsumo, aumentando de esta forma la ansiedad y desarrollando sentimientos de culpa, por no hacer las actividades involucradas su rol de estudiante. Pero al mismo tiempo es un síntoma positivo ya que se traduce en el motor que lleva al éxito.

En tanto que, la *Somatización*, es un síndrome emergente de la población estudiantil, ante la incapacidad de resolver situaciones que implican mayores niveles de exigencia, presión y saturación de índole académico, tales como: exámenes, exposiciones, demostraciones académicas y evaluación de proyectos. Por lo que es recurrente que las estudiantes se quejen de síntomas de somatización frecuentes, como dolor cabeza, dolor de estómago y problemas gastrointestinales; aunque este resultado puede ser un solapamiento de varios factores psicosociales que se viven en la familia y que se proyectan en la vida académica.

Los efectos asociados a la *Sensibilidad Interpersonal*, marcan de manera importante el complejo de inferioridad, baja autoestima y pobre autoeficacia en la demostración de sus saberes como profesionistas; este es un factor que potenciado por el dominio de las masculinidades, se debe

atender desde los primeros semestres en donde cada estudiante pueda desarrollar un proyecto de vida personal que sirva de guía durante su estancia en la Universidad.

Consideramos pertinente sugerir que estos hallazgos sean tomados en cuenta por las y los docentes que imparten cátedra en las diferentes facultades de la Universidad Autónoma de Tlaxcala, ya que pueden ser una herramienta que prevenga tanto en estudiantes, como en docentes, el desarrollo del Síndrome de *burnout académico*.

Este estudio, nos dan una pauta para analizar más profundamente porque las estudiantes de los primeros semestres tienden a desertar. Y evidencian un malestar psicológico manifestado en diversos síndromes como los expuestos anteriormente. Por tanto, a partir de esta indagación asociando los hallazgos de Lumbreras, *et al.*, (2009), y Carro, (2013) cuyos trabajos los realizaron con estudiantes universitarias, en diferentes facultades de la Universidad Autónoma de Tlaxcala; podemos dar seguimiento a los fenómenos que contribuyan desarrollo del Síndrome de *burnout académico* y de esta forma tomar las medidas necesarias para prevenirlo, a fin de que el desempeño académico sea eficaz en las universitarias durante su formación en la Universidad Autónoma de Tlaxcala.

LITERATURA CITADA

Baudrillard, J. (1997). *El otro por sí mismo*. Barcelona: Anagrama.

Bauman, Z. (2005). *Amor líquido*. México: FCE. Cacciatore, Giuseppe; Colonnello, Pio e Santasilia, Stefano (2008). *Ermeneuticatra Europa e America Latina*. Roma: Armando Editore, Roma.

Caballero, C., Hederich, C. y Palacio, J. (2010). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42, (1):131-146. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/805/80515880012.pdf> [Consultado el 23 de junio 2014].

Carro, J. (2013). *Cultura global y posmoderna*. El consumo cultural en los universitarios de la UATx. En Carro, *et al.*, Globalización y Posmodernidad, pp 23-49.

Casullo, M. M. y Pérez, M. (2008). *El Inventario de Síntomas SCL-90-R de L. Derogatis*. Adaptación UBA. Buenos Aires: CONICET. 1999/2008.

CIE-10 Décima revisión de la Clasificación Internacional de las Enfermedades y Trastornos relacionados con la Salud Mental realizada por la OMS. Disponible en: http://www.sssalud.gov.ar/hospitales/archivos/cie_10_revi.pdf [Consultado el 23 de junio 2014].

Díaz, C. (2012). *Síndrome de la quemazón en personal, “burnout”, en el personal de salud*. Disponible en: http://www.ediccollegearolina.com/upload/pdf/EducacionContinuaPDF/Sindrome_de_Quemazon_en_el_Personal_de_Salud.pdf [Consultado el 20 de junio 2014].

DSM-IV-TR. (2001) Manual de Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales. Masson: México.

