

PERSONALIDAD TIPO “A” Y BURNOUT. ANÁLISIS DE SU RELACIÓN EN UNA MUESTRA MULTINIVEL DE ESTUDIANTES

ARTURO BARRAZA MACÍAS
Universidad Pedagógica de Durango

RAYMUNDO CARRASCO SOTO / MARTHA GRACIELA ARREOLA CORRAL
Secretaría de Salud del Estado de Durango

RESUMEN: El objetivo de la presente investigación es determinar la relación existente entre la Personalidad tipo A y el Síndrome de Burnout en los alumnos de educación media superior y superior. Para el logro de este objetivo se realizó una investigación de corte transversal, correlacional y no experimental a través de la aplicación de un cuestionario compuesto por la Escala de

Personalidad Estudiantil tipo A y la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil. En total se aplicaron 85 cuestionarios y sus resultados permiten afirmar que no existe relación entre las dos variables de estudio.

PALABRAS CLAVE: Burnout, Agotamiento, Personalidad tipo A, orientación al trabajo, Competitividad e Impulsividad.

Introducción

En 1957 Friedman & Rosenman, del hospital Monte Sinaí en San Francisco California, describieron un estilo de comportamiento que llamaron Patrón de Conducta tipo A (de aquí en adelante, Personalidad tipo A); este estilo de comportamiento lo consideraron un factor de riesgo para la [cardiopatía isquémica](#). Sus estudios al respecto demostraron que estas personas tienen 2.5 veces más probabilidades de presentar angina de pecho o infarto de miocardio.

A partir de la aparición de este constructo, los investigadores y divulgadores del campo de estudio del estrés lo han incorporado a la discusión bajo el supuesto de que una Personalidad de tipo A es más propensa a presentar estrés (Kyriacou, 2003; Orlandini, 1999; Palmero, Brea & Espinosa, 1994; etc.). Ahora bien, si se parte del hecho de que un estrés prolongado genera el Síndrome de Burnout (vid Cheng, 2008; y Barraza, 2009) se pudiera afirmar que la Personalidad tipo A se relaciona también con el Síndrome de Burnout. El estudio de esta relación, en alumnos de educación media superior y superior, constituye el objeto de estudio de la presente investigación.

Personalidad tipo A

Los sujetos con Personalidad tipo A tienden a percibir el entorno como opuesto a sus objetivos y amenazante de su autoestima, necesitando afirmarse a través de logros personales para alcanzar la cognición de control. Se trata en sí de un patrón comportamental con tendencia a la acción, a la dominación con una marcada inclinación a competir expresando además fuerte proclividad a reacciones hostiles.

Actualmente existe una tendencia que busca identificar los factores que constituyan las dimensiones básicas de la Personalidad tipo A; en ese sentido, algunos autores le apuestan a dos dimensiones básicas: competencia-liderazgo e impaciencia agresión (Vinnacia, Alzate & Tobon, 2004) o ambición competitividad e irritabilidad-impaciencia (Borges, Barbero & Pérez-Llantada, 1997) mientras que otros consideran tres dimensiones: competitividad (afán por destacar y eliminación de impedimentos), impaciencia (urgencia temporal) y hostilidad (Carmona, Sanz & Marín, 2002).

En la presente investigación, se considera que una perspectiva tridimensional es la más adecuada, sin embargo al haber diferencias sobre cuáles pueden ser esas tres dimensiones, se asume la perspectiva de Barraza (2008) que reconoce los siguientes factores de la Personalidad Estudiantil tipo A: Competitividad, Orientación al trabajo e Impulsividad.

A partir de esta perspectiva se puede definir a la Personalidad Estudiantil tipo A como *una personalidad caracterizada por la competitividad, la orientación al trabajo y la impaciencia.*

Síndrome de Burnout

De las diferentes denominaciones y definiciones, que se pueden encontrar en la literatura al respecto de este síndrome, en la presente investigación se opta por utilizar el término Síndrome de Burnout y definirlo a partir de la perspectiva de Pines, Aronson & Kafry (1981). Estos autores ofrecen una definición del Síndrome de Burnout basados en una sola dimensión: agotamiento; bajo esta lógica conceptual se dejan de lado dos de las dimensiones que Maslach & Jackson (1981) proponen para este síndrome: baja realización personal y despersonalización.

