

Prevalencia de *burnout* a través de dos medidas y su relación con variables sociodeportivas*

Burnout's Prevalence through two Measures and its Relation with Sociodemographic's Variables

Recepción: 06 Agosto 2015 | Aceptación: 07 Agosto 2017

EVA MARÍA OLIVARES TENZA^a

Universidad de Murcia, España

ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-0600-7572>

ENRIQUE JAVIER GARCÉS DE LOS FAYOS
RUIZ

Universidad de Murcia, España

FRANCISCO ORTÍN MONTERO

Universidad de Murcia, España

CRISTINA MARÍA DE FRANCISCO
PALACIOS

Universidad de Murcia, España

RESUMEN

Se estudia la prevalencia del síndrome de *burnout* en deportistas y su relación con variables sociodeportivas. Se aplicaron los dos instrumentos de medida disponibles en España que miden el constructo: IBD-R y versión española del ABQ, en una muestra de 646 deportistas. Los resultados obtenidos muestran una prevalencia del 4.2 % para el IBD-R y 3.3 % para el ABQ, así como diferencias estadísticamente significativas para sexo, presentando los varones una realización personal más reducida que las mujeres, y niveles competitivos más altos de prevalencia general y de la subescala agotamiento físico/emocional en el nivel nacional que en el local. Estos datos son similares a los hallados en investigaciones anteriores, tanto en prevalencia como en diferencias según variables sociodeportivas.

Palabras clave

prevalencia del burnout; deportistas; variables sociodeportivas; ABQ; IBD-R.

ABSTRACT

This study aims to investigate the prevalence of burnout syndrome in athletes and their relation with different social and sporting variables. They have implemented the two instruments available in Spain for measuring burnout in athletes: IBD-R and the Spanish version of ABQ in a sample of 646 athletes with an average age of 19.73 years. The results show a prevalence of 4.2% for IBD-R and 3.3% for the ABQ and statistically significant differences for sex, presenting the smaller male self-fulfillment than women; and competitive, presenting higher prevalence levels overall and subscale physical/emotional exhaustion at the national level as home. These data are similar to those found in previous investigations, both prevalence and differences according social and sporting variables.

^a Autor de correspondencia. Correo electrónico: evamaria.olivares@um.es

Para citar este artículo: Olivares Tenza, E. M., Garcés de los Fayos Ruiz, E. J., Ortín Montero, F., & De Francisco, C. (2018). Prevalencia de burnout a través de dos medidas y su relación con variables sociodeportivas. *Universitas Psychologica*, 17(3), 1-9. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy17-3.pbmr>

Keywords

burnout prevalence; athletes; sport and social variables; ABQ; IBD-R.

Si lo comparamos con otros constructos, el estudio del síndrome de *burnout* en deportistas es relativamente nuevo en psicología del deporte, ya que no es hasta la década de los 80 cuando se presenta el primer trabajo orientado a su estudio (Flipin, 1981). Como apuntan Carlin y Garcés de los Fayos (2010), parte de los estudios realizados desde entonces han ido encaminados a encontrar la relación entre el síndrome y la retirada deportiva, a hallar variables predictoras del mismo, a determinar las consecuencias asociadas al síndrome y al desarrollo de instrumentos de medición, pero siendo pocas las investigaciones orientadas a establecer la prevalencia del síndrome de *burnout*.

Los estudios más recientes llevados a cabo en Europa y América del Norte centrados en estudiar la prevalencia del síndrome de *burnout* la sitúan entre el 1 y el 9 % (Gustafsson, Kenttä, Hassmén, & Lundqvist, 2007; Orleans, Andrade, Silveira, & Itibere, 2014; Ziemainz, Abu-Omar, Raedeke, & Krause, 2004). En estos estudios, se llega a conclusiones diversas, tales como que los deportistas individuales presentan niveles más altos del síndrome que los practicantes de deportes de equipo o que los deportistas más jóvenes presentan niveles más altos de *burnout*, obteniendo niveles más bajos de prevalencia los realizados en los últimos años que aquellos realizados en años anteriores.

