

Predicción de burnout a través del estrés y las estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes

Prediction of burnout through stress and coping strategies in a sample of university students

 **Tonatiuh García-Campos**
tonat99@hotmail.com

 **Alexia Oros Ojeda**
a.orosojeda@ugto.mx

 **Luis Felipe García y Barragán**
luisgyb@ugto.mx

 **Verónica Reyes Pérez**
v.reyes@ugto.mx

Universidad de Guanajuato.
División de Ciencias de la Salud.
Departamento de Psicología.
León, Guanajuato, México.

Resumen

Problema de investigación: Es fundamental entender factores que afectan al proceso de aprendizaje, como el caso del estrés y la manera en que se enfrenta en la vida académica. **Objetivo general:** Buscar modelos predictivos del Burnout académico a través de los estilos de afrontamiento y el estrés académico. **Clasificación de la investigación:** por el tipo de datos recolectados como cuantitativa con diseño no- experimentales; el alcance o profundidad de la investigación fue predictiva o causal, según la fuente de recolección de datos: experimental; de acuerdo con el plan de recolección de datos: transversal. **Población y muestra:** 214 estudiantes de Ciencias de la Salud, Ciencias e Ingenierías y Ciencias Sociales y Humanidades de la Universidad de Guanajuato. **Instrumentos de investigación:** Se utilizaron el Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio del estrés académico, el Inventario de Estrategias de Enfrentamiento y el School Burnout Inventory (SBI) para población mexicana. **Análisis de datos:** Se utilizaron medidas de tendencia central y de dispersión, así como regresiones lineales con método de pasos sucesivos. **Resultados:** Se encontraron modelos predictivos para la muestra total y para cada una de las divisiones académicas. **Conclusiones:** Las estrategias de afrontamiento son mejores predictores del burnout académico.

Palabras clave: estudiante universitario; estrés mental; resiliencia

Abstract

Research Problem: It is essential to understand the factors influencing the learning process, specifically the role of stress and the mechanisms utilized to manage it within academic life. **General Objective:** To identify predictive models of academic burnout based on coping styles and academic stress. **Research Classification:** Based on the type of data collected, this study is quantitative with a non-experimental design. Regarding its scope or depth, the research is predictive or causal. According to the data collection source, it is classified as field research (primary source); following the data collection plan, it is cross-sectional. **Population and Sample:** 214 students from the fields of Health Sciences, Exact Sciences and Engineering, and Social Sciences and Humanities at the University of Guanajuato. **Research Instruments:** The Systemic Cognitive Inventory was utilized to study academic stress, alongside the Coping Strategies Inventory and the School Burnout Inventory (SBI) validated for the Mexican population. **Data Analysis:** Measures of central tendency and dispersion were employed, as well as stepwise linear regression models. **Results:** Predictive models were established for the total sample as well as for each specific academic division. **Conclusions:** Coping strategies serve as superior predictors of academic burnout compared to other analyzed variables.

Keywords: college students; stress; coping strategy

Introducción

Problema de investigación

De acuerdo con la OECD (2022) en el planeta se está viviendo una desconexión entre la mayor riqueza de algunos y el bienestar de muchos; por lo que es indispensable pensar el futuro de la educación en el contexto de las principales tendencias económicas, políticas, sociales y tecnológicas para que la educación realmente apoye a los individuos a desarrollarse como personas, ciudadanos y profesionales.

Por su parte, el Objetivo de Desarrollo Sostenible 4 (ODS 4-Educación 2030) se centra en el afianzamiento y ampliación del acceso, de la inclusión y la equidad, y de la calidad y los resultados del aprendizaje en todos los niveles (Organización de las Naciones Unidas, 2026). Según la ANUIES (2026) en el ciclo escolar 2024-2025 en el nivel superior, de la matrícula total (5,519,791) el 18% han concluido sus estudios. En un estudio realizado por Sahagún (2024), el 92% de su muestra de estudiantes de una universidad en la Ciudad de México, eran no regulares. Factores psicológicos como el estrés académico y las estrategias para enfrentarlo, están jugando un papel importante en los procesos de enseñanza- aprendizaje (Xu et al., 2022, Duran, 2024), donde es de suma importancia velar por las características psicológicas y condiciones en las que se lleva a cabo el proceso educativo, de tal manera que se favorezca el aprendizaje del estudiantado y así favorecer que se adquieran las competencias que requiere la sociedad.

Antecedentes

Uno de los factores que más se han estudiado por su efecto en el proceso de aprendizaje es el estrés. Lazarus y Folkman (1986) lo definieron como “el resultado de una relación entre el sujeto y el entorno, que es evaluado por este como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en riesgo su bienestar” (p. 46).

Existen diferentes enfoques desde los cuales analizar la condición psicofisiológica y social del estrés (Ortega et al., 2023), que pueden orientarse a las situaciones estresoras; los síntomas o abarcar tanto estresores como síntomas.

En la universidad discurren elementos y situaciones que favorecen la aparición y prevalencia del estrés en sus estudiantes (Bezie et al., 2025), ya que, en primera instancia, el estudiantado puede enfrentarse a una desorganización en sus vidas relacionada con el nuevo contexto al que se integran (Silva-Ramos et al., 2020), así como un proceso de adaptación al mismo (de la Rosa-Rojas et al., 2015). El estrés es una emoción negativa

predominante entre los estudiantes, ya que enfrentan numerosos desafíos académicos, vitales e interpersonales (Qing Xia et al., 2025).

De acuerdo con Giusti et al. (2020) algunas de las situaciones que pueden propiciar el estrés en la comunidad estudiantil, van desde el ingreso a la institución educativa, la permanencia y el egreso de esta, hasta los temas o las materias del plan de estudios, las técnicas y herramientas de enseñanza y aprendizaje empleadas por el profesorado, el temor a fracasar por parte del estudiantado y el ambiente que se vive en la facultad, así como el tener que acudir a sus clases y entregar tareas en plazos determinados como requisito aprobatorio (Salmela-Aro y Read, 2017).

Algunas otras situaciones consideradas como causantes de estrés y que pueden incidir en la afectación de la salud del estudiantado pueden ser, por ejemplo, la preparación y realización de exámenes (Al Doori et al., 2024), las intervenciones públicas como exposiciones de trabajos en clase, participaciones en foros o hacer y responder preguntas al profesorado, las tutorías o asesorías y su calidad (Cotobal et al., 2025), la sobrecarga de trabajos y actividades y la insuficiencia de tiempo para realizarlas, el deber estudiar, el trabajo en equipo así como la competitividad entre compañeros. Además de las implicaciones que genera el cambio de residencia y el tener que adaptarse y enfrentar las situaciones que se presenten en un nuevo estado o país, lejos del núcleo familiar, en los casos en que esto sucede (Gradiski et al., 2022).

