Universidad de Lima
Facultad de Psicología
Carrera de Psicología

SÍNDROME DE BURNOUT Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN FUTBOLISTAS JUVENILES DE DOS CLUBES PROFESIONALES DE LIMA

Tesis para optar el título profesional de licenciado en psicología

Marco Filipo Moschella Coello
Código 20091733

Asesor
María del Pilar Montero Chicoma

Lima – Perú
2018

UNIVERSIDAD DE LIMA
SCIENTIA ET PRAXIS

SÍNDROME DE BURNOUT Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN FUTBOLISTAS JUVENILES DE DOS CLUBES PROFESIONALES DE LIMA

AGRADECIMIENTOS

“Decir gracias a cada regalo nos conduce a la paz y a la alegría y es que en el mundo siempre hay más bien que mal, hay más personas buenas que malas y a nosotros Dios nos ha rodeado de personas maravillosa” (Padre Idar Hidalgo**).** Este nuevo logro se lo quiero dedicar a todas esas maravillosas personas que Dios me ha regalado. En primer lugar, a mis padres. A mi madre que me enseñó a confiar y creer en mi brindándome un amor que solo ella me ha sabido dar. A mi papá que me enseño el valor del esfuerzo, el trabajo y el amor hacia la familia. A mi hermana, por siempre estar disponible, por ser mi amiga y por enseñarme que los esquemas se pueden romper y no es el fin del mundo. A la profe Montero, mi asesora, por soportar mis crisis, mis caídas, mis faltas de motivación y mi inexperiencia por casi 18 meses. A todos y todas los y las maestros y maestras que durante mi formación colaboraron con el desarrollo de mi vocación, especialmente a Liz, Lennia, Orielle, Leopoldo, Anita, Haydee y Patty. A todos mis amigos que estuvieron apoyándome ya sea de manera emocional, teórica o logística, especialmente a Martha, Johi, Benjamín y Fabrizio. A mi club USMP por permitir que, en casi 5 años de labores, pueda enamorarme más del fútbol y por haber sido el “culpable” de tener más interés en generar nuevos conocimientos para la mejora del fútbol peruano. A “la casa santa”. A mi comunidad Milites Christi. A la gente de Tabor. Y, finalmente, agradezco nuevamente a Dios por la fe que me regaló y por demostrarme su amor en cada una de estas maravillosas personas. ¡Gracias!

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN 10

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 12

1.1. Descripción del problema 12

1.2. Justificación y relevancia 18

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO 19

2.1 Fútbol 19

2.1.1 Fútbol formativo 19

2.2. Síndrome de burnout 22

2.2.1. Síndrome de burnout en deporte 24

2.3. Estrategias de afrontamiento 31

2.3.1 Afrontamiento en deporte 33

2.4 Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento 37

CAPÍTULO III: OBJETIVOS, HIPÓTESIS Y DEFINICIÓN DE VARIABLES 41

3.1. Objetivos 41

3.1.1 Objetivo General 41

3.1.2 Objetivos Específicos 41

3.2. Hipótesis 42

3.2.1 Hipótesis General 42

3.2.2 Hipótesis Específicas 42

3.3. Definición de variables 43

3.3.1. Síndrome de burnout 43

3.3.2. Estrategias de afrontamiento 43

CAPÍTULO IV: MÉTODO 45

4.1. Tipo y diseño de investigación 45

4.2. Participantes 45

4.3. Técnicas de recolección de datos 48

4.3.1. Ficha Sociodemográfica 48

4.3.2. Cuestionario de Burnout en Atletas – ABQ 48

4.3.3. Inventory of Coping Strategies in Sport Competition - ISCCS 54

4.4. Procedimiento de recolección de datos 58

CAPÍTULO V: RESULTADOS 60

5.1. Análisis psicométricos 60

5.1.1 Cuestionario de Burnout en Atletas – ABQ 62

5.1.2 Inventory of Coping Strategies in Sport Competition - ISCCS 65

5.2. Estadísticos descriptivos 72

5.3. Análisis de las correlaciones entre variables 73

CAPÍTULO VI: DISCUSIÓN 74

CONCLUSIONES 82

RECOMENDACIONES 84

REFERENCIAS 86

ANEXOS 102

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Instrumentos de medida empleados para evaluar el Síndrome de Burnout en el deporte (Pedrosa y García-Cuesto, 2010) 26

Tabla 2: Características de la muestra según categoría deportiva, lugar de nacimiento y años en el club 47

Tabla 3: Análisis de ítems y de consistencia interna de la escala final ABQ - 15 ítems (Arce, De Francisco, Andrade, Arce y Raedeke, 2010) 51

Tabla 4: Versión final de la estructura factorial del cuestionario ABQ 63

Tabla 5: Correlación ítem-total corregida y alfa ordinal de las dos dimensiones obtenidas del cuestionario ABQ 64

Tabla 6: Ítems modificados del ISCCS 65

Tabla 7: Carga factorial de los ítems del cuestionario ISCCS original 67

Tabla 8: Versión final de la estructura factorial del cuestionario ISCCS 69

Tabla 9: Correlación ítem-total corregida y alfa ordinal de las tres dimensiones obtenidas del cuestionario ISCCS 71