Por otra parte, en Latinoamérica, también se han realizado investigaciones sobre la prevalencia del síndrome de burnout (Medina & García, 2002; Sierra & Abello, 2008; Reynaga, 2009), situándose esta entre un 2 y un 10 %; y en España la sitúan entre el 2.77 y el 4.8 % (De Francisco, Garcés de los Fayos, & Arce, 2014; Pedrosa & García-Cueto, 2014; Pedrosa, Suárez, Pérez, & García-Cueto, 2011; Sánchez-Alcaraz & Gómez-Mármol, 2014). En el estudio de Pedrosa et al. (2011), los autores no encuentran diferencias en padecer el síndrome en función de las variables sexo, edad y nivel competitivo, pero sí en función

del nivel de estudios y el nivel competitivo: los futbolistas que han finalizado la ESO presentan niveles más altos en el síndrome que aquellos que han finalizado el bachillerato, y aquellos que compiten a nivel regional muestran niveles más altos que los que compiten en el ámbito nacional.

En las investigaciones más recientes, como en el trabajo de Pedrosa y García-Cueto (2014), la prevalencia se sitúa en un 2.77 %, siendo más alta en las mujeres que en los varones. Por su parte, en el estudio de Sánchez-Alcaraz y Gómez-Mármol (2014), se examina la prevalencia del síndrome de *burnout* en tenistas de alto rendimiento, mostrando resultados del 4.8 %. Además, este estudio pone de manifiesto que aquellos tenistas que entrenan más horas presentan niveles más altos de despersonalización, pero no refieren diferencias entre sexos o en cuanto a nacionalidad.

Por último, De Francisco et al. (2014) completaron estos estudios presentando un trabajo en el que se investiga la prevalencia del síndrome de burnout en deportistas españoles, mediante los dos cuestionarios principales disponibles en ese contexto: el Inventario de Burnout en Deportistas-Revisado ([IBD-R]; Garcés de los Fayos, De Francisco, & Arce, 2012) y la versión española del *Athlete Burnout Questionnaire* ([ABQ]; Arce, De Francisco, Andrade, Seoane, & Raedeke, 2012). El IBD-R evalúa el síndrome de *burnout* como un constructo tridimensional compuesto por Agotamiento emocional (AE), Reducida realización personal (RRP) y Despersonalización (D). Por su parte, el ABQ, siendo una adaptación de la versión original de Raedeke y Smith (2001), evalúa el *burnout* también como un constructo tridimensional, compuesto por Agotamiento físico/emocional (AFE), Reducida sensación de logro (RSL) y Devaluación de la práctica deportiva (DPD). En ese mismo trabajo, De Francisco et al. (2014) además evaluaron las diferencias existentes entre distintas variables sociodeportivas, encontrando una prevalencia del 3.8 % del síndrome, y no hallaron diferencias debidas a sexo o edad, pero sí en el nivel competitivo y en el volumen de entrenamiento: los deportistas que competían a nivel nacional

presentaron niveles más bajos de RRP y RSL que los que compiten a nivel local y aquellos que competían más horas mostraron niveles más altos de AE y AFE.

El objetivo principal del presente trabajo es estudiar la prevalencia del síndrome de *burnout* en deportistas, mediante los dos instrumentos principales de medida validados en España, con el fin de establecer comparaciones entre ambos. Por otro lado, también se pretende estudiar la relación existente entre el síndrome de *burnout* y las variables sexo, edad, nivel competitivo, tipo de deporte practicado y volumen de entrenamiento.

Método

Participantes

La muestra se encontraba formada por 646 deportistas españoles, siendo el 74.3 % varones y el 25.7 % mujeres, con una edad media de 19.73 años y una desviación estándar de 5.37. La muestra se recogió de un total de 36 modalidades deportivas, colectivas e individuales. El 75.7 % realizaban un deporte de equipo, frente al 24.3 % que practicaban un deporte individual. De estos 36 deportes, el más practicado era el fútbol, con un 33.3 % de la muestra total. El nivel competitivo se dividió en tres: local/comarcal, autonómico y nacional, compitiendo en 17.2 % de la muestra a nivel local/comarcal, el 41.5 % al autonómico y el 39.9 % al nacional. El volumen medio de entrenamientos a la semana era de 7.01 horas, con una *DE* de 3.86.

Instrumentos

Los instrumentos empleados para medir el síndrome de *burnout* en los deportistas fueron el IBD-R (Garcés de los Fayos et al., 2012) y el ABQ (Arce et al., 2012), así como una breve encuesta para recoger datos sociodeportivos: edad, sexo, deporte practicado, horas de entrenamiento y nivel competitivo.

