

Original

Manifestaciones del síndrome de *burnout* en una población de estudiantes de posgrado extranjeros en Argentina

DANIELA FLORES, PABLO FONTALVO, SERGIO ORLANDINI CAPPANNARI, ROBERTO SIVAK

DANIELA FLORES
Especialista en Psiquiatría.
Departamento de Psiquiatría y
Neurociencias, Universidad
Maimónides. División Salud
Mental Hospital de Agudos
Teodoro Álvarez,
Ciudad de Buenos Aires,
R. Argentina.

PABLO FONTALVO
Especialista en Psiquiatría.
Departamento de Psiquiatría y
Neurociencias,
Universidad Maimónides,
Ciudad de Buenos Aires,
R. Argentina.
Organización Mente Sana,
Santiago de Cali, Colombia.

SERGIO ORLANDINI CAPPANNARI
Especialista en Psiquiatría,
Departamento de Psiquiatría y
Neurociencias, Universidad
Maimónides. ADSUM Centro
de Salud Mental y Adicciones,
Ciudad de Buenos Aires,
R. Argentina.

ROBERTO SIVAK
Especialista en Psiquiatría,
Departamento de Psiquiatría y
Neurociencias,
Universidad Maimónides.
División Salud Mental Hospital
de Agudos Teodoro Álvarez,
Ciudad de Buenos Aires,
R. Argentina.

CORRESPONDENCIA
Esp. Daniela Flores.
Don Bosco n°3792, 3 A. C1206ABF.
Ciudad de Buenos Aires,
Argentina;
danymfh@gmail.com

La globalización económica condiciona flujos migratorios que afectan millones de personas, incluyendo estudiantes con objetivos académicos. La migración implica un factor potencial de estrés y *burnout*. Se describe el concepto de migración y *burnout* académico evaluándose su presencia y factores de riesgo en una muestra de universitarios migrantes y no migrantes (N= 60). Se hallaron niveles moderados de cansancio emocional y despersonalización. Se recomienda el diseño de políticas en la perspectiva de prevención en salud mental a través del estudio de factores económicos, políticos, culturales y antropológicos asociados.

Palabras clave: Migración – Stress – Educación – Salud mental.

Burnout Syndrome in a Population of Foreign Postgraduate Students in Argentina

Economic globalization conditions migratory flows that affect millions of people, including students with academic goals. Migration involves a potential factor of stress and burnout. The concept of migration and academic burnout is described, evaluating their presence and risk factors in a sample of university migrants and non-migrants (N= 60). Moderate levels of emotional exhaustion and depersonalization were found. Academic, personal and cultural factors associated with migration are described. It is recommended the design of policies in the perspective of mental health prevention through the study of economic, political, cultural and anthropological factors associated with the problem.

Key words: Migration – Stress – Education – Mental Health.

Introducción

El fenómeno de migración de personas motivadas por la expectativa de obtener un grado o posgrado académico aumenta en el mundo entero. Profesionales y estudiantes de Latinoamérica migran a otros países para cursar estudios terciarios o universitarios, perfeccionarse en su carrera o cursar una especialidad. Esto los lleva a exponerse a factores de riesgo personal, familiar, social, cultural, laboral, académico y legal, que favorecen la aparición del síndrome de *burnout* el cual representa un importante factor de ausentismo, bajo rendimiento académico y/o abandono de la especialización.

El estudio de síntomas somáticos, cognitivos, conductuales y emocionales de desgaste emocional y su correlación con factores relacionados, como características de personalidad, edad, género, historia de aprendizaje y estilos de afrontamiento, podrían contribuir a la prevención de dicho síndrome en universitarios migrantes.

Aun cuando el estudio de *burnout* en profesionales de la salud y educación entre otros es considerable, la situación del mismo en migrantes universitarios en el ámbito académico no ha sido estudiada en profundidad [2].

Se entiende por migración al desplazamiento de personas desde el lugar de origen a otro destino. La migración puede llevar a una serie de problemas por las diferencias culturales, tradiciones y valores y a la vez ser fuente de posibilidades para ambos países, el país huésped y el de origen [7].

