



Isabel M. Martínez Martínez
Alexandra Marques Pinto

Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas

Burnout in university students and their relationship with academic variables

Resumen

La investigación actual referida al “burnout” está ampliando su campo de estudio. De las primeras investigaciones centradas en profesionales de ayuda se ha pasado al estudio del burnout en otros profesionales. Por otro lado, la preocupación de las universidades por ofrecer una enseñanza de calidad supone considerar todas las variables implicadas en el proceso enseñanza-aprendizaje y el bienestar de los estudiantes es un elemento clave en este proceso. En este contexto, el objetivo del presente trabajo se centra en el estudio del burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal. Una muestra de 1988 estudiantes universitarios de diferentes titulaciones respondieron al cuestionario Maslach Burnout Inventory – Student Survey (Schaufeli, Salanova, González-Romá & Bakker, 2002). Los resultados muestran la existencia de diferencias significativas en las

Isabel M. Martínez Martínez – Universitat Jaume I. Departamento de Psicología. Campus de Riu Sec. 12072. Castellón. España. E-mail: imartine@psi.uji.es

Alexandra Marques Pinto – Universidade de Lisboa. Faculdade de Psicologia y Ciências da Educação. Alameda da Universidade 1649-013 Lisboa. Portugal

Endereço para correspondência: Universidade de Lisboa. Faculdade de Psicologia y Ciências da Educação. Alameda da Universidade. 1649-013. Lisboa, Portugal.

Aletheia	Canoas	n.21	jan./jun. 2005	p. 21-30
----------	--------	------	----------------	----------

dimensiones de burnout relacionadas con variables sociodemográficas. Al mismo tiempo el burnout se muestra como predictores del desempeño, las expectativas de éxito y la tendencia al abandono.

Palabras clave: burnout, estudiantes universitarios, desempeño académico.

Abstract

Recently we witnessed the enlargement of burnout field of study: from an initial focus in human service professionals to a growing interest for other professional and pre-professional activities. In this context, the objective of the present paper is to analyse burnout in university students and to study its relationships with demographic variables, academic performance, expectations of success and withdrawal.

A sample of 1988 university students from Spain and Portugal, responded to the Maslach Burnout Inventory – Student Survey (Schaufeli et al, 2000). Results revealed significant differences in burnout levels between female and male university students. Possible predictors of performance, expectations of success and withdrawal are also pointed out.

Key words: burnout, university students, academic performance.

Introducción

El concepto burnout como fenómeno psicológico tiene su origen en Estados Unidos, asociándose a trabajos realizados a mediados de la década de los setenta para dar una explicación al proceso de deterioro en los cuidados y atención profesional a los usuarios de las organizaciones de servicios. En un primer momento Freuderberger (1974) se refiere al burnout como cierta combinación de cansancio emocional crónico, fatiga física, pérdida de interés por la actividad laboral, baja realización personal y deshumanización en el cuidado y atención a los usuarios. En la literatura científica se utiliza el término “burnout” que en castellano se ha traducido como “estar quemado”, “quemarse en el trabajo”, etc. y se ha ilustrado con algunas metáforas como el “apagarse una vela”, “consumirse un ascua” o “quedarse sin batería” para representar el estado de agotamiento y pérdida de energía a que se refiere.

Actualmente parece haber acuerdo en la aceptación de que el burnout es un síndrome tridimensional de agotamiento emocional, despersonalización y pérdida de realización personal en el trabajo. La dimensión de agotamiento emocional, considerada por Maslach (1993; 1999) como la más próxima a una variable de

estrés, se caracteriza por sentimientos de desgaste y agotamiento de los recursos emocionales. Es un sentimiento de que nada se puede ofrecer a los demás. La despersonalización se refiere al sentimiento de endurecimiento emocional, desapego, desarraigo, pérdida de la capacidad de contacto y a la adopción de actitudes negativas, frías, distanciadas hacia los receptores de los servicios. Por último, la falta de realización personal corresponde a la aparición de sentimientos negativos de inadecuación, falta de competencia y eficacia profesional, disminución de las expectativas personales que implica una autoevaluación negativa donde se puede desarrollar rechazo a sí mismo y hacia los logros personales así como sentimientos de fracaso y baja autoestima.

