

**17. LOS NIVELES DE CANSANCIO
EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA
ESCUELA TÉCNICA SUPERIOR DE LA
POLICÍA NACIONAL DEL PERÚ - REGIÓN
PUNO.⁹⁷**

**Levels of Emotional Fatigue in Students of the
Superior Technical School of the National Police of
Peru - Puno Region**

Saul Abel Inofuente Ramos⁹⁸

José Damián Fuentes López⁹⁹

Jorge Luis Apaza Cruz¹⁰⁰

⁹⁷ Derivado del proyecto de investigación: *Los niveles de cansancio emocional en los estudiantes de la Escuela Técnica Superior de la Policía Nacional del Perú - Región Puno.*

⁹⁸ Licenciado en Biología de la Universidad Nacional del Altiplano, Maestro en Gestión de los Servicios de Salud de la Universidad Cesar Vallejo, Docente de la Escuela de Educación Superior Técnica de la PNP - Sede Puno - Perú. Correo electrónico: sairsaul@gmail.com.

⁹⁹ Licenciado en Educación Física, Magister en educación con mención en docencia en el nivel superior de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos y Doctoris Scientiae en: Educación de la Universidad Nacional Del Altiplano. Docente investigador, Puno, Perú. Miembro del Instituto de investigación de Ciencias de la Educación (IICE), correo electrónico: jdfuentes@unap.edu.pe.

¹⁰⁰ Ingeniero Electrónico, Magister scientiae en: Ingeniería Mecanica Electrica y Doctoris Scientiae en Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente de la Universidad Nacional Del Altiplano. Docente investigador. Puno, Perú. Miembro del Instituto de investigación de Ciencias de la Educación (IICE), correo electrónico institucional: jlapaza@unap.edu.pe.

Mary Luz Limachi Flores¹⁰¹

Oliver Amadeo Vilca Huayta¹⁰²

Pares evaluadores: Red de Investigación en Educación, Empresa y Sociedad – REDIEES.¹⁰³

¹⁰¹Licenciada en Educación Física, Magíster Scientiae en: Educación con Mención en: Ciencias del Deporte y Doctoris Scientiae en: Educación de la Universidad Nacional Del Altiplano. Docente del Instituto de Educación Superior Pedagógico Privado “Andrés Bello” de Puno, Perú. Miembro del Instituto de investigación de Ciencias de la Educación (IICE), correo electrónico: limaryflor@gmail.com.

¹⁰²Ingeniero de Sistemas, Magíster en Ciencias, mención Computación de la universidad de Chile y Doctor en Estadística e Informática de la Universidad Nacional Del Altiplano. Docente investigador. Puno, Perú. Miembro del Instituto de Investigación en Tecnologías de Información y Comunicación Alto Andino, correo electrónico institucional: ovilca@unap.edu.pe.

¹⁰³ Red de Investigación en Educación, Empresa y Sociedad – REDIEES. www.rediees.org

LOS NIVELES DE CANSANCIO EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA TÉCNICA SUPERIOR DE LA POLICÍA NACIONAL DEL PERÚ - REGIÓN PUNO

Saul Abel Inofuente Ramos, José Damián Fuentes López, Jorge Luis Apaza Cruz, Mary Luz Limachi Flores y Oliver Amadeo Vilca Huayta

RESUMEN

El trabajo de investigación realizado buscó determinar los niveles de cansancio emocional en los estudiantes de la Escuela de Educación Técnica Superior de la Policía Nacional del Perú de la región Puno en el año 2021. La investigación es de tipo no experimental y de diseño corresponde a un estudio diagnóstico. La población de estudio estuvo conformada por 122 estudiantes que trabajaban durante la mañana y estudiaban virtualmente en las tardes y noche. La metodología empleada ha sido la encuesta con alternativa múltiple tipo Likert y el instrumento empleado fue la escala de cansancio emocional (ECE). Los resultados encontrados respecto a la dimensión tensión física el 60% está en un riesgo bajo, seguido por 36% de un riesgo medio y solo el 4% está en un riesgo alto, esto debido a que los estudiantes duermen horas completas, no tienen dolor de cabeza u otra que moleste su rendimiento físico; respecto a la dimensión tensión psicológica el 69.7% está en un riesgo bajo, por lo tanto los estudiantes no tienen tensión excesiva, se sienten con ánimo de trabajar y estudiar y no le falta tiempo para sus estudios, el 27.9% presenta un riesgo medio, mientras que el 2.5% está en un riesgo alto. Finalmente concluimos que los estudiantes durante el año académico 2021 presentan un nivel bajo a moderado de cansancio emocional y que tan solo 4 estudiantes presentan un alto nivel de cansancio emocional.

