



UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CUENCA

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR

CARRERA DE ODONTOLOGÍA

**RELACIÓN ENTRE TIEMPOS DE DESCONEXIÓN Y SÍNDROME
DE BURNOUT EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA EN LA
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA, PERIODO OCTUBRE
2020 –MARZO 2021.**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
ODONTÓLOGO**

AUTOR: DIEGO FERNANDO BARZALLO MOROCHO

DIRECTOR: RAFAEL EDUARDO GARCÍA ABAD

CUENCA - ECUADOR

2022

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR

CARRERA DE ODONTOLOGÍA

RELACIÓN ENTRE TIEMPOS DE DESCONEXIÓN Y SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA EN LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA, PERIODO OCTUBRE 2020 –MARZO 2021.

TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE ODONTÓLOGO

AUTOR: DIEGO FERNANDO BARZALLO MOROCHO

DIRECTOR: RAFAEL EDUARDO GARCÍA ABAD

CUENCA – ECUADOR

2022

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO

RELACIÓN ENTRE TIEMPOS DE DESCONEXIÓN Y SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGÍA EN LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA, PERIODO OCTUBRE 2020 –MARZO 2021.

RELATIONSHIP BETWEEN DISCONNECTION TIMES AND BURNOUT SYNDROME IN DENTISTRY STUDENTS AT THE CATHOLIC UNIVERSITY OF CUENCA, PERIOD OCTOBER 2020 - MARCH 2021.

Diego Fernando Barzallo Morocho¹, Rafael Eduardo García Abad²

1. Estudiante de la Facultad de Odontología – Matriz, Universidad Católica de Cuenca¹
2. Docente Titular, Facultad de Odontología – Matriz, Universidad Católica de Cuenca²

Correspondencia: Diego Fernando Barzallo Morocho, Facultad de Odontología, Universidad Católica de Cuenca – Ecuador, código postal 010101.

Email: fernandobarzallo3142@gmail.com

Número de teléfono: +593 994532418.

RESUMEN

La investigación tiene como **objetivo principal**: determinar la relación entre el tiempo de desconexión digital y la presencia del SB en los estudiantes de la carrera de Odontología de la Universidad Católica de Cuenca, en el periodo marzo a septiembre del 2020. **Materiales y métodos:** El presente estudio de campo, de tipo observacional de enfoque cuantitativo, diseño no experimental y prospectivo, estuvo conformada por una población de 1365 estudiantes, se realizó un muestreo aleatorio simple y se obtuvo una muestra de 301 participantes con un 95% de confianza y un 5% de margen de error. La recolección de datos se realizó mediante un instrumento digital que constaba: consentimiento informado, datos informativos y el Cuestionario de Burnout. **Resultados:** Los resultados determinaron que el 10.42 % de los estudiantes presentan el síndrome de burnout. La relación del tiempo de desconexión digital y el SB, según la prueba de X^2 de Pearson determino que no existe relación significativa entre la variables, arrojando valores ($X^2=0.682$, $gl=2$, $p=0.711$), de igual manera no existe una relación significativa entre tiempo de conexión digital y el SB, arrojando valores ($X^2=3.089$, $gl=6$, $p=0.798$). Las variables que se relacionaron significativamente según la prueba estadística de Pearson con el SB fueron: el sexo masculino, los estudiantes que trabajan, y los estudiantes regulares. **Conclusión:** Se concluye que las presentes generaciones no se ven afectadas significativamente por el tiempo que pasan frente a las pantallas digitales por la nueva transición a la educación en línea, al ser una generación conocida como nativos digitales.

Palabras clave: Síndrome de Burnout, estudiantes de odontología, desconexión digital, educación en línea, COVID-19.

ABSTRACT

The main objective of the research is to determine the relationship between the time of digital disconnection and the presence of SB in students of the Dentistry course at The Catholic University of Cuenca, in the period March to September 2020. **Materials and methods:** The present field study, observational with a quantitative

approach, non-experimental and prospective design, consisted of a population of 1365 students, a simple random sampling was performed and a sample of 301 participants was obtained with 95% confidence and a 5% margin of error. Data collection was carried out using a digital instrument consisting of informed consent, informative data, and the Burnout Questionnaire. Results: The results determined that 10.42% of the students present burnout syndrome. The relationship between digital disconnection time and SB, according to Pearson's X² test determined that there is no significant relationship between the variables, yielding values (X²=0.682, gl=2, p=0.711), likewise, there is no significant relationship between digital connection time and SB, yielding values (X²=3.089, gl=6, p=0.798). The variables that were significantly related according to Pearson's statistical test with SB were: male sex, working students, and regular students. Conclusion: It is concluded that the present generations are not significantly affected by the time spent in front of digital screens due to the new transition to online education, being a generation known as digital natives.