Los estudiantes extranjeros se han definido como residentes temporarios, personas que migran desde su país de origen a otro por un tiempo relativo, de seis meses a cinco años y que regresan a su país luego de cumplido su objetivo. Según estadísticas de la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económicos (OCDE) se registran aproximadamente 1.500.000 estudiantes extranjeros [8]. Estas migraciones originariamente tuvieron fines políticos y de cooperación entre los países centrales, en particular los más desarrollados como Inglaterra, Alemania y en menor porcentaje algunos países de Asia y Sudamérica. El objetivo era dar

formación científica y técnica, que regresaran a sus países llevando factores de evolución social y económica promoviendo la armonía y colaboración entre ambos países. En general la financiación era por parte del país huésped [3]. América latina recibe un flujo menor de estudiantes extranjeros que los países citados: Brasil, México y Argentina son los países que cuentan con la mayor cantidad de estudiantes extranjeros de la región. Argentina a partir del año 2000 comenzó a recibir una mayor cantidad de estudiantes extranjeros en su mayoría latinoamericanos. En la actualidad la cantidad aproximada es de 24.000 migrantes; esta tasa duplica la cifra de 2006 y ubica a la Argentina en el cuarto lugar como país huésped en América después de Estados Unidos, Canadá y Uruguay. En las últimas décadas se evidenció un incremento en el número de profesionales en salud en países en vías de desarrollo, que entran en competencia por puestos laborales. El número de profesionales aumenta progresivamente sin un incremento paralelo de cargos públicos y con serias dificultades de inserción en el ámbito privado. Los cambios socioeconómicos obligan a los profesionales a migrar a países que ofrezcan una más accesible y mejor calidad de educación y mayor número de oportunidades laborales. Estos factores promueven migraciones dejando a la familia en el país de origen con la exigencia de trabajar hasta el término de los estudios para solventar económicamente la estadía en un país ajeno al propio.¹

Los cambios psicológicos del migrante involucran entre otras, exigencias adaptativas en la actitud hacia la propia identidad y la nueva cultura local [9]. La adaptación cultural implica la puesta en marcha de habilidades sociales adecuadas para funcionar en un medio nuevo y complejo. El proceso de adaptación del estudiante extranjero a las culturas locales se denomina aculturación [21]. Es el proceso de cambio psicológico y cultural, resultado del contacto intercultural el cual podría implicar enriquecimiento, pero también un factor de estrés o trauma psíquico [10, 11]. Si

¹ Cfr. Sivak R, Flores Helguero D, Acosta M, Fontalvo P, Mercado M, Orlandini Cappanari S. Estrés y burnout en universitarios migrantes en formación. Comunicación Preliminar. IX Congreso Argentino de Salud Mental. 26 al 28 de agosto, 2015. Buenos Aires, R. Argentina.

la adaptación no se logra adecuadamente, el migrante puede experimentar el estrés de la aculturación [6, 22];² esto ocurre cuando experimenta reacciones físicas y emocionales adversas, como resultado de la adaptación a un medio poco familiar.

En el continente americano, las migraciones Sur-Norte han sido parte de estadísticas de gran relevancia y de estudios exhaustivos a cargo de instituciones internacionales. Sin embargo, por ahora es difícil obtener estadísticas de la migración Sur-Sur y su impacto en la salud mental. Dada la relevancia del fenómeno, se han desarrollado en varias universidades privadas estudios de postgrado sobre migración de colombianos a Argentina. En ellos se describen como motivaciones principales: obtención de una trayectoria académica, intercambio de conocimientos e incluso, exilio académico [1].

Los datos objetivos y la bibliografía sobre migración académica centrada en los flujos Sur-Norte (América Latina–Estados Unidos, Canadá–Europa) brindan información que indica consecuencias positivas a los individuos y sus sociedades de origen; es decir, la migración académica Sur-Norte se define como un evento positivo en el que los migrantes ganan más de lo que pierden, debido a las características de ambos países. En cambio el impacto de las migraciones Sur-Sur aún no ha sido exhaustivamente estudiado.

El análisis de la migración dentro de América Latina podría ser focalizado, por un lado, en el sistema educativo superior, diagnosticado en algunos trabajos como en estado crítico, y por otro, en el contexto sociopolítico que favorece la migración, los requisitos migratorios más laxos que en otros países y las condiciones económicas actuales. Estos factores podrían ser considerados inicialmente para conocer motivaciones, causas y consecuencias del fenómeno migratorio. Para otros países como España, el fenómeno no es tan nuevo como lo es para Argentina. En España, el fenómeno migratorio desde América Latina lleva varias

décadas y ya tienen ante sí realidades objetivadas a través de estudios de investigación, y éstos han servido para tratar de rectificar los aspectos y consecuencias negativas del fenómeno.