Aunque el burnout se ha estudiado tradicionalmente en profesiones de ayuda, actualmente se ha verificado una ampliación del concepto de burnout a todas las profesiones en general. Un marco decisivo en ese sentido fue la publicación del instrumento *Maslach Burnout Inventory General Survey (MBI-GS)* (Schaufeli, Leiter, Maslach & Jackson, 1996) susceptible de aplicar a otras profesiones más allá de las profesiones de ayuda y que ha mostrado que la estructura tridimensional del burnout se mantiene estable en profesiones

tan distintas como el trabajo administrativo, la gestión de empresas, o la ingeniería informática (Schaufeli, Salanova, González-Roma & Bakker, 2002). En 1997 Maslach & Leiter publicaron el libro *The Truth About Burnout* en el que proponen una reconceptualización del síndrome de burnout como una “crisis general” en la relación de la persona con su trabajo. Crisis que se ha venido definiendo en función de tres dimensiones más genéricas que las anteriormente propuestas y que no se refieren exclusivamente al trabajo de ayuda a personas sino que son aplicables a cualquier situación laboral. Estas dimensiones son: agotamiento emocional y también físico; actitud cínica de distanciamiento mental hacia el trabajo y sentimientos de inadecuación profesional y de pérdida de confianza en las propias capacidades profesionales. De estas tres dimensiones las dos primeras, agotamiento y la distancia mental (entendida tanto como despersonalización como cinismo) se han considerado las dimensiones centrales o “corazón del burnout” (Green, Walkey & Taylor, 1991, p.463). El tercer componente del burnout –eficacia profesional- se ha criticado su rol de “dimensión” del burnout ya que parece desempeñar un rol distinto (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). Los resultados de un meta-análisis reciente confirman el papel independiente de la eficacia profesional (Lee & Ashforth, 1996). Es más, algunas teorías y modelos sobre el desarrollo del burnout, señalan que éste se desarrolla a partir de sentimientos de ineficacia o “crisis de autoeficacia”.

Ha sido muy recientemente cuando el burnout ha comenzado a estudiarse en ámbitos no profesionales como es el caso de los estudiantes. Por nuestra parte (Schaufeli, Martínez, Marques Pinto, Salanova & Bakker, 2002), nos hemos ocupado del estudio del burnout en estudiantes en ocasiones anteriores mostrando la adecuación de instrumentos de medida como el Maslach Burnout Inventory-Student Survey (Schaufeli y cols. 2002). También se apuesto de manifiesto

que los estudiantes con altos niveles de burnout se sienten agotados en virtud de las exigencias del estudio, tienen una actitud cínica y distante hacia el estudio y se sienten ineficaces como estudiantes (Martínez, Marques Pinto & Lopez da Silva, 2001; Martínez, Marques-Pinto, Salanova & Lopes da Silva, 2002). En este contexto, el primer objetivo del presente trabajo es estudiar la incidencia del burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal tratando de establecer relaciones con variables académicas de desempeño, expectativas de éxito y tendencia al abandono.