- Garbanzo, G. (2007). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Educare* (18):1, pp. 43-63. Disponible en: http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-42582014000100007&script=sci_arttext [Consultada el 29 de Septiembre 2014].
- González, J. (1990). *El Ser y la expresión: homenaje a Eduardo Nicol*. Lizbeth Sagols Facultad de Filosofía y Letras. México: UNAM.
- Graña, F. (2008). El asalto de las mujeres a las carreras universitarias “masculinas”: cambio y continuidad en la discriminación de género. En *PRAXIS*, No 12, pp. 77-86. Disponible en: <http://www.biblioteca.unlpam.edu.ar/pubpdf/praxis/n12a08grana.pdf> [Consultada el 28 de Septiembre 2014].
- Hallazgos para la prevención. *Revista Digital Universitaria*.10 (2), 1-13. doi: s/n. Disponible en: <http://www.revista.unam.mx/vol.10/num2/art12/int12.htm> [Consultado el 18 de julio 2014].
- INEGI. (2007). Salud. Disponible en: <http://www.inegi.org.mx> [Consultado el 12 de julio 2014].
- INEGI. (2010). *Población total de Tlaxcala*. Disponible en: <http://www.inegi.org.mx> [Consultado el 18 de julio 2014].
- Landeta, J. M., Ynzunza, C. C. B. y López, G. H. (2011). *Factores que afectan el desempeño académico de los estudiantes de nivel superior en Río verde, San Luis Potosí, México*. Disponible en: <http://revistas.uv.mx/index.php/cpue/article/view/50> [Consultada el 29 de Septiembre 2014].
- López, P. C. (2013). *El Yo vacío de la postmodernidad*. En García, et al., Globalización y posmodernidad, pp. 51-71.
- Lumbreras, I., Moctezuma, M., Dosamantes, L., Medina, M. A., Cervantes, M., López, M. del R. y Pablo, M. (2009). Estilo de vida y riesgos para la salud en estudiantes universitarios.
- Martínez, I. y Márquez, A. (2005). Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas. *Aletheia*, (21), 21-30. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id> [Consultado el 10 de junio 2014].
- Neveu, J. P. (2007). Jailed resources: conservation of resources theory as applied to burnout among prison guards. *Journal of Organizational Behavior* (28): 1, 21-42. Disponible en: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/job.393/abstract> [Consultado el 21 de junio 2014].
- Rocha, T. E. (2013). *Psicología y género, investigaciones y reflexiones en torno a las diferencias psicosocioculturales entre hombres y mujeres*. México: UNAM.
- Ruiz, M. N. (2006). *El espejo intoxicado: Hiperrealismo, Hiperconsumo e Hiperlógica en las Sociedades Modernas*. Barcelona: Octaedro.
- Salanova, M., Martínez, I., Bresó, E., Llorens, S. y Grau, R. (2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios. Facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Anales de Psicología*, 21 (1): 170-180. Disponible en:

http://www.ediccollegearolina.com/upload/pdf/EducacionContinuaPDF/Sindrome_de_Que_mazon_en_el_Personal_de_Salud.pdf [Consultado el 18 de Junio 2014].

Sayad, A. (2002). *La doppia assenza*. Milano: Raffaello Cortina.

Téllez, M. V. (s/f). *Salud mental en población de estudiantes universitarias, de la Licenciatura en psicología*. En prensa.

Torres, L. (2011). Rendimiento académico, familia y equidad de género. En *Ciencia y Sociedad* (36):1 Enero-marzo pp. 46-64. Disponible en: http://www.intec.edu.do/downloads/pdf/ciencia_y_sociedad/2011/volumen_36-numero_1/942.pdf [Consultada el 29 de Septiembre 2014].

UNESCO. (2004). *La globalización: Características, desafíos educativos y juventud*. Disponible en: <http://www.ibe.unesco.org/International/ICE47/Spanish/Wdocs/docs/CONFINTED%2047-3-ES.pdf> [Consultado el 24 de junio 2014].

Urbina, M. (2014). La procrastinación, y los bloqueos que se presentan en el ciclo de la experiencia, en jóvenes estudiantes universitarios. *Tesis de Licenciatura en psicología*, UATX. (En prensa).

Velasco, M. L. (2007). Los Objetos de Aprendizaje y su aplicación en la Experiencia Educativa Algorítmica. *CPU-e, Revista de Investigación Educativa*, 4. Disponible en: http://www.uv.mx/cpue/num4/practica/velasco_algoritmica.htm [Consultada el 29 de Septiembre 2014].