El IBD-R consta de 19 ítems con una escala de respuesta tipo Likert, que evalúan el síndrome de *burnout* a través de tres subescalas para medir cada una de las dimensiones del *burnout*: AE, RRP y D.

El ABQ está compuesto por 15 ítems con una escala de respuesta también tipo Likert que evalúan el síndrome de *burnout* por medio de tres subescalas para medir cada una de las dimensiones del *burnout*: AFE, RSL y DPD.

Procedimiento

El primer paso fue la elaboración de un cuadernillo formado por los instrumentos de medida anteriores, así como por la hoja de datos sociodemográficos. A continuación, se realizó contacto telefónico con los distintos clubes y federaciones con el fin de facilitar a los investigadores la recogida de datos. Una vez establecido este primer contacto, se citó a los deportistas antes del entrenamiento para que rellenaran el cuadernillo. Todos los deportistas fueron informados de la confidencialidad de sus respuestas, firmando su consentimiento informado. En el caso de los menores de edad, el consentimiento fue suscrito por sus tutores.

Análisis de datos

En primer lugar, se calcularon los estadísticos descriptivos (media, desviación estándar, asimetría y curtosis) de las variables de estudio. A continuación, se transformaron las puntuaciones originales en puntuaciones T ($\bar{X} = 50$, $DE = 10$) que permitieron establecer cuatro categorías de prevalencia del síndrome de *burnout* (bajo riesgo, riesgo moderado, alto riesgo, con *burnout*) y el cálculo de sus porcentajes respectivos. Por último, se realizaron comparaciones de medias mediante la prueba t de Student para muestras independientes o el análisis de varianza (ANOVA), en función del número de muestras a comparar: t de Student cuando se realizaron comparaciones entre dos muestras (sexo, edad, tipo de deporte) y ANOVA cuando se realizaron

comparaciones entre más de dos muestras (nivel competitivo y volumen de entrenamiento). Los análisis se realizaron con el programa IBM SPSS Statistics versión 19.

Resultados

Estadísticos descriptivos

En la Tabla 1 se presentan las medias y desviaciones estándar para el total de cada instrumento de medida, así como para sus subescalas. Si nos centramos en las medias, se observa que los valores oscilan entre 2 (IBD-R) y 2.66 (ABQ) en el primer caso, y entre 1.73 (DPD) y 2.19 (RRP), en el segundo. Los valores son en su mayoría bajos, exceptuando la media para el ABQ total, con un valor de 2.66, situándose en el punto medio, si tenemos en cuenta que los valores oscilan entre 1 y 5. Las desviaciones estándar también son bajas, oscilando entre 0.63 (AE) y 0.77 (AFE) para las subescalas de ambos instrumentos de medida, presentándose las puntuaciones más bajas para el síndrome total en ambos (0.5 y 0.27). Los valores de la asimetría oscilan entre 0.76 (AFE) y 1.12 (DPD) y los valores de curtosis se sitúan entre 0.27 (AFE) y 1.01 (RRP), todos ellos valores positivos.

Tabla 1
Estadísticos descriptivos

	Dimensiones	Media	Desviación estándar	Asimetría	Curtosis
IBD-R	Total	2	0.5	0.9	0.85
	AE	1.83	0.63	1	0.85
	RRP	2.19	0.71	0.89	1.01
	D	1.98	0.82	0.95	0.63
ABQ	Total	2.66	0.27	0.71	0.2
	AFE	2.06	0.77	0.76	0.27
	RSL	2.14	0.75	0.74	0.3
	DPD	1.73	0.75	1.12	0.71

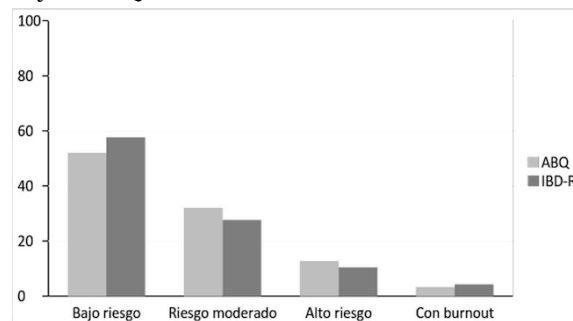
Prevalencia del síndrome en deportistas

La categorización de los porcentajes obtenidos que se llevó a cabo fue la misma que en el estudio de De Francisco et al. (2014), en el que se establecen los baremos para ambos cuestionarios. Los deportistas que se encuentran

en bajo riesgo de padecer el síndrome de *burnout* son aquellos cuya puntuación *T* es igual o menor a 50, los de riesgo moderado muestran puntuaciones *T* entre 50 y 60; en aquellos de alto riesgo, las puntuaciones *T* se encuentran entre 60 y 70 y, finalmente, los deportistas que presentan el síndrome de *burnout* son aquellos cuyas puntuaciones *T* son mayores a 70.