Tabla 10: Estadísticos descriptivos y análisis de normalidad de las variables del estudio 72

Tabla 11: Coeficientes de correlación de Rho Spearman entre los componentes del burnout y los tipos de estrategias de afrontamiento 73

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Propuesta de etapas de formación deportiva en el fútbol 21

UNIVERSIDAD DE LIMA
SCIENTIA ET PRAXIS

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1: Instrumentos utilizados 103

Anexo 2: Consentimientos informados 108

UNIVERSIDAD DE LIMA
SCIENTIA ET PRAXIS

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo conocer la relación que existe entre el síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento en futbolistas juveniles de dos clubes de divisiones menores de Lima en actual competición. Para ello se utilizó el Cuestionario de Burnout en Atletas – ABQ (Raedeke y Smith, 2001) y el cuestionario Inventaire des Strategies de Coping en Competition Sportive-ISCCS (Gaudreau y Blondin, 2000), de los cuales se estimaron las propiedades psicométricas a partir de su aplicación en una muestra de 300 futbolistas juveniles. Los resultados revelaron que los componentes del síndrome de burnout presentan una correlación negativa con las estrategias centradas en la tarea, y una correlación positiva con las estrategias centradas en la emoción y de evitación.

Palabras claves: *burnout, estrategias de afrontamiento, ABQ, ISCCS, futbolistas juveniles*

ABSTRACT

The present investigation has as objective to know the existing relationship between burnout and coping mechanism in young soccer players of two minor divisions clubs in current competition from Lima. According to this, it was used the Athlete Burnout Questionnaire – ABQ (Raedeke and Smith, 2001) and the Inventory of Coping Strategies in Sporting Competition - ISCCS (by its acronym in French) - (Gaudreau and Blondin, 2000), of which estimates psychometrics characteristics from its application in a sample of 300 junior soccer players. Results revealed burnout components present a negative reciprocity with strategies focused in tasks, and a positive reciprocity with strategies focused in emotion and avoidance.

Keywords: burnout, coping, ABQ, ISCCS, young soccer players

INTRODUCCIÓN

El presente estudio cuantitativo busca encontrar la relación que existe entre el síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento en una muestra de 300 futbolistas juveniles, de entre 13 y 20 años, de dos clubes de divisiones menores de Lima en actual competición. Además, tiene como objetivo específico determinar las propiedades psicométricas, por medio de evidencias de confiabilidad y validez, del Cuestionario de Burnout en Atletas (ABQ) y del Inventario de Estrategias de Afrontamiento en Competición Deportiva (ISCCS).

En el primer capítulo, se plantea el problema que ha motivado la realización de este estudio. Se describe el contexto problemático y se explica por qué es relevante la investigación para el contexto deportivo.

En el capítulo II, se presenta el marco teórico del estudio, donde se halla información pertinente sobre las variables del estudio, la relación entre estas y con el ámbito del deporte. Dentro del tema del síndrome de burnout, se define el constructo de forma general; se mencionan los componentes del mismo; se da un acercamiento sobre la variable en el campo del deporte. Asimismo, se proporciona información sobre las estrategias de afrontamiento, los tipos según el modelo de Lazarus y Folkman, y se explica el uso de dicha variable en el campo deportivo. Por último, se presenta información relevante sobre estudios e investigaciones realizados en los últimos años, en donde se utilizaron las variables del síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento en diversos ámbitos.

En el capítulo III, se presentan los objetivos del estudio, tanto general como específicos; se mencionan las hipótesis realizadas según los hallazgos teóricos

encontrados; y, por último, se definen las dos variables de la investigación: síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento.

En el capítulo IV, se explica el método utilizado para la realización del estudio. Se detalla el tipo y diseño de investigación; se describe a la población utilizada; se explican las técnicas de recolección de datos y el procedimiento que se empleó para recolectar la información pertinente.

En el capítulo V, se reportan los resultados del estudio, los cuales se presentan en tres subcapítulos. El primero menciona los resultados del análisis psicométrico de nuestros dos instrumentos utilizados; el segundo presenta los análisis descriptivos hallados; y, por último, se detallan los resultados del análisis de la relación entre el síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento.

En el capítulo VI, se realiza la discusión de los resultados planteados en el capítulo anterior. En primer lugar, se discuten los hallazgos de los análisis psicométricos de los instrumentos utilizados y los criterios que posee la investigación de acuerdo a los parámetros estandarizados para la Evaluación Educativa y Psicológica (American Educational Research Association [AERA], American Psychological Association [APA] y National Council on Measurement in Education [NCME], 2014). En segundo lugar, se discuten los hallazgos encontrados en relación a las hipótesis planteadas en el capítulo III.