Una de las cuestiones que frecuentemente se han atendido en el estudio del burnout en general, han sido las diferencias en función del género. La investigación en este sentido es muy amplia y referida a sectores profesionales muy variados. Sin embargo, los resultados son poco concluyentes (Schaufeli & Enzmann, 1998). Así, algunos autores muestran evidencia empírica de que las mujeres sufren más burnout que los hombres (Maslach & Jackson, 1981; Poulin & Walter, 1993), pero otros estudios concluyen lo contrario (Price & Spence, 1994; Van Horn, Schaufeli, Greenglass & Burke, 1997). En lo que parece haber acuerdo es que, en general, las mujeres tienden a mostrar niveles sensiblemente más elevados en agotamiento emocional y falta de realización personal en el trabajo. Por su parte, los hombres muestran niveles más altos en cinismo y puntúan, significativamente, más alto en despersonalización (Greenglass & Burke, 1988). Esto podría explicarse a partir de los estereotipos de género que consideran a las mujeres emocionalmente más sensibles (Chatterjee & McCarrey, 1991; López, 1995). Nuestra cultura enfatiza para el rol femenino la interdependencia y la habilidad en las relaciones interpersonales, además de cuidar a otros. Por el contrario, el rol masculino asume que el hombre no debe expresar emociones. También en ocasiones, las mujeres muestran niveles de

agotamiento emocional superiores como consecuencia de la sobrecarga que supone el ejercer un doble rol en casa y en el trabajo (O'Driscoll, 1996). Desde estos supuestos, el segundo objetivo de este trabajo es profundizar en el estudio del efecto diferenciador que el género ejerce sobre los niveles de burnout en estudiantes.

La relevancia del fenómeno burnout entre los estudiantes universitarios y la detección precoz de niveles sintomáticos significativos, puede constituir un indicador de posibles dificultades futuras, en los planos de éxito académico o profesional y una oportunidad excelente de intervención temprana.

Metodología

Muestra

La muestra está compuesta por estudiantes de ciclo superior procedentes de varias universidades españolas (Universitat Jaume I de Castellón, Universitat de València) y portuguesas (Universidade de Lisboa, Universidade Nova, Universidade Lusofona y el Instituto Superior de Ciências do Trabalho e da Empresa de Lisboa). El total de la muestra asciende a 1988 estudiantes, de los cuales el 31.2% son españoles y el 68.8% son portugueses. El 23% de la muestra general son hombres y el 77% mujeres siendo su edad media de 22.57 años con un rango entre 18 y 65. La distribución por cursos es la siguiente: el 32.5% de primer curso, el 31.7% de segundo, el 13.6% de tercero, el 12.9% de cuarto y el 9.2% de quinto. Las titulaciones a las que pertenecen los estudiantes son: Psicología (48%), Ciencias de la Educación (3.1%), Trabajo Social (2.2%), Filología (8.9), Enfermería (19.5), Diplomatura en Turismo (5.1%), Técnico en Informática de Gestión (8.6%), Ingeniería Química (3%), Gestión y Administración Pública (0.3%), Ciencias Empresariales (1.3%). Estas titulaciones se han agrupado en dos categorías: Ciencias Humanas y Sociales (82.4%) y Ciencias Experimentales y Tecnológicas (22.57%).

Para la recogida de datos se diseñó un cuestionario anónimo de autoinforme de "lápiz y papel" y se planificó una estrategia para realizar el pase de dicho cuestionario en horario de clase. La participación fue voluntaria.

Variables

a) *Demográficas*. El primer grupo de variables consideradas han sido las sociodemográficas, incluyendo la nacionalidad y sexo.

b) *Burnout académico*. Se utilizó el instrumento MBI-SS (Maslach Burnout Inventory-Student Survey) de Schaufeli y cols. (2002). Este instrumento evalúa burnout o grado en que el estudiante está 'quemado' por sus estudios. Se compone de 15 ítems que conforman tres dimensiones: Agotamiento Emocional (ej. "Estoy cansado cuando me levanto por la mañana y tengo que afrontar otro día en la universidad"), Cinismo (ej. "Dudo de la trascendencia y valor de mis estudios") y Eficacia Académica (ej. "Creo que contribuyo efectivamente durante las clases en la universidad"). Las respuestas son de tipo Likert con 7 anclajes desde Nunca/Ninguna vez (0) hasta Siempre/Todos los días (6). El estudiante está más quemado cuando manifiesta altas puntuaciones en agotamiento y cinismo, y bajas puntuaciones en eficacia académica.

c) *Variables académicas*. En este grupo se han considerado tres variables: desempeño de los estudiantes, expectativas de éxito y tendencia al abandono.