Se ha definido al estrés como un proceso sostenido en el tiempo en el que, de manera regular, un individuo percibe un desbalance entre las instancias de una situación y los recursos con los que cuenta para hacer frente a la misma [20]. En este sentido la migración es considerada un factor estresante que posteriormente podría contribuir a la aparición de manifestaciones clínicas del síndrome de *burnout*, pudiendo causar un fuerte impacto para el profesional. El cambio de residencia exige adaptarse a cambios de idioma, modismos lingüísticos, cultura, costumbres y forma de vida habitual de cada región. En un grado considerable, estos cambios pueden no ser bien procesados, representando un factor de riesgo para un bajo rendimiento académico, debido al malestar prolongado. Las manifestaciones clínicas, tanto físicas como psíquicas de esas exigencias, pueden provocar distrés (estrés patológico) o incluso síndrome de desgaste profesional o *burnout*, como cansancio emocional, fatiga física, pérdida del interés por la actividad laboral o académica, sentimiento de reducida competencia, poca motivación y desarrollo de actitudes disfuncionales en el trabajo e incluso la decisión de abandonar el trabajo o el estudio [12, 23].³ [En la actualidad se evidencian manifestaciones similares en estudiantes con relación a su actividad, por lo que se ha propuesto [13] ampliar la definición del síndrome de *burnout* e incluir el ámbito académico, ya que trabajos previos muestran que los estudiantes con altos niveles de *burnout* se sienten agotados por las exigencias del estudio y presentan actitud cínica, distante hacia el estudio y se sienten ineficaces como estudiantes. Al igual que los trabajadores formales, los estudiantes universitarios pueden llegar a encontrarse en condiciones de padecer riesgos y

² Cfr. Sivak R. La salud de los profesionales de salud. Burnout y estrés laboral en una muestra de 220 trabajadores de la salud. XLIX Jornadas Científicas Hospital Álvarez, 11 al 13 de noviembre de 2004. Ciudad de Buenos Aires, R. Argentina.

³ Cfr. Higuera D. *et al.* Aportes para la comprensión de la llegada de estudiantes colombianos a las universidades argentinas: Construcción de un estudio exploratorio. I Jornadas Interdisciplinarias de jóvenes Investigadores en Ciencias Sociales. IDAES/UNSAM. Mesa 4 Migraciones: Identidad y política. Del 8 al 10 de mayo de 2013. Ciudad de Buenos Aires, Argentina.

daños psicosociales ante estresores y demandas concurrentes, excesivas o inadecuadas, crónicamente irresueltas o de forma inadecuada, dependientes de los contextos organizacionales universitarios, del trabajo académico de los estudiantes y ante recursos psicológicos personales no favorables, a lo cual pueden dar respuestas no adaptativas y perniciosas, como el llamado síndrome de quemarse por los estudios (*burnout* académico) [18]. De manera específica, el estudio de Caballero, Abello y Palacio [5], ha detectado la presencia del síndrome en estudiantes de psicología en un 41.6 % de los casos; estos alumnos experimentan la sensación de no poder dar más de sí mismos y una actitud cínica sobre el valor y sentido de sus tareas como estudiante; el 38.2% de la muestra experimentó agotamiento, el 29.7% cinismo y el 48.6% un sentimiento de ineficacia.

La asociación entre el *burnout* académico y el desempeño académico aún no es clara [4]. Existen estudios que no hallan relaciones significativas y, en el otro extremo, otros han encontrado claras asociaciones entre ambos; en tal sentido se ha señalado el bajo desempeño como variable predictora del síndrome en algunos trabajos, en tanto en otros se lo ha entendido como una consecuencia del mismo [4, 7].

Desde la perspectiva psicosocial, se considera que el estudiante universitario está expuesto a múltiples demandas. Las mismas ejercen presión y predisponen a ambigüedades en el rol académico, produciendo frecuentemente intensa tensión [14]. Diversas investigaciones muestran que los universitarios experimentan manifestaciones de *burnout* frente a los estudios. Los estudiantes se ven expuestos a grandes cargas de estrés durante su formación. Algunos desarrollan estrategias que posibilitan un afrontamiento adecuado frente al estrés producido y otros utilizan como mecanismo de afrontamiento la evitación, con la consecuencia de malestar prolongado, agotamiento psico-físico, sensación de desvalorización, pérdida de interés en relación al estudio, autocritica negativa y dudas frente a la capacidad que tiene frente al estudio [19]. Estas características al presentarse juntas forman el síndrome de *burnout* académico.

