

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE **PSICOLOGÍA**

“Adaptación a la vida universitaria y burnout en estudiantes de la ciudad de Trujillo-Perú durante el 2024”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autor:

Lucia Stephanie Cortez Bravo

Asesor:

Mg. Claudia Karina Guevara Cordero

<https://orcid.org/0000-0003-4681-3077>

Trujillo - Perú

2024

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	CRISTIAN EDUARDO SARMIENTO PEREZ
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	KELLY MAGDALENA SANTA CRUZ CACERES
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	CLAUDIA KARINA GUEVARA CORDERO
	Nombre y Apellidos

INFORME DE SIMILITUD

TESIS ÚLTIMA DE STEPHANIE CORTEZ

INFORME DE ORIGINALIDAD

16%	16%	%	%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	6%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	3%
3	repositorio.upn.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	cdn.www.gob.pe Fuente de Internet	<1%
7	repositorio.ucsp.edu.pe Fuente de Internet	<1%
8	revistas.urp.edu.pe Fuente de Internet	<1%
9	www.dspace.uce.edu.ec Fuente de Internet	<1%

DEDICATORIA

El presente trabajo es dedicado a mis hijas que me apoyaron y me dieron la fuerza para seguir alcanzando mi meta actual. A mis progenitores por su paciencia durante esta etapa académica y su apoyo incondicional. Y a mis colegas que podrían beneficiarse de mi contribución en el futuro.

AGRADECIMIENTO

Agradecer a todos los que me dieron soporte y conocimiento frente a dicha elaboración de este trabajo abriendo sus puertas y compartieron sus conocimientos, a mi asesora por el apoyo y la disponibilidad en todo el tiempo para la mejoría en este proyecto y finalmente agradecer a mis compañeros por brindarme aportes de conocimiento. Haciendo que el trabajo se realice con éxito.

Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
Índice de tablas	7
RESUMEN.....	8
CAPÍTULO 1: INTRODUCCIÓN.....	9
1.1. Realidad problemática	9
1.2. Formulación del problema	19
1.3. Objetivos.....	19
1.4. Hipótesis	19
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	20
CAPÍTULO III: RESULTADOS	26
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	35
CONCLUSIONES:	40
Referencias.....	41
Anexos.....	52

Índice de tablas

Tabla 1	26
Tabla 2	27
Tabla 3	28
Tabla 4	30
Tabla 5	31
Tabla 6	33
Tabla 7	34

RESUMEN

Se tuvo como objetivo en este proyecto el diagnosticar posible relación en la adaptación universitaria y desgaste académico en un ejemplar de 300 estudiantes en universidades privadas. Se realizó un muestreo aleatorio e intencional y las herramientas utilizadas para el cálculo de las variables fueron las de Correa-López et al. (2019) Cuestionario Burnout de Maslach y el cuestionario de Adaptación a la vida Universitaria creado por Domínguez-Lara et al. (2019). Se demostró que hay relación débil ($\rho = .190^*$) y relevante ($p < .050$) en ambas variables. Además, se muestra en la variable adaptación a la vida universitaria que está dominada por rangos medios (60%) y la variable burnout está dominada por niveles medios altos (62%). Finalmente, las asociaciones de adaptación a la vida universitaria y componentes de Burnout tenemos: conexión débil de la Adaptación a la vida universitaria y la dimensión agotamiento de burnout ($\rho = .362^*$). Además, relación negativa moderada de Adaptación a la vida universitaria y dimensión cinismo dentro de burnout ($\rho = -.463$). Finalmente, con, el vínculo moderado de Adaptación a la vida universitaria y extensión eficacia académica en Burnout ($\rho = .485$) y en todas es significativa ($p < 0.05$).

VOCABLOS CLAVES: Burnout, Estrés académico, adaptación universitaria

CAPÍTULO 1: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

Ingresar a universidades es un momento de trascendencia personal y social, un inicio crítico de adaptación que presenta diversos desafíos, conviviendo con muchos compañeros de muy diferentes orígenes socioeconómicos y culturales (Sánchez et. al 2019). Según (INE, 2019) Inst. Nacional de Estadística e Informática, respecto a educación superior, en tasa de abandono universitarios (jóvenes menores de 30 años) aumentó en 16 puntos porcentuales en 2019-2020, del 39,2 por ciento al 55,6 por ciento, y la proporción de desertores no universitarios en 11 puntos porcentuales del 19,3 por ciento. al 31 por ciento en el mismo período. De manera similar, el Ministerio de Educación informa que la tasa acumulada de abandonos en la educación superior ha disminuido del 19,3 por ciento en 2019 al 23,2 por ciento en 2021. El aumento puede explicarse por la covid-19, pero sugiere que muchos estudiantes necesitan garantías adicionales del sector financiero para continuar sus estudios en comunidades privadas. Solo el 30% de las personas de 25 y más años en Perú tenían título universitario (INEI, 2021).

Asimismo, el Panorama Nacional de la Educación Superior Universitaria (Sunedu, 2020) reporta que la cifra en Perú de estudiantes aumentó un 25 por ciento entre 2020 y 2022, al pasar de 1.006.132 estudiantes a 1.256.017 estudiantes. Esto también se refleja en el incremento de estudiantes que participan en actividades de educación superior en el país; Sin embargo, hay campos que aceptan más estudiantes que otros.

Según un estudio realizado por la Org. Mundial de Salud (OMS, 2020), la tensión emocional es un asunto usual en los alumnos de iniciación universitaria, lugares tales como

Hong Kong, España, Australia, Bélgica, Irlanda del Norte, Sudáfrica, Alemania y Estados Unidos. La existencia del 93,7% se da por causas monetarias, emocionales, consanguíneo, de trabajo y de estudios (Karyotaki et al., 2020). En un estudio hecho por Velazco, et al. (2021) el cual posee como determinación diagnosticar los niveles estrés, en situación de COVID, se llegó a concluir que la mayor parte de universitarios presenta elevados niveles, esto secuela de la pandemia, la cual se puede inferir por las dimensiones como: angustia, miedo o desesperación en la población peruana. Otra situación fue la preocupación sobre el futuro y las necesidades básicas que debían complementar.

Asimismo, Luque et al. (2021) refieren que los factores asociados al estrés y que repercuten en su formación académica, son el exceso de realización de tareas, las labores diarias, el horario que otorga el docente, la forma de evaluación, así como la realización de los exámenes. Ante ello los estudiantes experimentan altos grados de estrés, el cual afecta su productividad académica e incluso su confort personal. Estas respuestas y reacciones para afrontar el estrés guardan relación con aspectos culturales, sociales y personales en el individuo. La Org. Mundial de la Salud (OMS, 2022) considera "agotamiento" en cual se relaciona con un estado de fatiga psicológica, emocional y somática provocado por el trabajo realizado tras años de estudio.”

En lo que respecta al ámbito de Latinoamérica, Araoz et al. (2022), Rodríguez et al. (2020) y finalmente Silva et al. (2020) informaron presencia de agotamiento emocional en los programas académicos superiores de diversos estudios. Hay una fluctuación en niveles de estrés que oscilan entre 53,5% y 86,3%. A su vez los factores factores desligantes toman en cuenta las evaluaciones, trabajos académicos y el tiempo para desarrollarlos.

Así también, en cuanto a los antecedentes de estudio, se consideran algunos estudios internacionales tales como:

En un estudio realizado en México, a cargo de Banda et al. (2023), cuyo objetivo de investigación fue incluir el modelo *refresh* siendo un modo de encaramiento para aminorar el *burnout* en alumnos de educación superior de la región Bajío (México), conformado por 86 alumnos que cursaban quinto semestre o superior. El diseño de la investigación fue cuasiexperimental y longitudinal. Para el cálculo de las variables utilizaron la herramienta MBI-SS, que fue modificada, y al mismo tiempo del cuestionario original de Burnout Maslach Inventory-Human Services Survey (MBI-HSS). En las conclusiones de las dimensiones del Burnout estudiantil nos indican que, en Agotamiento Pretest el nivel que predominó en la población universitaria fue el Muy alto con 44.8% y en el Posttest predominó el alto con 41.4%. En el Cinismo en su pretest llegó a predominar el nivel Medio Alto con 34.5% y de igual forma el posttest con 37.9%. Dentro de la Eficacia académica el nivel dentro del presente predominó el nivel Medio alto 37.9% y posttest su nivel predominó el nivel Medio bajo con 37.9%.

En un estudio realizado en Colombia por Romero (2022), se indagó la aparición de Burnout estudiantil en alumnos de Urología del País. Incluyó hubo una muestra de 89 residentes de Urología de diversos programas académicos y diferentes años de formación. El diseño de estudio fue transversal. Para calcular las variables, se utilizó la escala de Burnout Cuestionario Student Survey (MBI-SS) de Maslach, lo validó también Hederich con Caballero en 2016. Dichos resultados indican que, dentro de la escala de Burnout académico un 59.5% de la población adquirieron un alto grado y un bajo grado con 40.5%, dentro de las definiciones de tipo clásicas y las de tipo clásicas alternativo.