Ortega et al. (2023) desde la misma perspectiva conceptualizan al estrés académico como un conjunto de situaciones o eventos (sistémicos, psicológicos y adaptativos) y propone un modelo sistémico-cognoscitivista mediante el cual explica que, para las personas, es más importante la evaluación cognitiva que hace respecto a la situación que considera estresante. El autor identifica tres componentes del estrés académico en este modelo: la situación estresante, el síntoma o indicador de desequilibrio y la acción de afrontamiento, en el que el estrés representa transacciones conflictivas entre la persona y el medio, es decir, surge de una incompatibilidad entre las demandas del contexto y la capacidad de decidir cómo afrontarlas.

Para de la Rosa-Rojas et al. (2015) en una investigación con estudiantes peruanos, los estudiantes de medicina presentan mayores niveles de estrés en comparación con los estudiantes de psicología y derecho.

Jiang et al. (2021) identificaron al estrés como un predictor significativo del malestar psicológico entre los estudiantes universitarios, particularmente en relación con el agotamiento, la ansiedad y los síntomas depresivos.

Para Vizoso-Gómez y Arias-Gundín (2016) las situaciones que estudiantes perciben como estresoras con más frecuencia son los exámenes y sus implicaciones, las insuficiencias de herramientas metodológicas del profesorado, las presentaciones o exposiciones en público y la sobrecarga de trabajos y tareas.

Se ha establecido una relación clara y consistente entre el estrés y el burnout académico, donde a medida que aumenta el estrés, también lo hace la probabilidad de presentar burnout entre los estudiantes (Xu et al., 2022).

Por lo antes mencionado es posible referir que existe una relación muy estrecha entre el estrés percibido y el burnout académico. Sin embargo, no son lo mismo, y donde las estrategias de afrontamiento individuales funcionarían un papel importante en el desarrollo del burnout en los estudiantes (Duran, 2024).

Lazarus y Folkman (1986) definieron al afrontamiento como “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p. 164). Esta definición refiere al afrontamiento como un proceso que se da como consecuencia de las constantes evaluaciones que hace el individuo de su relación con el entorno. La forma en que cada persona afronta sus problemas depende de los recursos de los que dispone; y las formas de afrontamiento mediarán el estrés y la salud.

Kirby et al. (2022) categorizaron las estrategias de afrontamiento en tres: centrada en el problema, la acomodativa y la de desapego. La primera supone la acción directa para solucionar el problema. En el afrontamiento acomodativo la persona se esfuerza para adaptarse a una situación estresante sin cambiarla (incluye estrategias como el humor, la reformulación positiva, la aceptación y el volver a ponderar de objetivos). El afrontamiento de desapego incluye las estrategias para evitar el problema, conductuales como el desapego, la evitación o el abuso de sustancias, cognitivas entre las que están la negación o la autodistracción. Así, una mala gestión del estrés puede llevar a una situación que desborde a la persona, pudiendo caer en el síndrome de Burnout.

Para Reyes-Lagunes y Góngora-Coronado (1998) las estrategias utilizadas por las personas para enfrentar los desafíos y dificultades pueden ser adaptativas o desadaptativas, dependiendo de cómo se utilicen en respuesta a las situaciones estresantes. Para estos autores el afrontamiento directo implica abordar activamente los problemas y desafíos. Es una estrategia adaptativa que está asociada con resultados positivos para el individuo, como una mejor salud mental y una mayor sensación de

bienestar. El afrontamiento emocional consiste en la expresión de emociones relacionadas con el estrés. Si bien expresar las emociones puede ser útil en ciertas situaciones, el exceso de expresión emocional puede ser desadaptativo si no se acompaña de otras estrategias para resolver los problemas subyacentes. El afrontamiento evasivo se refiere a evitar o minimizar la confrontación directa con el problema. Aunque puede proporcionar alivio temporal, el uso excesivo de estrategias de evitación puede ser desadaptativo, ya que no aborda los problemas de manera efectiva. El afrontamiento revalorativo implica reinterpretar la situación estresante de una manera más positiva o menos amenazante. Esta es una estrategia adaptativa que puede promover el bienestar emocional y ayudar a las personas a encontrar sentido y crecimiento en medio de la adversidad. Por último, el apoyo social consiste en buscar ayuda, orientación o consuelo en otras personas. El apoyo social es una estrategia adaptativa que puede proporcionar un amortiguador contra el estrés y promover la resiliencia.

El burnout, de acuerdo con la Clasificación Internacional de Enfermedades Para las Estadísticas de Mortalidad y Morbilidad en su onceava revisión (CIE-11, Organización Mundial de la Salud, 2025) se define como el resultado del estrés laboral crónico que no se ha gestionado con éxito, y es caracterizado por tres dimensiones: 1) sensación de agotamiento; 2) mayor distanciamiento mental del trabajo, o sentimientos de negativismo o cinismo relacionados con él; y 3) sensación de ineficacia y falta de logro.

El burnout también podría ser entendido a manera de proceso, siendo este una respuesta negativa al estrés, llegando a su límite al fallar en el uso de estrategias óptimas de afrontamiento, mediando en la relación entre el estrés percibido y sus consecuencias (Carlin y Garcés, 2010).

El nivel de estrés que el estudiantado percibe en su entorno se relaciona de manera muy cercana con el desarrollo del síndrome de burnout en el ámbito académico (Serrano & Andreu, 2016), mismo que presenta una gran prevalencia entre los profesionales de las ciencias de la salud y los estudiantes de estas áreas (Gómez-Urquiza et al., 2023; Pujol-de Castro et al., 2024), donde diferentes factores externos también están involucrados, como por ejemplo el ser foráneo en su localidad de estudio (Gradiski et al., 2022), o el pertenecer a una minoría social (Dyrbye et al., 2023).

Osorio et al. (2020a) conceptualizan al burnout académico como una respuesta constante y negativa, caracterizada por ser “una sensación de encontrarse exhausto y de no poder más en las tareas como estudiante, adoptar una actitud cínica o de

distanciamiento con el significado y la utilidad de los estudios y un sentimiento de incompetencia académica como estudiante” (p. 28).

Por otra parte, Hederich-Martínez y Caballero-Dominguez (2016) definen al burnout académico como una condición del estudiante en la que presenta una “sensación de no poder dar más de sí mismo, una actitud de crítica negativa, desvalorización, pérdida del interés, de la trascendencia y del valor de los estudios y dudas crecientes acerca de la propia capacidad para realizarlos” (p. 2); sin embargo, hay que visualizar que el burnout académico no solo tiene repercusiones negativas para el individuo, como la disminución de su rendimiento académico, sino también para la organización en su conjunto (Madigan y Curran, 2021).