Por último, se brinda una serie de conclusiones que resume los hallazgos principales del estudio, así como algunas recomendaciones para futuras investigaciones y para el mejoramiento de los programas psicológicos para futbolistas juveniles.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción del problema

Hoy en día, el fútbol es uno de los deportes más populares en todo el mundo, el cual es practicado por muchos niños y adolescentes que sueñan con igualar, algún día, a los ídolos del fútbol mundial actual. La Federación Internacional de Fútbol Asociado - FIFA (2007) informó, según el gran Censo que realizaron en el 2006, que el 4% de la población del mundo practicaba dicho deporte. Vásquez (2011), en una publicación referida a la economía y el fútbol, reveló que la FIFA tiene inscritos a 240 millones de futbolistas en los 1,5 millones de equipos de fútbol afiliados de manera directa e indirecta. Esta población significa la quinta mayor población del planeta. Por su parte, la Fundación ADECCO (2011) realizó una encuesta a 1200 niños españoles de entre 4 y 16 años y reveló que el 31,8% de los encuestados quería desempeñar trabajos afines con el deporte (25% más que el 2010), mientras que 21,1% (casi 5% más que el 2010 y 3% más que el 2009) mencionan que desean dedicarse al fútbol como carrera profesional.

Lo expuesto sugiere que la cantidad de jóvenes que se inician en la práctica de esta disciplina excede la demanda o requerimientos que tienen los clubes profesionales, lo cual exige a los clubes desarrollar procesos de preparación para potenciar las habilidades futbolísticas en sus deportistas. Los mismos, a su vez, se convierten en medios para seleccionar a los más calificados, lo que implica que no todos serán elegidos. En ese contexto, de formación y

entrenamiento, la posibilidad de no ser elegido puede configurarse en una amenaza para lograr la meta de ser un futbolista profesional. Esto se convierte en un factor de estrés, lo que puede interferir de manera significativa en los entrenamientos de un deportista que no esté preparado emocionalmente para enfrentarse a ello. Al respecto, García-Naveira y Villanueva (2012) revelan que solo el 8% de futbolistas juveniles llegarán a ser parte de un club profesional de primera división.

El Perú no está exento a esta realidad, pues el fútbol ha sido y sigue siendo uno de los deportes más practicados. Álvarez (en Panfichi 2016) señala que el fútbol, desde que llegó a territorio peruano a fines del siglo XIX, es uno de los deportes más populares. En ese sentido, la Compañía Peruana de Estudios de Mercado y Opinión Pública SAC – CPI (2015) realizó una investigación en 17 departamentos con 12,091,809 peruanos, evidenciando que el 60% de estos se consideraban "hinchas o simpatizantes" de algún equipo de fútbol profesional de nuestro país. También, otro estudio realizado por la empresa CCR (2016) mostró que el 52% de la muestra encuestada tenía el hábito de practicar deporte; y, de ese grupo, el 48% prefería el fútbol.

A pesar de que, actualmente, la selección mayor peruana de fútbol logró de manera ajustada clasificar al mundial de Rusia 2018, es evidente que existen aspectos que deben revisarse en esta disciplina deportiva. Al respecto, es relevante destacar lo que, hace algunos años, Panfichi (en Guzmán, 2015) señalaba en relación a la presencia de tres factores que convergen en el desarrollo de dicho deporte, y, por tanto, en las crisis que se generan al

interior del mismo. El primero se refiere al manejo económico de los clubes; el segundo, a la idoneidad de las personas para asumir el rol dirigencial; y el tercero, a las expectativas de resultados, que albergan los "hinchas" que no han sido cubiertas por los deportistas en los últimos años; este tercer factor se convertiría en una presión social para adolescentes y jóvenes futbolistas que se preparan para profesionalizarse en el fútbol.

Lo expuesto influirá, por tanto, en las posibilidades de generar ambientes propicios que faciliten el desarrollo pleno de las capacidades y destrezas necesarias para los deportistas juveniles de esta disciplina.

Por otro lado, se conoce que existen factores de riesgo, a nivel social, a nivel de creencias y a nivel deportivo, que pueden llevar a un futbolista, en formación o profesional, a desarrollar el síndrome de burnout. Un primer factor es el económico. Hoy en día esto toma una gran relevancia, en un contexto en donde los ingresos económicos de un futbolista profesional pueden ser muy atractivos, siempre y cuando, su equipo consiga el éxito (Szymanski, 2014). Al respecto, Roffé y Bracco (2003) mencionan que el tema salarial genera presión en los futbolistas desde temprana edad por creencias que se generan en dicho ámbito como "ganar para ser exitosos, ser los salvadores económicos de la familia y tener que devolver aquello que sus padres invirtieron en ellos", esto dificulta que los jóvenes deportistas puedan centrarse en cumplir la meta de ser un profesional del fútbol y ser parte de un equipo de prestigio a nivel mundial. Asimismo, Olmedilla, García y Garcés de los Fayos (2003) tienen la sospecha de que el dinero es una de las principales motivaciones por la que cada vez más

personas se ponen como meta ser futbolista profesional, pero, al mismo tiempo, una de las variables que puede ejercer mayor presión psicológica en estos deportistas

Por otro lado, existen factores de riesgo a nivel del pensamiento de los futbolistas los cuales se presentan como creencias que generan presión, como por ejemplo el miedo a tener una lesión que lo aleje por mucho tiempo del fútbol o el pensamiento irreversible de que la profesionalización en el fútbol es la única opción para sus vidas pueden generar el desarrollo del síndrome en los futbolistas (Russi, 2014). Por esta razón, durante el transcurrir de los años, los que perciben que no llegan a la meta de ser futbolistas profesionales se enfrentan con una realidad no esperada que genera en ellos sentimientos de desesperanza y de incapacidad.