En un estudio realizado en Paraguay, a cargo de Espinola et al. (2019), en la cual su meta de investigación es analizar dicho desarrollo en adecuación estudiantil procedente por Ñeembucú en humanidades y Educación de la UNP en el ciclo uno de la carrera Ciencias de la Educación, constituido por 40 alumnos de Educación y Humanidades de la Univ. Nacional del Pilar. El diseño estudiado fue descriptivo con enfoque cualitativo y cuantitativo. Para el cálculo de dichas variables se utilizaron herramientas, se eligió, entrevista a universitarios, quienes, brindaron información de manera puntual. Se encontró que las indoles sociales, económicas y académicas influyen significativamente en adaptación a la vida universitaria concluyendo que 67% alumnos no tiene la capacidad para relacionarse con otros compañeros, en cuanto a la participación completa de clases el 56% de los estudiantes no logra administrar bien su tiempo por dificultades económicas por lo que se considera que la clase social y económica es un relevante en lo que a rendimiento estudiantil se refiere, que esta variable no es la única si no viene acompañada de otras tales como educación familiar, empleo e ingresos, y si el estudiante labora, tiene becas o lo ayudan en el financiamiento de su matrícula, su relación con los demás compañeros, de acuerdo a su modus vivendi.

En un estudio realizado en Colombia, a cargo de Emiro et al. (2023), cuyo objetivo de investigación concluyo que, a través de la investigación con fórmulas elementales, múltiples formas de ajuste mental y emotivo y diversas maneras de soporte colectivo deducido, teniendo todo esto a la mano es más factible para actuación como intermediarios de la tensión emocional en la adaptación a la vida universitaria, conformado por 555 alumnos Colombianos de 16 hasta 49 años en diferentes ciudades del país.

El diseño de la investigación fue factorial exploratoria. Para la medición de las variables fue utilizado el cuestionario de Estrés Académico SISCO (Barraza,2010), también se usó, inventario de regulación de Emociones Cognitivas (CERQ, Gamefski & Kraaij,2007). Se encontró una prevalencia, la relación hipotética se ha encontrado entre todas las variables, consistente con teorías e investigaciones anteriores, y también es uno de los pocos estudios realizados en la región que busca abordar estas variables utilizando un prototipo de ecuaciones estructurales y en base a un numero de alumnos de diferentes instituciones y ciudades de dicho país.

Y en la misma manera, algunos estudios nacionales tales como:

En un estudio realizado en Peru, a cargo de Levano (2019), cuyo objetivo de investigación fue diagnosticar el grado de agotamiento emocional y adaptación a la vida universitaria en alumnos de la escuela de Enfermería en Univ. Priv. San Juan Bautista Ica., contó con una muestra de 291 estudiantes que están entre los ocho primeros ciclos de de Enfermería. El diseño de la investigación fue cuantitativa. Para el cálculo de las variables se realizaron El Inventario SISCO el cual estima reacciones físicas, psicológicas y de conducta (Barraza A., 2010), en lo que respecta al inventario de adaptación universitaria (CAVU). Se concluyó que en lo respecta al grado de cansancio emocional en alumnos de los primeros ocho ciclos del colegio de enfermería, del 100% (166) de entrevistados el 51% (85) tiene un grado de cansancio emotivo, y el 25% (41) posee grado de cansancio severo y en la que se concluye que 24% (40) tiene un grado de cansancio emocional leve y en lo que concierne a adaptación universitaria estudiantil de los ocho ciclos del colegio Enfermería según variable global, en 100% (166) de los entrevistados, 69%(115) posee una adaptación a la vida Univ. positiva, en contraste el 31% (51) posee una adaptación a la vida Univ. negativa.

Una investigación realizada en Perú, a cargo de Tenorio (2022), cuyo objetivo de investigación fue diagnosticar la conexión Adaptación Universitaria y Estrés en alumnos de la carrera Medicina de una Univ. privada en Trujillo, compuesta por 383 alumnos en la que los años oscilan entre los 18 a 21. La estructura de dicha investigación es correlacional. En cuanto al cálculo de las variables fue utilizado el cuestionario SISCO del Estrés Académico de Barraza (2010) y el inventario QVA-R de Vivencias Académicas de Almeida, Soares y Ferreira (2001). Se encontró asociación muy relevante ($p < .01$), contraria y en poco nivel en Estrés Académico y Adaptación a la Vida Universitaria, de igual forma, se visualizó conexión importante ($p < .01$), en medidas de las dos variables; argumentando mayores niveles de desgaste en la vida de los alumnos lo cual se asocia a una baja adaptación a la institución superior.

Una investigación elaborada en Perú, por Sito (2020), cuya meta de estudio fue disponer la conexión entre adaptación universitaria y cansancio académico en estudiantes de la Univ. privada Norbert Wiener en Lima, estuvo compuesta en 363 estudiantes inscritos en el ciclo 2019-II de los dos géneros. Dicha investigación fue cuantitativo, de modo transversal, forma correlacional y no experimental. Para la medición de dichas variables fue utilizado el instrumento inventario de vivencias académicas QVA-r e inventario de estrés académico SISCO. Resultó que el 52% de los estudiantes tiene baja adaptación a la universidad y 63% tiene cansancio académico medio. También se evidenció una correlación altamente significativa ($p = .000$) y directa en adaptación universitaria y estrés académico ($Rho = .307^{**}$).

Un estudio realizado dentro de Perú liderado por Vidal (2019), el objetivo del estudio fue diagnosticar el grado de adaptación universitaria en un conjunto de 62 alumnos de salud

de una Univ. pública. Dicha investigación fue aplicado, descriptivo, transversal y cuantitativo. Para medir las variables se utilizó el instrumento validado de experiencia académica con poca interpretación (QVA - r) (Almeida et al., 2001). Resultó que el 100% (62) de los estudiantes, el 43% (27) tuvo adaptabilidad alta, el 55% (44) media y el 2% (1) baja. En las dimensiones de problemas individuales, conexiones interpersonales y métodos de aprendizaje alcanzaron grado medio con porcentajes de 71%, 61% y 64%, y en dimensiones de evaluación de facultad y respeto institucional alcanzaron un nivel alto con un porcentaje de 76%. y 64%.

En la teoría psicológica que sustenta la adaptación cambiante a la vida universitaria, se define la adaptación universitaria, como la etapa donde se procesan diversas consultas para funcionar de manera independiente en el contexto universitario entrante. planificar, llegar a acuerdos mutuos en esta sociedad compleja y así se pueda incrementar la motivación interna necesaria para asistir a clases y poder realizar el trabajo que les queda (Domínguez-Lara et al., 2020).

Teóricamente existe una estructura vinculada con la adaptación a la vida universitaria propuesta por autores del SACQ, lo acercan al modelo de integración estudiantil o también conocido como “MIE”, donde el estudiante está motivado y tiene suficientes habilidades académicas. así como el ambiente estudiantil y las relaciones interpersonales satisfactorias en la universidad. Esto lo impulsa a comprometerse con los objetivos establecidos y a buscar la duración en su establecimiento educativo. El pensamiento fundamental de la estructura es la adaptación y los modelos de interrelación en el alumno y otros integrantes del conjunto educativo, lo que involucra el intercambio académico, colectivo y/o universitario (Domínguez-Lara et al., 2020).

Domínguez-Lara et al. (2020) identificaron cuatro dimensiones las cuales son:

D1. Adaptación Académica: Que es la etapa donde el estudiante ya se encuentra adaptado y sabe cómo llevar a cabo sus diferentes trabajos y se encuentra al día con ellos, donde se organiza y está satisfecho.

D2. Adaptación Institucional: Se define como la etapa en la que el estudiante universitario sabe que está estudiando un nivel más alto, el cual, se encuentra satisfecho con la decisión que tomó y sabe sobrellevar sus trabajos que le dejan.

D3. Adaptación Social: etapa por la cual, el universitario se reúne con diferentes compañeros, adaptándose adecuadamente, asimismo, consigue amigos cercanos de su misma carrera y confía en ellos.

D4. Adaptación Personal Emocional: es la etapa donde el universitario se encuentra un poco tensionado porque le dejan varias tareas y las tiene que cumplir en un tiempo establecido, donde también, le resulta difícil afrontar el estrés que conlleva estudiar una carrera universitaria.

Por lo tanto, es importante resaltar que las teorías y modelos sobre adaptación a la vida universitaria desde diferentes perspectivas, donde cada estudiante es único y la adaptación puede depender de factores individuales, sociales y académicos.