Una vez categorizadas estas puntuaciones *T*, se observa que se obtienen valores similares, aunque ligeramente mayores en el ABQ, sobre la prevalencia del síndrome con ambos cuestionarios, así como en sus subescalas. Si se observa la Figura 1, el 4.2 % de la muestra presenta el síndrome de *burnout* según el IBD-R, frente al 3.3 % del ABQ. Por otra parte, el 10.4 % se encuentra en alto riesgo de padecerlo según el IBD-R, mientras que con el ABQ se obtiene un porcentaje del 12.7 %. El resto de los porcentajes se dividen entre el riesgo moderado, con unos valores de 27.6 % para el IBD-R y el 32 % para el ABQ y el bajo riesgo, con un 57.6 % para el IBD-R y un 52 % para el ABQ.

Figura 1
Prevalencia del síndrome de *burnout* según el IBD-R y el ABQ.



Centrándonos ahora en las subescalas de los instrumentos de medida, en el IBD-R un 5 % de la muestra presenta AE; un 4.5 %, RRP y el 4.3 %, D. Por otra parte, en el cuestionario ABQ, el 3.1 % de la muestra presenta AFE; el 4.6 %, RSL y el 5 %, DPD (Tabla 2).

Tabla 2
Prevalencia de las subescalas del IBD-R y el ABQ en porcentajes

		Bajo riesgo	Riesgo moderado	Alto riesgo	Con <i>burnout</i>
IBD-R	AE	54.2	31.8	9	5
	RRP	58.1	27.5	9.9	4.5
	D	54.3	31.2	10.1	4.3
ABQ	AFE	58.7	25.1	13.2	3.1
	RSL	54.3	28.8	12.2	4.6
	DPD	56	27.2	11.8	5

Burnout y sexo

En cuanto a la prevalencia del síndrome por sexos, los varones presentan el síndrome de burnout en un 4.2 % y 2.3 % para el IBD-R y el ABQ, respectivamente, frente al 4.2 % para el IBD-R y el 6 % para el ABQ, en las mujeres. En la Tabla 3 se puede observar la prevalencia de padecer el síndrome según el sexo de los deportistas para el IBD-R y el ABQ.

Tabla 3
Prevalencia del síndrome de burnout por sexos para el IBD-R y el ABQ en porcentajes

		Bajo riesgo	Riesgo moderado	Alto riesgo	Con <i>burnout</i>
IBD-R	Hombre	55.5	29.2	11.1	4.2
	Mujer	64.2	23	8.5	4.2
ABQ	Hombre	50.4	33.8	13.5	2.3
	Mujer	56.6	27.1	10.2	6

Si nos centramos ahora en las subescalas, para el instrumento de medida IBD-R el 4.2 % de los varones presentan AE, el 4.8 % RRP y el 4.4 % D, frente a 7.2 %, 4.8 % y 4.2 % de las mujeres, respectivamente. Para el instrumento de medida ABQ, el 2.3 % de los varones presentan AFE, el 4.4 % RSL y el 4.6 % DPD, frente al 5.4 %, 5.4 % y 6 % de las mujeres, respectivamente.

Una vez que se han obtenido las prevalencias para hombres y mujeres, se analiza si las diferencias entre sus medias son estadísticamente significativas mediante pruebas *t*. Para la puntuación total de *burnout*, no se encuentran diferencias estadísticamente significativas entre la media de hombres y mujeres en ninguno de los dos instrumentos de medida (IBD-R: $t = 0.903$, $p > 0.05$; ABQ: $t = 0.888$, $p > 0.05$). Sin embargo, sí se obtuvieron diferencias en la subescala RRP, presentando los hombres una

media significativamente mayor que las mujeres ($t = 2.13$, $p = 0.02$).