A partir de este enfoque unidimensional del burnout, y tomando en consideración que los participantes en esta investigación son alumnos, se puede definir a este síndrome como *un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo producido por el involucramiento prolongado en situaciones generadoras de estrés.*

Cuando un alumno se encuentra en una situación estresante y para afrontarla utiliza estrategias inadecuadas, ese estrés suele incrementarse o permanecer por tiempos prolongados; en esos casos los síntomas del estrés van cediendo lugar a otro tipo de síntomas, de carácter físico, emocional y cognitivo, que reflejan un estado de agotamiento: este estado de agotamiento se manifiesta a través de una serie de indicadores comportamentales (p. ej. el tener que asistir diariamente a clases me cansa) y actitudinales (p. ej. no me interesa asistir a clases) (Barraza, en prensa).

Revisión de la literatura

En el ámbito estudiantil el Síndrome de Burnout ha sido estudiado con relación a diferentes variables, como son el caso del engagement (Schaufeli, Martínez, Marques, Salanova & Bakker, 2002), el estrés escolar (Carlotto, et al. 2005), el desempeño académico, las expectativas de éxito y la tendencia al abandono (Martínez & Marques, 2005), la satisfacción frente a los estudios (Caballero, Abello & Palacio, 2007), las creencias de eficacia (Schaufeli & Salanova, 2007) y la inteligencia emocional (Extremera, Durán & Rey, 2007), entre otras.

En el caso de la variable Personalidad tipo A solo una investigación reporta su estudio con relación al Síndrome de Burnout. Preciado & Vázquez, (2010) se plantean como objetivo identificar las variables del perfil de estrés como predictoras del síndrome de burnout en estudiantes de odontología de una universidad pública que ofrecen sus servicios a la comunidad; entre las variable del perfil de estrés se encuentra lo que ellos denominan comportamiento tipo A. Los resultados reportados afirman que los comportamientos tipo A se relacionan con la dimensión despersonalización del Síndrome de Burnout.

Fuera del ámbito estudiantil se pudieron localizar dos investigaciones que también abordan la relación entre estas dos variables: Jamal (2005) y Hernández & Olmedo (2004). Particularmente es de interés para la presente investigación la de Hernández & Olmedo (2004), quienes se formularon el objetivo de determinar la relación que existe entre el Síndrome de Burnout y distintas variables de personalidad, entre ellas la de patrón de conducta tipo A; sus resultados permiten afirmar que existe relación entre el patrón de conducta tipo A y determinadas características del síndrome del “estar quemado”.

No obstante que son pocas investigaciones al respecto, los resultados se muestran consistentes y apoyan la necesidad lógica de esta relación.

Objetivos

Establecer el perfil descriptivo de la Personalidad tipo A presente en los alumnos de educación media superior y superior.

Identificar el perfil descriptivo del Síndrome de Burnout presente en los alumnos de educación media superior y superior.

Determinar la relación existente entre la Personalidad tipo A y el Síndrome de Burnout en los alumnos de educación media superior y superior.

Método

La presente investigación es de tipo correlacional, transversal y no experimental. Para la recolección de la información se utilizaron dos instrumentos: la Escala de Personalidad Estudiantil tipo A (Barraza, 2008) y la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (Barraza, en prensa).

La Escala de Personalidad Estudiantil tipo A (EPE-A) consta de 16 ítems los cuales se pueden responder mediante un escalamiento tipo lickert de frecuencia con cuatro valores. La distribución de los ítems según las dimensiones utilizadas fue la siguiente:

- Orientación al trabajo: ítems 1, 6, 7, 8, 11 y 13.
- Competitividad: ítems 2, 9, 14, 15 y 16.
- Impulsividad/impaciencia: ítems 3, 4, 5, 10 y 12.