Por otro lado, en cuanto a la teoría psicológica que respalda la variable Burnout se sabe que, el Síndrome de Burnout (SB) está compuesto como toda aquella constatación de forma externa para el nivel intenso de estrés o tensión de la persona, que se encuentra dentro de su organización con repercusiones de forma personal, grupal o dentro de la sociedad;

actualmente, este problema no solamente está involucrado dentro del ámbito organizacional sino también en lo educativo/universitario (Correa-López et al., 2019).

Dentro de este estudio de investigación, se identificaron diferentes teorías asociadas al Síndrome de Burnout donde las más conocidas son según Tapullima et al. (2021):

El Modelo de Edelwich & Brodsky (1980) indican como etapa afirmativa donde los colaboradores llegan a tener un desinterés sobre sus funciones y/o actividades dentro de su entorno laboral, llegando a plantear diferentes etapas como: el entusiasmo que se obtiene al asociar con la toma de un trabajo de actividades nuevas donde se destacan la inspiraciones y energías altamente que asocian al trabajador; indicándose que se perciben diferentes dificultades pasajeras y que se solucionan rápidamente (Tapullima et al., 2021).

El Modelo de Cherniss (1980) indica al Síndrome de Burnout como la etapa de intercambio donde el colaborador llega a expresar diferentes niveles ansiedad y estrés dentro de organización, donde se pueden observar en tres tiempos: en la primera el desequilibrio se observa frente a las demandas de las labores y recurso personal que uno tiene con disponibilidad, la segunda hace referencia a la respuesta de emociones a corto plazo que se realiza ya que, el desequilibrio ya mencionado indica el proceso de ansiedad, tensión, agotamiento y fatiga emocional, entre otros, y para finalizar, en la tercera etapa, se observa el cambio de actitudes y conductas corto, mediano o largo plazo (Tapullima et al., 2021).

En lo que corresponde a la extensión de la variable en el Burnout, Correa-López et al. (2019) lo redacta de la siguiente manera:

D1. Agotamiento emocional: es aquel proceso que pasan los colaboradores al culminar sus funciones dentro de su organización laboral y luego en la mañana se siente fatigado y pensando que tiene que volver a realizar las mismas funciones.

D2. Cinismo: es la etapa donde el estudiante pasa o siente que su entusiasmo por sus estudios o las labores dentro de su organización han disminuido y no le toma importancia.

D3. Eficacia académica: el proceso que el estudiante universitario pasa para poder resolver de manera efectiva los conflictos que se le muestran día a día en el ámbito académico y las afrontan con facilidad y entusiasmo.

Por lo cual se puede concluir que es importante tener en cuenta que la teoría del burnout ha evolucionado con el tiempo, y otros modelos y enfoques también han contribuido al entendimiento de este fenómeno. Además, la investigación continúa en este campo para mejorar la comprensión y abordaje del burnout en el ámbito laboral.

Finalmente, en lo que respecta a la argumentación teórica del estudio se tiene los resultados permitieron reafirmar las teorías antes mencionadas, conociendo su relevancia y características, además que este trabajo servirá como un futuro estudio científico que otros investigadores puedan utilizar como antecedente. Finalmente, este contenido académico ayudará a conocer teóricamente la conducta de la variable.

En cuanto a la justificación práctica, la información recolectada a respecto a la conexión adaptación y burnout servirá para que estudiantes puedan tener estrategias en afrontamiento con la cual podrán desarrollar habilidades efectivas, como la gestión del tiempo, la búsqueda de apoyo social y la resiliencia, teniendo en cuenta que es fundamental enfrentar los retos de la vida universitaria de forma positiva. Se puede concluir que abordar

estos aspectos de manera integral puede contribuir a un ambiente académico más saludable y a una experiencia universitaria más positiva para los estudiantes.

1.2. Formulación del problema

Considerando todo lo anterior, este artículo intenta responder a la pregunta general de investigación que muestra: ¿Qué conexión hay entre el desgaste académico y la adaptación universitaria entre alumnos de universidades privadas de Trujillo?

1.3. Objetivos

Por lo tanto, el interés general de esta investigación es examinar la conexión entre el esfuerzo académico y la adaptación universitaria. Los objetivos específicos son los siguientes: Determinar el rango de fatiga académica entre los universitarios de entidades privada de Trujillo. Descubra cómo los alumnos universitarios de entidades privadas de Trujillo se adaptan a la vida universitaria. Investigar la conexión compromiso académico y cambio en la vida universitaria entre alumnos de una universidad privada en Trujillo.

1.4. Hipótesis

Si bien las hipótesis son posibles respuestas y/o soluciones alcanzables al final del estudio, que fue la hipótesis general de esta investigación, es el sí posee un vínculo entre burnout académico y la adaptación universitaria.

Y como hipótesis especial, el que si se encuentra una conexión entre dimensiones de agotamiento académico y adaptación a la vida universitaria entre alumnos de instituciones superiores privadas en Trujillo.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

Respecto a la visión del estudio anterior, trata de una investigación que sigue un enfoque cuantitativo. Indica que el método cuantitativo se ocupa del análisis de conceptos existentes a partir del conjunto de supuestos que generan, lo cual es importante para la obtención de modelos en estos métodos. Ya sea por aleatoriedad o discriminación, es representativo de la población o de la situación investigada (Tamayo, 2007). De manera similar, a nivel correlacional, existe un modelo de estudio no experimental en que investigadores crean un nexo estadístico entre ellas sin que implique la inclusión de variables extrañas logrando calificaciones positivas y calculan dos variables (Mejía, 2017). Además, existen diseños no experimentales (Hernández et al., 2014) y diseños transversales, que se consideran estudios realizados sin manipulación de variables y condiciones encontradas en ambientes naturales y analizadas posteriormente. Se utiliza un método de recolección de datos en un momento determinado, un solo punto (Hernández, 2014), al final esta investigación será la investigación principal, ya que es un método que sigue el progreso científico a través del incremento del conocimiento. No se les atribuye ningún significado a los usos funcionales (Ander, 2010).

Para una población, un panel finito o un panel infinito es una característica común y la decisión de investigación es general. (Arias, 2006), la población de este trabajo es considerada un estudiante universitario de una entidad educativa privada de Trujillo, alrededor de 300 (Cooper, 2020). Y una muestra se refiere a un subgrupo pequeño y representativo extraído de la población disponible (Arias, 2006), habiéndose considerado un muestreo de modelo no probabilístico así, son aquellos que no se basan en el principio de igual probabilidad. Es decir, aquellos en los que es poco probable que todos los elementos

del universo estén incluidos en la muestra. (López, 2011), y de tipo por conveniencia, hace referencia a que el investigador elige a la muestra de acuerdo con la conveniencia de su acceso o facilidad (Hernández, 2014). Siendo así que al aplicar los criterios incluyentes (tener mayoría de edad, pertenecer a alguna universidad privada de Trujillo, aceptar de forma positiva el consentimiento informado) y los criterios excluyentes (tener minoría de edad, no ser universitario, presentar algún inconveniente psicológico o físico que le impida participar del estudio, e incluso haberse negado a aceptar el consentimiento informado), se llegó a una muestra de 300 estudiantes.

Cuestionario de Burnout de Maslach - Instrumento de investigación modelo (MBSI). El instrumento original denominado Burnout Inventory - Student Survey Maslach (MBSI), y con origen en Estados Unidos, fue creado en 1986 por la autora Christina Maslach en la que evalúa en el sector salud el burnout. Esta pregunta es para solicitudes grupales y debe completarse individualmente. Evalúa el estado de no poder entregarse física o mentalmente (debilidad), el estado de deterioro negativo y pérdida de interés por aprender (ignorancia) y las dudas sobre las propias acciones. Académico (autoeficacia académica). El tiempo de ejecución es de aproximadamente 30-35 minutos.

La adaptación peruana fue hecha por Soria y Montero (2020) con estudiantes de Lima. Primero hay 15 preguntas en inglés, agrupadas en tres categorías: agotamiento emocional en 5 preguntas, preguntas en 4 preguntas y actividades académicas en 6 preguntas. La interpretación final del MBI - URPMS constó de 15 preguntas también utilizó una gama tipo Likert de 6 puntos (1 = nunca; 2 = casi nunca; 3 = a veces; 4 = regularmente; 5 = frecuentemente; 6 = casi siempre; 7 = siempre).