Cuando los estudiantes se enfrentan a exigencias académicas excesivas, como mucha tarea, presión de exámenes y responsabilidades de prácticas, sin los recursos adecuados, como tiempo, energía, apoyo docente y capital psicológico, se vuelven cada vez más susceptibles a presentar burnout académico y a tener consecuencias negativas para la salud. A medida que estas exigencias superan los recursos disponibles de los estudiantes, sus reservas cognitivas y emocionales se agotan progresivamente (Qing Xia et al., 2025). Donde variables sociodemográficas como la sexo o la edad (Fiorilli et al., 2022) y el grado académico (Deng et al., 2025), se ha visto que tienen un efecto en el burnout académico.

En un estudio (Qing Xia et al., 2025) con estudiantes chinos de comercio electrónico, ingeniería en internet y de inglés de negocios, se encontró una predicción positiva del burnout académico a través del estrés académico.

Un estudio realizado por Arias-Gundín y Vizoso-Gómez (2018) con estudiantes de educación de una universidad española, encontraron que las estrategias activas de afrontamiento hacia el estrés devendrían en niveles altos de eficacia. Por otra parte, mayores niveles de prevalencia en estrategias como solución de problemas, reestructuración cognitiva y búsqueda de apoyo social implican niveles menores en las dimensiones agotamiento y cinismo del burnout.

En México, en un estudio realizado por Plett-Torres et al. (2018) con estudiantes de medicina se encontró que, contrario a la mayoría de los estudios consultados hasta la fecha, los estudiantes que participaron no padecían burnout y menos del 40% presentaban una prevalencia baja de las dimensiones de ineficacia, cinismo o agotamiento. Por su parte, Aguilar-Priego et al. (2024) reportaron puntajes medios en burnout en estudiantes universitarios de distintas áreas.

Tribus y territorios académicos

En el contexto académico, el término "tribus" a menudo se utiliza para describir grupos de académicos, investigadores o estudiantes que comparten intereses, enfoques teóricos o metodológicos similares en un campo determinado (Becher, 2001). Por su parte, los territorios académicos, se refiere a los dominios o campos de estudio específicos en los que se enfocan los académicos. Cada territorio académico se define por su objeto de estudio, métodos de investigación y marco teórico. Algunos ejemplos de territorios académicos incluyen la física, la biología, la sociología entre otros. Para el mismo autor, estas tribus y territorios académicos son importantes para fomentar el intercambio de ideas, el debate intelectual y el avance de la investigación en un campo particular. Sin embargo, también pueden generar divisiones o barreras entre diferentes grupos de académicos.

Cada territorio académico tiene su propio conjunto de conocimientos, prácticas y valores, lo que puede influir en la identidad y la forma en que el estudiantado se percibe. A su vez, cada disciplina académica tiene su propia cultura y normas a las cuales la comunidad estudiantil debe adaptarse, lo que incluye aprender las prácticas de investigación, los estilos de escritura, los métodos de evaluación y las expectativas académicas específicas de su campo (Cordero et al., 2019; Tellman, 2022).

Es importante tener en cuenta que, los estudiantes universitarios pueden enfrentar la presión de cumplir con las expectativas de su disciplina, lidiar con la competencia entre tribus académicas y navegar por diferentes perspectivas y enfoques en su educación, sin embargo, también pueden encontrar apoyo, orientación y oportunidades para desarrollarse y crecer dentro de su campo de estudio (Rivera-Martínez, 2017).

El estrés académico y las estrategias de afrontamiento pueden estar influenciadas por las tribus y territorios académicos en los que las personas se encuentren, así, los territorios académicos pueden tener diferentes normas, expectativas y presiones. La identificación con una tribu académica puede ser una fuente de orgullo y satisfacción personal; sentirse parte de una comunidad académica puede ayudar a enfrentar el estrés al proporcionar un sentido de propósito y significado en el trabajo académico. La identidad académica también puede actuar como una forma de afrontamiento al brindar una fuente de autoestima y motivación (Rivera-Martínez, 2017).

Sin embargo, también es importante destacar que las tribus y territorios académicos pueden tener desafíos relacionados con el estrés. La competencia académica, la presión por publicar, la sobrecarga de trabajo y la falta de equilibrio entre la vida académica y

personal son problemas comunes que pueden afectar el bienestar, la capacidad de afrontamiento y, por ende, el burnout.

Objetivo

El objetivo de la presente investigación fue definir un modelo predictivo del burnout a través del estrés académico y de las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios; así como los modelos respectivos para cada división académica

Método

Clasificación y diseño de la investigación

El estudio fue de tipo cuantitativo no experimental, porque no se manipuló ninguna variable, sólo se utilizaron variables independientes de carácter atributivo. Predictivo porque su objetivo es identificar modelos predictivos de una variable dependiente, a través de variables independientes y transversal ya que la obtención de información se hizo en un solo momento.

Población de estudio

A través de un muestreo intencional propositivo la muestra fue de 214 estudiantes ordinarios, de los cuales, el 38.8% pertenecía a la División de Ciencias de la Salud (DCS), 26.2% pertenecía a la Licenciatura en Psicología, el 12.6% al programa de Médico Cirujano, el 44.9% a la División de Ciencias e Ingenierías (DCI) quienes el 18.7% estudiaban Ingeniería Física y el 26.2% a la Licenciatura en Física y el 16.4% a la División de Ciencias Sociales y Humanidades (DCSH), donde el 7.5% estaba inscrito en el programa de Cultura y Arte y el 8.9% a Ciencia Política y Administración Pública.

Del total de participantes, el 70.1% refirió vivir en la ciudad de León, Guanajuato; y el 29.9% reportó residir en otra ciudad o estado. La media de edad de los participantes fue de 20.87 años, oscilando entre los 17 y los 38. Del total de la muestra, el 47.2% se identificó como hombre y el 52.8% como mujeres. El 25.2% del alumnado participante indicó que además de estudiar tiene un trabajo y el 38.3% indica estar en una relación de pareja.

El 85.5% de los participantes refirió vivir con su familia nuclear, es decir, mamá, papá, hermanos o hermanas; 2.3% vive con otros familiares, 8.4% con compañeros o

roomies y el 1.9% vive solo. El 70.1% del total del estudiantado participante reporta no haber reprobado materias hasta el momento, 12.1% sí ha reprobado materias y aún las adeuda, y el 17.8% también ha reprobado materias, pero ya las aprobó

Instrumentos de investigación

Para evaluar el estrés académico, se utilizó el Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio del estrés académico, segunda versión de 21 ítems (SISCO SV-21) (Barraza-Macías, 2018), cuyo Alfa de Cronbach es de .85 y que ha sido utilizado en varios estudios como el de García et al. (2025). Este instrumento está conformado por 21 reactivos agrupados en tres dimensiones con siete reactivos cada una, evaluando los estímulos estresores, las reacciones o síntomas ante estímulos estresores y las estrategias de afrontamiento. Es un cuestionario de autoaplicación con seis opciones de respuesta en escala tipo Likert que va de nunca=1 a siempre=6.