Por último, existen factores de riesgo para el desarrollo del síndrome de burnout que están inmersos en todos los ambientes deportivos como "el entrenamiento excesivo y/o la falta de recuperación física, excesivas demandas competitivas, demandas escolares o laborales, relaciones sociales estresantes, demandas negativas de rendimiento, apoyo social deficiente, presión de los padres, presión del entrenador y pocos logros" (Cantú-Berrueto, López, Castillo, Ponce, Álvarez y Tomás, 2015). La aparición del síndrome no solo va a depender de la vivencia del futbolista con estas situaciones de riesgo, sino de los recursos que posee o no para afrontarlas.

En el fútbol, el síndrome de burnout no sólo se evidencia en aquellos deportistas que no logran llegar a ser profesionales o a destacar en el fútbol, sino que este puede ir gestándose desde una edad temprana, en aquellos que

buscan conseguir metas muy elevadas dentro de este deporte, como anhelar ser un destacado futbolista del nivel de Lionel Messi o Cristiano Ronaldo, futbolistas con un talento sobrenatural, conseguir ganar competencias que ningún peruano consiguió en este deporte, o poder firmar un contrato millonario con algún club destacado a nivel mundial (Cañizares, 2014). En un trabajo de investigación en España, se encontró que los niños y jóvenes sufren una alta carga de estrés en la práctica del fútbol, motivo por el cual, el 40% de estos acaban abandonando dicho deporte (Garcés de los Fayos y Canton, 1995). Toda esta carga, principalmente propiciada por el ambiente, como pueden ser los padres de familia, genera una elevada percepción de estrés en los deportistas, lo cual está relacionado positivamente con el síndrome de burnout (Briceño, 2015). Por esta razón, las personas deben realizar esfuerzos cognitivos y comportamentales constantemente para manejar las demandas externas o internas que exceden sus recursos, a estas se le conoce como estrategias de afrontamiento (Fletcher y Scott, 2010).

Existen estudios, dentro y fuera del ámbito deportivo, que han revelado el rol que juega las estrategias de afrontamiento en el desarrollo del bienestar psicológico. Al respecto, se han encontrado estudios que señalan que las estrategias de afrontamiento favorecen y potencian el bienestar psicológico de las personas y evitan las conductas de riesgo para enfrentar una situación determinada (Blanch, Aluja y Biscarri, 2002; Raedeke y Smith, 2004; Romero et al., 2010).

Específicamente en el deporte, se conoce que los deportistas constantemente se enfrentan a niveles elevados de ansiedad, buscando

bloquear los estímulos o factores de riegos antes mencionados e incrementando la información que pueda contribuir a una ejecución óptima (Márquez, 2006). Además, aquellos deportistas que no poseen ciertas estrategias de afrontamiento adecuadas respecto de las diversas demandas y exigencias de su actividad deportiva, experimentarán un estrés prolongado que se traduce en un debilitamiento de la capacidad de ejecución y, en algunos casos, la aparición del síndrome de burnout (Márquez, 2006).

En este marco, se puede observar el uso de estos hallazgos, por parte de la psicología deportiva, al incorporar en sus ámbitos de actuación la aplicación de técnicas de intervención derivadas del conocimiento que se tiene de la mediación de las estrategias de afrontamiento en el proceso que conlleva el desarrollo del síndrome de burnout (Van Yperen, 2009).

Finalmente, en nuestro país, el contexto y los factores de riesgos implicados en la práctica del fútbol, descritos en párrafos anteriores, pueden predisponer el desarrollo de un estado psicológico poco propicio en los deportistas de esta disciplina, que, al no ser atendidos de manera oportuna, puede derivar en un síndrome de burnout, que pone en riesgo la continuidad del deportista en el fútbol, como lo explican algunos investigadores, anteriormente referidos; por tanto, es importante encontrar maneras de prevenir y atender dicho fenómeno.

Por lo expuesto y tomando en cuenta los resultados de investigaciones previas que describen asociaciones entre el síndrome burnout y las estrategias de afrontamiento, así como los pocos estudios, que existen en el

ámbito deportivo peruano, sería importante confirmar el comportamiento de la relación entre ambas variables en el contexto del fútbol peruano.

Es así que el presente estudio pretende dar respuesta a la siguiente interrogante: ¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de Burnout en futbolistas juveniles de dos clubes profesionales de Lima, que se encuentran actualmente en competición y que cuentan con un departamento psicológico para apoyar al deportista?

1.2 Justificación y relevancia

La relevancia de toda investigación radica en las implicancias de sus diversos aportes (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). En ese sentido, la investigación aporta el análisis de la relación entre el síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento en el contexto del fútbol peruano juvenil. Asimismo, supone un aporte práctico, el cual considera que los resultados que derivan de esta investigación contribuirán con el diseño de estrategias de acompañamiento psicológico idóneas para deportistas juveniles de los clubes participantes durante su proceso de formación, alineadas con las características socioculturales de dicha población; esto contribuirá al desarrollo de mejores condiciones en el proceso de formación al interior de los distintos clubes deportivos del país y permitirá disminuir las consecuencias negativas del síndrome de burnout, como el abandono deportivo, en futbolistas juveniles en proceso de formación (Gustafsson, Kenta, Hassmén y Lundqvist, 2007).