Keywords: burnout syndrome, dental students, digital disconnection, online education, COVID-19

INTRODUCCIÓN

El estrés está determinado por una serie de reacciones fisiológicas en el individuo ante una acción realizada, es una alarma que prepara al organismo para enfrentar situaciones ajenas a su zona de confort (1). Esta respuesta biológica es beneficiosa hasta cierto grado porque ayuda a cumplir ciertos objetivos, el problema surge cuando dichas situaciones ejercen una presión prolongada y genera un estado de resistencia adaptativa crónica (2). La exposición prolongada a tales factores de estrés y la acumulación de efectos negativos del estrés pueden dar origen al conocido síndrome de burnout (3,4).

En 1974 Freudenberg lo dio a conocer como un estado de agotamiento o frustración (6), resultado de la inseguridad, exceso de trabajo y el estrés crónico (7).

Maslach y Leiter (10), definen al SB como una afectación a nivel psicológico que se origina como una respuesta a factores estresantes interpersonales crónicos en el medio laboral.

En el año 2000 la Organización Mundial de la Salud (OMS) expuso al SB como un factor de riesgo laboral y en el año 2019 se determinó como un fenómeno ocupacional en la clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11) (8).

El SB presenta tres dimensiones psicosociales que son claves en este trastorno, el agotamiento emocional (AE), aumento de la despersonalización o cinismo (DP), y sensación de aumento de ineficacia y falta de realización personal (AF) (9–11). El AE hace referencia a la sensación que tiene el sujeto de estar agotado o sobrecargado. En cuanto a la DP o cinismo guarda relación por presentar una respuesta negativa o distante con las personas que lo rodean en su ambiente cotidiano. La AF describe la reducción en sus logros u objetivos personales (11).

Síndrome de burnout en estudiantes del área de la salud

Las recientes investigaciones de Castro-Rodríguez y cols., (2019) Ayala y Silva, Calvache y cols., (2017) reportan que los estudiantes del área de Odontología se ven fuertemente afectados por el SB (12–15). Y refieren que se debe a factores tanto académicos como no académicos, factores psicológicos, ambientales y socioculturales (11,16,17). Los factores más relevantes que menciona la literatura científica son: la carga de trabajo, el estrés y ansiedad que generan los exámenes, bajo rendimiento académico, y la exigencia y responsabilidad que exigen las prácticas clínicas (10,18,19).

Otro aspecto a considerar son los estudiantes que trabajan al mismo tiempo que se dedican a su formación profesional, los mismos se ven enfrentados a las exigencias y responsabilidades tanto académicas como laborales, que pueden ser muy demandantes y estresantes por el tiempo destinado a las dos actividades (32,33).

El estrés constante y la adopción de este estilo de vida en los estudiantes, les hace vulnerables a sufrir alteraciones a nivel psicológico, fisiológico, cognitivo-afectivo, causando el agotamiento emocional en el individuo y es la expresión básica del burnout (20,21).

Formación académica dental y la virtualidad

En la actualidad debido a la pandemia originada por el virus SARS COV-2 (22,23), la educación odontológica se ha visto afectada y debe enfrentar un nuevo desafío para implementar herramientas de aprendizaje en línea mediante el uso de plataformas digitales (24–26), con un factor agravante dentro de la formación en línea, representado por la condición de que los estudiantes están obligados a permanecer por periodos prolongados frente a un ordenador o

cualquier otro dispositivo digital empleado para recibir sus clases virtuales (27), sumado a esto la revisión constante de las redes sociales y el uso de diferentes plataformas digitales de entretenimiento.

Esta hiperconexión digital (28) puede generar daños perjudiciales a nivel psicológico ya que los síntomas de estrés, depresión y ansiedad han aumentado drásticamente, (29,30) y pueden conducir al agotamiento emocional y posteriormente al padecimiento del burnout (31).

Derecho a la desconexión digital

En el ámbito laboral, en respuesta a la excesiva conexión digital se crea el derecho a la desconexión digital y fue creada por primera vez en Francia (32). Este derecho permite a los trabajadores no contestar ningún mensaje, llamada o correo electrónico fuera de su horario de trabajo, garantizando el descanso y conciliación familiar (33).

Sin embargo este derecho está enfocado solo en los trabajadores de carrera, no involucra a los estudiantes que también se ven afectados por los excesivos tiempos de conexión digital.

Aunque se han realizado extensas investigaciones por Castro-Rodríguez y cols., Ayala y Silva., Muñoz Campos y cols., Muñoz Campos y cols., Calvache y cols. sobre el SB en los estudiantes de odontología (13–15,18), no hay evidencia de investigaciones que relacionen el tiempo de desconexión digital con el síndrome burnout. Por esta razón, este estudio se propuso investigar la relación del tiempo de desconexión y el SB en los estudiantes de odontología de la Universidad Católica de Cuenca.

MATERIALES Y MÉTODOS

El presente estudio de campo fue de tipo observacional con un enfoque cuantitativo de diseño no experimental y temporalidad prospectiva. La población estuvo conformada por los 1365 estudiantes de la facultad de odontología de la Universidad Católica de Cuenca, del semestre académico octubre 2020 a marzo 2021. Se aplicó una técnica de muestreo aleatorio simple y se obtuvo una muestra de 301 estudiantes.