Esta Escala presenta las siguientes propiedades psicométricas: a) una confiabilidad de .81 en alfa de cronbach, y b) evidencias de validez basadas en la estructura interna a través de los procedimientos de análisis de consistencia interna, de grupos contrastados y factorial. En la presente investigación obtuvo una confiabilidad de .78 en alfa de cronbach.

La Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (EUBE) consta de 15 ítems que pueden ser contestados mediante un escalamiento tipo lickert de cuatro valores. La distribución de los ítems según las dimensiones utilizadas fue la siguiente:

- Indicadores comportamentales: ítems 1, 2, 3, 4, 5, 7, 9, 11, 14 y 15
- Indicadores actitudinales: ítems 6, 8, 10, 12 y 13

Esta Escala presenta las siguientes propiedades psicométricas: a) una confiabilidad de .91 en alfa de cronbach, y b) evidencias de validez basadas en la estructura interna a través de los procedimientos de análisis de consistencia interna, de grupos contrastados y factorial. En la presente investigación obtuvo una confiabilidad de .82 en alfa de cronbach

Estas escalas se aplicaron durante la primera semana del mes de diciembre del año 2010 a una muestra no probabilística de estudiantes de tres instituciones educativas de la ciudad de Durango: Centro de Bachillerato Tecnológico, Industrial y de Servicios No. 89, la Facultad de Enfermería de la Universidad Juárez del Estado de Durango y la Universidad Pedagógica de Durango.

En total se aplicaron 85 cuestionarios; la distribución de los alumnos encuestados según las variables sociodemográficas establecidas fue la siguiente:

- El 50% pertenece al género masculino y el 50% al género femenino.
- El 59.5% tiene una edad entre 15 y 19 años, el 25% entre 20 y 24 años, el 3.6% entre 25 y 29 años y el 11.9% tiene una edad de 30 años o más.
- El 55.3% estaban cursando el bachillerato, el 29.4 la licenciatura y el 15.3% la maestría.

Resultados

El análisis de resultados se realiza en tres momentos: en el primero y segundo momento, a través de estadística descriptiva, se abordan las variables de estudio en sus tres niveles: indicadores empíricos o ítems, dimensiones de estudio y variables; en un tercer momento se aborda la relación entre ambas variables, a través del estadístico r de Pearson, en el nivel de dimensiones de estudio y variables.

Síndrome de Burnout

Los resultados obtenidos en cada uno de los ítems que conforman la EUBE permiten afirmar que los indicadores empíricos del burnout que se presentan con mayor frecuencia en la población encuestada son: El tener que asistir diariamente a clases me cansa y Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado, mientras que los que se presentan con menor frecuencia son: No me interesa asistir a clases y Siento que estudiar me está desgastando físicamente.

De las dos dimensiones que integran la EUBE son los indicadores comportamentales, con una media de 1.64, los que presentan una mayor frecuencia de respuesta en los alumnos encuestados, mientras que los indicadores actitudinales presentan una media de 1.46. Por su parte la variable Síndrome de Burnout presenta una media de 1.58 de la frecuencia con que se presenta entre los alumnos encuestados; esta media interpretada con un baremo de cuatro valores (de 0 a 1 no se presenta el síndrome de burnout, de 1 a 2 es un nivel leve, de 2 a 3 un nivel moderado y de 3 a 4 un nivel profundo) permite afirmar que los alumnos encuestados presentan un nivel leve de Burnout.