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 Fútbol

El fútbol es el deporte más popular que existe en el mundo hoy por hoy según la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte de la ciudad de México (2008), y una de las principales industrias de entretenimiento de la última década (García Del Barrio y Pujol, 2007). La Real academia española (2014) lo define como:

> Juego entre dos equipos de once jugadores cada uno, cuyo objetivo es hacer entrar en la portería contraria un balón que no puede ser tocado con las manos ni con los brazos, salvo por el portero en su área de meta.

Al igual que otras disciplinas deportivas, la persona que comienza a practicar el fútbol tiene dos posibilidades, como lo mencionan García Del Barrio y Pujol (2007): por un lado, está la práctica por mera diversión y ocio; y, por otro lado, se encuentra la industria del fútbol, donde las personas que practican este deporte tienen como objetivo profesionalizarse. Es en este segundo espacio, donde la psicología deportiva ha centrado toda su atención con el fin de estudiar las conductas de los futbolistas en el proceso de profesionalización.

2.1.1 Futbol formativo

Sáenz-López (2007) menciona que para que un deportista pueda alcanzar la alta competición es necesario pasar por un proceso de

formación, el cual se ha ido adaptando y modificando según las necesidades de los deportistas. Hoy en día la formación de un futbolista juvenil no solo se centra en la profesionalización, como hace unos años atrás, sino en el desarrollo progresivo y pedagógico de características técnico-tácticas, físicas y psicológicas para el aprendizaje de un deporte (Giménez, Abad y Robles, 2010).

Existen distintos autores (Gimenez, 2000; Saén-López, 2007; Wanceulen, 2010; Giménez, Abad y Robles, 2010) que han generado propuestas sobre las etapas de formación por las que debe pasar un deportista. Estos coinciden en que son tres las etapas de formación de un futbolista: La de iniciación, la de desarrollo y la de rendimiento. En la etapa de iniciación, el objetivo es que el niño aprenda las acciones y fundamentos básicos del fútbol, además de empezar a desarrollar la creatividad y toma de decisiones en el deporte. En nuestro país, la mayoría de niños tienen la experiencia de esta fase en las escuelas de fútbol. La siguiente etapa es la de desarrollo, en la cual se busca el mejoramiento de las acciones y fundamentos específicos del fútbol, la mejora de la técnica y táctica. Además, se busca el perfeccionamiento de la capacidad física y mental. Son los equipos de división de menores de nuestro país quienes albergan a los futbolistas durante esta fase. Por último, en la etapa de rendimiento se debe lograr la máxima eficacia de las acciones técnico, tácticas, físicas y psicológicas del juego durante la competición buscando la profesionalización en el deporte.

Cabe resaltar, que en la última década se ha dado énfasis a la etapa previa a la iniciación en el deporte, la que los autores llaman “fase de pre iniciación”, y tiene como objetivo que el niño tenga un primer contacto con el deporte, pueda desarrollar habilidades comunes de la mayoría de deportes y el pensamiento táctico básico (Giménez, Abad y Robles, 2010).

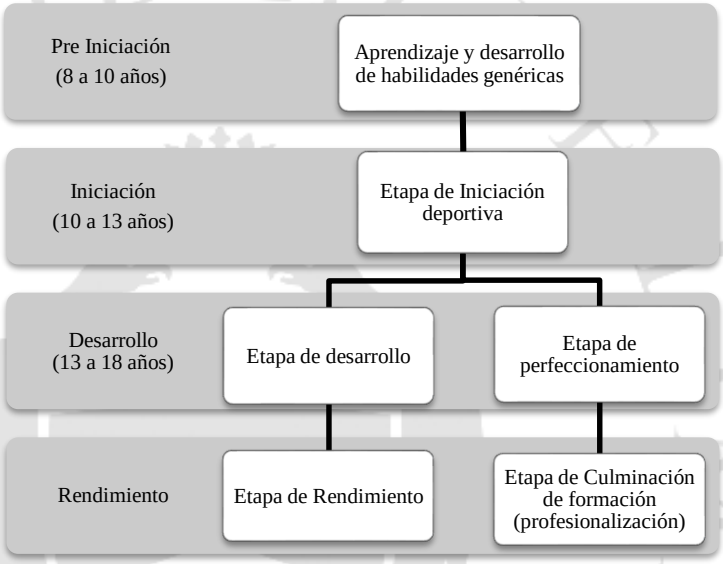

Figura 1: Etapas de formación deportiva en el fútbol

Durante las etapas de pre iniciación y de desarrollo, los clubes o escuelas de fútbol centran sus energías en que los futbolistas juveniles desarrollen al máximo sus habilidades técnico-tácticas, físicas y psicológicas respetando una progresión metodológica que favorece el proceso evolutivo natural de los deportistas, con el fin de conseguir la profesionalización y la formación integral.