Burnout y edad

Para analizar si existen diferencias entre la edad de los deportistas y padecer el síndrome de *burnout*, se ha dividido la muestra en jóvenes deportistas (14-18 años) y deportistas adultos (mayores de 18 años).

El 4.7 % de los jóvenes deportistas presentan el síndrome de *burnout* para el instrumento de medida IBD-R, y el 2.8 % para el ABQ, frente al 3.6 % de los deportistas adultos para el IBD-R y el 3.6 % para el ABQ. Una vez obtenidos estos valores, se analiza si las diferencias entre jóvenes deportistas y adultos son estadísticamente significativas mediante pruebas *t*, concluyéndose que no lo son ni para el síndrome total ni para ninguna de sus subescalas, en ninguno de los dos instrumentos de medida.

Burnout y nivel competitivo

Con el fin de analizar las diferencias entre los distintos niveles competitivos de los deportistas, se establecieron tres categorías: de competición local, de competición autonómico y de competición nacional. En la Tabla 4, se pueden observar los estadísticos descriptivos y los valores *F* para ambos instrumentos de medida y sus subescalas, según el nivel competitivo de los deportistas.

Solo se encontraron diferencias estadísticamente significativas para el total del ABQ y para AFE, por lo que posteriormente se realizó la prueba de Scheffé (Tabla 4). En el ABQ total, los deportistas que competían a nivel local presentaron una media significativamente menor que los del nivel nacional (diferencia entre medias = -0.08 , $p < 0.5$). Asimismo, los que competían a nivel autonómico obtuvieron también una media significativamente más baja que los del nivel nacional (diferencia de medias = -0.06 , $p < 0.05$). Los deportistas que competían a nivel local alcanzaron una media significativamente más baja en AFE que aquellos

del nivel nacional (diferencia entre medias = -0.24 , $p < 0.05$), así como que los que competían a nivel autonómico también presentaron una media significativamente menor que los que competían a nivel nacional (diferencia entre medias = -0.17 , $p < 0.05$).

Tabla 4

Estadísticos descriptivos y prueba F para nivel competitivo

		Media			DE			F
		Local	Autonómico	Nacional	Local	Autonómico	Nacional	
IBD-R	Total	2.06	1.95	2.02	0.59	0.5	0.46	2.07
	AE	1.84	1.77	1.88	0.71	0.6	0.61	1.83
	RRP	2.34	2.15	2.16	0.78	0.69	0.72	2.87
	D	1.99	1.94	2.03	0.94	0.82	0.76	0.8
ABQ	Total	2.62	2.64	2.71	0.26	0.26	0.27	5.68*
	AFE	1.94	2.01	2.19	0.77	0.74	0.78	5.43*
	RSL	2.14	2.16	2.11	0.81	0.78	0.69	0.37
	DPD	1.86	1.7	1.71	0.78	0.76	0.74	1.94

*Significancia estadística a nivel $p < 0.05$.

Burnout y tipo de deporte practicado

El tipo de deporte practicado se ha dividido en deporte individual o de equipo. Los deportistas practicantes de un deporte individual presentaron el síndrome de *burnout* en un 2.9 % en el IBD-R y en un 2.4 % para el ABQ. Por otra parte, el 4.8 % de los que practican modalidades deportivas de equipo presentaron el síndrome de *burnout* según el IBD-R, frente al 3.7 % en el ABQ.

Si nos centramos ahora en las subescalas, para el instrumento de medida IBD-R, el 3.4 % de los deportistas individuales presentó AE, el 4.8 % RRPD y el 1.9 % D, frente al 5.7 % de los practicantes de deportes de equipo que presentaron AE, el 4.3 % RRP y el 5.5 % D. En cuanto a las subescalas del ABQ, el 2.4 % de deportistas individuales presentan AFE, el 1.4 % RSL y el 3.4 % DPD, frente al 3.4 % de los de modalidad de equipo que presentaron AFE, el 6.2 % RSL y el 5.7 % D.

Una vez que se han obtenido estas diferencias, se realiza la prueba *t* para muestras independientes con el fin de observar si las medias entre practicantes de deporte individual o de equipo son o no estadísticamente significativas, no presentándose diferencias para ninguno de los totales de los instrumentos de medida, como tampoco para ninguna de sus subescalas.