Personalidad tipo A

Los resultados obtenidos en cada uno de los ítems que conforman la EPE-A permiten afirmar que las conductas de la Personalidad Estudiantil tipo A que se reportan con mayor frecuencia por los alumnos encuestados son: Te sientes con la obligación de terminar todos tus trabajos escolares una vez que los has comenzado y Crees que si te esfuerzas puedes lograr un mejor desempeño escolar, mientras que las que se presentan con una menor frecuencia son: Te gusta competir con los compañeros de tu clase y Te gusta demostrar o exhibir ante los demás tus logros académicos

De las tres dimensiones que integran la EPE-A es la de orientación al trabajo, con una media de 2.87, la que se presenta con mayor frecuencia entre los alumnos encuestados, mientras que la impulsividad es la que se presenta con menor frecuencia, con una media de 2.17. Por su parte la variable Personalidad estudiantil tipo A se presenta con una media de 2.49 entre los alumnos encuestados; este resultado interpretado a través de un baremo de cuatro valores (de 0 a 1 no se presenta la Personalidad tipo A, de 1 a 2 se presenta con un nivel bajo, de 2 a 3 con un nivel medio y de 3 a 4 con un nivel alto) permite afirmar que los alumnos encuestados presentan un nivel medio de Personalidad tipo A.

Relación entre Síndrome de Burnout y Personalidad Estudiantil tipo A

En la relación entre las dimensiones, de las dos variables de estudio, se puede observar el nivel de significación de la relación existente en cinco de las seis relaciones es mayor a .05 por lo que se puede afirmar que en dichos casos no existe una relación significativa entre las dimensiones de ambas variables. Por su parte la relación entre la dimensión Impulsividad de la Personalidad tipo A y la dimensión Indicadores Actitudinales del Burnout es de .226 con un nivel de significación de .03 por lo que se puede afirmar que a

mayor impulsividad en los alumnos encuestados mayor será la presencia de los indicadores actitudinales del Burnout.

En el caso de la relación entre las dos variables se presenta un coeficiente de correlación de .035 con un nivel de significación de .748 por lo que se confirma la no relación significativa entre ambas variables.

Discusión de resultados

El perfil descriptivo de los alumnos encuestados con relación al Síndrome de Burnout es el siguiente: los alumnos manifiestan que el tener que asistir diariamente a clases les cansa y que antes de terminar su horario de clases ya se sienten cansados; asimismo reportan que presentan con mayor frecuencia los indicadores comportamentales del Burnout lo que coincide con el nivel leve con el que se presenta la variable Síndrome de Burnout. En el caso de las conductas del burnout que se presentan con mayor frecuencia entre los alumnos se coincide con Barraza, Carrasco & Arreola (2009) y en el nivel con que se presenta esta variable se coincide con Barraza (2009).

Por su parte, el perfil descriptivo de la variable Personalidad tipo A es el siguiente: los alumnos encuestados informan que las conductas de la Personalidad Estudiantil tipo A que presentan con mayor frecuencia son: Te sientes con la obligación de terminar todos tus trabajos escolares una vez que los has comenzado y Crees que si te esfuerzas puedes lograr un mejor desempeño escolar; por su parte la característica que se presenta con mayor frecuencia de su tipo de personalidad es la orientación al trabajo y el nivel con que se presenta esta variable es medio.

En lo que respecta a la relación entre ambas variables se coincide con Preciado & Vázquez (2010) quienes, al abordar el Síndrome de Burnout desde una perspectiva tridimensional, reconocen que la relación entre ambas variables se da solamente entre la dimensión de despersonalización, por lo que, en su caso, la dimensión agotamiento no se relaciona con la Personalidad tipo A.

Este resultado cuestiona la necesidad lógica de esta relación que se deriva de la relación existente entre las variables Estrés y Síndrome de Burnout y Estrés y Personalidad tipo A. Sin embargo, estos mismos resultados aportan datos significativos al cuestionamiento del campo de estudio del estrés donde los divulgadores de este campo de estudio, basados

en resultados no consistentes, generalizan relaciones como la existente entre el Estrés y la Personalidad tipo A; asimismo, no se puede olvidar que el constructo Personalidad tipo A esta sujeto a fuertes críticas (Palmero, et al. 1994):

Estas críticas, tanto al campo de estudio del estrés como al constructo Personalidad Tipo A, obligan a los estudiosos del campo a realizar mayores investigaciones al respecto.