Tres tipos de variables influyen en la presen-

cia del síndrome de *burnout* académico:

1. *Variables académicas*: falta de apoyo de tutores; relaciones distantes y de poca comunicación con los profesores; inadecuada distribución de la carga horaria; dificultades con el servicio de la biblioteca; centros de copiado que no ofrecen adecuados servicios; administrativos que no ofrecen adecuada gestión y atención; falta de tutorías educativas; aulas informáticas con pocos equipos; déficit de información; aulas con inadecuada ventilación e iluminación; transporte inadecuado para llegar a la universidad; sobrecarga de materias; impuntualidad o ausentismo por parte del profesor; mobiliario inadecuado; ambigüedad del rol; complejidad de asignaturas; profesores exigentes o cursos realizados en tiempo de vacaciones.

2. *Variables ambientales y/o sociales*: no contar con *feedback* adecuado de los compañeros; no participar en actividades culturales o recreativas; recreación de difícil acceso; competitividad entre compañeros de estudios; poco apoyo social de la familia y amigos; falta de recursos económicos o ausencia de ofertas laborales. Los estudiantes de humanidades, se perciben más eficaces académicamente y manifiestan mayores niveles de felicidad académica y satisfacción con los estudios, mientras que los estudiantes de derecho, ciencias empresariales y relaciones laborales, entre otros, presentan mayores niveles de cinismo y menores niveles de motivación y satisfacción [16].

3. *Variables personales*: se ha descrito que las mujeres presentan el síndrome con mayor frecuencia; ausencia de novedad en las actividades cotidianas; dificultad en la planificación del tiempo; ansiedad ante los exámenes; baja autoeficacia; rasgos de personalidad ansiosa o rígida; bajas competencias básicas, sociales y/o cognitivas; altas expectativas de éxito en los estudios; baja motivación hacia los estudios; insatisfacción frente a los estudios. Un aspecto que incide en el rendimiento académico es el trabajo, ya que los estudiantes que trabajan tienen menos tiempo para estudiar [15]. Sin embargo, es importante mencionar que aquellos que trabajan en ramas afines a las que estudian, tiene mejor propensión a lograr buenos resultados finales

[18], aprobando exámenes y no repitiendo materias gracias a la transferencia de conocimiento entre el trabajo que se realiza y los estudios. El trabajo parece promover la disciplina, reforzando el sentido de responsabilidad en el desempeño académico [17]. Por otra parte, los estudiantes que trabajan deben manejar mejor los horarios y hacer cronogramas diarios para cumplir con todos sus deberes a diferencia de los que no trabajan. No hay estudios concluyentes que relacionen linealmente al trabajo con un bajo rendimiento académico [17].

El presente trabajo se propone identificar la presencia de síndrome de *burnout* en estudiantes de posgrado y evaluar la presencia y porcentaje de los factores de riesgo asociados al mismo.

Materiales y métodos

Muestra

Participaron 60 alumnos del postgrado (especialización en Psiquiatría) de una universidad argentina, cursantes del primer año (n=35) y segundo año (n=25).

Instrumentos

En este estudio descriptivo y exploratorio inicial se utilizó el Inventario para *burnout* de Maslach para estudiantes [14] y la Escala de factores de riesgo biopsicosociales asociados a *burnout* académico. Se realizó estadística descriptiva en 60 estudiantes, con resultados en porcentajes de presencia de grados de *burnout* y de factores de riesgo para *burnout* académico considerando las variables académicas, ambientales, personales y sociales propias del universitario migrante.

Procedimientos de recolección y análisis de datos sobre factores de riesgo para síndrome de burnout académico

Para llevar a cabo la recolección de datos se solicitó a los participantes el consentimiento correspondiente y se aseguró la confidencialidad de los mismos.

Para analizar las dimensiones del síndrome de *burnout* y la escala de percepción del clima socio escolar se realizaron análisis descriptivos con el fin de obtener porcentajes de incidencias de los factores de riesgo asociados

Resultados

Se realizó una revisión y tabulación de los

datos obtenidos en el Inventario de Maslach para síndrome de *burnout* estudiantil, luego se sumaron los resultados y se convirtieron en porcentajes categorizándolos según la siguiente clasificación: sin síntomas: 0-25%; leve: 26-50%; moderado: 51-75%; grave: 76-100%.

