



UNIVERSIDAD DE ESPECIALIDADES ESPÍRITU SANTO
FACULTAD DE ARTES LIBERALES Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT
ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN
BIBLIOGRÁFICA

TRABAJO DE TITULACIÓN QUE SE PRESENTA COMO REQUISITO
PREVIO A OPTAR EL GRADO DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

PAULA TRUJILLO ESPINOSA
TUTOR: BERNARDO PEÑA HERRERA

SAMBORONDÓN, SEPTIEMBRE, 2017

**CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT
ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN**

BIBLIOGRÁFICA

**Correlación entre ansiedad, depresión, burnout académico y desempeño en
estudiantes: Revisión bibliográfica**

**Paula Trujillo Espinosa
Universidad Espíritu Santo- Ecuador
patrujillo@uees.edu.ec**

**Facultad de Artes Liberales, edificio F, Universidad Espíritu Santo, km 2.5 Via
Puntilla Samborondón.**

Resumen:

En la presente investigación bibliográfica se estudia la correlación entre las variables: ansiedad, depresión, *burnout* académico y su influencia sobre los resultados en el desempeño de estudiantes universitarios y de secundaria. El objetivo de este estudio fue determinar la relación entre ansiedad y depresión con burnout estudiantil y a su vez, observar cómo estas variables influyen en el desempeño académico de los estudiantes. Se realizó una revisión bibliográfica de estudios de autores pertinentes que indican el nivel de relación entre las variables mencionadas, los resultados confirman que son predictoras del desempeño académico. La ansiedad y depresión influyen en el desarrollo del síndrome de burnout y viceversa, esto a su vez incide en la baja de los resultados en pruebas de los estudiantes, como han reportado profesores y padres. El contexto en el que se desarrolla el aprendizaje, puede ser causante síntomas de ansiedad y depresión, así como el nivel de exigencia académica y problemas comportamentales, que también influirán en el desempeño. Teniendo conocimiento de esta relación se pueden generar estrategias para la enseñanza que reduzcan ansiedad, depresión y burnout, lo que mejorará el rendimiento de los jóvenes.

Palabras Clave: Ansiedad, depresión, burnout, desempeño académico

Abstract:

This bibliographic research is an analysis of the correlation between anxiety, depression, academic burnout and how these affect the academic performance of high school and university students. The analysis of various authors and their research, show the level of relationship between the variables and confirm they may be helpful to predict the results in academic performance. Anxiety and depression have an effect in the development of burnout syndrome and vice versa, and according to teachers and parents, these affect the results young students obtain in tests. A negative learning context may result in depression and anxiety symptoms, and the level of academic demand and behavioral issues, will also influence the academic results. Knowing these correlations may be helpful to find out strategies that may reduce anxiety, depression and burnout among students, which will be shown in students' academic performance.

Key words: anxiety, depression, burnout, academic performance.

**CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT
ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN
BIBLIOGRÁFICA**

En la actualidad se conoce que las emociones y la motivación están estrechamente relacionadas con las actividades humanas, entre ellas, el aprendizaje y la escuela, constituyen un importante contexto dentro del proceso de desarrollo de los adolescentes y jóvenes. La relación con los profesores, la presión del tiempo y la confianza en sí mismo, son factores que influyen, ya sea positivamente o negativamente en el aprendizaje y por ende en los resultados de las evaluaciones de los estudiantes (Marghitan & Crasovan, 2014). La forma en cómo se percibe la escuela ya sea positiva o negativamente, está relacionada con problemas tanto internos (emocionales) como externos (rendimiento académico).

Los jóvenes se enfrentan a distintas exigencias en las escuelas y universidades y el cumplir o no con estas exigencias, repercute en su rendimiento académico. El bajo rendimiento está relacionado con estrés psicológico, afectos negativos y bajo autoestima (Salmela-Aro, Kiuru, & Nurmi, 2008). Los problemas afectivos suelen ser relacionados con ausencias escolares, lo que claramente afecta el desempeño (Sijtsema, Verboom, Penninx, Verhulst, & Ormel, 2014).

Aremu (2003) identifica el bajo desempeño académico como el desempeño percibido por un examinador como menor a lo normal. También recalca que el fracaso académico no sólo es frustrante para los estudiantes y sus padres, sino que sus efectos son cruciales en la sociedad en términos de recursos en campos de economía y política. De acuerdo con Al-Zhoubi y Bani (2015) algunas de las razones para que se dé un bajo rendimiento académico, son: falta de un plan, razones psicológicas y/o médicas, razones relacionadas con el estudiante, razones parentales o de educación, ansiedad por los exámenes y falta de motivación. En cuanto a las razones psicológicas, los autores indican que la depresión puede ocasionar una merma en la concentración.

**CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT
ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN
BIBLIOGRÁFICA**

Todos los factores psicológicos antes mencionados, cumplen un papel, como se ha tratado, en el desempeño académico de los estudiantes, éste es una consecuencia de los problemas mentales (McLeod, Uemura, & Rohrman, 2012).