Para evaluar el afrontamiento hacia el estrés, se empleó el Inventario de estrategias de enfrentamiento (Reyes-Lagunes y Góngora-Coronado, 1998), cuyo Alfa de Cronbach es de .76. Está conformado por 18 reactivos que evalúan cinco factores o estilos de afrontamiento: directo, emocional, evasivo, revalorativo y apoyo social. Es un cuestionario de autoaplicación con siete opciones de respuesta en escala tipo Likert que va de nunca=1 a siempre=7.

Para evaluar el burnout académico se usó el School Burnout Inventory (SBI) (Salmela-Aro et al., 2009) en su validación para población mexicana (Osorio et al., 2020b), cuyo Alfa de Cronbach es de .77. Este instrumento está conformado por 9 reactivos que evalúan agotamiento en la escuela, cinismo y sensación de insuficiencia en la escuela. Es un cuestionario de autoaplicación con seis opciones de respuesta en escala tipo Likert que va de totalmente en desacuerdo=1 a totalmente de acuerdo=6.

Variables de investigación

Burnout académico: Respuesta constante y negativa, caracterizada por tener “una sensación de encontrarse exhausto y de no poder más en las tareas como estudiante, adoptar una actitud cínica o de distanciamiento con el significado y la utilidad de los estudios y un sentimiento de incompetencia académica como estudiante” (Osorio et al., 2020a, p. 28).

Estilos de enfrentamiento: Esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (Lazarus y Folkman, 1986, p.164).

Estrés académico: Conjunto de situaciones o eventos (sistémicos, psicológicos y adaptativos) que provocan una evaluación cognitiva al respecto. El estrés representa transacciones conflictivas entre la persona y el medio, es decir, surge de una incompatibilidad entre las demandas del contexto y la capacidad de decidir cómo afrontarlas (Ortega et al., 2023).

Operacionalización de variables

En la tabla 1 se presentan las variables utilizadas en el estudio, así como sus subvariables, la cantidad de indicadores que contiene cada subvariable y el nombre del instrumento con el que se evalúa.

Tabla 1.

Operacionalización de variables.

Variables	subvariables o categorías	Indicadores	Instrumento de recolección
Burnout académico	Agotamiento en la escuela	3	School Burnout Inventory (SBI) (Salmela-Aro et al., 2009)
	Cinismo	3	
	Sensación de insuficiencia en la escuela	3	
Estilos de enfrentamiento	Directo	4	Inventario de estrategias de enfrentamiento (Reyes-Lagunes y Góngora-Coronado, 1998)
	Emocional	5	
	Evasivo	3	
	Revalorativo	5	
	Apoyo social	2	
Estrés académico	Estímulos estresores	7	Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico, segunda versión de 21 ítems (SISCO SV-21) (Barraza-Macía, 2018)
	Reacciones o síntomas ante estímulos estresores	7	
	Estrategias de afrontamiento	7	

Fuente: elaboración propia

Validación de instrumentos

Tanto el Inventario de estrategias de enfrentamiento (Reyes-Lagunes y Góngora-Coronado, 1998) como el Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio del estrés académico, segunda versión de 21 ítems (SISCO SV-21) (Barraza-Macía, 2018) se crearon y estandarizaron en México, por su parte para el School Burnout Inventory (SBI) (Salmela-Aro et al., 2009), se utilizará la estandarización en México que realizaron Osorio-Guzmán et al. (2020).

Recolección y análisis de datos

Para la realización de esta investigación, se solicitó la autorización de las autoridades académicas correspondientes, a quienes previamente se les explicó en qué consistía el proyecto. Asimismo, se cumplió con las consideraciones éticas pertinentes, Se solicitó el consentimiento informado y al ser una recopilación de datos mediante encuestas anónimas, no se solicitó información que identificara a las personas participantes.

El levantamiento de datos se realizó a través de una encuesta en línea, en la que se explicó a los participantes que sus respuestas serían anónimas y que se tratarían con confidencialidad. Se incluyó un consentimiento informado en el que cada participante manifestó estar de acuerdo con participar en la investigación de manera voluntaria y de que podría retirarse en cualquier momento.

Para el análisis de datos, por medio del programa SPSS versión 27 se utilizaron medidas de tendencia central y de dispersión para describir los perfiles en cada una de las variables. Para poder utilizar regresiones lineales por pasos, se utilizaron los valores de Durbin-Watson para garantizar que los residuos fueran independientes; la homocedasticidad en cada modelo fue corroborada a través de los gráficos de los valores estandarizados pronosticados y los residuos estandarizados y la normalidad de los residuos se definió a través de Shapiro-Wilks.

Resultados y Discusiones

Resultados

Inicialmente se reportan los perfiles generales en las tres escalas para la muestra total, como se puede observar en la tabla 2 los valores de estrés académico y de burnout se encuentran arriba de la media teórico (2.5) con valores ligeramente altos. Por su parte, los estilos de afrontamiento más comunes en la muestra total fueron el evasivo y el de la

búsqueda de apoyo por parte de otras personas, ambos con valores que oscilan alrededor de la media teórica (4).

Tabla 2.

Media y desviación estándar de Estrés académico, Burnout y Estilo de afrontamiento para la muestra total.

	Estrés	Burnout	Estilos de afrontamiento				
			Directo	Emocional	Evasivo	Revalorativo	Apoyo social
Media	3.36	3.68	2.02	2.98	4.29	2.92	3.94
DE	.48	1.17	.81	1.11	1.08	1.01	1.76

Nota. DE = Desviación estándar. Escala para Estrés académico y Burnout es de 1-6. Escala para estilos de afrontamiento 1-7.

Al revisar los puntajes de estrés y burnout por división académica (División de Ciencias de la Salud, División de Ciencias e Ingenierías, División de Ciencias Sociales y Humanidades), se puede identificar un perfil semejante al descrito en la muestra total, como se ve en la tabla 3. Al analizar los estilos de afrontamiento, las muestras de la división de ciencias de la salud y la de ciencias e ingenierías, presentan un perfil similar al que se refleja en la muestra total. Sin embargo, en la división de ciencias sociales y humanidades, los valores más altos fueron en el factor evasivo seguido del emocional.

Tabla 3.

Media y desviación estándar de Estrés académico, Burnout y Estilo de afrontamiento por división académica.