Los objetivos del presente estudio fueron: 1.- Fundamentar las teorías de base relacionadas con el SB y los tiempos de desconexión digital. 2.- Diagnosticar la presencia del SB en estudiantes de la facultad de odontología a través de una encuesta basada en el índice de Maslach, en el periodo octubre 2020 a marzo 2021. 3.- Determinar por medio de la estadística inferencial la relación entre el SB y los tiempos de desconexión digital.

Para la recogida de datos de la investigación se utilizó la página web Framework Vuejs, TailwindCSS, la información de las encuestas fue almacenada en la página web Firebase. El cuestionario digital estaba compuesto por dos secciones: la primera detalla el consentimiento informado en donde el participante encuentra la información de tallada sobre el estudio y si acepta o no participar en el mismo. La segunda sección del cuestionario consta de dos partes: datos informativos y el cuestionario burnout. La primera parte del cuestionario contenía los datos informativos y contempló 7 variables: sexo, edad, ciclo y paralelo, estudiante regular o irregular, trabaja y estudia al mismo tiempo, tiempo en horas que emplea por semana en su conexión digital y número de horas de desconexión digital por día.

La segunda parte evaluó el SB mediante la aplicación del cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI). Este índice está compuesto por 22 ítems sobre los sentimientos y pensamientos relacionados con el trabajo de los profesionales y los estudiantes en su formación académica, y se evalúan las tres dimensiones del burnout: la subescala de agotamiento emocional consta de 9

preguntas (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20.) La puntuación máxima es de 54. La subescala de cinismo o despersonalización consta de 5 preguntas (5, 10, 11, 15, 22.) La puntuación máxima es de 30. Y la subescala de inoperancia o eficacia académica consta de 8 preguntas (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21.) La puntuación máxima es de 48.

Cada ítem se evalúa en una escala de frecuencia tipo Likert de 7 puntos que va desde 0 “NUNCA” a 6 “TODOS LOS DÍAS”. Puntuaciones altas en las dos primeras subescalas y bajas en la tercera subescala establecen la presencia del síndrome de Burnout. Este estudio fue aprobado por el Comité de Ética en la Investigación de la Universidad Católica de Cuenca, donde se verificó el rigor y la calidad del estudio desde el punto de vista de su idoneidad y viabilidad científica y ética.

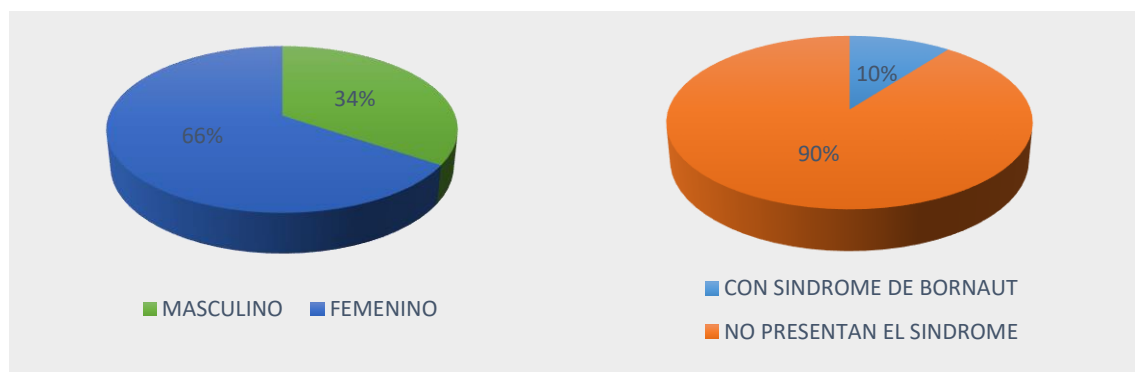
Para el análisis de los datos se utilizaron los programas SPSS 15 y Excel 2013. Se utilizó la prueba estadística de la correlación de Chi cuadrado de Pearson para establecer las relaciones entre el SB y los tiempos de desconexión digital en los estudiantes de la carrera de Odontología de la Universidad Católica de Cuenca.

RESULTADOS

Presencia de Síndrome burnout en los estudiantes encuestados.

En respuesta al objetivo de diagnosticar la presencia del SB en estudiantes de la facultad de Odontología de Universidad Católica de Cuenca, se realizó un análisis descriptivo con el inventario de burnout para determinar los estudiantes que presentaban altas puntuaciones en las dos primeras subescalas, agotamiento emocional y cinismo, y bajas en la tercera subescala, eficacia académica, lo que permite diagnosticar el SB, y como resultado se obtuvo que el 10.42% de los estudiantes fueron diagnosticados con el síndrome de Burnout.

Figura 1: Presencia Síndrome Burnout



La presencia del síndrome burnout y la estimación según el sexo de los estudiantes de odontología de Universidad Católica de Cuenca.