Burnout y volumen de entrenamiento

Para analizar las diferencias en padecer el síndrome de *burnout* según las horas de entrenamiento, el volumen del mismo se ha dividido en deportistas que entrenan entre 1 y 3 h/semana, entre 4 y 8, entre 9 y 16 y entre 17 y 30 horas a la semana. En la Tabla 3 se pueden observar los estadísticos descriptivos y los valores *F* para las subescalas y el total de ambos instrumentos de medida, según las horas de entrenamiento semanales de los deportistas.

Tabla 5

Estadísticos descriptivos y prueba F para volumen entrenamiento

		IBD-R				ABQ			
		Total	AE	RRP	D	Total	AFE	RSL	DPD
Media (h/sem)	1-3	1.63	1.68	1.51	1.61	1.61	1.57	1.76	1.85
	4-8	1.58	1.61	1.63	1.63	1.58	1.51	1.67	1.64
	9-16	1.65	1.7	1.53	1.65	1.93	1.87	1.61	1.6
	17-30	1.75	1.79	1.58	1.68	2.06	2	1.62	1.65
DE (h/sem)	1-3	0.91	0.93	0.88	0.94	0.82	0.82	0.83	0.88
	4-8	0.81	0.82	0.83	0.82	0.75	0.76	0.88	0.87
	9-16	0.84	0.86	0.84	0.82	0.97	0.98	0.8	0.82
	17-30	1.02	0.9	0.86	0.8	0.84	0.84	0.86	0.89
F		0.55	0.68	0.67	0.52	8.18*	8.06*	0.38	0.92

Se encontraron diferencias estadísticamente significativas para el total del ABQ, así como para AFE, por lo que se realizó posteriormente la prueba de Scheffé (Tabla 5). Para el ABQ total las diferencias fueron similares. Los deportistas que entrenaban entre 4 y 8 h/semana presentaban una media significativamente más baja que los que competían entre 9 y 16 (diferencia entre medias = -0.35) y los que competían entre 17 y 30 h/semana (diferencia entre medias = -0.48). Los deportistas que entrenaban entre 4 y 8 h/semana presentaban una media significativamente más baja en AFE que los que competían tanto entre 9-16 (diferencia entre medias = -0.36), como aquellos que lo hacían entre 17 y 30 horas semanales (diferencia entre medias = -0.49).

Discusión y conclusiones

Los objetivos de este trabajo fueron estudiar la prevalencia del síndrome de *burnout* y la relación entre este y variables sociodemográficas. Uno de los datos más importantes que se presentan en

este estudio es el constructo presenta valores inferiores a los hallados en estudios anteriores sobre la prevalencia del síndrome de burnout en deportistas (Gustafsson et al., 2007; Medina & García, 2002; Reynaga & Pando, 2005; Vives & Garcés de los Fayos, 2004). Sin embargo, si comparamos estos datos con los obtenidos en investigaciones más recientes, la prevalencia es similar a estos últimos (Appleton, Hall, & Hill, 2009; Harris & Watson, 2014; Hodge, Lonsdale, & Johan, 2008; Judge, Bell, Theodore, Simon, & Bellar, 2012; Orleans et al., 2014).

Si se compara este estudio con los realizados en España, la prevalencia hallada es superior a la referida por Pedrosa y García-Cueto (2014), a través de la versión española del ABQ que estos mismos autores validaron; más baja que la encontrada por Sánchez-Alcaraz y Gómez-Mármol (2014) con el IBD en su versión inicial (Garcés de los Fayos, 1999), pero similar a la mostrada por De Francisco et al. (2014), quienes obtuvieron una prevalencia del síndrome de *burnout* en torno al 4 % usando las mismas versiones de los cuestionarios que las empleadas en este trabajo. Además, para las subescalas también se presentan valores similares, exceptuando para RRP y RSL, con valores ligeramente superiores en el presente estudio.

En cuanto a la prevalencia del síndrome por sexos, no se han encontrado diferencias estadísticamente significativas para el total de ambos cuestionarios, resultados acordes a los encontrados en estudio previos (De Francisco et al., 2014; Orleans et al., 2014; Pedrosa et al., 2011; Sánchez & Gómez-Marmol, 2014). Respecto a la diferencia de sexos por subescalas, De Francisco et al. hallaron que las mujeres presentaban niveles de AE más altos que los varones. A diferencia de ellos, en este trabajo se ha encontrado que los varones presentan unos niveles más altos de RRP.