División		Estrés	Burnout	Estilos de afrontamiento				
				Directo	Emocional	Evasivo	Revalorat.	Apoyo Social
DCS	Media	3.43	3.60	1.85	2.93	4.30	2.74	3.82
	DE	.40	1.20	.79	1.05	1.08	1.10	1.80
DCI	Media	3.29	3.82	2.19	2.92	4.37	3.21	4.38
	DE	.44	1.07	.80	1.03	1.14	.84	1.66
DCSH	Media	3.41	3.44	1.97	3.26	4.07	2.53	3.04
	DE	.71	1.31	.82	1.39	.91	1.01	1.59

Nota. De = Desviación estándar. Escala para Estrés académico y Burnout es de 1-6 puntos. Escala para estilos de afrontamiento 1-7 puntos. Emoc.= Emocional. Revalor.= Revalorativo. DCS = División de Ciencias de la Salud. DCI = División de Ciencias e Ingenierías. DCSH = División de Ciencias Sociales y Humanidades.

Para orientarnos al objetivo de la presente investigación, se procedió a verificar indicadores para garantizar la viabilidad de buscar los modelos predictivos. Para ello, inicialmente se obtuvieron los valores de Durbin-Watson donde se asumieron que todos los

residuos son independientes (se obtuvieron valores entre 1.8 y 2.1). De igual manera la homocedasticidad en cada modelo fue corroborada a través de los gráficos de los valores estandarizados pronosticados y los residuos estandarizados. La normalidad de los residuos se definió a través de Shapiro-Wilks, donde se obtuvo una probabilidad de .15 para la muestra total y de .28 a .47 en los modelos por divisiones.

Como se puede identificar en la tabla 4, la estrategia de afrontamiento emocional siempre está presente en los modelos predictivos de burnout y con una carga negativa, lo que sugiere que a mayor emocionalidad se despliegue, menor será el burnout. En cuanto al afrontamiento evasivo se encuentran resultados contrarios entre el área de la salud y la de sociales y humanidades, ya que la valencia del afrontamiento evasivo en el área de la salud es positiva, lo que refiere que, a mayor evasión, mayor burnout, caso contrario para las ciencias sociales y humanidades, donde a menor afrontamiento evasivo, mayor burnout académico.

Tabla 4.

Predicción del Burnout por estrategias de afrontamiento y estrés académico

Factor	B	Tolerancia	Inflación de varianza
Muestra total ($F(3, 210) = 53.24$; $p = .00$. $R^2_{aj} = .42$)			
Afrontamiento emocional	-.57	.95	1.05
Afrontamiento directo	.37	.90	1.10
Estrés	.28	.93	1.07
División de Ciencias de la Salud ($F(4, 78) = 12.89$; $p = .00$. $R^2_{aj} = .36$)			
Afrontamiento emocional	-.52	.96	1.04
Afrontamiento directo	.51	.86	1.15
Afrontamiento evasivo	.23	.95	1.04
Estrés	.58	.89	1.11
División de Ciencias e Ingenierías ($F(2, 93) = 35.18$; $p = .00$. $R^2_{aj} = .41$)			
Afrontamiento emocional	-.55	.97	1.02
Afrontamiento directo	.40	.97	1.02
División de Ciencias Sociales y Humanidades ($F(3, 31) = 30.39$; $p = .00$. $R^2_{aj} = .72$)			
Afrontamiento emocional	-.69	.95	1.04
Afrontamiento evasivo	-.32	.96	1.03
Afrontamiento de apoyo social	.17	.98	1.01

Fuente: Elaboración propia

Discusiones

Como se puede ver en los resultados de la tabla 2, la muestra total de estudiantes presenta valores medios de estrés y ligeramente arriba de la media teórica en burnout, lo que refleja a estudiantes que no están al borde del “colapso” lo que es consistente con lo reportado por Plett-Torres et al. (2018) en estudiantes mexicanos de medicina. Con relación a los estilos de enfrentamiento, se identifica que la evasión de los problemas y la búsqueda

de apoyo para platicar los problemas o buscar maneras conjuntas de solucionarlos, son las estrategias más fuertes en esta muestra de estudiantes. Contrario a Valdivieso-León et al. (2020), la estrategia directa o revalorativa, son las que presentan los valores más bajos, sin embargo, son consistentes con lo reportado por Ruiz-Camacho et al. (2025) en estudiantes españoles de licenciatura. La búsqueda de apoyo es consistente con resultados previos y representa una característica importante de culturas colectivistas donde la interacción social y la cohesión grupal son valores socioculturales importantes.

En relación con los perfiles de las variables por división del conocimiento (División de Ciencias de la Salud, División de Ciencias e Ingenierías y División de Ciencias Sociales y Humanidades), se puede notar que los perfiles de estrés y burnout son similares en los estudiantes de las tres divisiones. Respecto a las estrategias de afrontamiento, la evasión sigue siendo la que presenta los mayores valores en el estudiantado, y el intento de solucionar directamente el problema es la que es más baja en todos los subgrupos.

Es interesante observar que, como la búsqueda de apoyo social para enfrentar un problema de la escuela de la estrategia de mayor puntaje en la DCI, la segunda mayor en DCS y la tercera en DCSH, lo que puede reflejar lo que Cordero et al. (2019) reportaban respecto a cómo la comunidad estudiantil debe adaptarse a la propia cultura y normas de la campos disciplinar o tribu académica, que en este caso, podría abarcar las estrategias de afrontamiento deseadas o esperadas por el grupo de pertenencia académica. De igual manera, para el campo de las Ciencias Sociales y Humanidades, las respuestas emocionales ante los problemas en la escuela son más altas que en las otras dos divisiones, lo que podría reflejar una cercanía mayor a este tipo de respuestas emocionales que, a su vez, afloran más fácilmente ante una situación académica estresante.

Con base a los resultados que directamente abonan al objetivo de la presente investigación (buscar un modelo predictivo del burnout a través del estrés académico y de las estrategias de afrontamiento en estudiantes), los resultados muestran que fue posible tener modelos predictivos de Burnout tanto para la muestra total, como para cada campo disciplinar. Respecto a la predicción en la muestra total, se idéntica que el afrontamiento emocional y el directo, junto con el estrés académico, son las variables que ayudan a predecir el 42% de la varianza.