Palabras Clave: cansancio emocional; tensión física; tensión psicológica.

ABSTRACT

The research work carried out sought to determine the levels of emotional fatigue in the students of the School of Higher Technical Education of the National Police of Peru in the Puno region in the year 2021. The research is non-experimental and its design corresponds to a diagnostic study. The study population consisted of 122 students who worked during the morning and studied virtually in the afternoons and evenings. The methodology used was the Likert-type multiple choice survey and the instrument used was the emotional exhaustion scale (ECE). The results found with respect to the physical tension dimension, 60% are at low risk, followed by 36% of medium risk and only 4% are at high risk, this because the students sleep full hours, do not have headaches or any other that bothers their physical performance; with respect to the psychological tension dimension, 69.7% are at low risk, therefore the students do not have excessive tension, they feel encouraged to work and study and do not lack time for their studies, 27.9% present medium risk, while 2.5% are at high risk. Finally, we conclude that students during the 2021 academic year present a low to moderate level of emotional fatigue and that only 4 students present a high level of emotional fatigue.

Keywords: emotional exhaustion; physical tension; psychological tension.

INTRODUCCIÓN

La formación superior especializada de la policía pública se encuentra inmersa en un curso constante de progreso y variación a las nuevas exigencias que se presentan con respecto a la pandemia, dichos cambios influyen tanto en el educador como en los estudiantes de PNP (Herrera et al., 2016), es de esta manera, que los alumnos de la escuela especializada de la policía aprenden a la vez que deben trabajar de igual manera, y por consiguiente fue vital la transformación de las nuevas exigencias para que se vaya aclimatando a su futuro trabajo (Dominguez, 2014).

Dominguez y Lara (2018) discuten la inclinación y el cansancio profundo experimentado por el individuo debido a las peticiones escolásticas, determinando consecuentemente en una disposición crítica y mínima enfocada en su trabajo de estudiante, no obstante convicciones de poco límite en los ejercicios que realizan. (Ordóñez et al., 2015). Por lo tanto, cuando los estudiantes trabajan y se concentran simultáneamente, tienen una visión desgastada e indiferente de las tareas que les encomiendan sus jefes. El interés del tema de investigación es saber si los estudiantes de la PNP, sufren un cansancio físico y psicológico, porque deben estudiar y al mismo tiempo deben salir trabajar, ya que en la pandemia el gobierno dicto en emergencia nuestro país, y para salva guardar la salud de los peruanos, los estudiantes deben estudiar y también cumplir con su deber de cuidar las calles y movimientos de las personas, es así que la OIT hace referencia a que las enfermedades relacionadas con la palabra y los percances relacionados con la palabra causan desgracias de 2,8 billones de dólares cada año en todo el mundo; siendo los efectos secundarios más regulares el cansancio mental y real, entregando graves repercusiones y ajustes en la forma de vida del individuo, causando todo el tiempo debilidad, lo que impacta en la satisfacción personal, pero además en el lugar de trabajo que el individuo cada cierto tiempo crea (Sáenz, 2018).

Además del lugar de trabajo en una pandemia y al mismo tiempo el estudio son circunstancias que pueden ser el inicio de la debilidad que pueden ser perjudiciales para el bienestar de su salud mental, también recordamos las condiciones deficientes del lugar donde salen a trabajar, la presencia de la conmoción y las condiciones contaminadas, que

comprende una responsabilidad psicológica, y la falta de asociaciones relacionales con el grupo de bienestar y con el paciente, a esto se añade la debilidad o fatiga profunda que se ocupa de la reacción fundamental para empujar que se concentra en la investigación en este campo(Ramos et al., 2005).

Asimismo, los estudiantes trabajan y estudian bajo presión de sus superiores, deben cumplir con su horario de trabajo y también deben cumplir con sus estudios que vienen siguiendo de manera virtual y un total de 14 cursos por semestre y se van adaptando a la TIC de la era digital. la consolidación de las nuevas TIC, que permiten la difusión de millones de informaciones en prácticamente poco tiempo, provoca el surgimiento de oportunidades adicionales de interrupción y control en las existencias confidenciales de las personas, que deben ser salvaguardadas (Ford y Weck, 2020).