2.2 Síndrome de burnout

El síndrome de burnout es un constructo psicológico, que surge en el campo de la salud y el campo laboral (Maslach y Jackson, 1981; Maslach y Schaufeli, 1993; Weber y Jaekel-Reinhard, 2000; Maslach, Schaufeli, y Leiter, 2001; Maslach, Jackson y Leiter, 2006; Carlín y Garcés De los Fayos, 2010). Freudenberger (1974) fue el primero que se refirió científicamente al síndrome de burnout, desde el campo de la medicina y la psiquiatría, evidenciando dicho constructo con profesionales voluntarios del campo de la salud, luego que, en un lapso de entre uno y tres años, la mayoría de trabajadores empezaron a sufrir un desgaste de energía, desmotivación, falta de interés en el trabajo y varios síntomas de depresión y ansiedad. Dichos trabajadores carecían de horarios fijos, sus jornadas laborales eran extensas, el salario que recibían era escaso y se encontraban en un contexto social muy exigente, que provocaba mucha tensión. A partir de esto, describió a dicho síndrome como un fracaso o un agotamiento dado por las demandas excesivas sobre la fuerza o los recursos que una persona posee. Utilizó la palabra "burnout" debido a que la misma se utilizaba para hacer mención de "los efectos del consumo crónico de sustancias tóxicas de abuso y era una palabra de uso común en la jerga atlética, deportiva y artística, que hacía referencia a aquellos sujetos que no conseguían los resultados esperados pese al esfuerzo realizado" (Carlín y Garcés de los Fayos, 2010).

Años más tarde, a mediados de los años setenta, fue la psicóloga social Cristina Maslach quien se preocupó por investigar y estudiar el síndrome en profesionales relacionados con el servicio a la comunidad

como policías, médicos, enfermeras, etc. Describió al síndrome, evidenciado en los profesionales mencionados, como una respuesta extrema a un estrés constante con repercusiones individuales, sociales y organizacionales; además, pudo observar que el constructo está acompañado por tres dimensiones las cuales se relacionan con los síntomas hallados en las personas que padecían el síndrome (Maslach, y Jackson, 1981; Garcés de los Fayos y Cantón, 1995).

Una de las dimensiones señala al agotamiento emocional, entendido como la situación en la que los trabajadores sienten que ya no pueden dar más de sí mismos en el ámbito emocional y afectivo, motivo por el cuál hacen su trabajo desganados y sin motivación. Otra dimensión que se dio a conocer fue la despersonalización, entendida como el desarrollo de sentimientos y actitudes de carácter negativo hacia las personas del ambiente laboral; evidenciándose un cambio de actitudes y respuestas hacia los demás con irritabilidad y desmotivación hacia el trabajo, debido al fastidio que se experimenta hacia el resto de personas. Por último, la dimensión referida a la baja realización personal, que se manifiesta en la tendencia a evaluarse negativamente, respecto de sus actitudes y respuestas hacia sí mismo, así como, las habilidades para realizar el trabajo y para socializar con las demás personas. Esto trae como consecuencias baja productividad, malas relaciones interpersonales, incapacidad para soportar la presión y una pobre autoestima.

En base a estas definiciones se creó el instrumento Maslach Burnout Inventory (Maslach y Jackson, 1981; Maslach et. al., 2006) en el cual

se definió ya universalmente el burnout como una respuesta mantenida al estrés laboral crónico integrada por las tres dimensiones ya mencionadas.

En la actualidad, el síndrome de burnout no solo se observa en el ámbito laboral y/o de la salud, sino que también se ha empezado a estudiar en el campo académico (Palacio, Caballero, Gonzales, Gravini y Contreras, 2009; Barraza, 2009; Barraza, Ortega, y Ortega, 2012) y en el campo del deporte (Raedeke y Smith, 2001; Jiménez, Hernández, Perreira y Herrer, 2003; Raedeke y Smith, 2004; Gustafsson, Kentta, Hassmén, y Lundqvist, 2007; Lonsdale, Hodge, Rose, 2009; Villamizar, 2012).

2.2.1 Síndrome de burnout en el deporte

Hace algunas décadas, el concepto de burnout fue contextualizado en el ámbito deportivo. Fender (1989), conociendo las particularidades del ámbito del deporte, definió al síndrome de burnout dentro del deporte como una respuesta ante estímulos estresores en situaciones deportivas que se caracteriza por agotamiento emocional, actitud impersonal hacia las personas implicadas en el marco deportivo y disminución del rendimiento. Sin embargo, fue Raedeke en 1997 que, siguiendo la sugerencia de Maslach y Schaufeli (1993) de adaptar la definición del constructo en el área laboral para que se ajuste a distintos ambientes, definió al burnout en el deporte como un estado de agotamiento físico/emocional, reducida sensación de logro y devaluación de la práctica deportiva. Lo más relevante, en comparación al modelo

original, se da en el reemplazo que se realizó de la dimensión despersonalización por devaluación de la práctica deportiva. Raedeke (1997) afirma que la despersonalización no puede ser tomada en cuenta en el área deportiva, ya que los deportistas no generan actitudes negativas, de insensibilidad y desinterés hacia las personas que los rodean; más bien, el autor plantea la dimensión de devaluación, donde esa negatividad y desinterés se enfoca, no en otras personas, sino en el deporte practicado.