Es sumamente llamativo que el coeficiente del afrontamiento emocional (variable que más aporta a la varianza explicada), sea negativo, lo que nos lleva a identificar que entre

más respuestas emocionales tenga el estudiantado, menor será el Burnout que reportan, lo que podría deberse a un efecto liberador de tensión por parte de las respuestas emocionales, independientemente de que las respuestas puedan ser de carácter negativas, como la tristeza o preocuparse. De igual manera, que el afrontamiento directo conlleve a mayor Burnout, podría reflejar que las estrategias directas que los estudiantes estén tomando, no necesariamente han tenido el resultado esperado, lo que además de poder explicar los bajos puntajes en el afrontamiento directo, podría estar dando luz, que la búsqueda directa de enfrentar el problema sin lograr solucionarlo puede llevar a un gasto de tiempo que empeore la situación percibida por parte de la persona. Por su parte el estrés, también abona de manera positiva a la predicción del Burnout, lo que es congruente con lo reportado por Qing Xia et al. (2025).

Respecto al modelo predictivo en estudiantes de la División de Ciencias de la Salud, se puede ver que es el único modelo con cuatro variables predictivas, donde el afrontamiento directo, el evasivo y el estrés, se relacionan positivamente con el Burnout. Aunado a lo escrito respecto al modelo de la muestra total, podemos ver que la evasión del problema también incide en el incremento del Burnout, lo que podría suponerse que afirma la hipótesis de que el tiempo que pasa sin que la situación sea superada, va generando mayores percepciones de altas demandas escolares, un distanciamiento y actitud cínica hacia los estudios, y sentimientos de no ser suficiente como estudiante.

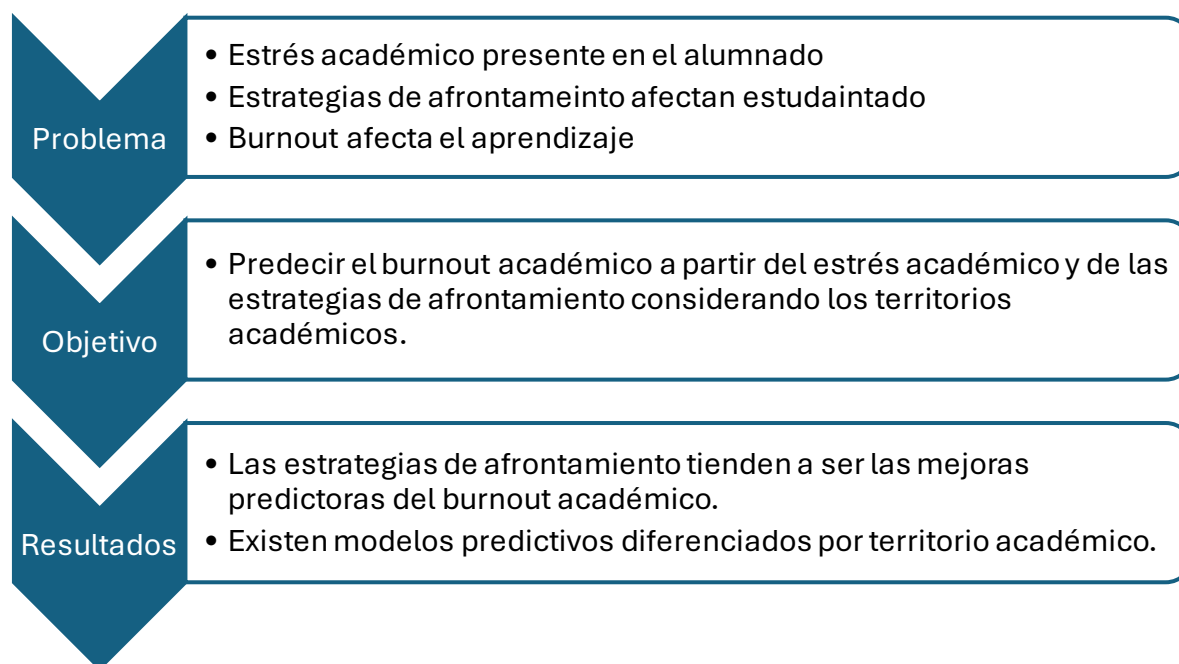
El modelo para los estudiantes de Ciencias e Ingenierías es el modelo más simple ya que incluye solo dos variables predictoras (Afrontamiento emocional y directo), pero con el porcentaje de varianza más alto entre divisiones académicas (41%). Por su parte, para los estudiantes de la División de Sociales y Humanidades, su modelo consta de tres variables (todas, estilos de afrontamiento). En este modelo llaman la atención varias cosas. La primera es que a diferencia del campo de Ciencias de la Salud, el afrontamiento evasivo tiene una carga negativa en la predicción, lo que refiere que entre más evadan los problemas académicos este tipo de estudiantes, mayor será la posibilidad de desarrollar Burnout, lo que podría reflejar que para este grupo de estudiantes al evadir menor el problema, éste se presenta más claramente en sus vidas y les recuerda la situación estresante que están viviendo y por ende, una mayor posibilidad de reconocer alguna característica del Burnout. El segundo punto que llama la atención y que son resultados contrarios a los reportados por Arias-Gundín y Vizoso-Gómez (2018), es que en este modelo es la única vez que aparece la estrategia de buscar apoyo que ayude a analizar la

situación y posibles soluciones, donde este apoyo favorece el Burnout (aunque su coeficiente es pequeño, de .17). Lo anterior podría estar provocando un reconocimiento público del problema y a su vez una ratificación de la situación desbordante cognitivamente hablando, pudiendo incrementar la sensación de no ser suficiente como estudiante, como parte del Burnout académico según Salmela-Aro y Read (2017).

Conclusiones

Uno de los principales fines de las universidades es la formación de profesionistas que apoyen y beneficien a la sociedad, sin embargo, el proceso formativo para que esto ocurra cada vez más se ve amenazado por distintas realidades de nuestra actualidad. Por ello es de suma importancia conocer los factores que están interviniendo en los procesos de aprendizaje y en la adquisición de competencias por parte del alumnado; así el conocer cómo el estrés académico y las estrategias para enfrentarlo, pueden estar produciendo burnout académico (figura 1), emerge como algo relevante en el proceso formativo y, por ende, en el cumplimiento de lo que la sociedad espera de los egresados de las universidades.

Figura 1. Síntesis de la investigación.



Fuente: Elaboración propia

Analizando de manera general los resultados, podemos concordar con Ruiz-Camacho et. al. (2025) respecto al modelo transaccional de los estilos de enfrentamiento, quienes los describen como un mecanismo autorregulador destinado a restablecer el equilibrio sistémico, así el desequilibrio desencadena procesos adaptativos que implican tanto estrategias individuales como respuestas adaptadas al contexto, que como lo reflejan los resultados, pueden colaborar en niveles moderados de Burnout y de estrés.