La educación avanzada está inmersa en un curso constante de progreso y variación ante las nuevas demandas que se presentan (Herrera et al., 2016a). Frente a esto, el estudiante puede sentirse limitado en sus investigaciones y en su trabajo. La última opción hace que el estudiante se encuentre en debilidad consistente tanto genuinamente y por lo tanto se inclina hacia la presencia de agotamiento real, influyendo en el estudiante de una manera estresante (Sáenz, 2018).

MATERIAL Y MÉTODOS

La pesquisa se realizó en la ciudad de Puno, en la localidad de Salcedo, en las dependencias de la Escuela Superior Técnica de la Policía Nacional Pública del Perú, que se encuentra precisamente en el Parque Moderno Salcedo s/n, Localidad de Puno, Territorio de Puno, Distrito de Puno, situado a 3,827 m.s.n.m. aproximadamente

El diseño de investigación que se asume corresponde a la investigación de tipo descriptivo cuyo modelo es el siguiente:



Donde:

M= muestra de estudio

O=observación o información recogida

Este modelo significa que el primero son los estudiantes investigados y la segunda es lo que se va observar a partir de la escala del cansancio emocional.

POBLACIÓN Y MUESTRA

La población de estudio de esta investigación fue constituida por los estudiantes de la promoción INTEGRIDAD 2020 – II de la ETSPNP, de las especialidades de investigación criminal y la especialidad de orden público, haciendo un total de 122 estudiantes entre las edades de 20 a 26 años.

Criterios de inclusión, es el conjunto de personas que tienen características en común de interés para la investigación tales como: edad, sexo, grado de instrucción, entre otros, (Arias, Villasís y Miranda 2016). Criterios de exclusión: en los casos de que las estudiantes se encontraban de servicio de seguridad, sanidad, o realizando otras comisiones asignadas a los estudiantes.

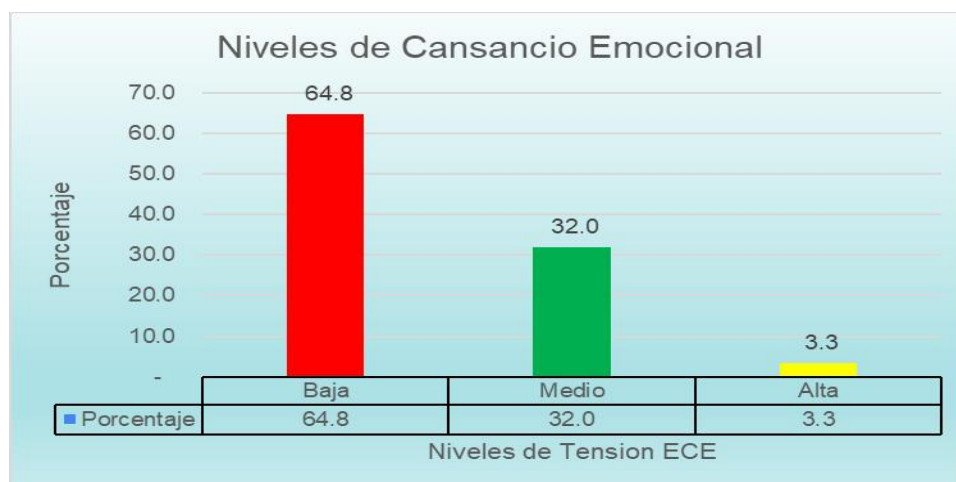
Para este estudio la selección de la muestra es no probabilística, pues no se aplicaron cálculos de probabilidades ni se hizo uso del azar (Gallardo, 2017), motivado por que la población en estudio es relativamente pequeña, motivo por el cual la escala de cansancio emocional (ECE), se aplicó a la totalidad de la población.

RESULTADOS

En la figura 1, se presenta el nivel de cansancio emocional de los estudiantes de la ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, el 64.8% está en un riesgo bajo, seguido por 32.0% de un riesgo medio, y finalmente solo el 3.3% está en un riesgo alto, es así que, los estudiantes en su mayor parte duermen horas completas, no tienen dolor de cabeza u otra que moleste su rendimiento físico y generalmente no tienen fatiga y fácilmente se concentran porque están en nivel de riesgo bajo.

Figura 1.

Los niveles de cansancio emocional en los estudiantes de la Escuela Técnica Superior de la Policía Nacional del Perú, de la región de Puno

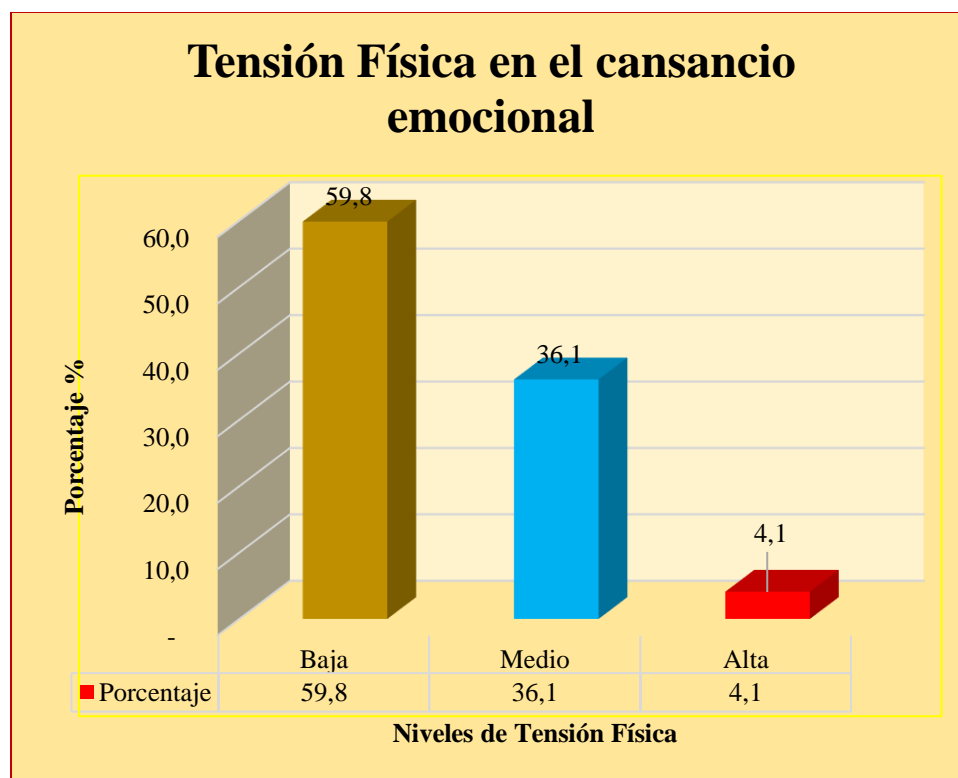


Nota. Elaboración propia

En la figura 2, se presenta el nivel de riesgo en la tensión física del cansancio emocional de los estudiantes de la ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, el 59.8% está en un riesgo bajo, seguido por 36.1% de un riesgo medio, y finalmente solo el 4.1% está en un riesgo alto, es así que, los estudiantes en su mayor parte duermen horas completas, no tienen dolor de cabeza u otra que moleste su rendimiento físico y generalmente no tienen fatiga y fácilmente se concentran porque están en nivel de riesgo bajo.

Figura 2.

Los niveles de riesgo en la tensión física del cansancio emocional de los estudiantes de la ETSPNP de Puno.

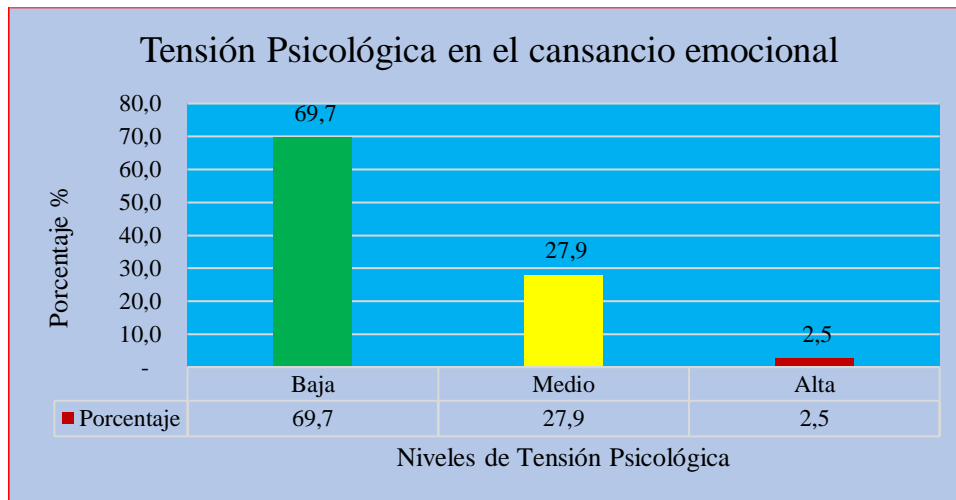


Nota. Elaboración propia.

La figura 3, se presenta el nivel de riesgo en la tensión psicológica del cansancio emocional de los estudiantes de la Escuela ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, el 69.7% está en un riesgo bajo, por lo tanto los estudiantes no tienen tensión excesiva, se sienten con ánimo de trabajar y estudiar y no le falta tiempo para sus estudios, seguido por 27.9% en un riesgo medio, y finalmente solo el 2.5% está en un riesgo alto, que significa que tienen tensión, bajo de ánimo, están tristes, se sienten agotados, los exámenes les producen estrés y se sienten sobrecargados por los estudios.

Figura 3.

Los niveles de riesgo en la tensión psicológica del cansancio emocional de los estudiantes de la ETSPNP de Puno.



Nota. Elaboración propia.

Figura 4.

Los estudiantes que tienen nivel de riesgo en la tensión física y horas diarias que dedica a su estudio.



Nota. Elaboración propia.

En la figura 4, se muestra el nivel de riesgo en la tensión física del cansancio emocional y las horas diarias que dedican a su estudio, los estudiantes de la ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, del 60% que está en un riesgo bajo de tensión física, el 8% dedica 1 a 2 horas a su estudio, 16% dedica 3 a 4 horas a su estudio, 11% dedica 5 a 6 horas a su estudio, el 18% dedica 7 a 8 horas a su estudio y 6% dedica 9 horas a más a su estudio, seguido por 36% de un riesgo medio de la tensión física, de los cuales el 2% dedica 1 a 2 horas a su estudio, 10% dedica 3 a 4 horas a su estudio, 7% dedica 5 a 6 horas a su estudio, el 10% dedica 7 a 8 horas a su estudio y 7% dedica 9 horas a más a su estudio, finalmente, solo el 4% que está en un riesgo alto de tensión física, el 2% dedica 1 a 2 horas a su estudio, 1% dedica 5 a 6 horas a su estudio, el 1% dedica 7 a 8 horas a su estudio y 1% dedica 9 horas a más a su estudio.

Figura 5.

Los alumnos que tienen nivel de riesgo en la tensión psicológica y horas diarias que dedica a su estudio.



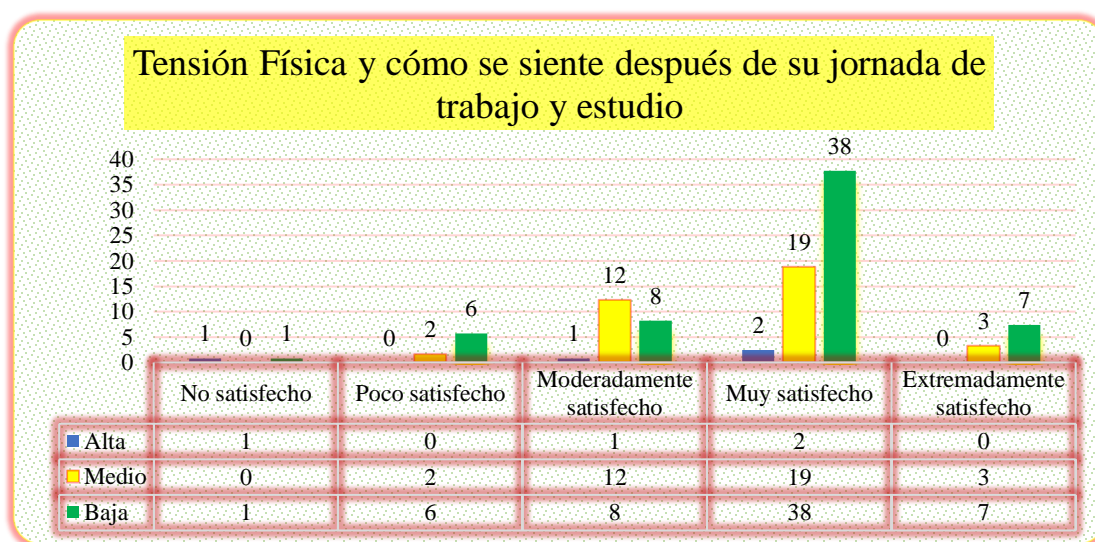
Nota. Elaboración propia

En la figura 5, se modela el nivel de riesgo en la tensión psicológica del cansancio emocional y las horas diarias que dedican a su estudio, los estudiantes de la ETSPNP, que

estudian en la ciudad de Puno, del 70% que está en un riesgo bajo de tensión psicológica, el 7% dedica 1 a 2 horas a su estudio, 19% dedica 3 a 4 horas a su estudio, 14% dedica 5 a 6 horas a su estudio, el 20% dedica 7 a 8 horas a su estudio y 10% dedica 9 horas a más a su estudio, seguido por 28% de un riesgo medio de la tensión psicológica, de los cuales el 5% dedica 1 a 2 horas a su estudio, 7% dedica 3 a 4 horas a su estudio, 5% dedica 5 a 6 horas a su estudio, el 7% dedica 7 a 8 horas a su estudio y 3% dedica 9 horas a más a su estudio, posteriormente, solo el 2% que está en un riesgo alto de tensión psicológica, el 1% dedica 5 a 6 horas a su estudio, el 1% dedica 7 a 8 horas a su estudio y 1% dedica 9 horas a más a su estudio.

Figura 6.

Los estudiantes que tienen nivel de riesgo en la tensión física y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio



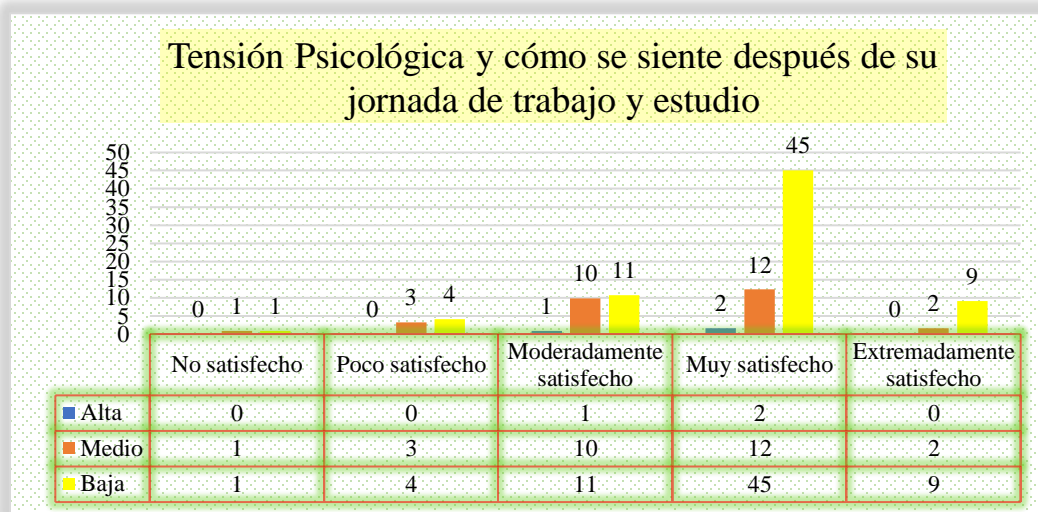
Nota. Elaboración propia

En la figura 6, se muestra el nivel de riesgo en la tensión física del cansancio emocional y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio, a los estudiantes de la ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, del 60%, que está en un riesgo bajo de tensión física, el 1% se siente no satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 6% se siente poco satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 8% se siente moderadamente

satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, el 38% se siente muy satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 7% se siente extremadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, luego el 36% de un riesgo medio de la tensión física, el 2% se siente poco satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 12% se siente moderadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, el 38% se siente muy satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 7% se siente extremadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, seguido por el 4% que está en un riesgo alto de tensión física, el 1% se siente no satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 1% se siente moderadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, el 2% se siente muy satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio.

Figura 7.

Los estudiantes que tienen nivel de riesgo en la tensión psicológica y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio.



Nota. Elaboración propia.

En la figura 7, se muestra el nivel de riesgo en la tensión psicológica del cansancio emocional y cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio, a los estudiantes de la ETSPNP, que estudian en la ciudad de Puno, del 70%, que está en un riesgo bajo de tensión psicológica, el 1% se siente no satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 4% se

siente poco satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 11% se siente moderadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, el 45% se siente muy satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 9% se siente extremadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, prontamente el 28% de un riesgo medio de la tensión psicológica, el 1% se siente no satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 3% se siente poco satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 10% se siente moderadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, el 12% se siente muy satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, 2% se siente extremadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, continuando con el 2% que está en un riesgo alto de tensión psicológica, el 1% se siente moderadamente satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio, el 2% se siente muy satisfecho después de su jornada de trabajo y estudio.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN

En esta investigación el objetivo fue determinar los niveles de cansancio emocional en los estudiantes de la ETSPNP, de la región de Puno en el año académico 2021, de los que estudian en la ciudad de Puno, la investigación es de variable única, y tiene dos dimensiones, uno de ellos es la tensión física y el otro es la tensión psicológica, en ambos casos el cansancio emocional está en un nivel bajo, seguido por el nivel medio y finalmente el nivel alto que están muy pocos estudiantes, esto debido a que los estudiantes realizan actividades físicas, actividades deportivas y ejercicios aeróbicos, y tiene un habito tradicional para estudiar y realizar actividades físicas, esto ayuda a no adquirir las enfermedades no trasmisibles, como el estrés, los accidentes cerebro vasculares, la migraña, además toda persona que es saludable y realiza actividad física no tendrá el cansancio emocional (Ramos et al., 2010).

En el nivel de la tensión física , el 60% está en un riesgo bajo, seguido por 36% de un riesgo medio ,y finalmente solo el 4% está en un riesgo alto, por lo tanto los estudiantes en su mayoría está en un riesgo de nivel bajo, esto debido a que los estudiantes duermen horas completas, no tienen dolor de cabeza u otra que moleste su rendimiento físico y generalmente

no tienen fatiga y fácilmente se concentran porque están en nivel de riesgo bajo y muy poco está en nivel de tensión física alta, y que tienen un agotamiento emocional en su situación en la que el estudiante considera que ya no pueden dar más de sí mismo a nivel del estudio y del trabajo, experimentando así una impresión de estar mentalmente cansado fruto del quehaceres diarios con individuos a los que prestara servicio a la comunidad como seguridad (Sáenz, 2018).

En la tensión psicológica el 69.7% está en un riesgo bajo, por lo tanto los estudiantes no tienen tensión excesiva, se sienten con ánimo de trabajar y estudiar y no le falta tiempo para sus estudios, seguido por 27.9% en un riesgo medio, y finalmente solo el 2.5% está en un riesgo alto, que significa que tienen tensión, bajo de ánimo, están tristes, se sienten agotados, los exámenes le producen estrés y se siente sobre cargado por los estudios, Mientras tanto, algunos docentes enseñan a manejar las preocupaciones, y contribuí a facilitar la adaptación de los estudiantes a las condiciones de la vida policial y enseñarles un adecuado manejo del cansancio emocional generado por diferentes condiciones (González y Landero, 2007).

Además la tensión física está ubicada en el nivel de riesgo bajo de 60%, el 16% se dedica de 3 a 4 horas diarias a su estudio, seguido por 18% que dedica 7 a 8 horas diarias a su estudio, en cuanto a su estudio, deben dedicar tiempo y a eso deben orientar los docentes, según los resultados observados, también la tensión psicológica es similar a este resultado, si no estudian logra formar un elemento de riesgo, de desaprobación asignaturas, como con el tiempo puede ver deserción (Dominguez et al., 2018), debido a la iniciación de las experiencias en el trayecto de la práctica profesional en las calles, la proximidad de que se acomoden de representación más eficaz a esa nueva experiencia de su alineación correcta no es preocupante.

Tanto la tensión física como la tensión psicológica están en el nivel bajo, y en su mayoría responde a nuevas experiencias aprendidas en la ETSPNP, le valen casi siempre y siempre actualmente en su desempeño laboral, y ninguno de los estudiantes dijo que nunca lo sirvió, el cambio de la nuevas formas de enseñar de los profesores y al alumno las nuevas formas de acceder al aprendizaje, como consecuencia el equipo docente ha reflexionado de manera colaborativa para mejorar las enseñanzas e imparten en la educación superior, siendo

un elemento nuevo y de innovación, como crear espacios más efectivos y positivos, donde el estudiante se sienta más cómodo, con liberación y seguridad psíquica para enfrentar sus estudios y sus labores en las calles como futuro policía (Lledó et al., 2017).