Para otras dos de las variables analizadas, la edad y el tipo de deporte practicado (colectivo o individual), tampoco se han encontrado diferencias estadísticamente significativas según la edad de los deportistas, al igual que en los estudios de Pedrosa et al. (2011) y De Francisco

et al. (2014). Por otra parte, el hecho de que no se hayan encontrado diferencias entre el tipo de deporte practicado es llamativo, debido a que hasta ahora los estudios referían que los niveles de burnout eran más altos en los deportes individuales (Coackley, 1992; Gustafsson et al., 2007).

Al centrarse en el nivel competitivo, al contrario que en el estudio de Pedrosa et al. (2011), se obtuvieron niveles más altos de *burnout* para el instrumento de medida ABQ en los deportistas que compiten a nivel nacional que en aquellos que lo hacen a nivel local o autonómico; al igual que en la subescala AFE, en la que se obtuvo la misma diferencia. Esto podría ser debido a que las presiones que sufren los deportistas en esta categoría son más altas que las que sufren los jugadores de niveles competitivos inferiores.

Finalmente, en cuanto al volumen de entrenamiento, los deportistas que compiten más horas presentan niveles más altos tanto en AFE como en el ABQ total, al igual que en el estudio de De Francisco et al. (2014), quienes manifiestan que los deportistas que entrenan más horas presentan niveles más altos en AFE y AE que los que entrenan menos horas, hecho que induce a pensar que cuantas más horas de entrenamiento más desgaste físico y emocional tienen los deportistas, lo que les puede llevar al padecimiento del síndrome de *burnout*.

En conjunto, en la presente investigación se han obtenido valores similares al estudio de De Francisco et al. (2014) para la prevalencia total del síndrome de *burnout* y la prevalencia por edades, por sexos y por nivel competitivo, posiblemente debido a que se usan las mismas versiones de ambos instrumentos de medida. No obstante, se muestran algunas variaciones en determinadas subescalas. En este estudio, las subescalas RRP, AE y RSL resultaron más altas, la D y AFE más bajas, y se obtuvieron valores similares para DPD. Finalmente, en su estudio no analizan las diferencias entre el tipo de deporte practicado, mientras que en el presente trabajo esto sí ha sido tenido en cuenta.

Para finalizar, futuras líneas de investigación deberían analizar por qué se han obtenido

diferencias entre ambos instrumentos de medida, presentando los deportistas niveles más altos para el *burnout* total y sus subescalas en el ABQ, y si esta tendencia se da en otras muestras de deportistas, ya que quizás se podría estar ante un síndrome que requiere opciones de evaluación diferenciadas, o bien los instrumentos de medida utilizados requieren ahondar más en el constructo en el que se fundamenta.