Respecto a las tribus académicas se puede notar en los modelos predictivos, que existen distintos predictores y que juegan papeles diferentes. El estrés académico sólo ayuda a predecir el Burnout en la división de Ciencias de la Salud (donde se muestra el mayor nivel de estrés). Por su parte el afrontamiento evasivo juega un papel protector en las Ciencias Sociales y Humanidades, y de riesgo en Ciencias de la Salud. Por su parte, el afrontamiento evasivo, es consistente en todas las tribus académicas, teniendo un peso negativo con el burnout.

Aunque los resultados se basan en estudiantes de una universidad pública en México, consideramos que son un buen referente para la atención de las condiciones de aprendizaje del estudiantado universitario, de tal manera que se favorezca la adquisición de las competencias profesionales que la sociedad le exige a cada disciplina.

Declaración de uso de IA

No se utilizó Inteligencia artificial para la elaboración del estudio ni del artículo.

Referencias

- Aguilar-Priego, L., Guzmán-Toledo, R.M. y Rojas-Solís, J.L. (2024). Inteligencia emocional como factor protector ante depresión, ansiedad, estrés y burnout en estudiantes universitarios. *Avances de Psicología*. 32(1), 1-16.
<https://doi.org/10.33539/avpsicol.2024.v32n1.3224>
- Al Doori, L.; Zaki, P.G. y Joshi, V. (2024). Impact of USMLE Step 1 transition to pass/fail scoring system on medical students' anxiety, sleep quality, and burnout. *Irish Journal of Medical Science*, 193, 2155–2160. <https://doi.org/10.1007/s11845-024-03738-x>
- Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior. (2026). Anuario Estadístico de la Población Escolar en Educación Superior.
<https://anuario.anuies.mx/index.php>

- Arias-Gundín, O., y Vizoso-Gómez, C. (2018). Relación entre estrategias activas de afrontamiento, burnout y engagement en futuros educadores. *Estudios sobre educación*, 35, 409-427. <https://doi.org/10.15581/004.35.409-427>
- Barraza-Macía, A. (2018). *Inventario SIStémico COgnoscitivista para el estudio del estrés académico. Segunda versión de 21 ítems*. ECORFAN.
- Becher, T. (2001). *Academic tribes and territories: Intellectual enquiry and the cultures of disciplines*. Open University Press.
- Bezie, A. E., Abere, G., Zewude, G. T., Desye, B., Daba, C., Abeje, E. T., & Keleb, A. (2025). Prevalence of stress and associated fac-tors among students in Ethiopia: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Public Health*, 13, 1518851 <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1518851>.
- Carlin, M., y Garcés de los Fayos, E. J. (2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de Psicología*, 26(1), 169-180.
- Cordero, G., Riera, G., y Villavicencio, M. (2019). Los géneros académicos en la universidad: la tesis como la escritura de la investigación. *Pucara*, 1(26), 193–220. <https://doi.org/10.18537/puc.26.11>
- Cotobal Rodeles, S.; Martín Sánchez, F.J. y Martínez-Sellés, M. (2025). Physician and Medical Student Burnout, a Narrative Literature Review: Challenges, Strategies, and a Call to Action. *Journal of Clinical Medicine*, 14, 2263. <https://doi.org/10.3390/jcm14072263>
- de la Rosa-Rojas, G., Chang-Grozo, S. Delgado-Flores, L., Oliveros-Lijap, L., Murillo-Pérez, D., Ortiz-Lozada, R., Vela-Ulloa, G., y Carreazo, N. Y. (2015). Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de Medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas. *Gaceta Médica de México*, 151(4), 443-449.
- Deng D., Sun Q. y Li H. (2025). The influences of physical exercise on student burnout: Based on the mediating role of psychological resilience. *BMC Psychology*, 13(1):114.
- Duran Rojas, J.E. (2024). Relación entre el Síndrome de Burnout y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de Medicina Humana de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, Pasco (publicación No. T026_72766291_T). [Disertación, Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión]. Repositorio Institucional UNDAC
- Dyrbye, L.N.; Brushaber, D.E. y West, C.P. (2023). Reports of Burnout Among Historically Marginalized and Female Graduating Medical Students During the COVID-19 Pandemic. *Academic Medicine*, 99, 1385–1395.
- Fiorilli C, Barni D, Russo C, Marchetti V, Angelini G, y Romano L. (2022). Students' burnout at university: The role of gender and worker status. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(18):11341. <https://doi.org/10.3390/ijerph191811341>
- Giusti, L., Salza, A., Mammarella, S., Bianco, D., Ussorio, D., Casacchia, M., y Roncone, R. (2020). # Everything will be fine. Duration of home confinement and “all-or-nothing” cognitive thinking style as predictors of traumatic distress in young

- university students on a digital platform during the COVID-19 Italian lockdown. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 574812.
- Gradiski, I.P.; Borovecki, A.; Ćurković, M.; San-Martín, M.; Delgado-Bolton, R.C. y Vivanco, L. (2022). Burnout in International Medical Students: Characterization of Professionalism and Loneliness as Predictive Factors of Burnout. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, 1385. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031385>
- Gómez-Urquiza, J.L.; Velando-Soriano, A.; Martos-Cabrera, M.B.; Cañadas, G.R.; Albendín-García, L.; Cañadas-De la Fuente, G.A. y Aguayo-Estremera, R. (2023). Evolution and Treatment of Academic Burnout in Nursing Students: A Systematic Review. *Healthcare*, 11(1081). <https://doi.org/10.3390/healthcare11081081>
- Hederich-Martínez, C., y Caballero-Domínguez, C. C. (2016). Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano. *CES Psicología*, 9(1), 1-15.
- Jiang S, Ren Q, Jiang C. y Wang L. (2021). Academic stress and depression of Chinese adolescents in junior high schools: Moderated mediation model of school burnout and self-esteem. *Journal of Affective Disorders*. 295:384–9. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.08.085>
- Kirby, L. D., Qian, W., Adiguzel, Z., Afshar Jahanshahi, A., Bakracheva, M., Orejarena Ballestas, M. C., Cruz, J. F. A., Dash, A., Dias, C., Ferreira, M. J., Goosen, J. G., Kamble, S. V., Mihaylov, N. L., Pan, F., Sofia, R., Stallen, M., Tamir, M., van Dijk, W. W., Vittersø, J., y Smith, C. A. (2022). Appraisal and coping predict health and well-being during the COVID-19 pandemic: An international approach. *International Journal of Psychology*, 57(1), 49–62. <https://doi.org/10.1002/ijop.12770>.
- Lazarus, R. S., y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez-Roca.
- Madigan D.J. y Curran T. (2021). Does burnout affect academic achievement? A meta-analysis of over 100,000 students. *Educational Psychology Review*, 33:387–405.
- OECD (2022), *Trends Shaping Education 2022*. OECD Publishing, Paris, doi.org/10.1787/6ae8771a-en
- Organización Mundial de la Salud (2025). *Clasificación Internacional de Enfermedades Para las Estadísticas de Mortalidad y Morbilidad* (11a ed.).
- Organización de las Naciones Unidas (2026, febrero). *Objetivo 4: Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos*. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/education/>
- Ortega, M., Barraza, A., Méndez, A. y Del Pino, R. (2023). *El estrés y la inteligencia emocional como variables predictoras de la Felicidad en estudiantes de educación media superior*. Plaza y Valdez.
- Osorio, M., Perrello, S., y Prado, C. (2020a). Burnout académico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 2(1), 27-37. <https://doi.org/10.62364/by4k8n05>
- Osorio G.M., Prado-Romero, C., Parrello, S., y Riverón, G. E. B. (2020b). Características psicométricas y estructura factorial del School Burnout Inventory Student (SBI-U-9)