En los últimos años se ha encontrado que una variable que influye en el rendimiento académico es el *burnout*, término que fue teorizado en los 70s por Freudenberger. De acuerdo con Freudenberger (1974), si las tareas que se espera que un individuo realice exceden su energía, se sentirá poco efectivo, decepcionado, desmotivado y exhausto. Maslach y Jackson (1981) definieron el *burnout* como una estructura tridimensional que incluye el cansancio emocional, desensibilización, y baja percepción de los propios logros. El cansancio emocional constituye el componente principal del *burnout*. Generalmente, el *burnout* se origina, por el tipo de actividades a realizar, y por ciertas variables internas (creencias, expectativas, motivaciones, emociones, etc.) de la persona (Ilhan & Cetin, 2014).

A pesar de que el *burnout* fue estudiado originalmente por Maslach como un desorden en el trabajo, también se presenta en el contexto escolar, puesto que en la escuela y en el colegio los estudiantes realizan actividades que requieren esfuerzos mentales comparables con el trabajo que se realiza en una oficina. Esto es, realizan tareas y hacen pruebas con el fin de obtener calificaciones y un grado. Caballero, Hederich y Palacio (2010), indican que el término *burnout académico* hace referencia al estrés crónico que perciben los estudiantes debido a la cantidad de tareas, ansiedad por exámenes y otros factores. El diagnóstico del *burnout* estudiantil, depende de la carrera que esté cursando el estudiante, así como del instrumento que se utiliza para evaluarlo.

El *burnout* académico está definido por tres componentes: cansancio emocional académico, desensibilización, e ineficacia autopercibida. En concreto, el cansancio emocional académico se refiere a la fatiga crónica que emerge debido a temas relacionados con trabajos

**CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT
ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN
BIBLIOGRÁFICA**

escolares, ansiedad escolar, etc. Mientras que, por otro lado, la desensibilización académica se puede definir como indiferencia hacia actividades relacionadas con lo académico, actitud distante hacia la escuela, pérdida de interés en lo académico y ver estas actividades como sin sentido. Los estudiantes pueden también autoperibirse como incompetentes, esto se describe como ineficacia autopercebida. Algunos de los factores que influyen en el *burnout* académico son la autoeficacia percibida, temor al fracaso, género, ansiedad por exámenes, la habilidad de manejar el estrés, bienestar subjetivo percibido, satisfacción con la vida, tendencias a procrastinar y locus de control (Ilhan & Cetin, 2014).

La fatiga del burnout se asocia con las demandas de estudio, el cinismo o desensibilización se relaciona con la falta de interés por el estudio y la ineficacia percibida se relaciona con el sentimiento de incompetencia como estudiante (Morgan, De Bruin, & De Bruin, 2014). Caballero, Hederich y García (2015) indican que los estudiantes que presentan alto cinismo y agotamiento y baja eficacia autopercebida, suelen presentar calificaciones más bajas en sus exámenes.

En un estudio realizado en estudiantes coreanos por Lee y otros (2010), se identificaron cuatro grupos diferentes de participantes: el primero, el grupo angustiado, presenta niveles elevados de cinismo y niveles bajos de eficiencia académica. Este grupo también presentó los niveles más elevados de agotamiento y se vieron resultados favorables en su tratamiento con intervenciones que se enfocaran a la solución de este problema en concreto. Se pudo observar que los estudiantes pertenecientes a este grupo, también presentaron niveles bajos de autoestima. El segundo grupo fue llamado *laissez-faire*, no presentaron cinismo o agotamiento, sin embargo, sus calificaciones sí se vieron afectadas y presentaron desinterés en lo académico, por lo que se debió trabajar ese aspecto. Un tercer grupo, de perseverancia, mostró un perfil

**CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT
ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN
BIBLIOGRÁFICA**

con niveles altos de agotamiento emocional, desensibilización e ineficacia auto percibida. El último grupo presentó un buen funcionamiento. La identificación de distintos patrones que se presentan de burnout en los estudiantes, puede ayudar a los profesores a identificar estrategias para mejorar su rendimiento académico.

Hay quienes entienden el desempeño académico como una posible consecuencia del burnout y otros lo ven como una forma de predecir el mismo (Caballero, Hederich, & Palacio, 2010). Dentro del ámbito escolar, la falta de conocimientos y habilidades puede causar estados negativos como ansiedad. Menores niveles de ansiedad previos al aprendizaje, autoconfianza, habilidad para hacer más esfuerzos, resultan en buenas calificaciones. Además, un clima de aula afectivo, debe generar un sentimiento de cercanía que permitiría a los estudiantes superar el estrés exitosamente (Marghitan & Crasovan, 2014).

De acuerdo con Eysenck (2007) la ansiedad está relacionada con el sistema atencional del estudiante y podría reducir la atención dada a la prueba, examen o evaluación académica y en su lugar, el foco de atención del estudiante sería dirigido a otros estímulos como pensamientos relacionados con la preocupación causada por la tarea. La relación entre la ansiedad y el desempeño académico, está mediada por el compromiso y el descontento del estudiante (González, Faílde, Rodríguez, & Carrera, 2015). En ese estudio se encontró que los estudiantes con mayores niveles de ansiedad, se involucran menos en actividades relacionadas con lo académico, por presentar niveles menores de atención, esfuerzo y perseverancia.