El desempeño académico se ha evaluado mediante una variable transformada que representa el porcentaje de exámenes aprobados por el estudiante sobre el total de exámenes realizados en la última convocatoria presentada. Se evalúa mediante dos ítems. El primero se refiere a los exámenes realizados: *¿Cuántos exámenes has realizado en la última convocatoria?* y *¿De estos exámenes, cuántos has aprobado?*.

Las expectativas de éxito representan las expectativas que el estudiante tiene de

acabar sus estudios en el tiempo programado para cursarlos. Se evalúa mediante un ítem en el que se pregunta al estudiante sobre el tiempo que el estima necesario para concluir totalmente sus estudios. La respuesta a este ítem puede estar ajustada a los planes y programas de la universidad o sobrepasar el tiempo estipulado. Mas desajuste en este ítem supone peores expectativas e éxito.

La tendencia al abandono. Referida a la intención de abandonar los estudios es valorada mediante dos ítems con respuesta tipo Likert con 7 anclajes desde totalmente en desacuerdo (0) hasta totalmente de acuerdo (6). Mayor puntuación supone más tendencia al abandono. (“*Si me ofrecieran un trabajo lo aceptaría, aunque tuviera que dejar mis estudios*” y “*He realizado algunas conductas de búsqueda de empleo*”).

Análisis de datos

Análisis preliminares

En primer lugar se realizaron análisis descriptivos (medias y desviaciones típicas de las variables) y se analizó la consistencia interna de las escalas utilizadas. Seguidamente, se puso de manifiesto las relaciones entre variables y para comprobar las diferencias en función del género, se realizó un análisis de varianza (ANOVA) utilizando esta variable como factor discriminante. Posteriormente, con el fin conocer el carácter y dirección de la relación entre variables, así como el valor predictivo de las mismas, se ha planteado un modelo relacional considerando como variables dependientes el desempeño, las expectativas de éxito y la tendencia al abandono y como predictores las variables demográficas (sexo y país) y las tres dimensiones de burnout. Para operacionalizar estas relaciones se ha

llevado a cabo un análisis de regresión múltiple jerárquica con dos pasos sucesivos. En el primer paso, con el fin de controlar su efecto, se han considerando las variables demográficas: sexo y país. En un segundo paso se han incluido las tres dimensiones de burnout (agotamiento, cinismo y eficacia académica).

Resultados

Los análisis sobre la fiabilidad de las escalas muestran un valor $\alpha = .79$ para la escala de agotamiento, $\alpha = .81$ para la escala de cinismo y un valor $\alpha = .74$ para la escala de eficacia académica. Mostrando en todos los casos aceptables ya que supera el .70 recomendado (Nunnally & Bernstein, 1994). En el caso de la escala de cinismo se han obtenido estos coeficientes eliminando el ítem 13 (“*Quiero simplemente hacer mi trabajo/estudios y no ser molestado*”) imitando estudios previos que han utilizado esta estrategia para aumentar la fiabilidad de la escala.

Un análisis correlacional de las variables de burnout y académicas (Tabla 1) ha mostrado múltiples relaciones entre ellas. La tabla 1 muestra los valores descriptivos para cada una de las variables (medias y desviaciones típicas) y matriz de intercorrelaciones entre las escalas resultantes. Tal como se esperaba, las dimensiones de burnout se relacionan negativamente con el desempeño y las expectativas de éxito y positivamente con la tendencia al abandono. Es interesante resaltar las relaciones establecidas entre las variables académicas. El desempeño se relaciona positivamente con las expectativas de éxito y no obtiene relación significativa con la tendencia al abandono. Mientras que las expectativas de éxito se relacionan negativamente con la tendencia al abandono.