Los objetivos que tiene el presente instrumento de evaluación psicométrica es evaluar los diferentes niveles de bienestar psicológico; asimismo, fue validada y adaptada a la población peruana en estudiantes del nivel secundario, con el nombre de Escala de Bienestar Psicológico “SPWB” y validada por Blasco-López y Mengual. En lo que respecta a la validez sobre la estructura interna, se consideraron 12 ítems, dada en 4 dimensiones (Dim. 1: Autoaceptación) (dimensión. 2: Autonomía) (Dimensión 3: Propósito de vida) (dimensión. 4: Crecimiento Personal), éstas se dividieron en 3 ítems cada una, de dúo mediante el estadístico Ítem-Test y corregida ≥ 0.30 , además, con cargas factoriales ≥ 0.40 (Kline, 2015; citado por Correa-Lopez et al. 2019). De igual forma, el análisis factoría confirmatorio se llegaron a obtener índices de ajustes pertinentes: SRMR = 0.02, RMSEA = 0.03, CFI = 0.96, TLI = 0.95. Por lo tanto, la aceptabilidad de tema se determinó por el estadístico V de Aiken, el cual arroja los siguientes resultados: V = 0,80 (Hyrkad. 2008; citado en Correa-Lopez et al. 2019).

Finalmente, la honestidad se analizó mediante el alfa de Cronbach para la congruencia interna. La herramienta MBI-URPMSS consiguió un coeficiente alfa de Cronbach $\alpha = 0,794$ mediante una correlación factorial, y el constructo total estuvo conformado por tres componentes dando como resultado un coeficiente alfa de Cronbach: cansancio emotivo ($\alpha = 0,855$), cinismo ($\alpha = 0,623$). para estudiar Fuerza ($\alpha = 0,744$).

Por otro lado, Baker y Siryk desarrollaron el Cuestionario de Ajuste Universitario para Estudiantes (SACQ) en 1989 para medir el abandono universitario. Revisa una muestra de matrícula estudiantil y describe el desarrollo y herramientas que llevan a los alumnos a desertar en los estudios, tomando en cuenta equilibrio entre la motivación y la facultad de

alumnos y aspectos estudiantiles y sociales de la universidad ayudando a alcanzar las metas académicas. siempre. En las universidades.

La adaptación peruana se realizó en 557 alumnos del primer año (53% mujeres) en una Univ. privada del norte del Perú (Domínguez et al., 2021). La última interpretación del MBI - URPMS posee 67 preguntas de manera de respuesta Likert con 9 alternativas que van en totalmente en desacuerdo (1) hasta totalmente de acuerdo (9) y las primeras cuatro categorías (evaluativas) de renovaciones de campus: Completado, sentimientos y emociones.

Para probar la aceptación de contenido de los datos, se corrobora con profesores universitarios con experiencia para evaluar la importancia de las preguntas del SACQ en el ámbito peruano. La resolución se clasifica y el nivel de acuerdo se midió utilizando los intervalos de confianza (IC) y la V de Aiken considerándose correctas las unidades con un límite de IC superior a 0,50. Ocho profesores universitarios (5 hombres) con experiencia universitaria participaron en las discusiones temáticas y evaluaron la importancia y claridad de los temas. La validez de la estructura interna del mencionado instrumento se determinó examinando los factores en 15 categorías, las cuales explicaron el 55,4% de la varianza e identificaron tres categorías: primero, la capacidad educativa (EA), que representa el 23,5% de la varianza. diferencia; El agotamiento emocional (EA) repite con una variación del 16,9%, seguido del cinismo con una variación del 15%.

Finalmente, para la variable dependiente se obtuvo un constructo corto (27 ítems) compuesto por cuatro ítems (educación, carrera, ajuste social y psicológico), que corresponde al enfoque original del SACQ. Se analizó la confiabilidad de constructos con coeficientes omega que predicen valores altos ($\omega > 0,80$), y se analizó la confiabilidad de puntuaciones y coeficientes de IC con valores esperados altos⁷⁰. A través de esto se

verificó que los instrumentos utilizados en este estudio tuvieron la confiabilidad y validez adecuadas.

En cuanto a la recopilación de datos se dio de la siguiente forma: la recogida de la información teórica para la investigación de las variables y cuestionarios a aplicar; por otro lado, se obtuvo la información de validez y confiabilidad de los instrumentos aplicativos y la adaptación, además, en la recopilación de información numérica se logró en la presentación a los estudiantes, sobre la finalidad que tiene dicha investigación, presentándoles el consentimiento informado y explicando el desarrollo de dicho cuestionario, también se les informó que sería todo de manera anónima y con fines académicos pues la información brindada sería de manera confidencial y finalmente, después de la recogida de datos se hizo la codificación de información brindada en la recopilación de datos Excel, a fin de ordenar y organizar las respuestas de los participantes, y previamente a su análisis hacer una depuración o limpieza de la data previo al uso de los softwares SPSS y JAMOVI.

En cuanto al análisis de datos estadísticos se utilizó estadígrafos de tipo descriptivos, inferenciales y psicométricos. Desde una mirada descriptiva, se hizo uso de las frecuencias y porcentajes para describir la variable y la muestra. Los estadísticos psicométricos de confiabilidad y validez ayudaron a ver la calidad de los instrumentos que se utilizó. Y finalmente, los estadísticos inferenciales usados fueron los de normalidad (referido a Kolmogorov-Smirnov, ya que se contó con una muestra superior a 50 casos) y los estadísticos de conexión Rho de Spearman en las conexiones numéricas de las variables.

En lo respecta a los aspectos éticos, este estudio examinó las directrices internacionales contenidas en los Fundamentos Éticos para Psicólogos y el Código de Conducta de la Asociación Americana de Psicología. (APA, 2010) quienes indican que al momento de realizar una investigación menciona que se debe tener una ética adecuada de privacidad y confidencialidad. A nivel nacional, el Código de Ética del Colegio de Psicólogos del Perú (2017) publicó normas las cuales establecen cual es el deber de confidencialidad en el Capítulo IX, donde el artículo 53 señala que los profesionales de la salud pueden proteger la confidencialidad. Finalmente, según el Código de Ética del Investigador de la UPN (2016), en el episodio 4 sobre principios éticos se identificaron dos artículos para investigación, 11 sobre justicia y 13 sobre veracidad. Así, se concluye que se consideraron aspectos éticos muy importantes durante la realización de este estudio.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1. Análisis de la Normalidad

Tabla 1

Prueba de Normalidad de las Variables y Dimensiones

VARIABLES Y DIMENSIONES	K-S	p
Adaptación a la Vida Universitaria	.152	.000
Adaptación institucional	.149	.000
Adaptación institucional	.184	.000
Adaptación académica	.141	.000
Adaptación Social	.152	.000
Burnout	.102	.000
Agotamiento	.119	.000
Cinismo	.129	.000
Eficacia profesional	.145	.000

Nota: N=300; KS = Kolmogorov-Smirnova; p = Significancia

Según Kolmogorov-Smirnova, de la primera tabla relacionada con la evaluación de normalidad, se sabe, con un tamaño de muestra de más de 50 personas (300 estudiantes universitarios); Los grados de ambas variables “Burnout” y “adaptación universitaria” y las dimensiones de las dos variables en cuanto a distribución normal no presentan ($p < 0.05$): lo que quiere decir que, los resultados de dicha prueba es una No Paramétricas. Por tanto, se usa el estadístico Rho de Spearman en lo que respecta el correlacionar ambas variables y sus magnitudes.

3.2. Análisis Inferencial

Tabla 2

Correlación entre la Adaptación a la Vida Universitaria y Burnout en estudiantes de la ciudad de Trujillo-Perú 2024

Variables	Burnout	
	Rho	Sig.
Adaptación a la Vida Universitaria	,190**	0,001

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

De la segunda tabla respecto a vinculo significativo de la rho de Spearman, se evidencia que hay una correlación débil ($\rho = .190^{**}$) y significativa ($p < 0.05$) en la que la variable ajuste a la vida universitaria y la variable agotamiento. Por lo que se concluye que, a más adaptación a la vida universitaria, elevado será el burnout entre aquellos estudiantes de la Universidad de Trujillo. Además, se confirma la hipótesis de estudio y se deniega la hipótesis nula.

Tabla 3

Niveles de Adaptación a la Vida Universitaria y sus dimensiones en alumnos de la ciudad Trujillo-Perú 2024

Niveles	N	%
V1: Adaptación a la Vida Universitaria		
Alta	119	40%
Media	180	60%
Baja	1	0%
D1: Adaptación Institucional		
Alta	128	43%
Media	172	57%
Baja	0	0%
D2: Adaptación personal-emocional		
Alta	115	38%
Media	40	13%
Baja	145	48%
D3: Adaptación académica		
Alta	253	84%
Media	45	15%
Baja	2	1%
D4: Adaptación social		
Alta	251	84%
Media	45	15%
Baja	4	1%
Total	300	100%

Nota: N300; n= frecuencia; %= porcentaje.