Según el autor mencionado, el agotamiento emocional y físico (AFE) suele ocurrir como resultado de las intensas demandas de competencia y formación. Un sentido reducido de logro (RSL) se refiere a los sentimientos de inadecuación del deportista con sus destrezas y habilidades en el deporte. Y, por último, la devaluación de la práctica deportiva (DPD) se refiere a una situación en la que un deportista deja de preocuparse por el deporte y por su propio desempeño (Raedeke, 1997; Sorkkila, Aunola, y Ryba, 2016).

En los últimos años varios autores han buscado crear herramientas que favorezcan a la evaluación de dicho síndrome. En el año 2010, Pedrosa y García-Cueto realizaron un análisis de los estudios realizados sobre el Síndrome de Burnout en deportistas, las cuales estaban relacionadas con aspectos psicológicos del trastorno (no orgánicas ni médicas) y habían sido publicadas después del año 2000. Se encontraron, en dos grandes librerías electrónicas como son EbscoHost y PubMed, un total de 58 artículos científicos. Los resultados se observan en la tabla 1.

Tabla 1

Instrumentos de medida empleados para evaluar el Síndrome de Burnout en el deporte

Instrumentos	N° de artículos	%
- Athlete Burnout Questionnaire (ABQ)	36	57,1%
- Maslach Burnout Inventory (MBI)	5	7,9%
- Eades Burnout Inventory (EBI)	2	3,2%
- Athletic Training Burnout / Burnout inventory for Athletes / Inventario de burnout en deportistas	20	31,8%

Nota: Tomada de Pedrosa y García-Cueto, (2010)

De la misma manera, en el año 2016, García-Parra, González, y Garcés de los Fayos hacen una revisión de las investigaciones realizadas y publicadas desde el inicio del estudio del síndrome en el deporte hasta marzo del 2015 en las bases de datos Web of Science, SCOPUS, DIALNET, PSICODOC, SCIELO Y PsycINFO. Se encontraron un total de 248 artículos de 31 países distintos y se observó que desde el año 2006 ha ido incrementando el número de estudios realizados, siendo 32 artículos el mayor número de publicaciones realizadas en el año 2012. Al igual que el estudio realizado por Pedrosa y García-Cueto (2010), el instrumento con mayor uso fue el Athlete Burnout Questionnaire-ABQ (Raedeke y Smith, 2001), el cual fue utilizado en 73 estudios revisados; mientras que en segundo lugar está el Maslach

Burnout Inventory-MBI (Maslach and Jackson,1981), utilizado en 31 estudios.

En cuanto al ABQ, fue en el año 2001 que Raedeke y Smith elaboraron el instrumento para poder medir y evaluar el síndrome de burnout en el ámbito del deporte, el cual se estructura en base a 3 dimensiones del constructo planteado por Readeke (1997): Agotamiento físico/emocional (AFE), reducida sensación de logro (RSL) y desvaloración de la práctica deportiva (DPD). Esta herramienta el día de hoy es una de las más utilizadas en los estudios del síndrome en el deporte (Marín, Ortín, Garcés de los Fayos, y Tutte, 2013; Cresswell, 2008; Hill, Hall, Appleton y Kosub, 2008; Pedrosa, Suarez, Pérez Sánchez y García-Cueto, 2011; Reynaga-Estrada, Mena, Valadez, Rodríguez y Gonzales, 2017). Dicho instrumento fue adaptado al español en el año 2007, pero luego fue mejorada por Arce, De Francisco, Andrade, Arce y Raedeke en el año 2010 en España. Se modificaron 3 ítems, quedando con 15 como en la versión inicial (5 ítems por componente) y se hallaron correlaciones entre factores que iban de .50 a .81.

Las investigaciones en los últimos años han reflejado la presencia del síndrome de burnout en deportes colectivos. Sierra y Abello (2008) realizaron una investigación con beisbolistas de entre 14 y 18 años para conocer la presencia del síndrome de burnout y la relación de este con los pensamientos irracionales. En primer lugar, se conoció que el 50% de la muestra presentaba puntajes que evidenciaban la presencia del

síndrome de burnout, y que 8 beisbolistas, de entre 17 y 18 años, se les encontró un puntaje elevado de burnout. Los autores explican que una de las causas podría ser que estos deportistas estudian educación superior, están sujetos a presiones familiares, económicas, entrenadores y a los cazatalentos. Además, los deportistas obtuvieron puntaciones elevadas en los componentes de "autoconfianza" y "autoexigencias" de los pensamientos irracionales, los cuales podrían haber aumentado la probabilidad del desarrollo del burnout.

Gimeno, Buceta y Pérez-Llantada (2007) realizaron una investigación longitudinal con deportistas de entre 11 y 18 años, se encontró que, los futbolistas, luego de 4 años de ser evaluados, el 53% abandonaron la práctica del deporte debido a que no tenían las herramientas para afrontar el estrés lo que produjo en ellos un agotamiento físico y emocional. Por otro lado, el grupo que continuaba jugando (47%) percibía un mejor control del estrés. Así mismo, se encontraron otras características psicológicas que diferenciaban a ambos grupos: Mayor confianza en su técnica, menos vulnerabilidad de la confianza en sí mismo, planteamiento de metas alcanzables, presencia, en menor medida, de una ansiedad intensa mientras están jugando un partido, menos dudas sobre sus posibilidades de hacerlo bien en los partidos y mayor confianza cuando comienza haciéndolo mal. Otro estudio, en el 2007, con atletas de entre 16 y 21 años de edad de 29 disciplinas deportivas reveló que aproximadamente entre el 1 y 9% de los deportistas evaluados mostraron niveles elevados del síndrome de burnout, mientras que entre el 1% y el 2% mostraron niveles severos,

los cuales mostraron ciertas conductas de abandono deportivo (Gustafsson, Kenta, Hassmén y Lundqvist, 2007).