Tabla 1. Descriptivo e inter-correlaciones de las variables del estudio (n=1988)

	M	DS	1	2	3	4	5
1. Agotamiento	2.83	1.15					
2. Cinismo	1.56	1.22	.49**				
3. Eficacia Académica	3.90	.83	-.23**	-.41**			
4. Desempeño	78.27	28.43	-.14**	-.16**	.23**		
5. Expectativas Éxito	-.74	1.3	-.24**	-.28**	.30**	.33**	
6. Tendencia abandono	1.46	1.48	.13**	.23**	-.07**	(ns)	-.13**

(ns) = no significativo; ** p <.01

Los valores generales en las dimensiones de burnout revelan niveles medios de agotamiento y eficacia académica y valores bajos en cinismo. Sin embargo existen diferencias significativas entre países y en función del sexo. Los ANOVAs realizados considerando como factores país y sexo (tabla 2), muestran que estudiantes españoles y portugueses difieren significativamente en todas las variables analizadas. Son los estudiantes españoles los que presentan un perfil más desfavorecido al obtener puntuaciones más elevadas en agotamiento y cinismo y más bajas en eficacia académica. También los españoles obtienen peores resultados en sus exámenes, tienen menores expectativas de éxito en sus estudios y manifiestan más tendencia al abandono. En cuanto al sexo, los resultados han sido favorables a las mujeres en todos los casos. Las mujeres se han mostrado menos agotadas y cínicas y

más eficaces. También obtienen mejor desempeño, tienen mejores expectativas de éxito y menos tendencia a abandonar sus estudios.

Con el fin de obtener información más detallada acerca de las diferencias en función del sexo, se ha explorado la relación con la variable desempeño a través de las dos componentes que la forman (número de exámenes realizados y número de exámenes aprobados) ya que ambas aportan información relevante. Los hombres realizan más exámenes que las mujeres (Media hombres = 5.24; Media mujeres = 4,53) pero el porcentaje de exámenes aprobados es similar (Media hombres = 4.04; Media mujeres = 4,07). De esta manera, aunque los hombres realizan más exámenes al aprobar un porcentaje menor de éstos, el desempeño aparece menor que el de las mujeres.

Tabla 2. Análisis de varianza de las dimensiones de burnout y académicas en función de las variables sociodemográficas.

	Genero			País		
	Hombre	Mujer	F	España	Portugal	F
Agotam.	2.97	2.79	8.49**	3.31	2.61	161.62 ***
Cinismo	1.85	1.47	33.72***	2.04	1.35	140.71 ***
Eficacia Acad.	3.81	3.97	7.26**	3.72	3.98	42.79***
Desempeño	71.41	80.52	30.00***	67.10	85.54	172.22***
Exp. Exit.	-1.37	-.56	120.66***	-2.08	.30	919.81***
Tend. Aband.	1.69	1.39	13.74***	1.75	1.32	35.89***

*** (p <.001); ** (p <.01); (n.s.) = no significativo

En cuanto a los resultados del análisis de regresión múltiple jerárquica (Tabla 3), muestran algunas relaciones susceptibles de

considerar a nivel predictivo. Considerando como variables dependientes el desempeño, las expectativas de éxito y la tendencia al

abandono, la relación se ha establecido por un lado, con las variables demográficas: país y sexo y por otro lado, con dos factores de burnout (cinismo y eficacia académica). La variable agotamiento no ha mostrado relaciones directas con las variables dependientes. En cuanto a estas dimensiones de burnout, altos niveles de cinismo son predictores de un mal desempeño y de pobres expectativas en relación con el éxito en los estudios. Mientras que la eficacia académica se relaciona positivamente con el desempeño y las expectativas de éxito. En este sentido, las expectativas de los estudiantes estarían en función tanto del nivel de eficacia percibida por éstos como por la actitud cínica y distante que los estudiantes muestran ante sus estudios. Mientras que el desempeño vendría explicado también por una única variable de burnout, el nivel de eficacia académica percibida por los estudiantes.