Relación del síndrome de burnout y el sexo.

Para el análisis de la relación entre el sexo de los estudiantes y padecimiento del SB, se consideró una muestra de 307 estudiantes, obtenida con un muestreo aleatorio simple, en base a un 95% de confianza y un 5% de margen de error, de una población de 1365 personas; Al evaluar la correlación entre las dos variables, empleándose el coeficiente de Pearson en base a un contraste bilateral, se encontró una relación negativa significativa entre el padecimiento del SB y sexo masculino, con un valor ($r = -0.15$, $p > 0.05$), en los estudiantes de la Universidad Católica de Cuenca, (tabla 1).

Relación del síndrome de burnout y los estudiantes de Odontología que trabajan y no trabajan.

En el análisis de correlación entre las dos variables, se empleó el coeficiente de Pearson en base a un contraste bilateral, se encontró una relación positiva y significativa moderada entre el SB y los estudiantes que trabajan, presentan valores de ($r = 0.35$, $p > 0.05$), (tabla 2).

Tabla 1. Relación del Síndrome Burnout con las variables de estudio: sexo y estudiantes que trabajan o no trabajan.

Correlaciones				Correlaciones			
		PRESENTA_SINDROME_DE_BURNOU T	sexo			PRESENTA_SINDROME_DE_BURNOU T	trabajaEstudia a
PRESENTA_SINDROME_DE_BURNOU	Correlación de Pearson	1	-,015	PRESENTA_SINDROME_DE_BURNOU	Correlación de Pearson	1	,035
	Sig. (bilateral)		,794		Sig. (bilateral)		,537
	N	307	307		N	307	307
sexo	Correlación de Pearson	-,015	1	trabajaEstudia	Correlación de Pearson	,035	1
	Sig. (bilateral)	,794			Sig. (bilateral)	,537	
	N	307	307		N	307	307

Relación del síndrome de burnout y los estudiantes regulares e irregulares

La relación de estas dos variables se realizó mediante al prueba estadística Pearson en base a un contraste bilateral, en donde arrojó como resultado que existe una relación negativa y significativa entre el SB y los estudiantes regulares de la carrera de odontología de la Universidad Católica de Cuenca, presentan valores de ($r = -0,118$, $p > 0.05$), (tabla 3).

Relación del síndrome de burnout y el tiempo de desconexión digital

Para determinar la relación entre las dos variables se utilizó la prueba estadística de chi-cuadrado de Pearson, los resultados originaron un valor de 0.682, con una significancia bilateral de 0.711 ($p > 0.05$) por lo que no existe una relación significativa entre los estudiantes que presentan de 5-8 horas de desconexión digital y el burnout académico, (tabla 4).

Tabla 2. Relación del síndrome de burnout con las variables de estudio: estudiantes regulares e irregulares y el tiempo de desconexión digital.

Correlaciones				Pruebas de chi-cuadrado				
		PRESENTA_SINDROME_DE_BURNOU T	tipoEstudiante			Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
PRESENTA_SINDROME_DE_BURNOU	Correlación de Pearson	1	-,118 [*]	Chi-cuadrado de Pearson	,682 ^a	2	,711	
	Sig. (bilateral)		,040	Razón de verosimilitud	,680	2	,712	
	N	307	307	Asociación lineal por lineal	,027	1	,868	
tipoEstudiante	Correlación de Pearson	-,118 [*]	1	N de casos válidos	307			
	Sig. (bilateral)	,040						
	N	307	307					

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

a. 1 casillas (16,7%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 3,23.

Relación del síndrome de burnout y el tiempo de conexión digital en los estudiantes de odontología.

La relación de las variables se realizó con la prueba estadística de Chi-cuadrado de Pearson. El valor que mostró la prueba fue de 3.089, con una significancia bilateral de 0.798 ($p > 0.05$), se determina que no existe una relación significativa entre los estudiantes que presentan conexiones digitales entre 31-36 horas y la presencia del burnout académico, (tabla 5).

Tabla 3. Relación del síndrome de burnout y el tiempo de conexión digital.

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	3,089 ^a	6	,798
Razón de verosimilitud	3,128	6	,793
Asociación lineal por lineal	,048	1	,826
N de casos válidos	307		

a. 6 casillas (42,9%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 2,92.

DISCUSIÓN

El presente estudio analiza la relación existente entre la presencia del SB y el tiempo de desconexión digital que presentan los estudiantes de la carrera de Odontología de la Universidad Católica de Cuenca. Se consideraron también otras variables sociodemográficas para establecer la relación con la presencia del burnout, las cuales son: sexo, estudiantes regulares o irregulares, conexión digital, y estudiantes que trabajan.