Cierto nivel de ansiedad, suele ser beneficioso para el desempeño académico, ya que puede indicar un mayor interés por desempeñar bien. Las personas con mayor inteligencia

CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN

BIBLIOGRÁFICA

emocional, pueden utilizar las emociones positivas para manejar la ansiedad y así obtener un mejor rendimiento académico a pesar de su estado ansioso, usando estrategias adaptativas en lugar de negativas como rumiación del pensamiento (Sánchez-Álvarez, Extremera, & Fernández-Berrocal, 2015).

El temor a fallar en una prueba, puede resultar en más tiempo dedicado a trabajos escolares y estudio, por lo tanto, se pueden obtener mejores resultados. La motivación para trabajar más y desempeñar mejor, puede ser más alta en adolescentes más ansiosos (Sijtsema, Verboom, Penninx, Verhulst, & Ormel, 2014). Salmela-Aro, Kiuru y Nurmi (2008) indicaron que los adolescentes y jóvenes se verán más motivados a estudiar si los materiales utilizados son apropiados a su nivel de competencia, interés y vocación. Tanto la motivación, como variables cognitivas, pueden ejercer un impacto trascendente en el desempeño académico (Steinmayr, Julia, McElvany, & Wrthwein, 2016).

Hallazgos recientes sugieren que ciertos pacientes pertenecientes a un subgrupo de burnout en una etapa temprana, se caracterizan por tener niveles elevados de estrés y de ansiedad y podrían mostrar menos coincidencias con depresión (van Dam, 2016).

Existen también razones para pensar que la ansiedad y el *burnout* podrían estar interrelacionadas de manera inversamente proporcional. A pesar de que existen estudios en cuanto a la ansiedad estado relacionada con rendimiento académico, hay una escasez de estudios longitudinales en cuanto a los efectos recíprocos de las mismas variables. Estudios transversales indican correlaciones negativas entre ansiedad causada por exámenes y la variable de rendimiento académico (Steinmayr, Julia, McElvany, & Wrthwein, 2016). El componente del cansancio en el *burnout*, se relaciona con la ansiedad, mientras que el bajo rendimiento en sí se relaciona con síntomas depresivos (Salmela-Aro, Kiuru, & Nurmi, 2008).

**CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT
ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN
BIBLIOGRÁFICA**

Dyrbye et al (2006) encontraron síntomas de depresión correlacionados con *burnout* en estudiantes. Un estudio realizado en Estados Unidos en la población escolar latina, cuya prevalencia está en aumento, indicó que los latinos tenían menor desempeño escolar y mayores niveles de depresión. El estudio demostró que el desempeño escolar está relacionado negativamente con la depresión, puesto que aquellos participantes con menor desempeño, presentaron niveles más altos de este estado (Zychinski & Polo, 2012).

Los síntomas del *burnout* y de la depresión, parecen tener cierto grado de relación, sin embargo, ciertos estudios mostraron que el *burnout* y la depresión mayor suelen estar relacionados en una proporción pequeña, pero resultados en estudios recientes indican la existencia de una superposición considerable entre el *burnout* y la depresión. Una razón para estas contradicciones podría ser que existen subgrupos de pacientes con *burnout*, así como subgrupos de pacientes con depresión (van Dam, 2016). Varios autores sugieren que la sintomatología del *burnout* puede ser diferente de acuerdo a diferentes etapas del mismo.

Valdez, Lambert y Ialongo (2011) indican que adolescentes deprimidos, pueden presentar efectos en su funcionamiento académico con el tiempo. Esto también se relaciona con la autoeficacia percibida, que está relacionada de una forma indirectamente proporcional con el burnout. Un estudiante deprimido, presentará una autoeficacia percibida y satisfacción baja, lo que es característico del síndrome de burnout

Tanto la ansiedad, como la depresión, pueden verse afectados por factores como el clima en el aula, que Brookart (1997) define como la percepción del ambiente en el aula creado por los estudiantes y el *feedback* proveniente del maestro. El clima en el aula incluye variables como la relación con los pares, los otros estudiantes. El maltrato entre estudiantes puede comprometer la psicología del estudiante, ocasionando síntomas de depresión o ansiedad, esto

CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN

BIBLIOGRÁFICA

tiene una relación próxima con el desempeño académico, ya que éste representa un logro a realizar importante en la juventud, esto podría ser comprometido por un clima en el aula negativo que proporcione al estudiante ansiedad y estrés (Espelage, Sung, Rao, & Low, 2013).

Un estudio realizado por Ilhan y Cetin (2014) buscó examinar la relación entre el *burnout* académico y el clima percibido en el aula. La hipótesis planteada fue que los estudiantes con distintos niveles de *burnout* académico diferirían en cuanto al clima percibido en el aula. Los resultados demostraron que la percepción que tienen los estudiantes del ambiente dentro del aula, afecta sus procesos cognitivos y emocionales.

A pesar de que existen estudios realizados sobre el *burnout*, no se ha estudiado lo suficiente con respecto al *burnout* académico, de los estudiantes. Tampoco se ha determinado una relación entre los estados de depresión y ansiedad con el *burnout*. Además, las causas del bajo rendimiento académico pueden ser las variables antes mencionadas, por lo que es necesario identificar cómo se involucran entre estas.