Del análisis de los resultados, surge que la puntuación es alta en cansancio emocional (mayor 25%) y en despersonalización (mayor de 25%), y baja en realización personal (menos de 25%). En la cursada 2015 se presenta en 8 alumnos, lo cual corresponde a un 23% y en la cursada 2014 se presenta en 9 alumnos con un 36%, aunque la intensidad de los síntomas son de tipo leve, indican caso positivo para síndrome de *burnout* estudiantil (ver tabla1).

Tabla 1. Estudiantes con síntomas de burnout estudiantil según el Inventario Maslach (N= 60)

Inventario de Maslach	2015		2014	
	n	%	n	%
Positivo para burnout estudiantil	8	23	9	36
Negativo para burnout estudiantil	27	77	16	64
Total	35	100	25	100

La evaluación y tabulación de los datos de la encuesta de los factores de riesgo para síndrome de *burnout* nos permitió identificar la presencia y porcentaje de estudiantes expuestos a factores de riesgo como la procedencia, edad, sexo, estado civil, tipo de vivienda, factores migratorios y culturales (manejo de la moneda, modismos, recreación, espiritualidad, separación de sus amigos y relación con nativos) (ver tabla 2).

Tabla 2. Factores migratorios y culturales en estudiantes de posgrado (N= 60)

Factores	2015		2014	
	n	%	n	%
Manejo de la moneda	17	49	10	40
Modismos	13	37	8	32
Recreación	12	34	10	40
Espiritualidad	10	29	7	28
Separación de sus amigos	15	43	8	32
Relación con nativos	13	37	11	44

Los factores sociodemográficos para lograr el objetivo de estudiar una carrera, incluyen traslados (migración), cambio de vivienda, alquiler vivienda, compra o adquisición de mobiliario y pago de servicios públicos (aunque algunos logran alquilar vivienda de forma temporal bajo el modelo de un solo pago mensual por todos los gastos). La edad, sexo y estado civil es variable en los dos grupos de estudio. Los solteros migrantes pueden estar solos en el sitio de estudio, mientras que los casados o que viven en unión libre, acompañados. Respecto a factores migración y adaptación cultural, los grupos de estudiantes manifestaron en menos de un 49% de los casos, dificultades (entre otras) para el manejo de la moneda, la relación con nativos, separación de sus amigos, recreación, modismos idiomáticos y factores espirituales.

Hábitos de vida

Los hábitos de actividad física regular, dieta balanceada, horas suficientes de sueño, son importantes para prevenir tanto *burnout* como patologías cardiovasculares, obesidad y/o pulmonares que podrían afectar el proyecto académico. Se evidencia presencia de hábitos no saludables en porcentajes significativos, a considerar eventualmente en programas preventivos (ver tabla 3).

Tabla 3. Hábitos de vida en estudiantes de posgrado (N= 60)

Factores	2015		2014	
	n	%	n	%
Fumador	5	14	5	20
Ejercicios físicos	16	46	14	56
Uso de medicación crónica	11	31	7	28
Duerme 6 horas o mas	21	60	18	72
Dieta balanceada	10	29	15	60

Red Social

Asimismo, se evaluaron factores de riesgos relacionados con la red de apoyo social, como el número de hijos, integrantes del grupo de convivencia, tiempo de dedicación a la familia, a las actividades de ocio y número de amigos. La migración implica considerar número de hijos, distancia de la familia de origen y posibilidad de armar nuevas redes en el país de llegada. En la cursada 2015, si

bien el 37% de los estudiantes encuestados tiene uno o más hijos, la convivencia relacionada con el grupo de apoyo primario es representativa al relacionarla con el número de hijo, ya que el 54 % vive con la pareja e hijos. En cuanto a la cursada 2014, es importante mencionar que ninguno de los encuestado vive con los padres (tabla 4).