En lo que respecta a la Tabla 3, sobre la frecuencia de Adaptación universitaria, predomina en grado medio 60% seguido de Alta con 40% los estudiantes. En cuanto a las dimensiones en Adaptación institucional predomina Media nivel con 57%, en cuanto a adaptación

personal-emocional llega a predominar el nivel Baja con 48; para culminar, se llega a predominar en el nivel Alta dentro de las dimensiones Adaptación Académica con 84% y Adaptación social con 84%.

Tabla 4

Niveles Burnout y sus dimensiones en estudiantes de la ciudad de Trujillo-Perú 2024

Niveles	N	%
V2: Burnout		
Muy alto	0	0%
Alto	4	1%
Medio alto	187	62%
Medio bajo	109	36%
Bajo	0	0%
Muy bajo	0	0%
D1: Agotamiento		
Muy alto	7	2%
Alto	53	18%
Medio alto	131	44%
Medio bajo	54	18%
Bajo	44	15%
Muy bajo	11	4%
D2: Cinismo		
Muy alto	284	95%
Alto	3	1%
Medio alto	6	2%
Medio bajo	0	0%
Bajo	0	0%
Muy bajo	0	0%
D3: Eficacia Profesional		
Muy alto	0	0%
Alto	0	0%
Medio alto	4	1%
Medio bajo	59	20%
Bajo	206	69%
Muy bajo	31	10%
Total	300	100%

Nota: N300; n= frecuencia; %= porcentaje.

Cuando se trata de niveles de agotamiento, domina el promedio alto (62%), seguido del promedio bajo (36%). Respecto al 44% de agotamiento y el 69% de eficiencia profesional, en el 95% en los alumnos de la Univ. de Trujillo predomina un nivel bajo y una dimensión muy alta de cinismo.

Tabla 5

Correlación entre la Adaptación a la Vida Universitaria y la Dimensión Agotamiento de Burnout en estudiantes de la ciudad de Trujillo-Perú 2024.

Variables	Agotamiento	
	Rho	Sig.
Adaptación a la Vida Universitaria	,362**	0,000

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Respecto a la quinta tabla, sobre relación significativa sobre rho de Spearman, se observa que, en Adaptación Universitaria y Dimensión Agotamiento en Burnout, se observa una correlación débil ($\rho = .362^{**}$) significativa ($p < 0.05$). Esto nos dice que cuanto, más débil es el agotamiento de los alumnos universitarios de entidades privadas de Trujillo, mayor es la adaptación universitaria. Por tanto, nos indica la admisión de la hipótesis de estudio y niega la hipótesis nula.

Tabla 6

Correlación entre la Adaptación a la Vida Universitaria y la Dimensión Cinismo de Burnout en estudiantes de la ciudad de Trujillo-Perú 2024.

Variables	Cinismo	
	Rho	Sig.
Adaptación a la Vida Universitaria	-.463**	0,000

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Por cuanto, a la sexta tabla, dentro de lo que es relación significativa sobre rho de Spearman, se llegó a identificar que, en la Adaptación Universitaria y la Dimensión Cinismo en Burnout, se visualiza una correlación negativa moderada ($\rho = -.463^{**}$) significativa ($p < 0.05$). Lo que significa una menor adaptación universitaria moderada y cinismo de los universitarios de Trujillo en Burnout. Por lo tanto, indica afirmativamente la hipótesis de exploración y se niega la hipótesis nula.

Tabla 7

Correlación entre la Adaptación a la Vida Universitaria y la Dimensión Eficacia Profesional de Burnout en estudiantes de la ciudad de Trujillo-Perú 2024.

Variables	Eficacia profesional	
	Rho	Sig.
Adaptación a la Vida Universitaria	,485**	0,000

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Finalmente, en la séptima tabla, sobre relación significativa dentro de la rho de Spearman, se refiere que, dicha Variable Adaptación a la vida Universitaria y Dimensión Eficacia profesional dentro de Burnout, se observa correlación moderada ($\rho = .485^{**}$) significativa ($p < 0.05$). Lo que significa que mientras tanto más se adapta a los hechos universitaria, más moderada es la fuerza laboral del Burnout de los estudiantes de la Universidad Trujillano. Lo cual afirma, la hipótesis de exploración y se niega la hipótesis nula.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En cuanto al propósito de búsqueda emergente era conocer la conexión de agotamiento normativo y adaptación al ambiente universitario. Los resultados encontrados mostraron que, entre la adaptación universitaria y el agotamiento emocional, en la cual llega a existir una correlación débil ($\rho = .190^{**}$) y significativa ($p < 0.05$). Esto significa que cuanto mayor es la adaptación a la vida universitaria, menor será burnout en alumnos de la Univ. de Trujillo. Además, nos dice que se afirma la hipótesis de estudio y se niega la hipótesis nula. Esto es similar a Espinola et al. (2019), quienes encontraron que las condiciones sociales, económicas y académicas influyen significativamente en la adaptación a la vida universitaria. Finalmente, dichos resultados son explicados en base en la teoría de Maslach (1986). Menciona que cuando una persona se encuentra en situaciones estresantes siente que no tiene control sobre lo que le sucede y por lo tanto le cuesta adaptarse a las exigencias del entorno, por lo que no es raro sentirse agotado. los estudiantes carecen de recursos para adaptarse a la vida.

Para el primer objetivo específico se trató de diagnosticar el grado de adaptación a la vida universitaria en alumnos universitarios de entidades privada de Trujillo. Los productos revelaron que la mayoría de los alumnos encontraban el grado intermedio con un 60%, seguido por el nivel avanzado con un 60%. Esto significa que 180 de 300 estudiantes universitarios están en transición a un entorno universitario. Esto es similar al hallazgo de Levano (2019) de que el 69% (115 estudiantes) de los estudiantes mostró capacidad de adaptación al mundo universitario, pero en contraste con el hallazgo de Sito (2020) de que el 52% de los estudiantes mostró poca adaptación al mundo universitario. vida universitaria Es diferente. Nivel de adaptación a la universidad. Finalmente, los resultados de este estudio

están respaldados por Domínguez-Lara et al. (2019) explican que el SACQ es un proyecto relacionado con el contexto universitario. Esto indica que los estudiantes deben estar motivados y ser capaces de demostrar sus conocimientos y habilidades de una manera adecuada al entorno en el que se encuentran. La obtención de objetivos a medio y largo plazo y la adaptación y sostenibilidad universitaria.

El segundo objetivo es corroborar el grado de compromiso de los alumnos de dicha Univ. privada de Trujillo. Entre los niveles, domina el medio-alto presentando un 62%, seguido del nivel medio-bajo presentando un 36%. Esto significa que 187.300 estudiantes universitarios a menudo experimentan altos niveles de agotamiento, lo que indica que están cansados y tienen dificultades en sus actividades académicas. Todo esto es similar al estudio de Romero (2022) que muestra que los niveles de conocimiento quemado están activos en niveles altos en el 59,5% de la población. (2023), aunque a diferencia de Banda et al., visualizaron que los grados efectivos burnout de las universidades eran bajos, del 37,9%.

Finalmente, los resultados de este estudio están respaldados por Tapulliman et al. (2021) mediante el Modelo de Edelwich & Brodske en 1980 donde indican que las personas o alumnos llegan a tener un desinterés sobre sus actividades dentro de su entorno universitario llegando a plantear diferentes vivencias como el de entusiasmo, emociones bajas y/o energías altamente asociadas a las labores que cumplen los trabajadores o estudiantes en sus diferentes contextos.

El último objetivo específico es concluir la conexión entre las dimensiones del gasto educativo y la adaptación a la vida universitaria entre alumnos de una institución universitaria privada en Trujillo. Se obtuvieron los siguientes resultados correlacionales los cuales fueron: Adaptación a la vida universitaria y la dimensión eficacia en burnout, donde

existe correlación débil ($\rho = .362^{**}$) y significativa ($p < 0.05$). Lo cual indica que a mayor adaptación universitaria débil será el agotamiento de burnout. Además, evidencio aprobación de la hipótesis de estudio y negó la hipótesis nula. Ahora, la parte de adaptarse al mundo universitario es un trabajo duro, llegando a existir una conexión desfavorable moderada ($\rho = -.463$) y significativa ($p < 0.05$). Es decir, ante una negativa adaptación a la vida universitaria normal será el cinismo de Burnout en los estudiantes universitarios de Trujillo. Por lo que se admite la hipótesis de observación y se deniega la hipótesis nula. En cuanto a la Adaptación a la vida universitaria y la dimensión eficacia académica de Burnout existe conexión moderada ($\rho = .485$) y significancia ($p < 0.05$). Esto significa que mientras más ajuste haya en el mundo universitario, mayor será el desempeño de los estudiantes de Trujillo. En conclusión, se admite la hipótesis de investigación y se deniega la hipótesis nula. Esto es similar al estudio de Levano (2019), que reveló diferentes niveles en el ámbito universitario y encontró grados negativos de desgaste académico (burnout) relacionados con fatiga, discriminación y desconocimiento sobre diversas adaptaciones en la universidad. El producto de esta investigación apoya la teoría de Edelwich y Brodsky (1980) de que el agotamiento asociado con la adaptación al ambiente universitario conduce a un comportamiento inadecuado o falta de atención académica y laboral. Esta situación puede reducir la motivación y la energía de un estudiante cuando se enfrenta a situaciones o personas difíciles en el campus. En otras palabras, el agotamiento académico conduce a una pérdida de interés y pasión por aprender y lograr objetivos académicos, lo que afecta negativamente la adaptación alumno en la universidad y su rendimiento académico.