Referencias

- Appleton, P., Hall, H., & Hill, A. (2009). Relations between multidimensional perfectionism and burnout in junior-elite male athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(4), 457-465. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.12.006>
- Arce, C., De Francisco, C., Andrade, E., Seoane, G., & Raedeke, T. D. (2012). Adaptation of the Athlete Burnout Questionnaire in a Spanish sample of athletes. *Spanish Journal of Psychology*, 15, 1529-1536. https://doi.org/10.5209/rev_SJOP.2012.v15.n3.39437
- Carlin, M., & Garcés de los Fayos, E. J. (2010). El síndrome de *burnout*: evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de Psicología*, 26(1), 169-180. Recuperado de http://www.um.es/analesps/v26/v26_1/20-26_1.pdf
- Coackley, J. (1992). Burnout among adolescent athletes: a personal failure or social problem? *Sociology of Sport Journal*, 9(3), 271-285.
- De Francisco, C., Garcés de los Fayos, E. J., & Arce, C. (2014). *Burnout* en deportistas: prevalencia del síndrome a través de dos medidas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(1), 29-38. <http://revistas.um.es/cpd/article/view/190931/157651>
- Flippin, R. (1981). Burning out: When fast, young runners experience "failure" it can lead to self-destruction. *The Runner*, 3(10), 76-83.
- Garcés de los Fayos, E. J. (1999). *Burnout en deportistas: un estudio de la influencia de las variables de personalidad, sociodemográficas y deportivas en el síndrome* (Tesis doctoral inédita). Universidad de Murcia, Murcia.
- Garcés de los Fayos, E. J., De Francisco, C., & Arce, C. (2012). Inventario de *Burnout* en Deportistas Revisado (IBD-R). *Revista de Psicología del Deporte*, 21, 271-278. Recuperado de <http://www.rpd-online.com/article/view/941/pdf>
- Gustafsson, H., Kentä, G., Hassmén, P., & Lundqvist, C. (2007). Prevalence of *burnout* in competitive adolescent athletes. *The Sport Psychologist*, 21, 21-37. <https://doi.org/10.1123/tsp.21.1.21>
- Harris, B., & Watson, J. (2014). Developmental considerations in youth athlete burnout: A model for youth sport participants. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 8, 1-18. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2014-0009>
- Hodge, K., Lonsdale, C., & Johan, Y. (2008). *Burnout* in elite rugby: Relationships with basic psychological needs fulfillment. *Journal of Sport Sciences*, 26(8), 835-844. <https://doi.org/10.1080/02640410701784525>
- Judge, L. W., Bell, R. J., Theodore, R., Simon, L., & Bellar, D. (2012). An exploratory examination of *burnout* in NCAA Division II Athletes. *Journal of Intercollegiate Sport*, 5, 230-240. <https://doi.org/10.1123/jis.5.2.230>
- Medina, G., & García, F. E. (2002). *Burnout*, locus de control y deportistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2(2), 30-42. Recuperado de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/111791/106111>
- Orleans, P., Andrade, A., Silveira, M., & Itibere, D. (2014). *Burnout* em tenistas brasileiros infanto-juvenis. *Motricidade*, 10(2), 60-71. [https://doi.org/10.6063/motricidade.10\(2\).2713](https://doi.org/10.6063/motricidade.10(2).2713)
- Pedrosa, I., & García-Cueto, E. (2014). Estudio del síndrome de *burnout* en deportistas: prevalencia y relación con el esquema corporal. *Universitas Psychologica*, 13(1), 135-143. <https://doi.org/10.11144/Javeriana. UPSY13-1.esbd>
- Pedrosa, I., Suárez, J., Pérez, B., & García-Cueto, E. (2011). Adaptación

- preliminar al castellano del Athlete Burnout Questionnaire en futbolistas. *Revista Electrónica de Metodología Aplicada*, 16(1), 35-49. Recuperado de <https://www.unioviedo.es/reunido/index.php/Rema/article/view/9795/9534>
- Raedeke, T., & Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23(4), 281-306. <https://doi.org/10.1123/jsep.23.4.281>
- Reynaga, P. (junio, 2009). *Prevalencia del síndrome de agotamiento crónico ("burnout") en jóvenes deportistas de alto rendimiento de Jalisco, México*. Trabajo presentado en el Primer Encuentro online de Psicología del Deporte de la Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte. Recuperado de <https://sipd.wordpress.com/2009/06/07/ponencias-del-1%C2%BA-encuentro-online/>
- Reynaga, P., & Pando, M. (2005). Relación del síndrome de agotamiento crónico (*Burnout*) con el trastorno psicológico potencial en jóvenes deportistas. *Investigación en Salud*, 7(3), 153-160. Recuperado de <http://www.medigraphic.com/pdfs/invsa/1/isg-2005/isg053c.pdf>
- Sánchez-Alcaraz, B., & Gómez-Mármol, A. (2014). Prevalencia del síndrome de burnout en tenistas según su orientación motivacional. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9(1), 111-122. Recuperado de <http://www.webs.ulpgc.es/riped/docs/20140106.pdf>
- Sierra, C. A., & Abello, R. (2008). *Burnout* y pensamientos irracionales en deportistas de alto rendimiento. *Psychologia: Avances en la Disciplina*, 2(1), 49-78. Recuperado de <https://132.248.9.34/hevila/PsychologiaAvancesdeladisciplina/2008/vol2/no1/2.pdf>
- Vives, L., & Garcés de los Fayos, E. (2004). Incidencia del síndrome de *burnout* en el perfil cognitivo en jóvenes deportistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 4(1-2), 29-43. Recuperado de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/93661/90261>
- Ziemanz, H., Abu-Omar, K., Raedeke, T., & Krause, K. (2004). Burnout im Sport. Zur Praevalenz von *Burnout* aus Bedingungsbezogener Perspektive [Burnout in sports: About the prevalence of burnout from a condition-related perspective]. *Leistungssport*, 34(6), 12-17.

Notas

- * Artículo de investigación.