Los resultados de la investigación determinan que existe la presencia del SB en un 10.42% de los estudiantes de la carrera de Odontología, estos resultados parecen no diferir con las investigaciones realizadas por Seperak-Viera y cols., 2021, Amor y cols., 2020 y Melo y cols., 2020, evidencian cifras similares al presente estudio (35–37). Según Alqahtani y cols., 2020, Jiménez-Ortiz y cols., 2019, Yeturu y cols., 2018., (38–40) en sus investigaciones se presenta una gran variación de resultados sobre la prevalencia del SB, oscila entre 12 y 60%, y esto puede deberse a que no existe un solo instrumento estandarizado para determinar la presencia del burnout, teniendo en cuenta que se utiliza Inventario de Burnout de Maslach – versión estudiantes (MBI-SS) y el Maslach Burnout Inventory – General Survey (MBI-GS), y además de las variaciones en los sistemas educativos entre las universidades (41,42).

Según los resultados obtenidos del presente estudio, se establece una correlación positiva entre el sexo masculino y la presencia del síndrome burnout, estos hallazgos coinciden con otros estudios como los de Aguayo y cols., 2019, Pantoja y cols., 2019, Arias Gallegos y cols., 2017, los mismos que informan la prevalencia del sexo masculino en la relación con el SB (43–45). Sin embargo otros estudios como los de Gorter y cols., 2020 Liu y cols., 2018 y Al-Rawi y cols., 2021, difieren con los resultados de la presente investigación y reportan que no existe relación alguna entre el sexo y el padecimiento del SB (46–48). Según Ricciardi y cols., 2016 informan

que el sexo femenino prevalece en la relación con el SB (49). Se demuestra que el sexo es una variable muy controversial cuando se establece una correlación con el burnout académico.

En lo que respecta a la relación entre los estudiantes que trabajan y los que solo estudian, con la presencia del burnout, según Ayala y cols., 2017 reportan en su investigación que existe una relación positiva entre las dos variables, estudiantes que trabajan y burnout académico (14). Riveros y cols., 2018 reportan en su estudio que la población de universitarios que trabajan y estudian presentan un nivel alto de cansancio emocional, despersonalización y baja realización personal en comparación de los estudiantes que no trabajan, lo que se concluye en el padecimiento del síndrome de burnout (50). Los estudios anteriores a esta investigación demuestran concordancia con los resultados presentados en este estudio.

En referencia a la relación de los estudiantes que son regulares e irregulares, (entendiendo por regulares a los estudiantes que cursan todas las materias e irregular los que cursan ciertas materias del ciclo académico) en el presente estudio se establece que una relación negativa entre las dos variables. Hasta el momento no se evidencian investigaciones que involucren las dos variables antes mencionadas, y por lo cual estos resultados se podrían utilizarse para futuras investigaciones que se realicen en estudiantes universitarios.

Una de las variables más importantes en el estudio fue investigar si existe relación entre la presencia del SB y el tiempo de desconexión digital en los estudiantes universitarios de odontología durante la pandemia del COVID-19, la importancia del estudio radica en el hecho de que los estudiantes que permanecen largos periodos de tiempo frente a las pantallas digitales por la transición al aprendizaje digital, sumado al aislamiento por la pandemia, podría causar con el tiempo problemas de salud mental como informan las investigaciones de Mheidly y cols., 2020, Hakami y cols., 2021, Zhai y Du., 2020 (31,51,52). Los resultados del presente estudio determinan que no existe relación entre el tiempo de desconexión digital y el SB, se podría explicar este reporte si consideramos que los jóvenes del presente están bastante relacionados con la tecnología de hoy en día, que prácticamente la transición de la educación tradicional a la educación en línea no les afecta en lo mínimo.

En referencia a la relación entre las variables tiempo de conexión digital con el SB se determinó que no existe correlación con el burnout académico, los resultados se relaciona con la investigación de Bolatov y cols., 2020 y donde informan que la conexión digital en la educación online no se relaciona con el síndrome burnout (53). Sin embargo según Zis y cols., 2021 determinan en su estudio que la conexión digital en la educación superior aumenta los niveles de agotamiento emocional, cinismo y baja realización personal, lo que diagnostica al SB y establece una relación (54). Otro estudio realizado por Visnjic y cols., 2018 exploró el uso de dispositivos inteligentes entre estudiantes universitarios e indicó que la intensidad y modalidad del uso de dispositivos inteligentes puede influir en el desarrollo de problemas de salud mental en los estudiantes universitarios (55). Khouja y cols., 2019 confirmó además que un mayor tiempo de conexión a la computadora en los adolescentes se asocia con un aumento de los niveles de ansiedad, estrés y agotamiento emocional (56).

CONCLUSIÓN

Los resultados del estudio revelan que en la educación en línea en Odontología, los tiempos de desconexión y conexión digital que tienen los estudiantes no influyen con el padecimiento del SB, a diferencia de los estudiantes que trabajan, los que toman materiales regulares y el sexo masculino que si se ven afectados. De tal manera que crear conciencia sobre el SB en los estudiantes de Odontología desde un inicio puede ser útil para la prevención y un entorno de educación más saludable.