La combinación de altos niveles de cinismo y bajos niveles de eficacia académica estarían prediciendo bajas expectativas en relación a los estudios. Al mismo tiempo, altos niveles de cinismo estarían prediciendo mucha tendencia a abandonar los estudios y altos niveles de eficacia estarían prediciendo un buen desempeño.

Si consideramos estos resultados en función de la variable sexo podremos confirmar que las peores expectativas de éxito se producen en el caso de los estudiantes hombres que además poseen niveles elevados de cinismo y bajas puntuaciones en eficacia académica. La tendencia al abandono, por su parte, se producirá también en el caso de estudiantes hombres con altas puntuaciones en cinismo. Mientras que mejor desempeño lo obtienen las estudiantes mujeres que además poseen altos niveles de eficacia.

Tabla 3. Análisis de regresión jerárquico para las variables académicas: desempeño, expectativas de éxito y tendencia al abandono.

	Desempeño		Expectativas de éxito		Tendencia al abandono	
	β	Cambio R^2	β	Cambio R^2	β	Cambio R^2
Paso 1		.10***		.36***		.02***
País	.05*		.10***		-.04	
Sexo	.26**		.50***		-.07**	
Paso 2		.04***		.04***		.04***
Agotamiento	.01		-.03		.02	
Cinismo	-.09*		-.09**		.19***	
Eficacia acad.	.21**		.20***		.05	
Vigor	.02		-.003		-.01	
Dedicación	-.16**		-.07*		-.04	
Absorción	.03		-.03		.00	
Multiple R	.37		.63		.25	
R^2	.14		.39		.06	
F	28.23***		135.50***		14.88***	

***p<.001; **p<.01; *p<.05

Conclusiones y discusión

El estudio del burnout en estudiantes universitarios es una línea de investigación novedosa y muy reciente. Los estudios realizados en este sentido han estado dirigidos a la confirmación de la incidencia del síndrome de burnout en estas muestras preprofesionales. En nuestro caso, el interés

del presente trabajo radica en el hecho de que sus aportaciones pueden considerarse para la mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje. La relación entre dimensiones de burnout y desempeño es una cuestión importante al igual que la establecida con otras variables académicas como las expectativas de éxito o el grado de compromiso con los estudios y la tendencia

al abandono de los mismos. Al señalar una relación directa entre niveles de burnout y variables académicas surgiría la necesidad de estudiar los antecedentes del burnout ya que se podría actuar sobre ellos con el propósito de disminuir su incidencia y con ello, mejorar el desempeño, elevar las expectativas de éxito y reducir la tendencia al abandono.

Mediante el estudio de una muestra de 1988 estudiantes universitarios de España y Portugal se han mostrado los niveles de burnout experimentados por los estudiantes en las tres dimensiones que este constructo contiene: agotamiento emocional, cinismo o distancia mental de los estudios y eficacia académica. Los resultados ponen de manifiesto que existen diferencias en los niveles de burnout en función de la variable género al obtener los estudiantes hombres puntuaciones de burnout significativamente superiores en las dimensiones de agotamiento y cinismo e inferiores en eficacia académica. Estos resultados no son coincidentes con la mayoría de los obtenidos en muestras profesionales en los que las mujeres suelen aparecer más agotadas y menos eficaces, mientras los hombres se muestran más cínicos. En relación con la variables académicas las estudiantes mujeres también obtienen puntuaciones más ventajosas ya que obtienen mejor desempeño, tienen mejores expectativas de éxito y menos tendencia al abandono de sus estudios. En realidad parece que las estudiantes mujeres ajustan más sus expectativas respecto a sus posibilidades de aprobar ya que se presentan a menos exámenes, se arriesgan menos que los hombres, pero aprueban un porcentaje superior de exámenes de los realizados. En cuanto a las expectativas de éxito es un resultado comprensible si pensamos que éstas se establecen en gran medida considerando el éxito obtenido en el pasado. El éxito pasado puede considerarse como un antecedente de las expectativas futuras. Así, más exámenes aprobados suponen mejores expectativas de éxito futuro. La tercera de las variables,

tendencia al abandono, también podrá explicarse en relación con las dos anteriores. En la medida en que el desempeño es bueno y las expectativas son positivas, se producirá menos tendencia a abandonar los estudios y viceversa, el fracaso se relacionaría con peores expectativas y a la búsqueda de otro desarrollo fuera de los estudios.