Tabla 4. factores de riesgos relacionados con la red de apoyo social (N 60)

Factores	2015 (%)	2014 (%)
<i>Número de hijos</i>		
Sin hijos	63	24
Un hijo	23	36
Dos hijos	3	20
Más de dos hijos	11	20
<i>Convivencia</i>		
Pareja e hijos	54	68
Con hijos	3	16
Solo	32	16
Con los padres	11	0
<i>Dedicación a la familia</i>		
Menos de dos horas	49	32
Dos-6 horas	34	36
Más de 6 horas	17	32
<i>Actividades de ocio</i>		
Menos de 2 horas	60	76
Hasta 3 horas diarias	29	20
Más de 3 horas	11	4
<i>Amigos</i>		
Dos amigos	11	11
Más de 2 amigos	89	89

Antecedentes académicos

Por otra parte, también se tuvieron en cuenta los antecedentes académicos teóricos y prácticos antes del inicio de la especialización, ya sea a manera de cursos, diplomados, postgrado, residencia o concurrencia en psiquiatría, por lo cual consideramos si el encuestado tenía formación previa en la carrera y años de experiencia a la fecha de la realización de la encuesta. En tal sentido, el 80 % de la cursada de 2015 presenta antecedentes de formación en psiquiatría (34% con menos de un año, 31% más de tres años de experiencia, 20% hasta 2 años y un 14% de dos a tres años); en cuanto a la cursada de 2014, el 76% tiene antecedentes de formación en psiquiatría (53% más de tres años de experiencia, 24% de uno a dos años, 20% con menos de un año y un 4% de dos a tres años). La mayoría de los profesionales tiene antecedentes de formación en psiquiatría lo cual sería un potencial factor protector.

Prácticas académicas en la carrera

Con esta variable se evaluó si los estudiantes cuentan con un contrato laboral en el lugar donde están realizando las prácticas de la especialización. También si tienen dedicación exclusiva en los sitios de prácticas asignados por la institución y si se les asignan turnos en el servicio de guardia psiquiátrica nocturna (o fines de semana). En la cursada 2015 el 26% tienen un contrato laboral, el 71% tienen dedicación exclusiva y un 9% realizan guardias, mientras que en la cursada 2014 el 56% tiene dedicación exclusiva y un 44% contrato laboral. Esto indicaría que la mayoría tienen dedicación exclusiva, seguida de contratos laborales y muy pocos realizan guardias.

Características de las actividades prácticas educativas

La institución ofrece tres años de prácticas para los estudiantes que no cuentan con la misma, en modalidad de residencia y concurrencia. Se evaluó si cuentan con la presencia de tutor psiquiatra asignado por la institución o tutor y estudiantes de cursadas anterior. Se contempló el número de reuniones con el equipo interdisciplinario en el lugar de realización de las prácticas y el número de supervisiones en la semana con el tutor asignado. Podemos evidenciar que la mayoría tiene tutor psiquiatra o estudiante superior, supervisando entre 1-2 veces a la semana, número que coincide con las reuniones interdisciplinarias de la mayoría.

Factores económicos

Las fuentes de ingresos se estudiaron desde los que dependen económicamente de los padres hasta los que se sostienen a través de sus ahorros. La mayoría de los estudiantes trabaja mientras cursa para poder mantenerse. Otra parte estudia con ayuda de sus padres o ahorros.

Características de las actividades en el centro de prácticas asistenciales

Los centros de prácticas son asignados por la institución, en otros casos son acordados externamente pero son verificados y se les realiza seguimiento. Muchos estudiantes realizan rotaciones de prácticas en forma de residencia o concurrencia con otras instituciones. Por este motivo se incluyó la

estimación del tiempo de traslado desde el lugar de vivienda hasta el centro de prácticas y el número de pacientes en el servicio donde realizan las prácticas que atienden diariamente (ver tabla 5). En cuanto a la comunicación con los compañeros del servicio en la cursada 2015 es buena en un 91% (con el equipo interdisciplinario en un 77%, con los tutores en un 43% y con la institución en un 43%) y el nivel de autonomía es percibido como nivel medio en un 40% (un 31% como alta y dos grupos de 14% uno como baja y el otro como muy alta). En la cursada 2014 un 84% reporta comunicación con los compañeros como buena (un 72% con el equipo interdisciplinario, los tutores y la institución); el nivel de autonomía es percibido como nivel medio en un 40%, un 32% como muy alta, un 20% como alta y un 8% como baja.