- en estudiantes universitarios mexicanos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 2(55). <https://doi.org/10.21865/RIDEP55.2.10>
- Plett-Torres, T., Martínez-Flisser, G., Gutiérrez-Barreto, S. E., Vives-Varela, T., Hamui-Sutton, A., y Flisser, A. (2018). Burnout en estudiantes del Plan de Estudios Combinados en Medicina, Facultad de Medicina, Universidad Nacional Autónoma de México. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica*, 21(6), 295-303. <https://dx.doi.org/10.33588/fem.216.973>
- Pujol-de Castro, A.; Valerio-Rao, G.; Vaquero-Cepeda, P. y Catalá-López, F. (2024). Prevalence of burnout syndrome in physicians working in Spain: Systematic review and meta-analysis. *Gaceta Sanitaria*, 38, 102384. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2024.102384>
- Qing Xia, Chunmin Pang, Wenyu Zeng, Qiuqing Li, Shiyong Wu y Xiaoma Xiao. (2025). *BMC Public Health*, 25:1467 <https://doi.org/10.1186/s12889-025-22769-2>
- Reyes-Lagunes, I. y Góngora-Coronado, E. (1998). Estrategias de enfrentamiento: Desarrollo y validación del inventario. *La Psicología Social en México*, 7, 91-96.
- Rivera-Martínez, S. (2017). *Una tribu académica en la Universidad Autónoma de la Ciudad de México: el posgrado en Ciencias Genómicas* (Tesis de maestría). Centro de Investigación y de Estudios Avanzados del IPN Departamento de Investigaciones Educativas, México.
- Ruiz-Camacho, C., Gozalo, M., y Felipe-Castaño, E. (2025). University Students' Good Practices as Moderators Between Active Coping and Stress Responses. *Behavioral Sciences*, 15(9), 1223. <https://doi.org/10.3390/bs15091223>
- Sahagún Angulo, R. (2024). Dispersión urbana y rezago escolar en la educación superior del valle de México. *Revista invi*, 39(111), 94-122. <http://dx.doi.org/10.5354/0718-8358.2024.72092>.
- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Leskinen, E. y Murmi, J., S. (2009). School Burnout Inventory (SBI). *European Journal of Psychological Assessment* 25(1), 10.1027/1015-5759.25.1.48.
- Salmela-Aro, K., y Read, S. (2017). Study engagement and burnout profiles among Finnish higher education students. *Burnout Research*, 7, 21-28. <https://doi.org/10.1016/j.burn.2017.11.001>
- Serrano, C., y Andreu, Y. (2016). Perceived emotional intelligence, subjective wellbeing, perceived stress, engagement, and academic achievement of adolescents. *Journal of Psychodidactics*, 21(2), 357-374.
- Silva-Ramos, M.F., López-Cocotle, J.J. y Meza-Zamora, M.E.C. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes*, 28(79), 75-83.
- Tellman, S. M (2022). The Societal Territory of Academic Disciplines: How Disciplines Matter to Society. *Minerva*, 60,159–179. <https://doi.org/10.1007/s11024-022-09460-1>
- Uribe, M. I. G., Gómez, H. L. F., Macías, A. B., & Márquez, M. G. (2025). Propiedades psicométricas del inventario de estrés académico SISCO V-41 adaptado a

- universitarios. *Revista de Estudios Clínicos e Investigación Psicológica*, 15(29), 4-24. <https://doi.org/10.56342/ecip.vol15.n29.2025.53>
- Valdivieso-León, L., Lucas-Mangas, S., Tous-Pallarés, J., y Espinoza-Díaz, I. M. (2020). Coping strategies for academic stress in undergraduate students: Early childhood and primary education. *Educación XX1*, 23(2), 165–186.
- Vizoso-Gómez, C. M., y Arias-Gundín, O. (2016). Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios y su relación con el burnout y el rendimiento académicos. *Anuario de Psicología*, 46(2), 90-97. <https://doi.org/10.1016/j.anpsic.2016.07.006>
- Xu L, Wang Z, Tao Z, Yu C. (2022). English-learning stress and performance in Chinese college students: A serial mediation model of academic anxiety and academic burnout and the protective efecto of grit. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1032675>

Certificado de revisión doble ciego

La Editorial UTP, con Registro Nacional de Instituciones y Empresas Científicas y Tecnológicas, por la Secretaría de Ciencia, Humanidades, Tecnología e Innovación (SECIHTI) en México; **indexada en catálogos de calidad internacional**. Que, teniendo como **base fundamental el desarrollo del potencial humano**, es líder en el desarrollo y divulgación de producción científica, tecnológica y educativa con altos estándares de calidad en contextos locales, nacionales e internacionales, a través de publicaciones de artículos en revistas, libros, capítulos de libros, recursos educativos, conferencias y congresos.

CERTIFICA

Que el artículo titulado **“Predicción de burnout a través del estrés y las estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes”** presentado por la autora Tonatíuh García-Campos, Alexia Oros Ojeda, Luis Felipe García y Barragán y Verónica Reyes Pérez ha sido sometido a un exhaustivo proceso de revisión doble ciego realizado por pares académicos externos, a través de criterios establecidos para investigaciones de alta calidad,, siendo dictaminado como producto de investigación científica, tecnológica y/o educativa de alta calidad. Su publicación de acceso abierto está disponible en la biblioteca virtual de la revista EDUCATECONCIENCIA, Vol. 34 Núm.1 (2026): Educación sin fronteras.

Se extiende el presente certificado a los 26 días del mes de junio de 2026.

Transformando con Ciencias

Tepic, Nayarit; México



Dra. Ana Luisa Estrada Esquivel
Directora de la Editorial UTP
Universidad Tecnocientífica del Pacífico



César Alejandro González Guzmán
Coordinador de la Editorial UTP
Universidad Tecnocientífica del Pacífico