La relación significativa con el SB de las variables, sexo masculino, estudiantes regulares y estudiantes que trabajan, hacen que se preste atención al estado de salud mental de los estudiantes de Odontología que podrían sufrir graves consecuencias según se avanza la carrera. Por lo tanto sería de vital importancia cuidar el estado psicológico de los estudiantes y de esta manera logrando prevenir y tratar enfermedades que afecten la salud mental.

Los resultados del estudio concluyen que las presentes generaciones no se ven afectadas significativamente por el tiempo que pasan conectados frente a las pantallas digitales por la nueva transición a la educación en línea, al ser una generación conocida como nativos digitales.

Bibliografía

1. Torrades S. Estrés y burn out. Definición y prevención. *Offarm*. 5 de diciembre de 2016;26(10):104-7.
2. Wilson V, Rayner C, Gordon N, Shaikh A, Crombie K, Yasin-Harnekar S. Perceived stress among dental students at the University of the Western Cape. 70(6):5.
3. Jin M-U, Jeong S-H, Kim E-K, Choi Y-H, Song K-B. Burnout and its related factors in Korean dentists. *Int Dent J*. febrero de 2015;65(1):22-31.
4. Preciado-Serrano M de L, Vázquez-Goñi JM. Perfil de estrés y síndrome de burnout en estudiantes mexicanos de odontología de una universidad pública. *Rev Chil Neuro-Psiquiatr*. marzo de 2010;48(1):11-9.
5. Bradley HB. Community-based Treatment for Young Adult Offenders. *Crime Delinquency*. 1 de julio de 1969;15(3):359-70.
6. Freudenberger HJ. Staff Burn-Out. *J Soc Issues*. 1974;30(1):159-65.
7. Rotstein S, Hudaib A-R, Facey A, Kulkarni J. Burnout psiquiatra: un metaanálisis de los medios del Maslach Burnout Inventory. *Australas Psychiatry*. 1 de junio de 2019;27(3):249-54.
8. Saborío Morales L, Hidalgo Murillo LF. Síndrome de Burnout. *Med Leg Costa Rica*. marzo de 2015;32(1):119-24.
9. Maslach C, Jackson S, Leiter M. The Maslach Burnout Inventory Manual. En: *Evaluating Stress: A Book of Resources*. 1997. p. 191-218.
10. Singh P, Aulak DS, Mangat SS, Aulak MS. Systematic review: factors contributing to burnout in dentistry. *Occup Med*. 1 de enero de 2016;66(1):27-31.
11. Dall'Ora C, Ball J, Reinius M, Griffiths P. Burnout in nursing: a theoretical review. *Hum Resour Health*. 5 de junio de 2020;18(1):41.
12. Badran DH, Al Ali MH, Duaibis RB, Amin WM. Burnout among clinical dental students at Jordanian universities. *EMHJ - East Mediterr Health J* 16 4 434-437 2010 [Internet]. 2010 [citado 25 de agosto de 2021]; Disponible en: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/117891>
13. Castro-Rodríguez Y, Valenzuela-Torres O, Hinojosa-Añorga M, Piscoche-Rodríguez C, Castro-Rodríguez Y, Valenzuela-Torres O, et al. Agotamiento emocional en estudiantes de

- Odontología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Rev Habanera Cienc Médicas. febrero de 2019;18(1):150-63.
14. Ayala CRP, Silva TJM. Síndrome de Burnout en estudiantes de Odontología. Dominio Las Cienc. 2017;3(1):432-42.
 15. Calvache S, Chazatar L, Jiménez E, Quiñones R, Galvis M, Moreno S. Factores de Riesgo asociados al Síndrome de Burnout en estudiantes de Odontología de la Universidad del Valle. Rev Estomat Salud. 2015;7-11.
 16. Zis P, Anagnostopoulos F, Sykioti P. Burnout in Medical Residents: A Study Based on the Job Demands-Resources Model. Sci World J [Internet]. 2014 [citado 25 de enero de 2021];2014. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4230205/>
 17. Ledezma JCR, Guzmán AC, Hernández CAC, Fuentes APT, Sanjuan AM, Gardeazábal ASM, et al. El síndrome de Burnout como factor influyente en el rendimiento académico del estudiante universitario. Educ Salud Bol Científico Inst Cienc Salud Univ Autónoma Estado Hidalgo [Internet]. 6 de julio de 2017 [citado 16 de enero de 2021];5(10). Disponible en: <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/2542>
 18. Muñoz Campos F, Medina Moreno A, Carrasco Mardones D, Pérez Villalobos C, Ortiz Moreira L. Burnout en estudiantes de Odontología y su relación con sus características sociodemográficas y antecedentes académicos. Educ Médica Super. junio de 2016;30(2):0-0.
 19. Pérez Díaz F, Cartes-Velásquez R. Estrés y burnout en estudiantes de Odontología: una situación preocupante en la formación profesional. EDUMECENTRO. junio de 2015;7(2):179-90.
 20. Calvache S, Chazatar L, Jiménez E, Quiñones R, Galvis M, Moreno S. Factores de Riesgo asociados al Síndrome de Burnout en estudiantes de Odontología de la Universidad del Valle. Rev Estomat Salud. 2013;7-11.
 21. Ghali SM, Awooda AM. Burnout syndrome among undergraduate clinical dental students in Sudan. J Educ Ethics Dent. 7 de enero de 2016;3(2):71.
 22. Orus A. Países con más casos de coronavirus [Internet]. Statista. 2021 [citado 25 de enero de 2021]. Disponible en: <https://es.statista.com/estadisticas/1091192/paises-afectados-por-el-coronavirus-de-wuhan-segun-los-casos-confirmados/>
 23. Sohrabi C, Alsafi Z, O'Neill N, Khan M, Kerwan A, Al-Jabir A, et al. World Health Organization declares global emergency: A review of the 2019 novel coronavirus (COVID-19). Int J Surg Lond Engl. abril de 2020;76:71-6.
 24. Iyer P, Aziz K, Ojcius DM. Impact of COVID-19 on dental education in the United States. J Dent Educ. junio de 2020;84(6):718-22.
 25. Barabari P, Moharamzadeh K. Novel Coronavirus (COVID-19) and Dentistry-A Comprehensive Review of Literature. Dent J. 21 de mayo de 2020;8(2).
 26. Abedi M, Abedi D. A letter to the editor: the impact of COVID-19 on intercalating and non-clinical medical students in the UK. Med Educ Online [Internet]. [citado 25 de enero de 2021];25(1). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7655074/>