En cuanto a la relación entre niveles de burnout y variables académicas se ha mostrado que agotamiento y cinismo se relacionan positivamente con la tendencia al abandono y negativamente con el desempeño y las expectativas de éxito. Mientras que altos niveles de eficacia académica se relaciona positivamente con el desempeño y las expectativas de éxito y negativamente con la tendencia al abandono. Al igual que se ha mostrado en numerosos estudios realizados con muestras profesionales, los valores altos en burnout (alto agotamiento, alto cinismo y baja eficacia) se relacionan con consecuencias negativas que en el caso de los estudiantes se concreta en mal desempeño y bajas expectativas de éxito.

Las relaciones establecidas a nivel predictivo, muestran que dos de las variables de burnout (cinismo y eficacia académica) como predictores de las variables académicas. Altos niveles de cinismo predicen mucha tendencia a abandonar los estudios. Sobre todo en el caso de los hombres. Mientras que la situación de alto nivel de cinismo combinado con bajo nivel de eficacia son predictores de bajas expectativas de éxito. En cuanto a la variable desempeño, la dimensión de burnout que se ha mostrado como predictor ha sido la eficacia académica. Altos niveles de eficacia, sobre todo en el caso de las mujeres, son un buen predictor del desempeño. Una reflexión sobre estos resultados muestra como la variable académica de tendencia al abandono, que puede ser considerada más negativa, tiene como antecedente una dimensión de burnout también negativa, el cinismo o actitud de distanciamiento de

los estudios. Mientras que las expectativas de éxito son predichas tanto por esta actitud cínica como por el bajo nivel de eficacia. Es decir por una dimensión negativa y otra positiva del burnout. Finalmente el desempeño, viene predicho únicamente por una dimensión positiva de burnout, la eficacia. Si consideramos las diferencias significativas entre hombres y mujeres, podemos establecer también predicciones en función del sexo ya que el sexo se revela como predictor de las tres variables académicas. Las mujeres con altos niveles de eficacia, y bajos niveles de cinismo, son las que obtienen mejor desempeño, mejores expectativas de éxito y abandonan menos sus estudios.

La relación entre eficacia y desempeño puede ser entendida desde la teoría propuesta por Bandura (1997). La eficacia académica se entiende como las creencias que los estudiantes tienen sobre sus capacidades y la posibilidad de ejecutar ciertos cursos de acción que les llevarán a la obtención de ciertos resultados académicos. Así los estudiantes con elevados niveles de eficacia se esfuerzan más, son más perseverantes, tienen más control sobre la situación y afrontan mejor los fracasos. Por otro lado, una de las fuentes de las creencias de eficacia son las experiencias de dominio y los éxitos pasados. Así, un buen desempeño en el pasado consolida elevadas creencias de eficacia y estas creencias guían el desempeño futuro. Se trata de un determinismo recíproco y bidireccional entre desempeño y creencias de eficacia

De esta manera, también se explicaría el resultado obtenido acerca de la relación entre eficacia y expectativas de éxito ya que las creencias de eficacia son la base de las expectativas sobre las acciones futuras.

Finalmente para tener un conocimiento amplio de relaciones entre burnout y variables académicas es preciso identificar los antecedentes del burnout ya que su conocimiento hará posible intervenciones preventivas. En este sentido, la investigación

futura tratará de identificar aquellos factores personales, organizacionales y académicos que se relacionan con el burnout en estudiantes con el fin de posibilitar mejoras en el bienestar de los estudiantes y garantizar el éxito y la calidad de la enseñanza universitaria.