Como ha sido mencionado anteriormente, el bajo desempeño académico puede estar relacionado con varios factores psicológicos como desórdenes depresivos, ansiedad, temor a los exámenes, etc. Estas condiciones emocionales, pueden provocar efectos en las calificaciones de los estudiantes, y en su autoestima (Al Zoubi & Bani, 2015).

La ansiedad de los estudiantes puede comprometer otros aspectos como la motivación, *engagement*, etc. Y el joven puede presentar experiencias emocionales nada placenteras que surgen por ciertos escenarios académicos, llegando así a creer que no son capaces de desempeñar de acuerdo con lo esperado. El compromiso académico está relacionado negativamente con el *burnout* (González, Faílde, Rodríguez, & Carrera, 2015). Se reconoce la importancia del desempeño académico en el contexto del bienestar subjetivo de los

**CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT
ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN
BIBLIOGRÁFICA**

adolescentes ya que ambos, juegan un papel importante en la vida de un sujeto, dado que los logros en el ámbito académico, suelen ser importantes en la formación de la persona y el bienestar autopercebido, impacta en variables importantes como lo son necesidades psicológicas (Steinmayr, Julia, McElvany, & Wrthwein, 2016).

El *burnout* académico es un factor influyente en el desempeño de algunos estudiantes que no logran manejar su estrés y por eso presentan dificultades, lo cual es muy común, y no logran desarrollar estrategias adecuadas para afrontar las exigencias académicas, lo que puede llevar a una sensación de no poder cumplir con más requerimientos, ya sea física o en el caso del burnout, mentalmente.

Caballero, Hederich y Palacio (2009) definen el *burnout* como la manifestación de esta sensación más la pérdida del interés por el estudio, el valor del mismo y la presencia de dudas de poder realizar las tareas asignadas. Estudios enfatizan la importancia de crear un balance adecuado entre las demandas del trabajo en los estudiantes y los recursos que se les facilitarán para que puedan cumplir las tareas, así se podría evitar el *burnout* y, por ende, las bajas en el rendimiento académico (Schubert-Iraastroza & Fabry, 2015).

Síntomas depresivos y de ansiedad en la adolescencia, suelen estar acompañados, como se ha mencionado, con problemas en el desempeño académico. El bajo desempeño, se ha mostrado relacionado con problemas de autoestima y competencia, y el incremento de conductas delincuenciales, así como abandono escolar y pocas oportunidades de trabajo (Valdez, Lambert, & Ialongo, 2011). Es común entre los adolescentes el uso de drogas como cannabis, que son factor de riesgo para enfermedades psicopatológicas, como la ansiedad y complicaciones académicas (Walburg, Moncla, & Mialhes, 2014). Sin embargo, un estudio realizado por McLeod, Uemura y Shawna (2012) encontró que la delincuencia, problemas de

CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

atención y uso de sustancias, estaban más relacionados con el rendimiento académico de los estudiantes que la depresión.

El presente trabajo tiene dos objetivos principales: el primero es explicar la correlación entre las variables de ansiedad, depresión y burnout académico. El segundo objetivo es determinar la influencia de las tres variables mencionadas sobre el desempeño académico de estudiantes de secundaria y universidad.

Métodos

En esta investigación se ha realizado una revisión bibliográfica de documentos con información sobre las variables de ansiedad (estado), depresión (estado) y *burnout*, así como del rendimiento académico, para describir cómo todas estas actúan entre ellas y lograr identificar las correlaciones, específicamente en estudiantes de secundaria y universidad.

Para realizar esta búsqueda bibliográfica se utilizaron las bases de datos Scopus, EBSCO host. Las palabras utilizadas para la búsqueda fueron “anxiety AND depression AND burnout AND academic performance or academic achievement”. Se obtuvieron un total de 143 artículos relacionados con estos temas, de los cuales se escogieron aquellos que cumplían con los criterios de selección: que se encontrara el artículo completo, que hayan sido publicados dentro de los últimos veinte años, que el tipo de fuente sean únicamente publicaciones académicas y dentro del ámbito de la psicología. Resultado de esta búsqueda de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión antes mencionados, se obtuvieron 22 artículos pertinentes para este estudio.

La información obtenida de las diversas fuentes, fue organizada de tal manera que se describa las correlaciones entre las variables antes expuestas.