Por otro lado, en cuanto a las conclusiones teóricas, las mismas fueron dadas a través de diversos estudios, los cuales fueron investigados en diferentes etapas de dicha tesis; Por lo tanto, los resultados obtenidos muestran efectos y/o relaciones positivas o negativas significativas en adaptación a la vida universitaria y burnout entre alumnos universitarios en Trujillo, donde se encontraron varias áreas importantes como el cinismo y el burnout en la vida de estos estudiantes. y eficiencia profesional, que les permita mejorarla y fijarse una meta para su vida y crecimiento profesional, permitiéndoles ampliar su conocimiento diverso de ambas variables y seguir con propósito y determinación futuras líneas de investigación. Además, este estudio proporciona a los futuros investigadores suficientes antecedentes para la metodología de investigación y fundamentos teóricos bien definidos en este estudio.

Al observar los aspectos prácticos y de investigación, se concluyó que hay muchas áreas importantes en la vida personal como la autoaceptación, las buenas relaciones, la independencia, el control del medio, el propósito de vida y el crecimiento personal, puedes ampliar tu comprensión sobre estas variables y el rumbo correcto de tu vida. Futuros investigadores con el enfoque y el diseño adecuados.

En cuanto al grado de limitación de este estudio, se identificaron las siguientes: diversas dificultades para llegar a la población seleccionada utilizada en este estudio, que van desde líderes de carrera y estudiantes universitarios seleccionados que no entendieron. cuál fue el procedimiento para la evaluación de ambos instrumentos y la falta de flexibilidad en los cronogramas al momento de llenar los formularios de las herramientas de evaluación durante la recopilación de datos. Además, se confirmó que existe poca o nula información sobre la conexión de las variables de adaptación a la vida universitaria y burnout a través de

ensayos, maestrías y títulos de excelencia, en el entorno nacional e internacional. Esto significa que no vieron los problemas en el proceso de adaptación estudiantil.

También se puede ver que en el estudio antes mencionado solo hay dos variables. El propósito es observar e identificar la relación entre la adaptación al mundo universitario y el esfuerzo estudiantil. Además, dado que los datos recopilados en este estudio se recopilaron a lo largo del tiempo o en un momento específico, no hubo una secuencia ni una secuencia paso a paso en la recopilación de datos. Por lo tanto, el muestreo fue no probabilístico y de generalización limitada a la población de estudio.

CONCLUSIONES:

- Hay una correlación favorable débil ($\rho = .190^{**}$) y significativa ($p < 0.05$). por lo que se llega a la conclusión que, a más alta adaptación a la vida universitaria bajo es el Burnout de los universitarios dentro de su ciudad natal.

- La variable Adaptación universitaria está dominada por una media del 60%, seguida por un elevado 60% de estudiantes; Están bastante adaptados a su entorno universitario.

- En el índice de fatiga es el más alto con un 62%, seguido del leve con un 36%. Siempre muestran altos niveles de agotamiento, mostrando a través de su comportamiento que están cansados y teniendo dificultades en un contexto académico.

- Hubo una relación débil ($\rho = 0,362^{**}$) y significativa ($p < 0,05$) en la adaptación a la vida universitaria y las tasas de agotamiento. Lo que significa, cuanto menor sea la capacidad de adaptación a la universidad, mayor será el nivel de burnout. Hubo conexión desfavorable moderada en adaptación a la vida universitaria y el cinismo relacionado con agotamiento ($\rho = -0,463$) y fue significativa ($p < 0,05$). Esto significa que, ante una adaptación negativa a la vida universitaria normal, habrá escepticismo en lo que respecta a burnout de los alumnos universitarios de Trujillo. Finalmente, hubo una conexión moderada entre la adaptación a la vida universitaria y las puntuaciones en desgaste académico ($\rho = 0,485$) y significancia ($p < 0,05$). Esto significa que cuanto mayor sea la capacidad de adaptación a la vida universitaria normal, mayor será el rendimiento estudiantil en el contexto burnout estudiantil.

Referencias

- Almeida, L., Ferreira, J., & Soares, A. (2001). Questionário de vivências acadêmicas (QVA E QVA-r). *Core.ac.uk*. <https://core.ac.uk/download/pdf/55612842.pdf>
- Ander, E. (2011). *Aprender a Investigar: Nociones básicas para la investigación social (1ra Ed.)*. Manual Moderno. <https://abacoenred.org/wp-content/uploads/2017/05/Aprender-a-investigar-nociones-basicas-Ander-Egg-Ezequiel-2011.pdf.pdf>
- Apa 2010. Principios éticos de los psicólogos según la APA. *La mente es maravillosa*. https://lamenteesmaravillosa.com/principios-eticos-de-los-psicologos-segun-la-apa/#google_vignette
- Araoz, E., Roque, M., Gallegos, N., Mamani, J., & Zuloaga-Araoz M. (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Rev. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(19), 88-93. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55971233016>
- Arias, F. (2006). *El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica* (5ª ed.) Caracas - Venezuela: Episteme. <https://tesisdeinvestig.blogspot.com/2012/01/poblacion-y-muestra.html>

- Banda, J., D'Amico, R., & Robles, V. (2007) Intervención cuasi-experimental en burnout académico en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana para la investigación y el desarrollo educativo*, 12(26), 1-29.
<https://www.researchgate.net/publication/368978461> Intervencion cuasi-experimental en burnout academico en estudiantes universitarios
- Barraza A. (2010). *Estrés, Burnout y bienestar subjetivo* (1a edición). Manual Moderno.
https://redie.mx/librosyrevistas/libros/estres_burnout_y_bienestar_sujetivo.pdf
- APA (2010). Principios Éticos De Los Psicólogos Y Código De Conducta. *American Psychological Association (APA) Enmiendas*.
https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/Codigo_APA.pdf
- Concejo Directivo Nacional. (2017, 21 de diciembre). Código de Ética y Deontología. *Colegio de Psicólogos del Perú "CPP"*.
https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf
- Correa-López, L., Loayza-Castro, J., Vargas, M., Roldán-Arbieto, L. & Pérez, M. (2019). Adaptación y validación de un cuestionario para medir burnout académico en estudiantes de medicina *Revistas URP*, 19(1), 17-94.
<https://revistas.urp.edu.pe/index.php/RFMH/article/view/1794/1739>

Cherniss, C. (1980). Staff burnout: Job stress in the human services. *Revista Psychology*, 5(18). <https://www.scirp.org/reference/ReferencesPapers?ReferenceID=1343375>

Dominguez-Lara, S., & Prada-Chapoñan, R. (2020). Adaptación universitaria en estudiantes peruanos de ciencias de la salud. Diferencias por sexo y grupo etario. *Revista Archivos de Medicina*, 20(2), 1-10. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273863770012>

Edelwich, J. y Brodsky, A. (1980): Burnout: Etapas de desilusión en las profesiones de ayuda. Nueva York. *Prensa de Ciencias Humanas*. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=2735395>

Emiro, J., Bedoya, E., Cuartas, G., Cassaretto, M., & Vilela, Y. (2023). Estrés académico y adaptación a la vida universitaria: mediación de la regulación cognitivo-emocional y el apoyo social. *Revista Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 39(1), 62–71. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/472201>

Espínola, S., & Figueredo, R. (2019). Adaptación a la vida universitaria. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 3(1), 1-75. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/6>

Garnefski, N. & Kraaij, V. (2007). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. *European Journal of Psychological Assessment*, 23(3), 141-149.
<https://www.researchgate.net/publication/38306184> The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire - Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults

Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ta Ed.). Manual Moderno.
https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf

INEI (2019). *Pandemia y deserción escolar en la educación básica regular: Factores asociados y posibles efectos, 2017-2021 – INEI (1ra Ed.)*. Manual Moderno.
<https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/investigaciones/desercion-escolar.pdf>

INEI (2021). *Indicadores de Educación, según departamento, 2011-2021 – INEI (1ra Ed.)*. Manual Moderno.

https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib187/1/libro.pdf

Karyotaki, E., Cuijpers, P., Albor, Y., Alonso, J., Auerbach, R., Banjes, J., Bruffaerts, R., Ebert, D., Hasking, P., Kiekens, G., Lee, S., McLafferty, M., Mak, A., Mortier, P., Sampson, N., Stein, D., Vilagut, G., & Kessler, R. (2020). Fuentes de estrés y sus asociaciones con los trastornos mentales entre estudiantes universitarios: resultados de la Encuesta mundial de salud mental de la Organización Mundial de la Salud Iniciativa internacional para estudiantes universitarios. *Revista Frontiers*, 11(1). <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2020.01759/full>

Levano, M. (2019). *Nivel de estrés y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de I a VIII ciclo Escuela Profesional de Enfermería Universidad Privada San Juan Bautista Ica septiembre 2018* [Tesis de Maestría, Universidad Privada San Juan Bautista]. Repositorio UPSJB. <https://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/2378>

Londoño, J., Flórez, L., & Patiño, T. (2022). *Características Del Síndrome De Burnout Académico En Estudiantes De Enfermería: Artículo De Revisión* [Tesis de Maestría, Fundación Universitaria del Área Andina, Seccional Pereira]. Repositorio AREANDINA.