Referencias

- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy. The exercise of control*. New Jersey: Freeman.
- Chatterjee, J. & McCarrey, M. (1991). Sex-role attitudes, values and instrumental-expressive traits of women trainees in traditional vs. non-traditional programmes. *Applied Psychology. An International Review* 40: 281-297.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues* 30: 159-165.
- Green, D. E., Walkey, F. H. & Taylor, A. J. W. (1991). The three-factor structure of the Maslach Burnout Inventory. *Journal of Social Behavior and Personality* 6: 453-472
- Greenglass, E.R. & Burke, R.J. (1988). Work and family precursors of burnout in teachers. Sex differences. *Sex Roles* 18: 215-229.
- Lee, R.T. & Ashforth, B.E. (1996). A meta-analytic examination of the correlates of the three dimensions of job burnout. *Journal of Applied Psychology* 81: 123-133.
- López, M. (1995). La elección de carrera típicamente femenina – típicamente masculina. *Psicología del Trabajo y Organizaciones* 11: 75-77.
- Martínez, I.M., Marques-Pinto, A. & Lopes da Silva, A.L. (2001). Burnout em estudantes do ensino superior. *Revista Portuguesa de Psicologia* 35: 151-167
- Martínez, I.M., Marques-Pinto, A., Salanova, M. & Lopes da Silva, A. (2002). Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal. Un estudio transcultural. *Ansiedad y Estrés* 8: 13-23
- Maslach, C. (1993). Burnout: a multidimensional perspective. En Schaufeli, W. B. Maslach, C. & Marek, T. (Ed.) *Professional Burnout*. Washington: Taylor & Francis

- Maslach, C. (1999). Progress in understanding teacher burnout. In Vandenberghe, R. & Huberman, A.M. (Eds.). *Understanding and Preventing Teacher Burnout. A sourcebook of international research and practice*. Cambridge: Cambridge University Press
- Maslach, C. & Leiter, M. P. (1997). *The Truth About Burnout – How organizations cause personal stress and what to do about it*. San Francisco: Jossey-Bass Inc.
- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1981). *The Maslach Burnout Inventory. Research Edition*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C., Schaufeli, W.B. & Leiter, M.P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology* 52: 397-422.
- Nunnally, J.C. & Bernstein, I.H. (1994). *Psychometric theory*. New York, NY: McGraw-Hill.
- O'Driscoll, M.P. (1996). The interface between job and off-job roles: enhancement and conflict. *International Review of Industrial and Organizational Psychology* 11: 279-307
- Poulin, J.E., & Walter, C.A. (1993). Burnout in gerontological social work. *Social Work*, 38, 305-310.
- Prince, L. & Spence, S.H. (1994). Burnout symptoms amongst drug and alcohol service employees: Gender differences in the interaction between work and home stressors. *Anxiety, Stress and Coping* 7: 67-84.
- Schaufeli, W. & Enzmann, D. (1998). *The Burnout Companion to Study and Practice – a critical analysis*. London: Taylor & Francis
- Schaufeli, W.B., Leiter, M.P., Maslach, C. & Jackson, S. E. (1996). Maslach Burnout Inventory General Survey. In Maslach, C., Jackson, S.E. & Leiter, M. P. (Eds.) *Maslach Burnout Inventory Manual* (3^a ed) Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Schaufeli, W.B., Martínez, I.M., Marqués-Pinto, A., Salanova, M. & Bakker, A. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Studies* 33:, 464-481
- Schaufeli, W.B., Salanova, M., González-Romá, V. & Bakker, A. (2002). The measurement of burnout and engagement: A confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies* 3: 71-92.
- Van Horn, J.E., Schaufeli, W.B., Greenglass, E.R. & Burke, R.J. (1997). A Canadian-Dutch comparison of teachers' burnout. *Psychological Reports* 81: 371-382.

Recebido em 03/2005

Aceito em 05/2005