

Información General**Proyecto número:** UNIBE-2025-09-11-16-10-44 **Facultad:** Facultad de Psicología**Fecha de Inicio:** 08-06-2023 **Fecha de finalización:** 15-08-2024**Nombre del proyecto:** Relationship between academic burnout, self-care, and self-medication among Costa Rican university students in health-related sciences

Descripción del proyecto: Introducción: el burnout es un problema que afecta a los estudiantes de Ciencias de la Salud, lo cual podría implicar una mayor tendencia hacia la automedicación. Es por esta razón que es importante estudiar la relación entre estas dos variables y el autocuidado. Objetivo: determinar la relación entre el autocuidado, el burnout y la automedicación en estudiantes universitarios. Método: se realizó un estudio transversal a través de un muestreo a conveniencia virtual durante todo el mes de octubre de 2023 creando una base de datos al efecto. La población de estudio consistió en estudiantes universitarios de ciencias relacionadas con la salud de Costa Rica, para lo cual se obtuvo una muestra de 361 participantes con edades entre 18 y 46 años ($M= 23,61$, $DE= 5,30$). El cuestionario estaba compuesto por la Escala de Valoración de la Capacidad de Autocuidado (ASA) ($\alpha = 0,89$), la Escala Maslach para el Burnout Académico (α entre 0,82 y 0,89) y preguntas sociodemográficas. Resultados: el autocuidado correlacionó negativamente con el agotamiento, el cinismo y la frecuencia de automedicación, a la vez que positivamente con la eficacia académica y la edad. Adicionalmente, se encontró mayores niveles de agotamiento a mayor avance en la carrera, así como en estudiantes que vivían solos o con compañeros. Conclusiones: mayores niveles de autocuidado en estudiantes de carreras relacionadas con la salud mostraron estar relacionados con menores niveles de burnout académico, así como a una menor frecuencia de automedicación. Asimismo, los estudiantes que cohabitaban con personas cercanas mostraron niveles significativamente menores de agotamiento.

Observación del proyecto

Condición del proyecto: Terminado **Posee vínculos este proyecto:** No**Presupuesto:** 0.00 **Presupuesto Aprobado:** 0.00**Actividades****Lista de actividades:****Investigadores****Lista de investigadores:**

Nombre	Institución	Rol del Participante
Rafael Román	UNIBE	Investigador
Dennis Redondo	UNIBE	Docente
Carmen Herrera	UNIBE	Investigador

UNIBE

Proyectos de Investigación

Información General del Proyecto de investigación

Fecha: 08/02/2026

Nombre	Institución	Rol del Participante
Melissa Martínez	UNIBE	Investigador
Andres Cairol	UNIBE	Investigador
Carlos Mora	Universidad Técnica Nacional	Investigador

Población Beneficiada

Quién o quienes?:

Beneficios de la población:

Beneficios para la universidad:

Objetivos y metas del proyecto

Objetivo general del proyecto:

Objetivos asociados del proyecto: