Sortuz. Oñati Journal of Emergent Socio-legal Studies
Volume 16, Issue 2 (2026), 664-687
ISSN 1988-0847
DOI link: https://doi.org/10.35295/sz.iisl.2928

Agotamiento emocional, consumo de sustancias y malestar psicológico en estudiantes del Máster de acceso al ejercicio de la Abogacía

(Emotional exhaustion, substance use and psychological distress among Master of Laws [LL.M.] students)

Luis Bueno Ochoa[1]
Sergio Guntín Mareque[2]
Francisca Fariña Rivera[3]
Dolores Seijo Martínez[4]

Resumen:

Se estudia la relación entre el agotamiento emocional (*burnout*), el consumo de sustancias y el malestar psicológico en estudiantes del Máster de Acceso a la Abogacía. Más específicamente, se analiza la capacidad predictiva del agotamiento emocional sobre la sintomatología afectiva, así como la relación entre el síndrome de burnout, el consumo de sustancias (alcohol y drogas) y el malestar emocional evaluado mediante indicadores de sintomatología de depresión, ansiedad y estrés. Los resultados demuestran, en relación con la capacidad predictiva del modelo, que los estudiantes del Máster de Abogacía constituyen un colectivo especialmente vulnerable al agotamiento emocional y al malestar psicológico. En contraste, el consumo problemático de sustancias fue reducido y mostró una contribución limitada a la explicación del malestar psicológico. Dichos resultados son coherentes con el enfoque de la justicia terapéutica (*therapeutic jurisprudence*), al poner de relieve que el bienestar psicológico no debería constituir únicamente un propósito/meta del objetivo del ejercicio profesional, sino también un objetivo explícito de la formación jurídica universitaria.

[1] Luis Bueno Ochoa. Universidad Pontificia Comillas de Madrid. lbueno@icade.comillas.edu ORCID: https://orcid.org/0000-0001-5076-5835
[2] Sergio Guntín Mareque. Universidade de Santiago de Compostela. sergioguntin.mareque@usc.es ORCID: https://orcid.org/0009-0007-7394-3439
[3] Francisca Fariña Rivera. Universidad de Vigo. francisca@uvigo.gal ORCID: https://orcid.org/0000-0002-7652-0948
[4] Dolores Seijo Martínez. Universidade de Santiago de Compostela. mariadolores.seijo@usc.es ORCID: https://orcid.org/0000-0001-7655-338X

This is an open access work licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International license.
(c) The Author(s)
Oñati International Institute for the Sociology of Law (IISL)
Avda. Universidad 8, Apdo.28 20560 Oñati - Gipuzkoa – Spain
http://opo.iisj.net/index.php/sortuz

Palabras clave:

Agotamiento emocional (*burnout*), consumo de sustancias, malestar psicológico, estudiantes del Máster en Abogacía, justicia terapéutica.

Abstract:

This study examines the relationship between emotional exhaustion (burnout), substance use and psychological distress among Master of Laws [LL.M.] Students. More specifically, the study analyses the predictive power of emotional exhaustion on affective symptoms, as well as the relationship between burnout syndrome, substance use (alcohol and drugs) and emotional distress, as assessed using indicators of symptoms of depression, anxiety and stress. The results show, with regard to the model's predictive power, that LL.M Students constitute a group that is particularly vulnerable to emotional exhaustion and psychological distress. In contrast, problematic substance use was low and made only a limited contribution to explaining psychological distress. These results are consistent with the Therapeutic Jurisprudence (TJ) approach, highlighting that psychological well-being should not merely be a purpose or aim of professional practice, but also an explicit objective of university legal education.

Keywords:

Emotional exhaustion (burnout), substance use, psychological distress, Master of Laws (LL.M.) students, therapeutic jurisprudence.

TABLE OF CONTENTS

1. Introducción 667
1.1. Objetivos específicos 668
2. Método 669
2.1. Procedimiento 669
2.2. Participantes 669
2.3. Instrumentos de medida 669
2.4. Análisis de datos 670
3. Resultados 671
3.1. Descriptivos 671
3.2. Correlaciones bivariadas 673
3.3. Análisis de regresión jerárquica 673
Depresión 673
Ansiedad 674
Estrés 674
4. Discusión 676
4.1. Implicaciones 677
4.2. Limitaciones 678
5. Conclusiones 679
Referencias 680
Anexo 687

1. INTRODUCCIÓN

La interacción entre el bienestar psicológico y la salud mental en el ámbito jurídico ha sido objeto de amplia investigación, principalmente centrada en la salud y el bienestar de los profesionales de la abogacía (p.e., LawCare 2021, International Bar Association 2021, Rosky *et al.* 2022, Gomberg 2024) y estudiantes de Derecho. La reciente revisión sistemática de Gomez y Renshaw (2026) muestra de manera consistente que los profesionales del Derecho presentan una carga desproporcionada de problemas de salud mental en comparación con la población general. Además, las consecuencias de esta situación transcienden el bienestar psicológico, al asociarse también con un deterioro significativo de la salud física.

Aunque las causas que provocan el malestar psicológico en los abogados son multifactoriales, existe una creciente preocupación por el hecho de que muchos de los factores que lo desencadenan tengan su origen durante la formación en la Facultad de Derecho (Reed *et al.* 2016). Lo que ha dado lugar a un creciente cuerpo de investigaciones sobre estudiantes de Derecho, que analizan cómo las dinámicas académicas y los procesos formativos influyen en su salud mental y bienestar psicológico (Levit y Linder 2008, Kelk *et al.* 2009, Tani y Vines 2009, Field *et al.* 2015, Soh *et al.* 2015, Strevens y Field 2020, McLafferty *et al.* 2022, Aidam y Adawudu 2024, Surtees *et al.* 2024,). En general, se puede sostener que la formación en Derecho está asociada con diversas fuentes potenciales de malestar debido a su estructura y al proceso educativo inherente a muchos de los centros que imparten esta formación (Reed *et al.* 2016). Así, numerosos estudios advierten que el estrés comienza a gestarse durante la formación universitaria, ya que la carrera de Derecho se caracteriza por una elevada competitividad, una intensa carga académica y de trabajo, y una cultura de rendimiento que puede erosionar el bienestar psicológico desde etapas tempranas (Krieger 2002, Krieger y Sheldon 2002, Sheldon y Krieger 2004, Elwork 2007, Larcombe *et al.* 2013, Reed y Bornstein 2013, Appleby y Bourke 2014). Como afirman Hum *et al.* (2025) la pedagogía jurídica promueve el análisis desapasionado de los asuntos, el pesimismo y aversión al riesgo, en un contexto competitivo con la lógica de ganar o perder, cuestiones que puede contribuir al deterioro del bienestar psicológico de los estudiantes.

Como consecuencia, los estudiantes de Derecho presentan ansiedad y depresión (Sheldon y Keiger 2004, Clarke 2015, Powell y Siller 2024, Surtees *et al.* 2024). En Estados Unidos existe evidencia sólida de que tanto los estudiantes de Derecho, al igual que los abogados, sufren tasas más elevadas de ansiedad, depresión, estrés y consumo problemático de alcohol que la población general (Rosky *et al.* 2022). En un estudio realizado con 3.300 alumnos de Derecho, Organ *et al.* (2016), encontraron que, durante las dos semanas previas a la evaluación, el 17 % había tenido sintomatología depresiva, el 37 % de ansiedad y el 43 % había practicado consumo intensivo de alcohol (*binge drinking*).

La investigación sobre esta temática se ha desarrollado principalmente en el ámbito anglosajón. En Iberoamérica todavía no se cuenta con evidencia científica suficiente. Si bien, en la línea de lo hallado en otros contextos, Peñarrieta-Bedoya *et al.* (2025) reportaron una alta prevalencia de estrés académico en estudiantes peruanos de Derecho,

acompañada de elevados niveles de fatiga crónica, dificultades de concentración y síntomas depresivos.

En España se han llevado a cabo algunos estudios sobre la situación psicoemocional de los profesionales de la abogacía (Instituto de Salud Mental de la Abogacía-Mental Health Institute of Legal Professions 2019, Herrero y Quesada 2024), con resultados que van en la misma dirección que los descritos en la literatura internacional; sin embargo, no se ha realizado ningún estudio en el contexto español que haya abordado esta problemática en estudiantes.

Con todo esto en mente, el propósito de este trabajo es examinar la relación entre el agotamiento emocional, el consumo de sustancias y el malestar psicológico en estudiantes del Máster de Acceso a la Abogacía y la Procura. Actualmente el acceso a las profesiones de la Abogacía y la Procura en España se encuentra regulado por el Real Decreto 64/2023, de 8 de febrero, que establece un cauce común para ambas profesiones. Sin embargo, este estudio se centra exclusivamente en estudiantes, futuros profesionales de la Abogacía, que han decidido dedicarse "de forma profesional al asesoramiento jurídico, a la solución de disputas y a la defensa de derechos e intereses ajenos, tanto públicos como privados, en la vía extrajudicial, judicial o arbitral" (art. 4.1 del Estatuto General de la Abogacía Española).

De manera específica se pretende analizar la capacidad predictiva del agotamiento emocional sobre la sintomatología afectiva, así como examinar la relación entre el síndrome de burnout, el consumo de sustancias (alcohol y drogas) y el malestar emocional evaluado mediante indicadores de sintomatología de depresión, ansiedad y estrés.

1.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

A un nivel más específico, el presente estudio plantea los siguientes objetivos:

1) Describir los niveles de agotamiento emocional, consumo de alcohol y consumo de drogas, depresión, ansiedad y estrés en estudiantes del máster de acceso a la abogacía y a la procura.
2) Examinar las asociaciones entre el agotamiento emocional, el consumo de alcohol y drogas y los síntomas de depresión, ansiedad y estrés.
3) Analizar el papel predictivo del agotamiento emocional sobre el consumo de alcohol y drogas así como sobre la depresión, la ansiedad y el estrés, controlando el efecto de variables sociodemográficas (edad y sexo) en el bien entendido que los modelos de regresión presentados utilizan como variables dependientes depresión, ansiedad y estrés, en tanto en cuanto alcohol y drogas se incorporan como predictores.

2. MÉTODO

2.1. PROCEDIMIENTO

La recogida de datos se realizó mediante un cuestionario en línea administrado a través de Microsoft Forms entre octubre de 2024 y octubre de 2025. La participación fue voluntaria y no se ofreció ningún tipo de compensación por responder al cuestionario.

2.2. PARTICIPANTES

La muestra estuvo compuesta por 325 estudiantes del Máster universitario de Acceso a la Abogacía y la Procura, procedentes de 15 universidades del total de las 17 comunidades autónomas de España. Del total de participantes, 118 eran hombres (36.3%) y 207 mujeres (63.7%), con edades comprendidas entre los 21 y los 50 años (M = 25.14, DE = 6.03).

2.3. INSTRUMENTOS DE MEDIDA

Para la medida de las variables empleadas en el estudio se utilizaron las siguientes herramientas psicométricas:

a) Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI-SS, Maslach *et al.* 1996, Schaufeli *et al.* 1996, Schaufeli, Martínez *et al.* 2002, Schaufeli, Salanova *et al.* 2002). Este instrumento es una adaptación del Maslach Burnout Inventory (MBI) para su uso en poblaciones estudiantiles y se emplea ampliamente para evaluar el burnout académico. En el presente estudio únicamente se utilizó la dimensión de Agotamiento Emocional. Esta subescala incluye ítems que evalúan sentimientos de fatiga y agotamiento emocional relacionados con las exigencias académicas (p. ej.: "Estoy cansado/a cuando me levanto por la mañana y tengo que afrontar otro día de trabajo", referido a la titulación que estaban cursando en el momento de la evaluación). Las respuestas se valoran mediante una escala Likert de 7 puntos que va de 0 ("Nunca") a 6 ("Siempre"). Las puntuaciones se calculan como la media de los ítems que componen la dimensión.

b) Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT; Organización Mundial de la Salud 2001). El AUDIT es un instrumento de 10 ítems desarrollado por la Organización Mundial de la Salud para evaluar el consumo de alcohol y los problemas relacionados con dicho consumo. Los ítems se puntúan mediante una escala tipo Likert (0-4) con formatos de respuesta variables (p. ej., "¿Con qué frecuencia en el último año no fue capaz de dejar de beber una vez que había empezado?"). La puntuación total oscila entre 0 y 40, donde puntuaciones más altas implican un mayor consumo de riesgo, un consumo perjudicial e incluso una posible dependencia alcohólica.

c) Drug Abuse Screening Test - 10 ítems (DAST-10, Pérez *et al.* 2010; Skinner 1982, 2019). Se trata de un instrumento autoinformado de 10 ítems diseñado para evaluar los problemas relacionados con el consumo de drogas (excluyendo alcohol y tabaco). Los ítems se responden en formato dicotómico –Sí/No– (p. ej.: "¿Ha utilizado medicamentos distintos de los necesarios por motivos médicos?". Las puntuaciones totales oscilan entre 0 y 10,

reflejando las puntuaciones más altas una mayor gravedad de los problemas relacionados con el consumo de drogas.

d) Depression Anxiety Stress Scales - 21 ítems (DASS-21, Daza *et al.* 2002; Lovibond y Lovibond 1995). Este instrumento está compuesto por 21 ítems distribuidos en tres subescalas. Mide síntomas de depresión (p. ej.: "No he podido sentir ninguna emoción positiva"), ansiedad (p. ej.: "He sentido que estaba al borde del pánico") y estrés (p. ej.: "Me ha costado mucho descargar la tensión"). Cada ítem se valora mediante una escala Likert de 4 puntos que va de 0 ("Nunca") a 3 ("Casi siempre"), obteniéndose un rango teórico de puntuación de 0 a 42 por subescala tras multiplicar por dos las puntuaciones sumadas, con el fin de garantizar la comparabilidad con la versión original del DASS-42. Las puntuaciones más altas indican una mayor gravedad de los síntomas en cada dimensión.

Todas las variables se operacionalizaron como puntuaciones dimensionales autoinformadas derivadas de instrumentos validados y no constituyen diagnósticos clínicos. Para los análisis estadísticos se utilizaron las puntuaciones directas sumadas; cualquier transformación de las puntuaciones descrita anteriormente se aplicó únicamente con fines normativos o interpretativos.

2.4. ANÁLISIS DE DATOS

Los análisis estadísticos se llevaron a cabo mediante el software IBM SPSS Statistics, versión 29.0.1.0 (171). Una vez depurada la base de datos, se calcularon estadísticos descriptivos para todas las variables del estudio, incluyendo media, desviación típica y rango de las puntuaciones. Se examinó también la distribución de las variables mediante los índices de asimetría y curtosis, con el fin de evaluar la distribución de las variables y su aproximación a la normalidad. Además, se calcularon las frecuencias y porcentajes de los participantes en cada una de las categorías establecidas por los puntos de corte de los instrumentos, con el objetivo de estimar la distribución de la sintomatología en la muestra. Posteriormente, se analizaron las asociaciones entre las variables principales mediante el coeficiente de correlación de Pearson y se realizaron análisis de regresión lineal múltiple jerárquica examinando el papel predictivo del agotamiento emocional sobre los síntomas de la depresión, la ansiedad y el estrés, controlando el efecto de la edad, el sexo y el consumo de alcohol y drogas. En el primer paso se introdujeron las variables sociodemográficas (edad y sexo); en el segundo, se incorporaron el agotamiento emocional, el consumo de alcohol y el consumo de drogas. Se calcularon los coeficientes estandarizados (β), el coeficiente de determinación ajustado (R^2 ajustado) y los niveles de significación estadística. Asimismo, se comprobaron los supuestos del modelo de regresión, incluyendo linealidad, independencia de los errores, homocedasticidad, normalidad de los residuos, ausencia de multicolinealidad y la presencia de valores atípicos influyentes, examinados mediante residuos estandarizados y la distancia de Cook. La consistencia interna de los instrumentos utilizados se evaluó mediante el coeficiente alfa de Cronbach (α).

3. RESULTADOS

3.1. DESCRIPTIVOS

Tal y como se muestra en la Tabla 1, la mayoría de las variables cuentan con valores de asimetría y curtosis dentro de rangos aceptables (aproximadamente ±2). El consumo de alcohol (AUDIT) presenta una asimetría positiva relativamente elevada (1.44) y una curtosis superior a 2 (2.81), sugiriendo una distribución moderadamente sesgada hacia valores bajos. Por su parte, el consumo de drogas (DAST-10) muestra valores muy elevados de asimetría (3.49) y curtosis (16.25), indicativos de una distribución altamente sesgada y leptocúrtica, con una fuerte concentración de puntuaciones en el valor mínimo. No obstante, dado el tamaño muestral (N = 325), los análisis paramétricos se consideran suficientemente robustos ante desviaciones moderadas de la normalidad.

En cuanto a la fiabilidad, la baja consistencia interna de la DAST-10 (α = 0.56) podría estar relacionada con la escasa variabilidad observada en la muestra, probablemente debido a la elevada proporción de participantes sin consumo de drogas, lo que reduce la covariación entre los ítems. El resto de las escalas y subescalas cuentan con coeficientes de consistencia interna adecuados o excelentes (α entre 0.78 y 0.90).

TABLA 1

Variable	Media	*DE*	Rango	Asimetría	Kurtosis	α
MBI-SS (EMO)	15.40	7.284	0 – 30	-0.016	-0.713	0.903
AUDIT (ALC)	5.70	4.876	0 – 26	1.440	2.810	0.779
DAST-10 (DRU)	0.39	0.867	0 – 7	3.489	16.251	0.564
DASS-21 (DEP)	5.11	4.256	0 – 20	1.152	1.273	0.902
DASS-21 (ANX)	4.60	3.732	0 – 19	1.002	0.971	0.847
DASS-21 (STR)	7.00	4.359	0 – 19	0.411	-0.121	0.888

Tabla 1. Estadísticos descriptivos y fiabilidad de las escalas y subescalas utilizadas en el estudio. (* N = 325. EMO = agotamiento emocional; ALC = consumo de alcohol; DRU = consumo de drogas; DEP = sintomatología depresiva; ANX = sintomatología ansiosa; STR = sintomatología relacionada con el estrés; *DE* = desviación estándar; α = α de Cronbach.)

La Tabla 2 presenta la distribución de los niveles de gravedad para las diferentes medidas. En lo que respecta a la distribución de las puntuaciones en agotamiento emocional, se utilizaron como referencia, como criterio ampliamente admitido, los puntos de corte de Bresó et al. (2006) para población trabajadora. Bajo este criterio, se observó un desplazamiento de las puntuaciones hacia niveles altos. Así, más de la mitad de la muestra (54.4%) se situó en las categorías "Alta" o "Muy Alta", mientras que sólo un 13.2% presentó niveles bajos o muy bajos. Los niveles intermedios representaron aproximadamente un tercio de los participantes. En contraste, el consumo de alcohol se concentró mayoritariamente en el rango de bajo riesgo (72.3%), si bien cerca de un tercio de la muestra (27.7%) reportó un grado mayor de consumo, incluyendo un 24% en el nivel medio y un 3.7% en niveles de alto riesgo o probable dependencia. De forma similar, la mayoría de los participantes (73.8%) no presentó problemas relacionados con el consumo de drogas, un 22.8% se situó en niveles leves y únicamente un 3.4% en niveles de gravedad moderada o superior.

TABLA 2

MBI-SS (agotamiento emocional)	RN	*n*	%
Muy bajo	< 0.4	12	3.7
Bajo	0.5 – 1.2	31	9.5
Medio (bajo)	1.3 – 2	39	12.0
Medio (alto)	2.1 – 2.8	66	20.3
Alto	2.9 – 4.5	119	36.6
Muy alto	> 4.5	58	17.8
AUDIT (consumo de alcohol)	**RN**	***n***	**%**
Riesgo bajo	0 – 7	235	72.3
Riesgo moderado	8 – 15	78	24
Riesgo alto	16 – 19	3	0.9
Adicción probable	20 – 40	9	2.8
DAST-10 (consumo de drogas)	**RN**	***n***	**%**
No hay problema	0	240	73.8
Nivel Bajo	1 – 2	74	22.8
Nivel moderado	3 – 5	10	3.1
Nivel sustancial	6 – 8	1	0.3
Nivel severo	9 – 10	0	0

Tabla 2. Distribución de los niveles de severidad para agotamiento emocional (MBI-SS), consumo de alcohol (AUDIT), y consumo de drogas (DAST-10).
(* N = 325. RN = rango normativo. Las puntuaciones de Agotamiento Emocional se calcularon como la media de los cinco ítems correspondientes y se clasificaron de acuerdo con los rangos normativos propuestos por Bresó *et al.* (2006). Las puntuaciones del AUDIT y del DAST-10 se obtuvieron sumando los ítems correspondientes de cada instrumento. Las puntuaciones del AUDIT se categorizaron según las directrices de la OMS (2001), mientras que las del DAST-10 se clasificaron en niveles ordinales de gravedad siguiendo a Skinner (2019).)

En cuanto a la distribución de los niveles de sintomatología emocional (véase Tabla 3), aproximadamente la mitad de la muestra alcanzó puntuaciones superiores al rango normal en depresión (47.9%) y ansiedad (54.1%), mientras que en estrés este porcentaje fue del 40.4%. En términos de gravedad, la ansiedad mostró la mayor proporción de casos en niveles moderados o superiores (43.3%), seguida de la depresión (31.0%) y el estrés (26.2%).

TABLA 3

DASS-21	Depresión			Ansiedad			Estrés		
	Rango	*n*	%	Rango	*n*	%	Rango	*n*	%
Normal	0 – 9	169	52.0	0 – 7	149	45.8	0 – 14	194	59.7
Leve	10 – 13	55	16.9	8 – 9	35	10.8	15 – 18	46	14.2
Moderado	14 – 20	67	20.6	10 – 14	81	24.9	19 – 25	48	14.8
Grave	21 – 27	16	4.9	15 – 19	28	8.6	26 – 33	26	8.0
Extremadamente grave	> 27	18	5.5	> 19	32	9.8	> 33	11	3.4

Tabla 3. Distribución de los niveles de gravedad de la depresión, la ansiedad y el estrés (DASS-21).
(* N = 325. Las puntuaciones de cada participante en las subescalas se obtuvieron sumando las puntuaciones de los ítems correspondientes a cada una de las tres subescalas y multiplicando posteriormente esa suma por dos. Los puntos de corte aplicados fueron los recomendados por los autores (Lovibond y Lovibond 1995).)

Los resultados indican un elevado porcentaje de agotamiento emocional en las categorías de mayor gravedad. Respecto al consumo de alcohol, predominó un patrón de bajo riesgo, aunque aproximadamente una cuarta parte de los participantes presentó niveles de riesgo medio, mientras que, por el contrario, la prevalencia de consumo problemático de drogas fue muy baja en la muestra. Finalmente, se encontró una presencia considerable de sintomatología emocional, especialmente en lo que se refiere a la ansiedad, que registró la mayor proporción de casos en niveles moderados o superiores, seguida de la depresión y el estrés. En conjunto, el perfil de la muestra sugiere una reducida presencia de consumo problemático, pero niveles considerables de agotamiento y malestar emocional.

3.2. CORRELACIONES BIVARIADAS

Los análisis de correlación de Pearson (Tabla 4) arrojaron asociaciones positivas y estadísticamente significativas entre el agotamiento emocional y las tres dimensiones de la DASS-21, con magnitudes moderadas (r = 0.481 - 0.585), siendo la más elevada la correspondiente al estrés. Por otra parte, las subescalas de la DASS-21 presentaron intercorrelaciones altas entre sí (r = 0.685 - 0.747), superiores a las observadas entre estas y el agotamiento emocional. En cuanto al consumo de sustancias, las asociaciones con el malestar psicológico y el agotamiento emocional fueron de magnitud baja a moderada, destacando la correlación entre consumo de alcohol y drogas (r = 0.363, p < 0.01).

TABLA 4

Variable	MBI-SS (EMO)	AUDIT (ALC)	DAST-10 (DRU)	DASS-21 (DEP)	DASS-21 (ANX)
AUDIT (ALC)	0.117*				
DAST-10 (DRU)	0.177*	0.363**			
DASS-21 (DEP)	0.519**	0.172**	0.318**		
DASS-21 (ANX)	0.481**	0.204**	0.215**	0.685**	
DASS-21 (STR)	0.585**	0.173**	0.227**	0.723**	0.747**

Tabla 4. Coeficientes de correlación (r de Pearson) entre las escalas y subescalas utilizadas en el estudio.
(* N = 325. EMO = agotamiento emocional; ALC = consumo de alcohol; DRU = consumo de drogas; DEP = sintomatología depresiva; ANX = sintomatología ansiosa; STR = síntomas relacionados con el estrés. *p < 0.05; **p < 0.01.)

3.3. ANÁLISIS DE REGRESIÓN JERÁRQUICA

Se realizaron análisis de regresión lineal múltiple jerárquica con el objetivo de examinar el papel predictivo del agotamiento emocional sobre los síntomas de depresión, ansiedad y estrés, controlando el efecto de la edad, el sexo y el consumo de alcohol y drogas (véase Tabla 5).

Depresión

En lo que respecta a la predicción de la sintomatología depresiva, en el primer paso, la edad y el sexo no explicaron de forma significativa la varianza, R^2 = 0.02, $F(2, 322)$ = 2.72, p = 0.067. La incorporación del agotamiento emocional y de las variables de consumo en el segundo paso produjo un incremento significativo en la varianza explicada (ΔR^2 = 0.31,

$\Delta F(3, 319) = 48.43$, $p < 0.001$). El modelo final resultó estadísticamente significativo, $F(5, 319) = 30.63$, $p < 0.001$, explicando el 31.4% de la varianza (R^2 ajustado = 0.31).

En este modelo, el agotamiento emocional presentó el mayor peso estandarizado ($\beta = 0.47$, $p < 0.001$), seguido del consumo de drogas ($\beta = 0.23$, $p < 0.001$). El consumo de alcohol, la edad y el sexo no mostraron efectos significativos.

Ansiedad

En el caso de la ansiedad, el primer paso fue significativo, explicando el 4.4% de la varianza, $R^2 = 0.04$, $F(2, 322) = 7.49$, $p < 0.001$. La inclusión del agotamiento emocional y del consumo de sustancias en el segundo paso incrementó significativamente la varianza explicada ($\Delta R^2 = 0.24$, $\Delta F(3, 319) = 36.40$, $p < 0.001$). El modelo final fue significativo, $F(5, 319) = 25.83$, $p < 0.001$, explicando el 27.7% de la varianza (R^2 ajustado = 0.28).

De nuevo, el efecto del agotamiento emocional fue significativo ($\beta = 0.42$, $p < 0.001$). Asimismo, el sexo ($\beta = 0.17$, $p < 0.01$) mostró un efecto significativo, observándose mayores niveles de ansiedad en mujeres que en hombres. También resultaron significativos el consumo de alcohol ($\beta = 0.12$, $p < 0.05$) y el consumo de drogas ($\beta = 0.13$, $p < 0.05$), mientras que la edad no alcanzó significación estadística.

Estrés

Respecto al estrés, el primer paso explicó el 3.7% de la varianza, $R^2 = 0.04$, $F(2, 322) = 6.18$, $p = 0.002$. La incorporación del agotamiento emocional y de las variables de consumo en el segundo paso produjo un incremento significativo en la varianza explicada ($\Delta R^2 = 0.34$, $\Delta F(3, 319) = 57.07$, $p < 0.001$). El modelo final fue estadísticamente significativo, $F(5, 319) = 38.00$, $p < 0.001$, explicando el 36.3% de la varianza (R^2 ajustado = 0.36).

El agotamiento emocional fue el predictor de mayor magnitud ($\beta = 0.54$, $p < 0.001$). El consumo de drogas ($\beta = 0.13$, $p < 0.01$) y el sexo ($\beta = 0.10$, $p < 0.05$) también mostraron efectos significativos, indicando mayores niveles de estrés en mujeres que en hombres. En este caso, el consumo de alcohol y la edad no resultaron significativos.

TABLA 5

Variable	Depresión			Ansiedad			Estrés		
	B	***EE***	***β***	***B***	***EE***	***β***	***B***	***EE***	***β***
Edad	-0.020	0.030	-0.033	-0.014	0.027	-0.026	-0.022	0.030	-0.035
Sexo	0.083	0.429	0.009	1.280	0.386	0.165**	0.919	0.423	0.102*
R^2		0.017			0.044			0.037	
R^2 *Ajustado*		0.011			0.039			0.031	
EMO	0.273	0.028	0.468***	0.216	0.025	0.422***	0.321	0.028	0.537***
ALC	0.026	0.044	0.030	0.094	0.040	0.122*	0.062	0.044	0.070
DRO	1.115	0.252	0.227***	0.578	0.227	0.134*	0.654	0.249	0.130**
R^2	0.324			0.288			0.373		
R^2 *Ajustado*	0.314			0.277			0.363		
ΔR^2	0.308			0.244			0.336		

Tabla 5. Análisis de regresión jerárquica para predecir los síntomas de depresión, ansiedad y estrés (modelos finales).
(* N = 325. EMO = agotamiento emocional; ALC = consumo de alcohol; DRO = consumo de drogas; B = coeficiente no estandarizado; EE = error estándar; β = coeficiente estandarizado; R^2 = coeficiente de determinación; R^2 ajustado = coeficiente de determinación ajustado; ΔR^2 = cambio en el R^2 entre el Paso 1 (edad y sexo) y el Paso 2 (agotamiento emocional, consumo de alcohol y consumo de drogas). *p < 0.05; **p < 0.01; ***p < 0.001.)

Aunque el agotamiento emocional fue el predictor más consistente y de mayor magnitud en los tres modelos, el porcentaje de varianza explicada fue mayor en el modelo correspondiente al estrés. De las principales variables sociodemográficas que se incluyeron en la regresión (edad y sexo) únicamente el sexo actuó como predictor significativo de la ansiedad y el estrés, obteniendo puntuaciones más elevadas de sintomatología en el caso de las mujeres. Por otra parte, el consumo de drogas fue un predictor significativo en los tres modelos, a diferencia del consumo de alcohol, que cuenta con un efecto pequeño y únicamente significativo en ansiedad.

Los supuestos de linealidad, independencia de los errores (Durbin-Watson entre 1.76 y 1.99), homocedasticidad y normalidad de los residuos fueron examinados mediante el análisis de gráficos de residuos y estadísticos diagnósticos, no observándose violaciones relevantes. Asimismo, los índices de colinealidad indicaron ausencia de multicolinealidad (VIF < 1.30).

Para evaluar la robustez del efecto del agotamiento emocional se estimaron modelos alternativos excluyendo las variables de consumo de alcohol y drogas (véase Anexo A, Tabla 6). En el caso de la depresión, el modelo que incluía únicamente edad, sexo y agotamiento emocional fue estadísticamente significativo, $F(3, 321) = 40.11$, $p < 0.001$, explicando el 27.3% de la varianza (R^2 ajustado = 0.27). En comparación con el modelo completo ($R^2 = 0.32$), la varianza explicada se redujo en aproximadamente cinco puntos porcentuales. Para la ansiedad, el modelo sin variables de consumo resultó igualmente significativo, $F(3, 321) = 35.26$, $p < 0.001$, con un 24.8% de varianza explicada (R^2 ajustado = 0.24), lo que supone una reducción moderada respecto al modelo completo ($R^2 = 0.29$). Por último, en el caso del estrés, el modelo fue también significativo, $F(3, 321) = 57.09$, $p < 0.001$, explicando el 34.8% de la varianza (R^2 ajustado = 0.34), lo que representa una disminución limitada en comparación con el modelo que incluía las variables de consumo ($R^2 = 0.373$). En todos los casos, el agotamiento emocional se mantuvo como un predictor significativo y de magnitud elevada, indicando que su asociación con la sintomatología afectiva persiste incluso al excluir el consumo de sustancias de la ecuación de regresión.

4. DISCUSIÓN

El principal hallazgo del presente estudio es la elevada representación de estudiantes del Máster de Abogacía con altos niveles de agotamiento emocional y malestar psicológico, que se estiman superiores a los descritos en población universitaria general. Estos resultados son consistentes con investigaciones previas que identifican la formación jurídica como un periodo de elevada demanda psicológica y riesgo de burnout académico (Sheldon y Kreiger 2004, Levit y Linder 2008, Tani y Vines 2009, Larcombe *et al.* 2013, Appleby y Bourke 2014, Field *et al.* 2015, Soh *et al.* 2015, Thornton 2016, Strevens y Field 2020, McLafferty *et al.* 2022, Aidam y Adawudu 2024, Mason 2024, Surtees *et al.* 2024). En conjunto, estos hallazgos sugieren que las elevadas exigencias académicas y emocionales del Máster, unidas a la incertidumbre propia de la transición al ejercicio profesional y a la cultura de alto rendimiento característica del ámbito jurídico, pueden comprometer el bienestar psicológico de los estudiantes (Gomez y Renshaw 2026).

En contraste, el uso problemático de sustancias fue poco frecuente, lo que difiere de lo descrito en estudios previos (Buick 2000, Murdoch 2004, Leignel *et al.* 2014, Organ *et al.* 2016, Reed *et al.* 2016, Koltai *et al.* 2018, Bogowicz *et al.* 2018, Gupta *et al.* 2019, Wyler *et al.* 2022). El alcohol mostró un patrón de consumo de bajo riesgo y el uso de otras drogas fue excepcional. Asimismo, las asociaciones entre el consumo de sustancias y el malestar psicológico fueron, en términos generales, de magnitud baja o moderada, lo que sugiere que este último parece depender principalmente de factores vinculados al contexto formativo más que de conductas de consumo. No obstante, aunque los tamaños del efecto fueron reducidos (β = 0.13–0.23), el consumo de drogas constituyó un predictor significativo de la depresión, la ansiedad y el estrés, lo que indica que, cuando está presente, puede actuar como un factor adicional de vulnerabilidad psicológica. Por su parte, el consumo de alcohol únicamente predijo la ansiedad (β = 0.12), resultado que podría reflejar un uso orientado a la regulación emocional o, alternativamente, un patrón asociado a contextos sociales. En cualquier caso, dada la naturaleza transversal del estudio, estas interpretaciones deberán ser contrastadas mediante investigaciones longitudinales.

En cuanto al malestar psicológico, la ansiedad fue la dimensión más frecuente, con más de la mitad de los estudiantes (54.1%) situados por encima del rango normal y un 43.3% en niveles moderados o superiores. Este resultado coincide con la literatura que identifica la ansiedad como la respuesta emocional predominante en contextos caracterizados por la evaluación continuada, la presión por el rendimiento y las elevadas expectativas profesionales (Geok Choo *et al.* 2008, Krill *et al.* 2016). Aunque la depresión y el estrés también mostraron una presencia considerable, su magnitud fue ligeramente inferior.

Las correlaciones evidenciaron asociaciones moderadas entre el agotamiento emocional y las tres dimensiones del malestar psicológico, siendo la relación con el estrés la de mayor intensidad. Asimismo, las elevadas intercorrelaciones entre depresión, ansiedad y estrés apuntan a un núcleo compartido de afectividad negativa, en consonancia con el modelo tripartito de Clark y Watson (1991). Los análisis de regresión jerárquica reforzaron esta interpretación al mostrar que el agotamiento emocional fue el predictor más sólido y consistente de la depresión, la ansiedad y el estrés, incluso tras controlar el efecto de la edad, el sexo y el consumo de sustancias. Aunque el diseño transversal impide establecer relaciones causales, estos resultados sugieren que el agotamiento emocional constituye el principal factor asociado al malestar psicológico durante esta etapa formativa. Además, las

mujeres presentaron niveles significativamente superiores de ansiedad y estrés, en línea con investigaciones previas realizadas en población universitaria y jurídica (Serrano *et al.* 2026), con lo que se aprecia la conveniencia de incorporar la perspectiva de género en las estrategias de prevención e intervención.

Más allá de sus implicaciones clínicas y educativas, los resultados obtenidos invitan a reconsiderar el modo en que se concibe la formación jurídica desde una perspectiva orientada al bienestar. En este sentido, la justicia terapéutica (*therapeutic jurisprudence*, TJ), entendida como el enfoque que analiza el impacto de las normas, los procedimientos y la actuación de los operadores jurídicos sobre el bienestar psicológico de las personas (Wexler 1990, Bueno Ochoa 2023a, 2023b, Fariña y Oyhamburu 2025), ofrece un marco conceptual especialmente adecuado para interpretar estos hallazgos. La elevada representación de estudiantes con agotamiento emocional y sintomatología ansiosa, depresiva y de estrés revela que la promoción del bienestar no debería iniciarse únicamente con el ejercicio profesional, sino desde las primeras etapas de la formación universitaria.

Aunque tradicionalmente este paradigma se ha aplicado al funcionamiento de la Administración de Justicia y a la relación entre operadores jurídicos y ciudadanía, resulta igualmente necesario incorporar sus principios en la enseñanza y la investigación del Derecho, además de en la práctica jurídica (Perlin y Lynch 2015). Entre dichos principios destacan la promoción del bienestar, la salud psicológica, la dignidad y la compasión (Yamada 2021), así como la ética del cuidado (Bulgado-Benavides *et al.* 2024, Fariña *et al.* 2024). En este contexto, la orientación de la TJ en la docencia del Derecho podría constituir una herramienta eficaz para prevenir o mitigar estos problemas, situando el bienestar psicológico como un objetivo explícito de la formación jurídica universitaria.

En consonancia con esta perspectiva, el Máster de Abogacía constituye un espacio estratégico para incorporar medidas dirigidas al autocuidado, la regulación emocional, la conciliación y el desarrollo de una cultura académica compatible con la salud mental. Asimismo, el reconocimiento del derecho a la conciliación en la Ley Orgánica 5/2024, de Derecho de Defensa, junto con las iniciativas promovidas por el Consejo General de la Abogacía Española, reflejan un cambio institucional alineado con esta concepción. En línea con las propuestas recientes de la literatura (Fariña *et al.* 2024, Collier 2025, Gomez y Renshaw 2026), la excelencia académica y el bienestar psicológico deben entenderse como dimensiones complementarias de una formación jurídica de calidad, capaz de preparar profesionales competentes, resilientes y comprometidos con una práctica de la abogacía ética y psicológicamente sostenible.

4.1. IMPLICACIONES

Los hallazgos de este estudio tienen importantes implicaciones para las instituciones de educación superior responsables de la formación jurídica. En primer lugar, dado que el agotamiento emocional fue el predictor más consistente de la depresión, la ansiedad y el estrés, resulta prioritario desarrollar estrategias institucionales dirigidas a la prevención del burnout académico. Estas actuaciones deberían contemplar la detección temprana de estudiantes en riesgo, el entrenamiento en habilidades de regulación emocional y afrontamiento del estrés, así como la promoción de hábitos saludables relacionados con la organización del estudio, el descanso y el equilibrio entre las demandas académicas y la vida personal.

En segundo lugar, los resultados muestran la necesidad de promover un clima académico más saludable. Además de las intervenciones centradas en el estudiante, resulta conveniente actuar sobre los factores organizacionales y curriculares que pueden contribuir al desgaste emocional, favoreciendo relaciones docentes basadas en el apoyo, el respeto y el acompañamiento, reduciendo dinámicas excesivamente competitivas y promoviendo modelos de éxito profesional compatibles con el bienestar psicológico, en la línea de lo que la TJ promueve.

Asimismo, el elevado porcentaje de estudiantes con niveles altos de agotamiento emocional sugiere la conveniencia de revisar la organización académica del Máster desde una perspectiva preventiva. En este sentido, una planificación más equilibrada de la carga docente, una distribución más racional de las actividades evaluativas y una mayor flexibilidad curricular, especialmente para estudiantes que compatibilizan los estudios con actividad laboral o responsabilidades familiares, podrían contribuir a disminuir la sobrecarga percibida y favorecer un mejor ajuste entre las demandas académicas y los recursos personales.

Las prácticas externas constituyen otro ámbito de intervención prioritario. La incorporación a despachos e instituciones jurídicas suele implicar la exposición a elevadas exigencias laborales, incertidumbre respecto al desempeño profesional y contextos altamente competitivos, factores potencialmente estresantes para estudiantes en formación. Por ello, sería recomendable reforzar los sistemas de supervisión académica mediante reuniones periódicas de seguimiento, una definición clara de las responsabilidades y cargas de trabajo, espacios seguros para abordar las dificultades surgidas durante las prácticas y procedimientos de evaluación orientados prioritariamente al aprendizaje y al desarrollo competencial.

Por otra parte, aunque la prevalencia del consumo problemático de sustancias fue baja, la elevada frecuencia de síntomas de ansiedad, depresión y estrés justifica el fortalecimiento de los servicios universitarios de apoyo psicológico. Garantizar una atención accesible, gratuita o de bajo coste, con tiempos de espera reducidos y acompañada de campañas dirigidas a normalizar la búsqueda de ayuda profesional, puede favorecer la detección e intervención tempranas sobre los problemas de salud mental en este colectivo.

Finalmente, las diferencias observadas en función del sexo corroboran la conveniencia de incorporar la perspectiva de género en el diseño de las intervenciones preventivas. La mayor vulnerabilidad de las mujeres a la ansiedad y al estrés sugiere la necesidad de desarrollar programas específicos de apoyo psicológico y mentoría que tengan en cuenta las presiones diferenciales que pueden experimentar durante su formación y en el acceso a la profesión jurídica.

4.2. LIMITACIONES

La interpretación de los resultados debe realizarse teniendo en cuenta varias limitaciones del presente estudio. En primer lugar, el diseño transversal impide establecer relaciones causales entre el agotamiento emocional y la sintomatología de depresión, ansiedad y estrés. Aunque los análisis de regresión permiten identificar asociaciones predictivas, no es posible determinar la dirección temporal de estas relaciones ni descartar la existencia de influencias recíprocas entre las variables. En este sentido, futuros estudios longitudinales

permitirían analizar la evolución del malestar psicológico a lo largo del Máster de Abogacía y esclarecer los mecanismos implicados en su desarrollo.

En segundo lugar, todas las variables fueron evaluadas mediante instrumentos de autoinforme, lo que puede introducir sesgos asociados a la varianza común del método, la deseabilidad social o los errores de recuerdo. En consecuencia, las asociaciones observadas podrían estar parcialmente influidas por este procedimiento de evaluación. La incorporación de medidas complementarias, como entrevistas clínicas, evaluaciones observacionales o indicadores fisiológicos del estrés, contribuiría a reforzar la validez de los hallazgos.

Asimismo, el empleo de un muestreo no probabilístico limita la representatividad de la muestra y, por tanto, la generalización de los resultados a la población de estudiantes del Máster de Abogacía. Aunque la muestra incluyó estudiantes procedentes de un amplio número de universidades y de 15 comunidades autónomas españolas, la ausencia de un procedimiento de selección aleatoria aconseja interpretar los hallazgos con cautela. En este sentido, futuras investigaciones deberían recurrir a estrategias de muestreo probabilístico que permitan reforzar la representatividad de la muestra y la validez externa de las conclusiones.

Corresponde señalar que, de cara a futuras líneas de investigación, la regulación de este tipo de enseñanzas (Máster profesionalizante de carácter obligatorio) se caracterizan por menor satisfacción académica, elevada presión para la inserción laboral, transición inmediata entre grado y ejercicio profesional, lo que puede influir en el bienestar de los y las estudiantes. Esta circunstancia, en línea con Figuera Gazo *et al.* (2018), viene a corroborar la necesidad de incidir en los resultados que presentan estudios como el presente.

Por último, aunque los análisis controlaron variables sociodemográficas básicas y el consumo de sustancias, no se incluyeron otros factores potencialmente relevantes, como los rasgos de personalidad, el apoyo social, las estrategias de afrontamiento, la resiliencia o la exposición a acontecimientos vitales estresantes. La incorporación de estas variables permitiría desarrollar modelos explicativos más completos sobre los factores que contribuyen al agotamiento emocional y al malestar psicológico en los estudiantes de Derecho.

5. CONCLUSIONES

Los resultados del presente estudio vienen a demostrar, aun cuando el muestreo utilizado no sea probabilístico, que los estudiantes del Máster de Abogacía constituyen un colectivo especialmente vulnerable al agotamiento emocional y al malestar psicológico. La elevada presencia de sintomatología ansiosa, depresiva y de estrés, junto con el papel central del agotamiento emocional como principal predictor de estas dimensiones, sugiere que esta etapa formativa representa un periodo de especial riesgo para la salud mental. En contraste, el consumo problemático de sustancias fue reducido y mostró una contribución limitada a la explicación del malestar psicológico, lo que indica que este parece estar asociado, principalmente (aun cuando, en puridad, tendría que ser objeto de futuras investigaciones), a las exigencias académicas y emocionales inherentes a la formación jurídica.

Estos hallazgos subrayan la necesidad de incorporar la promoción del bienestar psicológico como un objetivo prioritario de la formación de los futuros profesionales del Derecho. En este sentido, resulta especialmente relevante impulsar estrategias institucionales orientadas a prevenir el agotamiento emocional, favorecer el autocuidado, promover la conciliación y atender las diferencias de género, dado que las mujeres presentaron mayores niveles de ansiedad y estrés. La adquisición de competencias técnicas debería complementarse con el desarrollo de competencias personales y relacionales que permitan afrontar el ejercicio profesional de forma saludable y sostenible.

Desde una perspectiva más amplia, los resultados son coherentes con el enfoque de la Justicia Terapéutica, al poner de relieve que el bienestar psicológico no debería constituir únicamente una preocupación del ejercicio profesional, sino también un objetivo explícito de la formación jurídica universitaria. En este contexto, el reconocimiento del derecho a la conciliación en la Ley Orgánica 5/2024, de Derecho de Defensa, así como las iniciativas promovidas por el Consejo General de la Abogacía Española, reflejan un cambio institucional alineado con esta concepción. En consonancia con las propuestas recientes de la literatura (Fariña *et al.* 2024, Collier 2025, Gomez y Renshaw 2026), la excelencia académica y el bienestar psicológico deben entenderse como dimensiones complementarias de una formación jurídica de calidad, capaz de preparar profesionales competentes, resilientes y comprometidos con una práctica de la abogacía ética y psicológicamente sostenible.

Referencias

Aidam, K., y Adawudu, E. A., 2024, Substance use among lawyers and law students: A scoping review. *European Journal of Mental Health* [en línea], *19*, e0033, 1–15. Disponible en: https://doi.org/10.5708/EJMH.19.2024.0033

Appleby, M., y Bourke, J., 2014, Promoting law student mental health literacy and wellbeing: a case study from the College of Law Australia. *International Journal of Clinical Legal Education* [en línea], *20*(1), 461–498. Disponible en: https://doi.org/10.19164/ijcle.v20i1.18

Bogowicz, P., *et al.*, 2018. Alcohol and other substance use among medical and law students at a UK university: a cross-sectional questionnaire survey. *Postgraduate Medical Journal* [en línea], *94*(1109), 131–136. Disponible en: https://doi.org/10.1136/postgradmedj-2017-135136

Bresó, E., Salanova, M., y Schaufeli, W., 2006, *Síndrome de estar quemado por el trabajo "Burnout" (III): Instrumento de medición (NTP 732)* [en línea]. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. Disponible en: https://www.insst.es/documentacion/colecciones-tecnicas/ntp-notas-tecnicas-de-prevencion/21-serie-ntp-numeros-716-a-750-ano-2006/ntp-732-sindrome-de-estar-quemado-por-el-trabajo-burnout-iii-instrumento-de-medicion

Bueno Ochoa, L., 2023a. Una revisión bibliográfica y jurisprudencial de la Justicia Terapéutica como nuevo paradigma iuspsicológico. *Anales de la Cátedra*

Francisco Suárez [en línea]*, 57,* 145-169. Disponible en: https://doi.org/10.30827/acfs.v57i.23978

Bueno Ochoa, L., 2023b. La Justicia Terapéutica entre las adaptaciones y los ajustes de los procedimientos en los que participan personas con discapacidad. *Revista Iberoamericana de Justicia Terapéutica* [en línea]*,* 7, IJ-IV-CMXLV-156. Disponible en: https://ar.ijeditores.com/pop.php?option=articulo&Hash=4cd48c080d484e4412abcd21d3a8d2ac

Buick, W. P., 2000. *Stress and substance abuse among law students* [en línea]. Tesis Doctoral University of Connecticut. Disponible en: https://www.proquest.com/docview/304597465

Bulgado-Benavides, D., López-Roel, S., y Fariña, F., 2024, El estrés, el bienestar de las personas y la ética del cuidado en el ámbito legal. *Revista Iberoamericana de Justicia Terapéutica* [en línea], 9, IJ-V-DCCCLXVI-199. Disponible en: https://ar.ijeditores.com/pop.php?option=articulo&Hash=f8acebef5d9ed3ef93633bc74cacd66a

Clark, L. A., y Watson, D., 1991. Tripartite model of anxiety and depression: psychometric evidence and taxonomic implications. *Journal of Abnormal Psychology* [en línea], *100*(3), 316. Disponible en: https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.3.316

Clarke, B. S., 2015. Coming Out in the Classroom: Law Professors, Law Students and Depression. *Journal of Legal Education* [en línea]*,* 64, 403-415. Disponible en: https://jle.aals.org/cgi/viewcontent.cgi?article=1029&context=home

Collier, R., 2025. Whose "wellbeing" are we talking about? Culture change and the politics of the legal profession's wellness turn. *International Journal of the Legal Profession* [en línea]*, 32*(3), 393-412. Disponible en: https://doi.org/10.1080/09695958.2025.2453702

Daza, P., *et al.*, 2002. The Depression Anxiety Stress Scale-21: Spanish translation and validation with a Hispanic sample. *Journal of Psychopathology & Behavioral Assessment* [en línea], *24*(3), 195–205. Disponible en: https://doi.org/10.1023/a:1016014818163

Elwork, A., 2007. *Stress management for lawyers: How to increase personal & professional satisfaction in the law.* Vorkell Group.

Fariña, F., Arce, R., y Novo, M., 2024, La ética del cuidado y la TJ para la humanización del sistema de justicia. *En:* F. Fariña, M. Novo, R. Arce y D. Seijo, eds., *Teoría e investigación sobre justicia terapéutica en Iberoamérica: ámbito penal y criminológico.* Bosch La Ley, 19-33.

Fariña, F., y Oyhamburu, M. S., 2025, Reflexiones sobre el desarrollo de la TJ, con base en el IX Congreso Iberoamericano de Justicia Terapéutica. *Revista Iberoamericana de Justicia Terapéutica* [en línea], 11, IJ-VI-CCXLIV-320. Disponible en: https://ar.ijeditores.com/pop.php?option=articulo&Hash=a70b688961c60ea0ec943701aac49ee7

Field, R., Duffy, J., y Huggins, A., 2015. Teaching independent learning skills in the first year: a positive psychology strategy for promoting law student well-being. *Journal of Learning Design* [en línea], *8*(2), 1–10. Disponible en: https://doi.org/10.5204/jld.v8i2.238

Figuera Gazo, P., *et al.*, 2018. Perfil, motivación y satisfacción académica en los estudiantes de máster: el caso de Ciencias Sociales y Jurídicas. *Estudios Sobre Educación* [en línea], *34*, 219-237. Disponible en: https://doi.org/10.15581/004.34.219-237

Geok-choo, L., Yiu-chung, K., y Kwok-bun, C., 2008. Work Stress and Coping amongst Lawyers in Singapore. *Asian Journal of Social Science* [en línea], *36*(5), 703-744. Disponible en: https://doi.org/10.1163/156853108X364208

Gomberg, J. R., 2024. Regulating lawyers with mental illness and/or addiction: Toward a comprehensive law framework and discipline reform by the Law Society of Ontario. *Windsor Review of Legal and Social Issues* [en línea], 45, 71-98. Disponible en: https://canlii.ca/t/7ngqb

Gomez, M. C., y Renshaw, A., 2026. Mental health challenges in the legal profession: a comprehensive scoping review and future research directions. *International Journal of the Legal Profession* [en línea], *33*(2), 139-167. Disponible en: https://doi.org/10.1080/09695958.2026.2651832

Gupta, S., *et al.*, 2019. Prevalence of tobacco and associated risk factors among university law students in Indore City. *Indian Journal of Dental Research* [en línea], *30*(1), 10–14. Disponible en: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30900649/

Herrero, E., y Quesada, M., 2024. *I Estudio ICAM sobre la Salud Mental de la Abogacía Madrileña. Radiografía de la profesión* [en línea]. Colección Estudios. Ilustre Colegio de la Abogacía de Madrid. Disponible en: https://web.icam.es//wp-content/uploads/2024/10/2_Completo_Estudio-ICAM-sobre-la-Salud-Mental-de-la-Abogaci%CC%81a-Madrilen%CC%83a.pdf

Hum, F., Hassed, C., y Ling, D., 2025. Law students' perspectives on a single session compassion training seminar. *The Law Teacher* [en línea], *59*(1), 41-49. Disponible en: https://doi.org/10.1080/03069400.2025.2455244

Instituto de Salud Mental de la Abogacía-Mental Health Institute of Legal Professions, 2019. *Estudio sobre la salud y el bienestar de la abogacía española* [en línea]. 27

de marzo. Madrid: Lefebvre. Disponible en: https://elderecho.com/estudio-la-salud-bienestar-la-abogacia-espanola

International Bar Association, 2021. *Bienestar mental en la profesión jurídica: Un estudio global* [en línea]. Londres: IBA. Disponible en: https://www.ibanet.org/document?id=IBA-report-Mental-Wellbeing-in-the-Legal-Profession-Spanish

Kelk, N., *et al.*, 2009. *Courting the blues: Attitudes towards depression in Australian law students and lawyers* [en línea]. Brain & Mind Research Institute at the University of Sydney. Disponible en: https://law.uq.edu.au/files/32510/Courting-the-Blues.pdf

Koltai, J., Schieman, S., y Dinovitzer, R., 2018. The status–health paradox: Organizational context, stress exposure, and well-being in the legal profession. *Journal of Health and Social Behavior* [en línea], *59*(1), 20-37. Disponible en: https://doi.org/10.1177/0022146517754091

Krieger, L. S., 2002. Institutional denial about the dark side of law school, and fresh empirical guidance for constructively breaking the silence. *Journal of Legal Education* [en línea], 52, 112-129. Disponible en: https://ir.law.fsu.edu/articles/99

Krieger, L. S., y Sheldon, K. M., 2002. Does legal education have negative effects on law students? Evaluating changes in motivation, values, and well-being. *Behavioral Sciences & the Law* [en línea], 22, 261-286. Disponible en: https://ssrn.com/abstract=328960

Krill, P. R., Johnson, R., y Albert, L., 2016. The prevalence of substance use and other mental health concerns among American attorneys. *Journal of Addiction Medicine* [en línea], *10*(1), 46-52. Disponible en: https://doi.org/10.1097/ADM.0000000000000182

Larcombe, W., *et al.*, 2013. Does an improved experience of law school protect students against depression, anxiety and stress? An empirical study of wellbeing and the law school experience of LLB and JD students. *Sydney Law Review* [en línea], *35*(2), 407-432. Disponible en: https://search.informit.org/doi/10.3316/informit.448721769854848

LawCare, 2021. *Life in the Law* [en línea]. Disponible en: https://www.lawcare.org.uk/media/14vhquzz/lawcare-lifeinthelaw-v6-final.pdf

Leignel, S., *et al.*, 2014. Mental health and substance use among self-employed lawyers and pharmacists. *Occupational Medicine* [en línea], *64*(3), 166-171. Disponible en: https://doi.org/10.1093/occmed/kqt173

Levit, N., y Linder, D., 2008. Happy law students, happy lawyers. *Syracuse Law Review, 58*(2), 351–373. Disponible en: https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=1095271

Ley Orgánica 5/2024, de 11 de noviembre, del Derecho de Defensa. *BOE* [en línea], núm. 275, de 14/11/2024. Disponible en: https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2024-23630

Lovibond, S. H., y Lovibond, P. F., 1995. *Manual for the depression anxiety & stress scales*. 2ª ed. Sidney: Psychology Foundation.

Maslach, C., Jackson, S. E., y Leiter, M. P., 1996. *Maslach Burnout Inventory manual*. 3ª ed. Consulting Psychologists Press.

McLafferty, M., *et al.*, 2022. Variations in psychological disorders, suicidality, and help-seeking behaviour among college students from different academic disciplines. *PLoS One* [en línea], *17*(12), e0279618. Disponible en: https://doi.org/10.1371/journal.pone.0279618

Murdoch, L. L., 2004. *Psychological distress and substance abuse in law students: The role of moral orientation and interpersonal style*. Simon Fraser University.

Organ, J. M., *et al.*, 2016. Suffering in silence: The survey of law student well-being and the reluctance of law students to seek help for substance use and mental health concerns. *Journal of Legal Education* [en línea], *66*(1), 116–156. Disponible en: https://jle.aals.org/home/vol66/iss1/13/

Organización Mundial de la Salud, 2001. *AUDIT: Cuestionario de identificación de los trastornos debidos al consumo de alcohol: pautas para su utilización en atención primaria*. 2ª ed. Organización Mundial de la Salud.

Peñarrieta-Bedoya, L., *et al.*, 2025. Estrés académico como factor de riesgo en la salud mental de estudiantes de Derecho en zonas altoandinas. *European Public & Social Innovation Review* [en línea], 10, 1-17. Disponible en: https://doi.org/10.31637/epsir-2025-1445

Pérez, B., *et al.*, 2010. Propiedades psicométricas del Drug Abuse Screening Test (DAST-20 y DAST-10) en población española. *Adicciones* [en línea], *22*(4), 289–296. Disponible en: https://www.redalyc.org/pdf/839/83915075002.pdf

Perlin, M. L., y Lynch A. J., 2015. How teaching about therapeutic jurisprudence can be a tool of social justice, and lead law students to personally and socially rewarding careers: Sexuality and disability as a case example. *Nevada Law Journal* [en línea], 16, 209-226. Disponible en: https://scholars.law.unlv.edu/nlj/vol16/iss1/8

Powell, K., y Siller, N., 2024. From law school to practice: Conflict in Australian University mental health management and law student employability. *International Journal of the Legal Profession* [en línea], *31*(1), 111-140. Disponible en: https://doi.org/10.1080/09695958.2023.2294721

Real Decreto 64/2023, de 8 de febrero, por el que se aprueba el Reglamento de la Ley 34/2006, de 30 de octubre, sobre el acceso a las profesiones de la Abogacía y la Procura. *BOE* [en línea], núm. 34, de 09/02/2023. Disponible en: https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2023-3344

Reed, K., *et al.*, 2016. Problem signs in law school: Fostering attorney well-being early in professional training. *International Journal of Law and Psychiatry* [en línea], *47*, 148–156. Disponible en: https://doi.org/10.1016/j.ijlp.2016.02.019

Reed, K., y Bornstein, B. H., 2013. A stressful profession: The experience of attorneys. *En:* M. K. Miller y B. Bornstein, eds., *Trauma, stress and wellbeing in the legal system.* Oxford University Press, 217–246.

Rosky, C. J., *et al.*, 2022. Mindful lawyering: A pilot study on mindfulness training for law students. *Mindfulness* [en línea], 13, 2347–2356. Disponible en: http://dx.doi.org/10.1007/s12671-022-01965-w

Schaufeli, W. B., *et al.*, 1996. Maslach Burnout Inventory – General survey. *En:* C. Maslach, S. E. Jackson y M. P. Leiter, eds., *The Maslach Burnout Inventory – Test manual.* 3ª ed. Consulting Psychologists Press, 19–26.

Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., *et al.*, 2002. Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology* [en línea], *33*, 464–481. Disponible en: https://doi.org/10.1177/0022022102033005003

Schaufeli, W. B., Salanova, M., *et al.*, 2002. The measurement of engagement and burnout: A two sample confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being* [en línea], *3*(1), 71–92. Disponible en: https://doi.org/10.1023/A:1015630930326

Serrano, J., Expósito, J., y Olmedo, E. M., 2026. Fuentes de estrés académico percibido en estudiantes universitarios: según género y rama de conocimiento. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado* [en línea], *29*(1), 143. Disponible en: https://doi.org/10.6018/reifop.673591

Sheldon, K. M., y Krieger, L. S., 2004. Does legal education have undermining effects on law students? Evaluating changes in motivation, values, and well - being. *Behavioral Sciences & the Law* [en línea], *22*(2), 261-286. Disponible en: https://doi.org/10.1002/bsl.582

Skinner, H. A., 1982. The drug abuse screening test. *Addictive Behavior* [en línea], *7*(4), 363–371. Disponible en: https://doi.org/10.1016/0306-4603(82)90005-3

Skinner, H. A., 2019. *Guide for using the Drug Abuse Screening Test (DAST)* [en línea]. Centre for Addiction and Mental Health. Disponible en: https://socwel.ku.edu/sites/socwel/files/documents/Research%20Projects/Family%20First/Survey%20Measures/DAST%20Guide%202019%20-%20Remediated.pdf

Soh, N., *et al.*, 2015. Law student mental health literacy and distress: finances, accommodation and travel time. *Legal Education Review* [en línea], *25*(1), 29–63. Disponible en: https://doi.org/10.53300/001c.6297

Strevens, C., y Field, R., eds., 2020. *Educating for well-being in law: positive professional identities and practice*. Londres: Routledge.

Surtees, D., McCutcheon, J. M., y Jaunzems Fernuk, J., 2024. Law student wellness at the University of Saskatchewan's College of Law. *Windsor Review of Legal and Social Issues* [en línea], 45, 45-70. Disponible en: https://canlii.ca/t/7n8hg

Tani, M., y Vines, P., 2009. Law students' attitudes to education: pointers to depression in the legal academy and the profession? *Legal Education Review* [en línea], *19*(1–2), 3–39. Disponible en: https://ler.scholasticahq.com/article/6214-law-students-attitudes-to-education-pointers-to-depression-in-the-legal-academy-and-the-profession.pdf

Thornton, M., 2016. Law student wellbeing: a neoliberal conundrum. *The Australian Universities Review* [en línea], *58*(2), 42–50. Disponible en: https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1113448.pdf

Wexler, D. B., 1990. *Therapeutic jurisprudence: The law as a therapeutic agent.* Carolina Academic Press.

Wyler, H., *et al.*, 2022. Alcohol use disorder and disability insurance in Switzerland: The attitudes and views of lawyers, insurance medical experts, and addiction-specialist therapists. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy* [en línea], *17*, 69. Disponible en: https://doi.org/10.1186/s13011-022-00495-x

Yamada, D., 2021. Therapeutic Jurisprudence: Foundations, expansion, and assessment. *University of Miami Law Review* [en línea], *75*(3), 660-749. Disponible en: https://repository.law.miami.edu/umlr/vol75/iss3/3

ANEXO

TABLA 6

Variable	Depresión			Ansiedad			Estrés		
	B	***EE***	***β***	***B***	***EE***	***β***	***B***	***EE***	***β***
Age	-0.023	0.030	-0.038	-0.027	0.027	-0.051	-0.031	0.029	-0.049
Sex	-0.470	0.428	-0.053	0.853	0.381	0.110**	0.513	0.415	0.057
EMO	0.302	0.028	0.517***	0.236	0.025	0.461***	0.341	0.028	0.570***
R^2	0.273			0.248			0.348		
R^2 Ajustado	0.266			0.241			0.342		

Tabla 6. Análisis de regresión jerárquica para la predicción de la sintomatología depresiva, ansiosa y relacionada con el estrés, excluyendo las variables referentes al consumo de sustancias.
(* N = 325. EMO = agotamiento emocional; ALC = consumo de alcohol; DRU = consumo de drogas; B = coeficiente no estandarizado; EE = error estándar; β = coeficiente estandarizado; R^2 = coeficiente de determinación; R^2 Ajustado = coeficiente de determinación ajustado. El Paso 1 incluye la edad y el sexo, y el Paso 2 incluye el agotamiento emocional. *p < 0.05; **p < 0.01; ***p < 0.001.)