<https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/4659/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

López-Roldán, P. (2011). La Muestra Continua de Vidas Laborales: posibilidades y limitaciones. Aplicación al estudio de la ocupación de la población inmigrante. *Metodología de Encuestas*, 13(1), 7-32.
<http://casus.usal.es/pkp/index.php/MdE/article/view/1010>

Luque, O., Bolica, N., Achahui, V., & Gallegos, J. (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios frente a la educación virtual asociada al covid-19. *Revista UNAH*, 4(1), 1-9. <https://www.revistas.unah.edu.pe/index.php/puriq/article/view/200>

Maslach, C. Jackson, S. y Leiter, M. (1986). *Manual de inventario de agotamiento de Maslach*. Palo Alto

https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=590909&pid=S1409-0015201500010001400018&lng=en

Mejía, T. (2017). Investigación Correlacional: Definición, Tipos y Ejemplos. [Lifeder.com].
Recuperado de: <https://www.lifeder.com/investigacioncorrelacional/>

Montero, J., & Soria, P. (2020). Adaptación del Inventory Maslach Burnout–Student Survey (MBI-SS) Versión Colombiana en Universitarios de Lima [Tesis de Grado, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/46449>

Moya, I., Barreno, J., & Álvarez, M. (2023). Estrés académico y adaptación a la universidad en estudiantes de primer semestre de una universidad pública en Ecuador. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(4), 247-262. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i4.1212>

OMS (2020). El síndrome del burnout es incluido en la lista de enfermedades de la OMS. *América Economía*. <https://www.americaeconomia.com/el-sindrome-del-burnout-es-incluido-en-la-lista-de-enfermedades-de-la-oms>

Pines, A., Aronson, E. Y Kafry, D. (1981). Burnout: From tedium to personal growth, en C. Cherniss (Ed.) *Staff Burnout: Job Stress in the human services*. Nueva York: The Free Press.

(Rodríguez-Díaz, F.J., Estrada-Pineda, C., Rodríguez-Franco, L., y Bringas-Molleda, C. (2014). Adaptación del inventario de estrategias de afrontamiento (CSI) a la población penitenciaria de México. *Psicología: Reflexão e Crítica*, 27(3), 415-423. <https://doi.org/10.1590/1678-7153.201427301>

Romero, V. (2022). *Síndrome de Burnout académico en residentes de urología de Colombia*

[Tesis de Especialización, Universidad Nacional de Colombia]. Repositorio UNAL.

<https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/82939>

Sánchez, M. L., Álvarez, A., Flores, T. Arias, J., & Saucedo, M. (2019). El reto del estudiante

universitario ante su adaptación y autocuidado como estrategia para disminuir

problemas crónicos degenerativos. *Revista Educación y Salud*, 4(7).

<https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/icsa/n4/e7.html>

Secretaría Nacional de la Juventud. (2023, 31 de Marzo). Día Mundial de la Educación: Más

del 90% de jóvenes de 15 a 29 años accede a la educación secundaria y menos del

40% transita a la educación superior. *Senaju*. [https://juventud.gob.pe/2023/03/dia-](https://juventud.gob.pe/2023/03/dia-mundial-de-la-educacion-mas-del-90-de-jovenes-de-15-a-29-anos-accede-a-la-educacion-secundaria-y-menos-del-40-transita-a-la-educacion-superior/)

[mundial-de-la-educacion-mas-del-90-de-jovenes-de-15-a-29-anos-accede-a-la-](https://juventud.gob.pe/2023/03/dia-mundial-de-la-educacion-mas-del-90-de-jovenes-de-15-a-29-anos-accede-a-la-educacion-secundaria-y-menos-del-40-transita-a-la-educacion-superior/)

[educacion-secundaria-y-menos-del-40-transita-a-la-educacion-superior/](https://juventud.gob.pe/2023/03/dia-mundial-de-la-educacion-mas-del-90-de-jovenes-de-15-a-29-anos-accede-a-la-educacion-secundaria-y-menos-del-40-transita-a-la-educacion-superior/)

Servín, Y. E., & Toñanes, R. F. (2019). Adaptación a la vida universitaria: Ciencia Latina

Revista Científica Multidisciplinar, 3(1), 74–96.

<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/6>

Silva, M., López, J., & Columba, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios.

Revista Investigación y Ciencia, 28(79), 75-83.

<https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>

Silva-Ramos, M., López-Cocotle, J., & Columba, E. (2020). Estrés académico en estudiantes

universitarios. *Revista Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83.

<https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/67462875008.pdf>

Sito, L. (2020). *Adaptación a la Vida Universitaria y Estrés Académico en Alumnos de*

Estudios Generales de la Universidad Privada Norbert Wiener de Lima, 2019 [Tesis

de Maestría, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio USMP.

<https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/6829>

Sunedu (2020). Crecimiento Y Conversión De La Educación Superior. *Educación al Futuro*.

<https://educacionalfuturo.com/articulos/crecimiento-y-conversion-de-la-educacion-superior/>

Tamayo, M. (2007). *El proceso de la investigación científica (4ta Ed.)*. Manual

Mexicano. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El_proceso_de

[e_la_investigacion_cientifica_Mario_Tamayo.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El_proceso_de_la_investigacion_cientifica_Mario_Tamayo.pdf)

Tapullima, M., Munguía, E., Reyes, E., & Sánchez, E. (2021). Revisión sistemática sobre síndrome de Burnout en personal de salud en América Latina entre 2015-2020. *Revistas de investigación UNMSM*, 24(1), 3-4. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/20608>

Tenorio, J. (2022). *Estrés académico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de la facultad de medicina humana de una Universidad Privada de Trujillo* [Tesis de Maestría, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio UPAO. <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/9076>

USIL (2023, 3 de junio). Créditos educativos: una alternativa para poner fin a la deserción universitaria. *Blog USIL*. <https://blogs.usil.edu.pe/novedades/creditos-educativos-una-alternativa-para-poner-fin-la-desercion-universitaria>

Velarde, A. (2016, noviembre). Código de Ética del Investigador Científico UPN. *Universidad Privada del Norte*. <https://www-dev.upn.edu.pe/sites/default/files/2020-06/codigo-etica-investigador-cientifico-upn.pdf>

Velasco, R. J., Cunalema, J. A., Franco, J. A. y Vargas, G. M. (2021) Estrés percibido asociado a la pandemia por COVID-19 en la ciudad de Guayaquil, Ecuador. *Revista Boletín de Malariología y Salud Ambiental*, 61(1), 38-46. <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/04/1177559/art-2-i-2021.pdf>

Vera-Romero, M. (2022). *Compromiso organizacional y síndrome de burnout en personal de un penal del sur del Perú, 2022* [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/116739>

Vidal, Y. (2019). *Nivel de adaptación a la vida universitaria de estudiantes de ciencias de la salud ingresantes a la Escuela de Estudios Generales de una universidad pública. Lima. 2018* [Tesis de Maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio UNMSM. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/10456>

Zaragoza, J. (2023, 26 de abril). Crecimiento y Conversión de la Educación Superior. *Educación al futuro*. <https://educacionalfuturo.com/articulos/crecimiento-y-conversion-de-la-educacion-superior/>

Anexos

ANEXO N° 1. Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ).