Tabla 5. Características de las actividades en el centro de prácticas asistenciales (localización del centro del lugar de vivienda y pacientes diarios N= 60)

Factores	2015 (%)	2014 (%)
Tiempo		
Menor a 30 minutos	43	44
Hasta 45 minutos	31	16
Entre 45 y 60 minutos	14	24
Mas de 60 minutos	12	16
Número de pacientes diarios		
1-3	54	44
Mas de 10	31	32
4 a 10	15	24

Factores académicos teóricos

Se realizó una evaluación sobre factores de riesgo de *burnout* relacionados con las actividades teóricas en la institución y su equivalente a nivel práctico en las rotaciones, se evaluó el impacto relacionado con la aceptación o percepción de satisfacción. En las dos cursadas se consideraron el número de horas por tema (aceptación en más de un 80% de los encuestados), número de horas día teóricas (aceptación en más de un 83% de los estudiantes encuestados), número de horas día prácticas (aceptación en más de un 86% de los estudiantes encuestados) y numero de compañeros (aceptación en más de 71% de los estudiantes encuestados).

Conclusiones

La migración en particular Sur-Sur es un fenómeno creciente en la formación de profesionales en salud mental constituyendo un potencial factor de estrés y *burnout*. Las manifestaciones clínicas de estrés o *burnout*, no reconocidas o no tratadas a tiempo pueden llevar a abandonar los estudios con la consiguiente frustración de las expectativas y sus consecuencias. La investigación de factores desencadenantes, predisponentes como de factores protectores y de resiliencia individuales, favorece el logro de los objetivos educacionales. Esto contribuiría a la promoción de salud mental de los estudiantes y su familia.

El aumento del número de migrantes representa un hecho social complejo y un desafío en su comprensión. El esfuerzo adaptativo puede llevar impacto en la vida personal académica y laboral requiriendo comprensión y contención. Esos factores no deberían eludirse en el diseño de adecuadas políticas educacionales de grado y posgrado.

Aunque la intensidad de los síntomas son de tipo leve en cansancio emocional, moderado en despersonalización y asintomáticos en realización personal, respecto a la especialización en psiquiatría que están realizando en la institución, los factores de riesgo para síndrome de *burnout* académico, están presen-

tes en diverso grado en la población estudiada. Algunos de ellos se relacionan con políticas socioeconómicas, migratorias o requisitos académicos en Latinoamérica. Otros, en cambio, con factores personales, estilos de afrontamiento y situaciones propias del universitario migrante.

La prevención adecuada de síndrome de *burnout* académico y/o laboral en los migrantes, lleva a sugerir la conveniencia de campañas de asesoramiento, centros de integración y programas psicoeducacionales orientando sobre los modos de buscar ayuda.

Confiamos que un mayor conocimiento de estos aspectos pueda contribuir a estrategias de prevención y tratamiento precoz, para evitar un mayor impacto en la salud de los estudiantes y su entorno y que al mismo tiempo permita una mejora significativa en su calidad de vida. Para estos fines sería de gran ayuda contar con el apoyo de los gobiernos de los países involucrados, organismos de migración, instituciones universitarias y asociaciones profesionales.

Agradecimientos:

Los autores agradecen al Dr. Gustavo Tafet por su apoyo para el desarrollo del presente trabajo y por la lectura crítica del manuscrito y al Dr. Martin Indarte por su contribución al desarrollo metodológico.

Referencias

1. Ardila E. síndrome de burnout y la depresión del médico de hoy. *Acta Med Colomb*. 2007; 32 (3): 173-174.
2. Barraza M, Ortega Muñoz F, Ortega Muñoz M. Síndrome de burnout en alumnos en educación de la ciudad de Durango; *Enseñ Invest. Psicol [Internet]* 2013; [citado 8 agosto 2017] 18 (1): 85-94. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/292/29224159009.pdf>
3. Benyakar M. Lo disruptivo. Buenos Aires: Biblos; 2013.
4. Caballero C, Abello Llanos R, Palacio Sañudo J. Burnout, Engagement y rendimiento académico entre estudiantes universitarios que no trabajan y aquellos que trabajan. *Psicogente*. 2006; 9 (16):11-27.
5. Caballero C, Abello R, Palacio J. Relación del Burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Av Psicol Latinoam [Internet]* 2007 [citado 8 agosto 2017]; 25(2):98-111. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v25n2/v25n2a7.pdf>
6. Caballero DCC, Bresó E, González Gutiérrez O. Burnout en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe.[Internet]* 2015 [citado 8 agosto 2017] ;32(3) Disponible en: <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/6217/7925> DOI: <http://dx.doi.org/10.14482/psdc.32.3.6217>
7. Caballero Domínguez C, Hederich Ch, Palacio Sañudo J. (2010) El burnout académi-