Resultados

CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT

ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN

BIBLIOGRÁFICA

Autor y año	Tipo de estudio	Variables Involucradas	Objetivos	Principales Resultados	Conclusión
Caballero, Hederich, Palacio (2009)	Revisión bibliográfica, descriptivo	<i>Burnout</i> Ansiedad Depresión	Revisar los conceptos relacionados con el <i>burnout</i> académico, delimitación conceptual del mismo.	El síndrome de <i>burnout</i> y su relación con la ansiedad y depresión, no está adecuadamente limitado, se podría pensar que el burnout genera o incide en la aparición de estos otros trastornos.	Existe una necesidad de estudiar las características del síndrome de <i>burnout</i> y delimitar el mismo.
Ilhan, Cetin (2014)	Causal comparativo	Rendimiento académico <i>Burnout</i>	Examinar la relación entre el clima en el aula y el <i>burnout</i> .	La percepción del clima del aula que tiene el estudiante influye en el <i>burnout</i> , y este a su vez, en el rendimiento académico.	Se indica que hay factores que pueden afectar a la presencia o no de <i>burnout</i> , entre estos el clima en el aula.
Caballero, Hederich, García (2015)	Observacional y correlacional	<i>Burnout</i>	Identificar la relación entre el <i>burnout</i> académico y <i>engagement</i> académico	Estudiantes con la variable de <i>burnout</i> académico, presentaron niveles nulos o muy bajos de eficacia académica.	Los resultados bajos en lo académico inciden en la motivación de los estudiantes y la elección de metas personales.
Lee, Puig, Kim, Shin, Lee, Ming Lee (2010)	Hipotético-deductivo	<i>Burnout</i> Rendimiento académico	Identificar patrones específicos en el síndrome de <i>burnout</i> en	Un grupo de estudiantes dentro del estudio obtuvo altos	Para esclarecer los elementos más consistentes del síndrome

CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT

ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN

BIBLIOGRÁFICA

			estudiantes coreanos.	puntajes en promedios generales y presentó niveles bajos de cansancio emocional y cinismo (características del <i>burnout</i>).	de <i>burnout</i> , se debe realizar un sistema de clasificación del mismo mediante patrones.
Salmela-Aro, Kiuru, Nurmi (2008)	Deductivo	<i>Burnout</i> Rendimiento académico	Investigar cómo el <i>burnout</i> académico evoluciona de un modelo educativo comprensivo a uno académico o vocacional.	Adolescentes con mayores exigencias académicas, presentaron mayores niveles de <i>burnout</i> . Estudiantes con puntajes más bajos en rendimiento, obtuvieron mayores niveles de <i>burnout</i> .	La naturaleza del ambiente educativo es importante para la percepción que el estudiante tiene sobre la escuela.
McLeod, Uemura, Rohrman (2012)	Causal-comparativo	<i>Burnout</i> Ansiedad Depresión Rendimiento académico	Comparar los problemas de salud mental en adolescentes con problemas de comportamiento y desempeño académico.	Determinó que los problemas mentales ejercen influencia en el desempeño académico.	Los problemas del comportamiento aumentan las consecuencias negativas del agotamiento.
Sánchez-Álvarez, Extremera, Fernández-Berrocal (2015)	Longitudinal, descriptivo	Ansiedad Rendimiento académico	Investigar los posibles moderadores en la relación entre satisfacción con la vida e inteligencia emocional	Los estudiantes con alta inteligencia emocional suelen tener más experiencias positivas que	El manejo de la ansiedad mediante estrategias adecuadas permitirá al estudiante mejorar sus

CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT

ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN

BIBLIOGRÁFICA

				negativas, por lo que presentan mayor satisfacción con la vida.	resultados académicos.
Sijtsema, Verboom, Penninx, Verhulst, Ormel (2013)	Causal-comparativo	Ansiedad Rendimiento académico	Examinar la relación entre la psicopatología y el rendimiento escolar.	Reportes por parte de profesores y padres indicando problemas de atención, depresión e hiperactividad, se vieron relacionados con el rendimiento académico.	Ciertos niveles de ansiedad pueden ser beneficiosos para los resultados en el desempeño académico. Identificando estas relaciones, se puede determinar qué adolescentes podrían presentar mal funcionamiento en el ámbito escolar a futuro.
Steinmayr, Crede, McElvany, Wirthwein (2016)	Causal, correlacional	Ansiedad Rendimiento académico	Investigar hasta qué punto el bienestar subjetivo, la ansiedad y el desempeño académico se interrelacionan.	Se encontró que la ansiedad causada por los exámenes influye indirectamente proporcional en los promedios en el rendimiento académico de los estudiantes. Niveles altos de preocupación	La ansiedad y la preocupación de los estudiantes y el promedio general, tienen cualidades que permitirían predecir cambios en cuanto al bienestar subjetivo de cada uno.

CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT

ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN

BIBLIOGRÁFICA

				, están asociados con calificaciones bajas. La ansiedad reduce el foco atenciones de los estudiantes.	
González, Faílde, Rodríguez, Carrera (2015)	Causal, deductivo	Ansiedad <i>Burnout</i>	Evaluar la relación entre la ansiedad con el control percibido, el comportamiento reportado por profesores, descontento por el comportamiento, y rendimiento académico.	La relación entre ansiedad y desempeño, se ve también mediada por el compromiso y el cinismo (característico del <i>burnout</i>).	Se reconoce la importancia de que las escuelas tomen en cuenta prevenir la ansiedad para así prevenir sus repercusiones.
Van Dam (2016)	Deductivo	<i>Burnout</i> Depresión Ansiedad	Identificar posibles subgrupos dentro de pacientes con síndrome de <i>burnout</i> .	Se distinguieron dos subgrupos que se diferencian en cuanto a la severidad de los síntomas. Se encontró que la depresión suele estar relacionada con el agotamiento. Depresión y ansiedad se vieron correlacionadas tanto con	Incluso dentro de un grupo de pacientes diagnosticados cuidadosamente con <i>burnout</i> , se pueden identificar subgrupos.

CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT

ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN

BIBLIOGRÁFICA

				el <i>burnout</i> leve, como con el severo.	
Zychinski, Polo (2012)	Deductivo	Depresión Rendimiento o académico	Examinar la relación entre el desempeño académico y síntomas depresivos en jóvenes latinos. Investigar el posible rol mediador de la autoeficacia percibida y orientación hacia metas, así como el estrés por aculturación.	Los estudiantes latinos presentaron niveles más bajos de rendimiento académico que otros adolescentes de diferente origen. Además, reportaron niveles más elevados de depresión.	Los esfuerzos para aumentar la eficacia autopercebida en la escuela, podrían ser útiles para incrementar los promedios de los estudiantes.
Walkiewicz, Tartas, Majkowitz, y Budzinski, (2012)	Estudio Longitudinal	Ansiedad Depresión Rendimiento o académico	Investigar los estilos de éxito en carreras médicas en jóvenes, en comparación con las mismas materias de 4 a 10 años antes.	Se identificaron 3 estilos de éxito dentro de estos grupos de estudiantes, en los que se encontraron diferencias significativas en términos de ansiedad y depresión. El grupo " <i>committed</i> " presentó mayores niveles de depresión en los últimos años de la carrera. El grupo denominado " <i>bright</i> "	Tomar en consideración tanto ansiedad como depresión durante los primeros años, puede ayudar a identificar tendencias en el desarrollo de los estudiantes dentro de lo académico.

CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT

ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN

BIBLIOGRÁFICA

				presentó mayores niveles de ansiedad, pero también obtuvo el mejor rendimiento.	
Pereira-Lima y Loureiro (2015)	Análisis descriptivo	<i>Burnout</i> Ansiedad Depresión Rendimiento académico	Verificar la proporción de <i>burnout</i> , ansiedad y depresión en estudiantes residentes de medicina.	Las dimensiones de <i>burnout</i> se vieron relacionadas de una forma negativa con las habilidades requeridas por los estudiantes.	Se da importancia al desarrollo de habilidades interpersonales para reducir niveles de ansiedad, depresión y <i>burnout</i> y así obtener mejores resultados en la práctica.
Van Dam, Keijsers, Verbraak, Eling, y Becker (2013)	Análisis descriptivo	<i>Burnout</i> Ansiedad Depresión	Investigar cómo difiere la forma en que perciben la fatiga, pacientes con <i>burnout</i> , depresión y ansiedad.	La forma en cómo se presenta la fatiga, no difiere en pacientes de <i>burnout</i> , ansiedad y depresión.	La fatiga es una característica dentro de las tres variables, comprenderla podría ayudar a mejorar el tratamiento de procesos patológicos
Jiménez-López, Arenas-Osuna, y Angeles-Garay (2015)	Estudio descriptivo y de prevalencia de síntomas	Ansiedad Depresión Rendimiento académico	Describir la prevalencia de depresión y ansiedad en un año académico de residentes de medicina.	Existe una mayor prevalencia de síntomas depresivos que de ansiedad en estudiantes de medicina.	Los residentes y estudiantes que sean susceptibles a padecer síntomas depresivos, deben recibir atención a tiempo para así mejorar su desempeño.

CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT

ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN

BIBLIOGRÁFICA

Moriana-Elvira y Herruzco (2005)	Correlacional, descriptivo	<i>Burnout</i> Ansiedad Depresión	Determinar la relación entre los factores que conforman el síndrome de <i>burnout</i> , y trastornos como ansiedad y depresión.	Personas con <i>burnout</i> presentan más dificultades y bajas por psicopatología, que personas que no presentan el síndrome.	El <i>burnout</i> puede tomarse en cuenta como predictor de trastornos psicopatológicos como ansiedad y depresión.
Matar Boumosleh y Jaalouk (2017)	Estudio transversal	Ansiedad Depresión Rendimiento académico	Identificar si existe una relación entre ansiedad, depresión y adicción a los <i>smartphones</i> en estudiantes.	Ansiedad y depresión están relacionadas con hábitos adictivos en estudiantes, lo que ocasiona baja en el rendimiento.	Se debe trabajar en el manejo de ansiedad y estrés en los estudiantes para prevenir adicciones que influyan en su desempeño.
García, Del Toro, Cisneros, Querts, y Cascaret (2017)	Estudio descriptivo transversal	Ansiedad Depresión Rendimiento académico	Determinar aspectos psicosociales relacionados con el bajo rendimiento de alumnos de medicina	Altos niveles de estrés, estados de ansiedad permanentes o transitorios y estados de depresión permanentes o transitorios, mostraron relación con que los estudiantes hayan reprobado.	Estudiantes con estados de ansiedad y depresión presentan un predominio de estilos de vida inadecuados, lo que conlleva a dificultades en el desempeño académico.
Castellanos, Latorre, Mateus, y Navarro (2017)	Modelo explicativo	Ansiedad Depresión Rendimiento académico	Conocer si la ansiedad y la depresión moderan la relación entre el desempeño académico y la autoeficacia.	A mayor nivel de depresión y ansiedad, hay menor autoeficacia académica y menor desempeño.	Las conductas de ansiedad y depresión moderan la autoeficacia y el desempeño de los estudiantes.

**CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT
ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN**

BIBLIOGRÁFICA

Tartas, Walkiewicz, Majkows, y Budzinski (2011)	Estudio longitudinal	<i>Burnout</i> Ansiedad Depresión Rendimiento académico	Determinar qué factores psicológicos son predictores de éxito en la carrera de medicina.	Niveles bajos de ansiedad, depresión y <i>burnout</i> , se relacionan con más probabilidad de éxito en la carrera de medicina.	Los estudiantes que manejan adecuadamente el estrés y presentan niveles más bajos de ansiedad y depresión, presentan mejor rendimiento en lo académico.
Caballero y Bresó (2015)	Revisión	<i>Burnout</i> Rendimiento académico	Mejorar la caracterización y la comprensión del <i>burnout</i> académico en estudiantes universitarios	El <i>burnout</i> precipita el desarrollo de depresión y ansiedad, a su vez se correlaciona negativamente con expectativas de éxito en los estudios.	Se deben desarrollar métodos de evaluación del síndrome en estudiantes ya que este condiciona el desempeño en la universidad.

Tabla 1 Análisis de las investigaciones más relevantes.

Discusión

A través de este estudio, se logró determinar que sí existe una correlación entre las variables de ansiedad, depresión y *burnout*. Se encontró que el síndrome de *burnout*, puede ser predictor de ansiedad y depresión, y viceversa. En cuanto a la influencia de estas tres variables sobre el rendimiento académico de los jóvenes, se encontró que los estudiantes con ansiedad y depresión sí presentan bajas en el desempeño, igual que los estudiantes que manifiestan *burnout* académico, así se confirman las hipótesis antes planteadas. Se mostró, sin embargo, que niveles bajos de ansiedad, pueden ser beneficiosos para los estudiantes, ya que esta

**CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT
ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN
BIBLIOGRÁFICA**

preocupación por el ámbito escolar, logra que exista más esfuerzo por parte de los jóvenes, resultando así en buenas calificaciones. También se observó que la depresión es el factor que menos influye en el rendimiento académico, siendo menos determinante que la ansiedad y el burnout.

Implicaciones teóricas y prácticas

El conocimiento de la influencia de factores psicológicos como el *burnout*, la ansiedad y la depresión, sobre el desempeño académico, es relevante para expandir el desarrollo de estrategias útiles que ayuden a los estudiantes a mejorar su salud psicológica y por ende sus calificaciones, como efecto secundario. Integrar lo académico con la salud mental, ayuda a mejorar el desarrollo integral de los estudiantes y también la calidad del aprendizaje. El entendimiento del síndrome de *burnout* dentro de lo educativo, es importante para evitarlo y así mejorar la forma en cómo los estudiantes perciben su calidad de vida.

Fortalezas y limitaciones

En esta investigación se involucraron variables que pueden ser evaluadas conjuntamente y que guardan una estrecha relación, como se ha podido observar. Éste estudio resulta útil para poder entender las diferentes clasificaciones que se le ha dado al síndrome de *burnout*, específicamente en estudiantes, y cómo la presencia o ausencia de ciertos síntomas y características, pueden ser predictores del futuro académico de los jóvenes o pueden ayudar a identificar problemas, no sólo en lo escolar, sino en otros ámbitos. Sin embargo, no se examina a detalle cuáles son los factores que conllevan al desarrollo de estados depresivos y ansiosos, y no se logra una clasificación universal del síndrome de *burnout*.

Futuros estudios

Posterior a este estudio, sería interesante proponer una delimitación del síndrome de *burnout* en el ámbito académico, con características o categorías del mismo, para así lograr un

**CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT
ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN
BIBLIOGRÁFICA**

mejor entendimiento. Resultaría importante profundizar el estudio en adolescentes y estudiantes universitarios de otras carreras en general, ya que se encuentran estudios sobre el *burnout* académico específicamente en el ámbito de la salud.

También sería interesante proponer estrategias para mejorar la calidad de aprendizaje, basándose en resultados de estudios como este y tomando en cuenta el papel crucial de los factores psicológicos en el desempeño. Así también determinar qué otros factores psicológicos influyen en la vida de los estudiantes y explicar más detalladamente la relación del factor ansiedad con los resultados académicos.

CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN

BIBLIOGRÁFICA

Referencias

Bibliografía

- Al Zoubi, S., & Bani, M. (2015). Low Academic Achievement: Causes and Results. *Theory and practice in Language Studies*.
- Caballero, C. C., & Bresó, E. (2015). Burnout in University Students. *Psicología desde el Caribe*.
- Caballero, C., Hederich, C., & García, A. (2015). Relación entre burnout y engagement académicos con variables sociodemográficas y académicas. *Psicología desde el Caribe*.
- Caballero, C., Hederich, C., & Palacio, J. (2010). EL Burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42.
- Castellanos, V., Latorre, D., Mateus, S., & Navarro, P. (2017). Modelo explicativo del desempeño académico desde la autoeficacia y los problemas de conducta. *Revista Colombiana de Psicología*.
- Dyrbye, L., Thomas, M., Huschka, M., & Lawson, K. (2006). A multicenter study of burnout, Depression, and quality of life in minority and nonminority medical students. *Clinic Proceedings*.
- Espelage, D., Sung, J., Rao, M., & Low, S. (2013). Associations Between Peer Victimization and Academic Performance. *Theory Into Practice*.
- Eysenck, M., Derakshan, N., Santos, R., & Calvo, M. (2007). Anxiety and cognitive performance: attentional control theory. *Emotion* 7, 336-353.
- García, A., Del Toro, A., Cisneros, E., Querts, O., & Cascaret, X. (2017). Algunas variables psicosociales asociadas al bajo rendimiento académico en estudiantes de primer año de medicina. *MEDISAN*.
- González, A., Faílde, J., Rodríguez, Y., & Carrera, M. (2015). Class Anxiety in Secondary Education: Exploring Structural Relations with perceived Control, Engagement; disaffection, and Performance. *Spanish Journal of Psychology*.
- Ilhan, M., & Cetin, B. (2014). An Analysis of the Relationship between Academic Burnout and Classroom Assessment Environment. *Education and Science*.
- Jiménez-López, J., Arenas-Osuna, J., & Angeles-Garay, U. (2015). Síntomas de depresión, ansiedad y riesgo de suicidio en médicos residentes durante un año académico. *Revista Medica del IMSS*.
- Lee, J., Puig, A., Kim, Y.-B., Shin, H., Hee Lee, J., & Min Lee, S. (2010). Academic burnout profiles in Korean Adolescents. *Stress and Health*, 404-416.
- Marghitan, A., & Crasovan, D. (2014). Aspects regarding The Conative Self-Regulation in Academic Learning. *Research Journal of Agricultural Science*.
- Matar Boumosleh, J., & Jaalouk, D. (2017). Depression, anxiety, and smartphone addiction in university students- A cross sectional study. *Plos one*.
- McLeod, J., Uemura, R., & Rohrman, S. (2012). Adolescent Mental Health, Behavior Problems and Academic Achievement. *Journal of Health and Social Behavior*.
- Morgan, B., DeBruin, G., & DeBruin, K. (2014). Operationalizing burnout in the Maslach Burnout Inventory-Student Survey: personal efficacy versus personal inefficacy. *South African Journal of Psychology*.

CORRELACIÓN ENTRE ANSIEDAD, DEPRESIÓN, BURNOUT ACADÉMICO Y DESEMPEÑO EN ESTUDIANTES: REVISIÓN

BIBLIOGRÁFICA

- Moriana-Elvira, J., & Herruzco, J. (2005). El síndrome de burnout como predictor de bajas laborales de tipo psiquiátrico. *Clínica y Salud*, 161-172.
- Pereira-Lima, K., & Loureiro, S. (2015). Burnout, anxiety, depression, and social skills in medical residents. *Routledge*, 353-362.
- Rojas, E. (2006). *Adiós, depresión*. Madrid: Planeta.
- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., & Nurmi, J.-E. (2008). The role of educational track in adolescents' school burnout: A longitudinal study. *British Journal of Educational Psychology*.
- Sánchez-Álvarez, N., Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2015). Maintaining Life Satisfaction in Adolescence: Affective mediators of the influence of perceived emotional intelligence on overall life satisfaction judgements in a two year longitudinal study. *Frontiers in Psychology*.
- Schubert-Irastroza, C., & Fabry, D. (2015). Job satisfaction, burnout and work engagement in higher education: a survey of research and best practices. *Journal of research and innovative teaching*.
- Sierra, J., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Mal-estar e Subjetividad*.
- Sijtsema, J., Verboom, C., Penninx, B., Verhulst, F., & Ormel, J. (2014). Psychopathology and Academic Performance, Social Well-Being, and Social Preference at School; The TRAILS Study. *Child Psychiatry Hum Dev*.
- Steinmayr, R., Julia, C., McElvany, N., & Wrthwein, L. (2016). Subjective Well-Being, Test Anxiety, Academic Achievement: Testing for reciprocal Effects. *Frontiers in Psychology*.
- Tartas, M., Walkiewicz, M., Majkowicz, M., & Budzinski, W. (2011). Psychological Factors determining success in a medical career: A 10-year longitudinal study. *Medical Teacher*, 163-172.
- Valdez, C., Lambert, S., & Ialongo, N. (2011). Identifying Patterns of Early Risk for Mental Health and Academic Problems in Adolescence: A Longitudinal Study of Urban Youth. *Child Psychiatry Hum Dev*.
- van Dam, A. (2016). Subgroup analysis in Burnout: relations between fatigue, anxiety and depression. *Frontiers in Psychology*.
- Van Dam, A., Keijsers, G., Verbraak, M., Eling, P., & Becker, E. (2013). Level and appraisal of fatigue are not specific in burnout. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 133-141.
- Walburg, V., Moncla, D., & Mialhes, A. (2014). Burnout among high-school students and cannabis use, consumption frequencies, abuse and dependence. New York.
- Walkiewicz, M., Tartas, M., Majkowicz, M., & Budzinski, W. (2012). Academic Achievement, depression and anxiety during medical education predict the styles of success in a medical career: A 10-year longitudinal study. *Medical Teacher*, 611-619.
- Zychinski, K., & Polo, A. (2012). Academic Achievement and Depressive Symptoms in Low-Income Latino Youth. *DePaul University*.