F1: adaptación institucional	1 (Totalmente de acuerdo)	2	3	4	5	6	7	8	9 (totalmente desacuerdo)
1. Sé por qué estoy en la universidad									
2. Estoy satisfecho con mi decisión de entrar a estudiar en la universidad									
3. Espero acabar mis estudios en esta carrera									
4. Me gusta el trabajo académico que realizo en la carrera									
5. Estoy pensando en cambiarme a otra carrera (R)									
6. Estoy pensando seriamente en tomarme un tiempo de descanso de la universidad y continuar después (R)									
F2: adaptación personal-emocional									
7. Últimamente me siento nervioso									
8. Las actividades académicas me están resultando difíciles									
9. Últimamente experimento tristeza y cambios de humor									
10. Últimamente me siento cansado la mayor parte del tiempo									
11. Me difícil resulta estar solo ante tantas responsabilidades									
12. Últimamente no soy capaz de controlar mis emociones									
13. Últimamente tengo dolores de cabeza									
14. Últimamente pienso pedir ayuda psicológica									
15. Últimamente perdió o ganó peso									
16. Últimamente me enfado con mucha facilidad									
17. Últimamente no duermo bien									
18. Últimamente, mis pensamientos se confunden con facilidad									
19. Me resulta difícil afrontar el estrés que me produce la universidad									
F3: Adaptación académica									
20. Estoy al día con los trabajos que me piden en los cursos									
21. Estoy satisfecho con el ritmo con el que estoy estudiando									

22. Me gusta realizar los trabajos del ciclo académico												
23. Me organicé bien para desarrollar los trabajos de los cursos												
F4: Adaptación social												
24. Me estoy adaptando socialmente bien a la universidad												
25. Tengo amigos/as cercanos/as en la universidad												
26. Tengo amigos y conocidos en la carrera para hablarles de cualquier problema												
27. Estoy satisfecho con mi vida social en la universidad												

Anexo N°2

CUESTIONARIO PARA MEDIR BURNOUT ACADÉMICO

ITEMS	Muy Bajo	Bajo	Medio (Bajo)	Medio (Alto)	Alto	Muy Alto
1. Me siento emocionalmente agotado por mis estudios						
2. Me siento cansado al final de la jornada de estudio						
3. Me siento fatigado cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de estudio						
4. Se me hace difícil prestar atención ya sea en clase o al momento de estudiar						
5. Me siento quemado por mis estudios *Consumido, agotado						
6. Puedo solucionar efectivamente los problemas que se presentan durante el estudio						
7. Pienso que cuando asisto a clases mis aportes son importantes						
8. En mi opinión soy un buen estudiante						
9. Me siento estimulado cuando alcanzo mis metas de estudios						
10. He conseguido y aprendido muchas cosas útiles en el transcurso de mi carrera						
11. Durante mis estudios siento confianza de mi habilidad para entender y resolver los problemas con mucha calma						
12. El entusiasmo por mis estudios ha disminuido						
13. Dudo de la importancia de mis estudios						
14. El interés por mis estudios ha disminuido desde mi ingreso a la universidad						
15. Me he vuelto más insensible con la gente desde que estudio esta carrera						

MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPOTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGIA
¿Cuál es la relación entre burnout académico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de universidades privadas de Trujillo?	Determinar la relación que existe entre el burnout académico y la adaptación a la vida universitaria.	Se encontrará relación entre el burnout académico y la adaptación a la vida universitaria.	BURNOUT	✓ Agotamiento Emocional	Enfoque: Teórico Alcance: Correlacional Diseño: Correlacional Población: 300 estudiantes de universidades privadas de la ciudad de Trujillo.
¿Cuál es el nivel de burnout académico en estudiantes de Universidades Privadas de Trujillo?	Identificar el nivel de burnout académico en estudiantes de Universidades Privadas de Trujillo.			✓ Cinismo	
¿Cuál es Determinar el nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes de Universidades Privadas de Trujillo?	Determinar el nivel de adaptación a la vida universitaria en estudiantes de Universidades Privadas de Trujillo.	Se encontrará relación entre las dimensiones del Burnout académico y la adaptación a la vida universitaria en estudiantes de Universidades Privadas de Trujillo.	ADAPTACION A LA VIDA UNIVERSITARIA	✓ Adaptación institucional	
¿Cuál es la relación entre las dimensiones del Burnout académico y la adaptación a la vida universitaria en estudiantes de Universidades Privadas de Trujillo?	Determinar la relación entre las dimensiones del Burnout académico y la adaptación a la vida universitaria en estudiantes de Universidades Privadas de Trujillo.			✓ adaptación personal-emocional	✓ Adaptación académica

MATRIZ DE OPERACIONES DE VARIABLES

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicador	Ítems
Burnout	Burnout definido como un factor de riesgo laboral por su capacidad para afectar la calidad de vida, la salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida (OMS,2000)	Agotamiento Emocional (Falta de recursos emocionales), Eficacia Académica (Medida en la que se alcanzan los objetivos educativos), Cinismo (práctica de acciones)	Agotamiento Emocional	Puntaje obtenido en los ítems 1,2,3,4 y 5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Me siento emocionalmente agotado por mis estudios 2. Me siento cansado al final de la jornada de estudio 3. Me siento fatigado cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de estudio 4. Se me hace difícil prestar atención ya sea en clase o al momento de estudiar 5. ME SIENTO QUEMADO POR MIS ESTUDIOS *Consumido, agotado
			Eficacia Académica	Puntaje obtenido en los ítems 6,7,8,9,10 y 11	<ol style="list-style-type: none"> 6. Puedo solucionar efectivamente los problemas que se presentan durante el estudio 7. Pienso que cuando asisto a clases mis aportes son importantes 8. En mi opinión soy un buen estudiante 9. Me siento estimulado cuando alcanzo mis metas de estudios 10. Últimamente me siento cansado la mayor parte del tiempo 11. He conseguido y aprendido muchas cosas útiles en el transcurso de mi carrera 11. Durante mis estudios siento confianza de mi habilidad para entender y resolver los problemas con mucha calma
			Cinismo	Puntajes obtenidos en los ítems 12,13,14 y 15	<ol style="list-style-type: none"> 12. El entusiasmo por mis estudios ha disminuido 13. Dudo de la importancia de mis estudios 14. El interés por mis estudios ha disminuido desde mi ingreso a la universidad 15. Me he vuelto más insensible con la gente desde que estudio esta carrera
	La vida universitaria	Adaptación Institucional		Puntajes obtenidos en los ítems 1,2,3,4,5 y 6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sé por qué estoy en la universidad

Adaptación a la Vida Universitaria	implica retos que son referidos a los sistemas de evaluación y de enseñanza, a la toma de decisiones vocacionales, el aprovechamiento de los recursos que ofrece la institución y las nuevas formas de relacionarse con la familia, además de los profesores y los pares (Páramo et. al, 2017).	(adaptaciones de enseñanza), Adaptación personal-emocional (responder de manera adecuada a las situaciones), Adaptación académica (nivel de interacción que los estudiantes construyen), Adaptación social (Capacidad expresarse)	Adaptación Institucional		<ol style="list-style-type: none"> 2. Estoy satisfecho con mi decisión de entrar a estudiar en la universidad 3. Espero acabar mis estudios en esta carrera 4. Me gusta el trabajo académico que realizo en la carrera 5. Estoy pensando en cambiarme a otra carrera 6. Estoy pensando seriamente en tomarme un tiempo de descanso de la universidad y continuar después
			Adaptación Personal-Emocional	Puntajes obtenidos en los ítems 7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18 y 19	<ol style="list-style-type: none"> 7. Últimamente me siento nervioso 8. Las actividades académicas me están resultando difíciles 9. Últimamente experimento tristeza y cambios de humor 10. Últimamente me siento cansado la mayor parte del tiempo 11. Me resulta difícil estar solo ante tantas responsabilidades 12. Últimamente no soy capaz de controlar mis emociones 13. Últimamente tengo dolores de cabeza 14. Últimamente pienso pedir ayuda psicológica 15. Últimamente perdió o ganó peso 16. Últimamente me enfado con mucha facilidad 17. Últimamente no duermo bien 18. Últimamente, mis pensamientos se confunden con facilidad 19. Me resulta difícil afrontar el estrés que me produce la universidad
			Adaptación Académica	Puntajes obtenidos en los ítems 20, 21, 22 y 23	<ol style="list-style-type: none"> 20. Estoy al día con los trabajos que me piden en los cursos 21. Estoy satisfecho con el ritmo con el que estoy estudiando 22. Me gusta realizar los trabajos del ciclo académico 23. Me organicé bien para desarrollar los trabajos de los cursos
			Adaptación Social	Puntajes obtenidos en los ítems 24,25,26 y 27	<ol style="list-style-type: none"> 24. Me estoy adaptando socialmente bien a la universidad 25. Tengo amigos/as cercanos/as en la universidad 26. Tengo amigos y conocidos en la carrera para hablarles de cualquier problema 27. Estoy satisfecho con mi vida social en la universidad