27. <https://plus.google.com/+UNESCO>. Aprender en tiempos de COVID-19 [Internet]. UNESCO. 2020 [citado 23 de enero de 2021]. Disponible en: <https://es.unesco.org/news/aprender-tiempos-covid-19>
28. Sánchez-Rojo A, Ahedo-Ruiz J. Amistad, hiperconexión y educación: un análisis conceptual a partir de Aristóteles. *Educ E Pesqui* [Internet]. [citado 14 de noviembre de 2021];46. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/298/29863344046/html/>
29. Ozamiz-Etxebarria N, Idoiaga Mondragon N, Dosil Santamaría M, Picaza Gorrotxategi M. Psychological Symptoms During the Two Stages of Lockdown in Response to the COVID-19 Outbreak: An Investigation in a Sample of Citizens in Northern Spain. *Front Psychol*. 2020;11:1491.
30. Dubey S, Biswas P, Ghosh R, Chatterjee S, Dubey MJ, Chatterjee S, et al. Psychosocial impact of COVID-19. *Diabetes Metab Syndr*. octubre de 2020;14(5):779-88.
31. Mheidly N, Fares MY, Fares J. Coping With Stress and Burnout Associated With Telecommunication and Online Learning. *Front Public Health* [Internet]. 11 de noviembre de 2020 [citado 25 de enero de 2021];8. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7686031/>
32. Montes OR. Derecho a la desconexión digital: un estudio de la negociación colectiva. *Lex Soc Rev Derechos Soc*. 8 de julio de 2020;10(2):541-60.
33. Pérez Amorós F. Derecho de los trabajadores a la desconexión digital: mail on holiday. *Rev IUS* [Internet]. 9 de diciembre de 2019 [citado 23 de enero de 2021];14(45). Disponible en: <https://revistaius.com/index.php/ius/article/view/636>
34. Hernández Sampieri R, Fernández Collado C, Baptista Lucio P. Metodología de la investigación. México: McGraw Hill Interamericana; 2014.
35. Seperak-Viera R, Fernández-Arata M, Lara SD. Prevalencia y severidad del burnout académico en estudiantes universitarios durante la pandemia por la COVID-19. *Interacciones*. 17 de julio de 2021;e199-e199.
36. Amor EM, Baños JE, Sentí M, Amor EM, Baños JE, Sentí M. Prevalencia del síndrome de burnout entre los estudiantes de medicina y su relación con variables demográficas, personales y académicas. *FEM Rev Fund Educ Médica*. 2020;23(1):25-33.
37. Melo ACRD, Nunes FabrMR, Pinto PS, Bonan PRF, Batista AndrUD. PREVALENCE OF BURNOUT SYNDROME AND ITS ASSOCIATION TO TEMPOROMANDIBULAR DYSFUNCTION (TMD) IN DENTAL STUDENTS. *Oral Surg Oral Med Oral Pathol Oral Radiol*. 1 de septiembre de 2020;130(3):e278-9.
38. Alqahtani NH, Abdulaziz AA, Hendi OM, Mahfouz MEM. Prevalence of Burnout Syndrome Among Students of Health Care Colleges and its Correlation to Musculoskeletal Disorders in Saudi Arabia. *Int J Prev Med*. 16 de marzo de 2020;11:38.
39. Jiménez-Ortiz JL, Islas-Valle RM, Jiménez-Ortiz JD, Pérez-Lizárraga E, Hernández-García ME, González-Salazar F. Emotional exhaustion, burnout, and perceived stress in dental students. *J Int Med Res*. septiembre de 2019;47(9):4251-9.

40. Yeturu S, Pentapati K, Methayil A, Darsh A. Burnout syndrome and associated factors among dental students. *Indian J Public Health Res Dev.* 1 de agosto de 2018;9:63.
41. Ornelas Contreras M, Jurado García PJ, Blanco Vega H, Peinado Pérez JE, Blanco Ornelas JR, Ornelas Contreras M, et al. Composición factorial del Inventario de Burnout de Maslach para Estudiantes en universitarios mexicanos. *Acta Univ [Internet].* 2020 [citado 4 de noviembre de 2021];30. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0188-62662020000100140&lng=es&nrm=iso&tlng=es
42. Bocerean C, Dupret E, Feltrin M. Maslach Burnout Inventory -General Survey: French validation in a representative sample of employees. *SCIREA [Internet].* mayo de 2019 [citado 4 de noviembre de 2021]; Disponible en: <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-02480484>
43. Aguayo R, Cañadas GR, Assbaa-Kaddouri L, Cañadas-De la Fuente GA, Ramírez-Baena L, Ortega-Campos E. A Risk Profile of Sociodemographic Factors in the Onset of Academic Burnout Syndrome in a Sample of University Students. *Int J Environ Res Public Health.* marzo de 2019;16(5):707.
44. Pantoja Benito D. Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Escuela Profesional de Odontología UNSAAC, 2018. *Univ Nac San Antonio Abad Cusco [Internet].* 2019 [citado 6 de octubre de 2021]; Disponible en: <http://repositorio.unsaac.edu.pe/handle/20.500.12918/3690>
45. Arias Gallegos WL, Muñoz del Carpio Toia A, Delgado Montesinos Y, Ortiz Puma M, Quispe Villanueva M, Arias Gallegos WL, et al. Síndrome de burnout en personal de salud de la ciudad de Arequipa (Perú). *Med Segur Trab.* diciembre de 2017;63(249):331-44.
46. Al-Rawi N, Yacoub A, Zaouali A, Salloum L, Afash N, Shazli O, et al. Prevalence of Burnout among Dental Students during COVID-19 Lockdown in UAE. *J Contemp Dent Pract.* 25 de marzo de 2021;22.
47. Liu H, Yansane AI, Zhang Y, Fu H, Hong N, Kalenderian E. Burnout and study engagement among medical students at Sun Yat-sen University, China: A cross-sectional study. *Medicine (Baltimore).* abril de 2018;97(15):e0326.
48. Gorter RC, Bhagwandat MS, Song H, Bruers JJM. [Study stress, burnout and physical complaints among dental students]. *Ned Tijdschr Tandheelkd.* junio de 2020;127(6):365-72.
49. Ricciardi AV, Bogo HP, Ricciardi N, Schuler MP, Capraro MC, Capraro ME, et al. Perfil de estrés y síndrome de burnout en estudiantes de Odontología de la UNLP. En: *Revista de la Facultad de Odontología [Internet].* 2016 [citado 25 de octubre de 2021]. Disponible en: <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/63181>
50. Riveros LC, Cornejo REZ, Tello EA. Síndrome de Burnout en estudiantes de las áreas de negocios que laboran en los call center de la Ciudad de Tijuana. *Sotavento MBA.* 2018;(31):58-67.
51. Hakami Z, Khanagar SB, Vishwanathaiah S, Hakami A, Bokhari AM, Jabali AH, et al. Psychological impact of the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic on dental students: A nationwide study. *J Dent Educ.* 2021;85(4):494-503.

52. Zhai Y, Du X. Mental health care for international Chinese students affected by the COVID-19 outbreak. *Lancet Psychiatry*. 1 de abril de 2020;7(4):e22.
53. Bolatov AK, Seisembekov TZ, Askarova AZ, Baikanova RK, Smailova DS, Fabbro E. Online-Learning due to COVID-19 Improved Mental Health Among Medical Students. *Med Sci Educ*. 18 de noviembre de 2020;1-10.
54. Zis P, Artemiadis A, Bargiotas P, Nteveros A, Hadjigeorgiou GM. Medical Studies during the COVID-19 Pandemic: The Impact of Digital Learning on Medical Students' Burnout and Mental Health. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. enero de 2021 [citado 25 de enero de 2021];18(1). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7796433/>
55. Višnjić A, Veličković V, Sokolović D, Stanković M, Mijatović K, Stojanović M, et al. Relationship between the Manner of Mobile Phone Use and Depression, Anxiety, and Stress in University Students. *Int J Environ Res Public Health*. abril de 2018;15(4):697.
56. Khouja JN, Munafò MR, Tilling K, Wiles NJ, Joinson C, Etchells PJ, et al. Is screen time associated with anxiety or depression in young people? Results from a UK birth cohort. *BMC Public Health*. 17 de enero de 2019;19:82.