Referencias

- Barraza, A. (2008). Construcción y validación inicial de la Escala de Personalidad Estudiantil tipo A. *Revista Electrónica de Psicología Científica.com*, (s/d).
- Barraza, A. (2009). Estrés Académico y Burnout Estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Psicogente*, 12(22), 272-283.
- Barraza, A., Carrasco, R. & Arreola, M. G. (2009). Burnout Estudiantil. Un estudio exploratorio. En A. Barraza, D. Gutiérrez & D. I. Ceniceros (coord.), *Alumnos y Profesores en Perspectiva*. (pp. 68-84), Durango: Universidad Pedagógica de Durango.
- Barraza, A. (en prensa). *Validación de la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil*.
- Borges, A., Barbero, I. & Pérez-Llantada, M. C. (1997), Análisis de contenido del constructo "madurez", en *IberPsicología* 2(2), s/p.
- Caballero, C. C., Abello, R. & Palacio, J. (2007). Relación del Burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 25(2), 98-111.
- Carmona, F. J.; Sanz, L. J. & Marín, D. (2002). Patrón de conducta tipo "A" y patología coronaria. *Psiquis*, 23(1), 18-26.
- Cheng, M. (2008). *Job stress, self-efficacy, burnout, and intention to leave among kindergarten teachers in Taiwan*, Abstract available in ProQuest. Dissertation & Theses. Recuperado el 11 de noviembre de 2010 de <http://gradworks.umi.com/33/23/3323285.html>
- Extremera, N.; Durán, A. & Rey, L. (2007). Inteligencia emocional y su relación con los niveles del burnout, engagement y estrés en estudiantes universitarios. *Revista de Educación*, 342, 239-256.
- Friedman, M. & Rosenman, R. (1957). Comparison of fat intake of American men and women: possible relationship to incidence of clinical coronary artery disease. *Circulation*, 16, 339-347.
- Friedman, M. & Rosenman, R. (1974). *Type A behavior and your heart*. New York: Knopf.
- Hernández, G. & Olmedo, E. (2004). Un estudio correlacional acerca del síndrome del "estar quemado" (burnout) y su relación con la personalidad. *Andalucía Occidental*, 22(1), 121-136

- Jamal, M. (2005). Consecuencias personales y de organización relacionadas con el estrés laboral y el patrón de conducta tipo-A: Un estudio de empleados canadienses y chinos. *Stress and Health, 21(2)*, 129 – 137
- Kyriacou, C. (2003). *Antiestrés para profesores*. Barcelona, España: Octaedro.
- Martínez, I. M. & Marques, A. (2005). Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas. *Aletheia, 21*, 21-30.
- Maslach, C., & Jackson, S. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Social Issues, 2*, 99-113.
- Orlandini, A. (1999). *El estrés, qué es y como evitarlo*. México: FCE.
- Palmero, F.; Breva, A. & Espinosa, M. (1994). Efectos psicofisiológicos del estrés real y ficticio en sujetos tipo "A" y tipo "B". *Anales de Psicología, 10(2)*, 157-164.
- Pines, A.; Aronson, E. & Kafry, D. (1981). *Burnout*. New York, USA: The Free Press.
- Preciado, M. L. & Vázquez, J. M. (2010). Perfil de estrés y síndrome de burnout en estudiantes mexicanos de odontología de una universidad pública. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría, 48(1)*, 11.19.
- Schaufeli, W. B.; Martínez, I. M.; Marques, A.; Salanova, M. & Bakker, A. B. (2002). Burnout and Engagement in university students. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 33(5)*, 464-481.
- Schaufeli, W. B. & Salanova, M. (2007). Efficacy or inefficacy, that's the question: Burnout and work engagement, and their relationships with efficacy beliefs. *Anxiety, Stress, and Coping, 20(2)*, 177-196.
- Vinnacia, S.; Alzate, F. y Tobon, S. (2004). Evaluación de la conducta tipo A en población infantil colombiana a partir del Mathews Youth For Health. *International Journal of Clinical and Health Psychology, 5(3)*, 471-484.