- co: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Rev Latinoam Psicol.* [Internet] 2010; [citado 8 agosto 2017] 42 (1): 131-146. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rllps/v42n1/v42n1a12.pdf>
8. Cappanari S. (2009) Migración y migranza en el campo de la salud mental. *Acta Psiquiátr Psicol Am Lat.* (2009); 55(1): 25-38.
 9. Collazos Sanchez F, Ghali Bada K, Ramos Gascón M, Qureshi Burckhardt A. Salud mental de la población inmigrante en España. *Rev Esp Salud Pública.* [Internet] 2014 [citado 8 agosto 2017]; 88 (6):755-61. Disponible en: <http://www.scielosp.org/pdf/resp/v88n6/08revision6.pdf>
 10. Extremera Pacheco N, Durán A. Inteligencia emocional y su relación con Burnout, Engagement y estrés en estudiantes universitarios. *Revista de Educación* [Internet] 2007 [citado 8 agosto 2017]; 342: 239-56. Disponible en: http://www.revistaeducacion.mec.es/re342/re342_12.pdf
 11. Freudenherger JH. Staff burnout. *J Soc Issues.* 1974; 30(1): 1-7. DOI: 10.1111/j.1540-4560.1974.tb00689.x
 12. Ilutovich R, Jachimowicz E, Zlachevsky V, Giunta L, Milazzo Giarrocco F. et al. Atravesamientos en la docencia y la salud. XI Jornadas del Depto. de Salud Mental Trabajo en salud la docencia y la asistencia [internet]. 11 de noviembre de 2013; Buenos Aires: Dpto Salud Mental, UBA; 2013.[citado 8 agosto 2017]. Disponible en: <http://www.fmed.uba.ar/depto/saludmental/2013/4/3.pdf>
 13. Martínez Martínez I, Salanova Soria M. Niveles de Burnout y Engagement en estudiantes universitarios. Relación con el desempeño y desarrollo profesional. *Revista de Educación.* 2003; 330: 361-84.
 14. Maslach, C; Jackson, S. MBI. Consult. Psych. Press, Inc; 1986
 15. Millán-González R, Mesén-Fainardi A. Prevalencia del síndrome de desgaste en médicos residentes costarricenses *Acta MédCostarric* [Internet] 2009 [citado 8 agosto 2017] 51 (2):91-97 Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/434/43411939007/>
 16. Preciado SML, Franco ChSA, Vázquez GJM. Perfil de estrés y síndrome burnout en estudiantes mexicanos de odontología de una universidad pública. *e-Gnosis* [en línea]; 2010 [citado 8 agosto 2017]; 8: art3:1-10. Disponible en: <http://www.e-gnosis.udg.mx/index.php/e-gnosis/article/download/113/110>
 17. Román Hernández J. Estrés y Burnout en profesionales de la salud de los niveles primario y secundario de atención. *Rev Cubana Salud Pública* [Internet]. 2003 [citado 8 agosto 2017]; 29 (2):103-110. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rcsp/v29n2/spu02203.pdf>
 18. Salanova Soria M, Martínez Martínez I. Bressó Estevez E, Llorens Gumbau S, Grau Gumbau R. Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: Facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Anal Psicol.* 2005; 21(1):170-180.
 19. Salanova M, Schaufeli W, Martinez I, Bresó E. How obstacles and facilitators predict academic performance: the mediating role of study burnout and engagement. *Anxiety Stress Coping.* 2010 Jan;23(1):53-70. PMID: 19326271 DOI: 10.1080/10615800802609965
 20. Sivak R, Libman J. comp. Estrés, trauma y desastres. Herramientas teórico-clínicas. Buenos Aires: Akadia; 2007. 21. Sosa FM, Zubieta EM. Aculturación psicológica y creencias en estudiantes universitarios migrantes y no migrantes. *Hologramatica.* 2012; 17 (2):45-70.
 22. Ugalde-Watson K, Smith-Castro V, Moreno-Salas M, Rodríguez-García JM. Estructura, correlatos y predictores del estrés por aculturación. El caso de personas refugiadas colombianas en Costa Rica. *Universitas Psychologica.* 2011; 10(3):759-74.
 23. Tafet G, Cabral C. El estrés crónico y sus consecuencias clínicas: el síndrome de Burnout. *Acta Psiquiátr Psicol Am Lat.* 2011; 57(3):245-50.