En la tensión física como la tensión psicológica están en el nivel bajo, con respecto cómo se siente después de su jornada de trabajo y estudio y en su mayoría responde, que se sienten muy satisfechos y moderadamente satisfecho (Tejada, 2020), esto se debe a que, la mayoría de los estudiantes tienen la vocación de ser un policía responsable, esto dentro de los factores orientados al contexto se introducen los ejercicios extremos relacionados con el aprendizaje mientras que las variables realmente interiores se relacionan con características individuales, como la auto adecuación, el autorretrato mental, el locus de control, la confianza y la tensión de calidad (Herrera et al., 2016b).

Los estudiantes de la Escuela Técnica Predominante de la Policía Nacional del Perú, que se concentran en la ciudad de Puno, se sienten excepcionalmente realizados después de su jornada de trabajo y estudio, seguido de muy realizados, esto en razón de que las consecuencias de este estudio reflejan estos extremos equivalentes, es decir, que los individuos con menor cansancio cercano al hogar, impacta negativamente en los supuestos de progreso y desarrollo experto, es decir, los estudiantes universitarios con niveles más significativos de pereza tienen bajos supuestos para completar sus exámenes de manera efectiva y adicionalmente están inadecuadamente preparados para enfrentar el escenario de funcionamiento (Lledó et al., 2017).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias-Gómez, J., Villasís-Keever, M. Á. y Miranda-Navales, M. G. (2016). *The research protocol III. Study population. Revista Alergia Mexico*, 63(2), 201-206. <https://doi.org/10.29262/ram.v63i2.181>
- Dominguez-lara, S. A. (2018). Ítem único de ansiedad ante exámenes: evidencias de validez convergentes e incremental en estudiantes universitarios *Educación Médica*. 19(5), 264–270. <https://www.elsevier.es/es-revista-educacion-medica-71-articulo-item-unico-ansiedad-ante-examenes-S1575181317301006>
- Dominguez, S. (2014). Escala de Cansancio Emocional: estructura factorial y validez de los ítems en estudiantes de una universidad privada. *Avances En Psicología*, 22(1), 89–97. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2014.v22n1.275>
- Dominguez, S., Fernández, M., Manrique, D., Alarcón, D. y Díaz, M. (2018). Datos normativos de una escala de agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios de psicología de Lima (Perú). *Educación Médica*, 19, 246–255. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2017.09.002>
- Ford, E. y Weck, W. (2020). *Internet y pandemia en las americas (primera crisis sanitaria en la era digital)*. Konrad-Ade.
- Gallardo Echenique, E. (2017). *Metodología de la Investigación*. Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/4278/1/DO_UC_EG_MAI_UC0584_2018.pdf
- González, T. y Landero, R. (2007). Escala de cansancio emocional (ECE) para estudiantes universitarios: propiedades psicométricas en una muestra de México. *Anales de Psicología*, 23(2), 253-257.
- Herrera, L., Mohamed, L. y Cepero, S. (2016a). Cansancio emocional en estudiantes universitarios. *Dedica Revista de Educação e Humanidades*, 9, 173-191.
- Herrera, L., Mohamed, L. y Cepero, S. (2016b). Cansancio emocional en estudiantes

- universitarios. *Revista de educação e humanidades*, 9, 173-191.
- Lledó, A., Perandones, T., Herrera, L. y Lorenzo, G. (2017). Cansancio Emocional, Autoestima Y Satisfacción Con Los Estudios En Estudiantes Universitarios. *Revista INFAD de Psicología*, 7(1), 161. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v7.787>
- Ordóñez, A., Maganto, C. y González, R. (2015). Quejas somáticas, conciencia emocional e inadaptación en población escolar. *Anales de Pediatría*, 82(5), 308-315. <https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2014.03.020>
- Ramos, A., Wall, A., Esparza, O. A. y Hernández, R. P. (2010). Validez del cuestionario de hábitos y conductas físico-deportivas de Pierón en jóvenes del norte de México. *Revista Electronica de Investigacion Educativa*, 12(2), 1-16.
- Ramos, F., Manga, D. y Moran, M. (2005). *Escala de cansancio emocional (ece) para estudiantes universitarios: propiedades psicométricas y asociación*. Sexto Congreso Virtual de Psiquiatría, 2, 253-257. <https://www.researchgate.net/publication/271846180>
- Sáenz, R. (2018). *Cansancio emocional y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Técnica Superior PNP - Puente Piedra, 2017*. [Tesis de maestría]. Repositorio Universidad Cesar Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/14190>
- Tejada, C. A. (2020). *Cansancio emocional y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular de Trujillo*. [UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO]. http://www.gonzalezcabeza.com/documentos/CRECIMIENTO_MICROBIANO.pdf