Villamizar (2012) llevó a cabo una investigación descriptiva con el fin de valorar el síndrome de burnout en una muestra de 20 jugadores de fútbol profesional en competición de entre 19 y 29 años de edad. Para recoger información se utilizó la validación española del cuestionario ABQ (Arce, De Francisco, Andrade, Arce, y Raedeke, 2010). Esta fue aplicada en dos momentos: a comienzos de diciembre del 2011 y se replicó casi un mes después. En cuanto a los resultados, se encontraron evidencias de validez de la estructura interna consistentes, los cuales confirman la existencia de un modelo de tres dimensiones de primer orden como el instrumento original. Por otro lado, en cuanto a los resultados descriptivos, el autor menciona que hay una "importancia llamativa" del síndrome de burnout en los jugadores de fútbol pertenecientes al club evaluado, encontró que los deportistas obtuvieron como valor más elevado "reducida sensación de logro", y se pudo apreciar que, en el transcurso del mes entre la primera y la segunda aplicación, los deportistas mostraron aumento en las dimensiones de "agotamiento físico/emocional" y "devaluación de la práctica deportiva; mientras que en la otra dimensión se evidenció una disminución. Además, concluyó que cada uno de los componentes del burnout en el deporte están relacionados con algún aspecto del fútbol. El agotamiento físico/emocional (AFE) está relacionado con futbolistas que tienen cierto nivel de intensidad competitiva, los cuales se ven sometidos a estímulos que generan presión para obtener un mejor

rendimiento, sumado a que coincide con el periodo de contrataciones para otros clubes de fútbol en la región; y la reducida sensación de logro (RSL), se relaciona a medida que va pasando el tiempo de la competición con la devaluación de la práctica deportiva (DPD). Sobre esto último, el autor menciona que este aspecto debe ser tocado a profundidad en próximas investigaciones.

Las evidencias revelan que el síndrome de burnout empieza a tomar una relevancia desde el plano psicológico en el deporte, a partir de que los estudios empiezan a revelar que los deportistas presentan síntomas perceptibles del síndrome y, que este, está relacionado, de forma positiva con aspectos que no permiten tener una salud emocional y/o mental óptima, para un buen desempeño deportivo (Carlín y Garcés de los Fayos, 2010; García-Parra, et. al., 2016).

Finalmente, se ha encontrado que existen variables en el deporte que se asocian al burnout como la motivación, lo que se evidenció en una investigación que se realizó con atletas canadienses (media de edad 22,9 años) con el fin de establecer la relación que existe entre los tipos de motivación, según el modelo de la teoría de la autodeterminación; y el síndrome de burnout en deportistas. Esta se realizó con 201 atletas de 51 disciplinas deportivas distintas y con promedio de edad de 22,9 años. Para medir los niveles de burnout y poder compararlo con las otras variables, se utilizó el instrumento ABQ (Raedeke & Smith, 2001). Los resultados mostraron que la motivación extrínseca controlada (cumplir demandas externas para evitar culpa o vergüenza)

se correlaciona positivamente con el síndrome de burnout; mientras que la motivación intrínseca (amor por el fútbol) y extrínseca autónoma (resultados valiosos, egocentrismo), se relaciona negativamente con burnout; además, las variables de autonomía y competencia fueron correlacionadas de manera negativas con el síndrome de burnout (Lonsdale, et. al., 2009).

2.3 Estrategias de Afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento son un constructo que se encuentra fuertemente relacionado con el estrés. El fenómeno del estrés comenzó a estudiarse en los años cincuenta, afirmándose la existencia de situaciones o condiciones del entorno que tenían la capacidad de agotar la resistencia de cualquier organismo (lo que hoy llamamos estresores), las mismas que se pensaban que eran universales; sin embargo, se comenzó a observar que existían diferencias sobre cómo las personas afrontaban los sucesos de distintas formas (Vázquez, Crespo y Ring, 2000). Es en ese momento en que se conoció que era la interpretación o valoración que cada persona realizaba sobre una situación la que determinaría qué tan estresante es, o no, el suceso; además, de igual manera, cada individuo utilizaría distintas estrategias-acciones o pensamientos- para manejar una situación estresante (Lazarus y Folkman, 1986).

Es a partir de estos hallazgos, realizados por Lazarus y Folkman (1984), que este constructo inicia a ser estudiado, definiéndolo como aquellos esfuerzos cognitivos y del comportamiento, constantemente cambiantes, que son usados para hacer frente a las demandas, internas o externas, percibidas como excedentes o que sobrepasan los recursos del propio

individuo. Dichos esfuerzos se utilizan para contrarrestar los efectos de las situaciones que una persona valora como amenazantes y por medio de las cuales trata de lograr equilibrio entre la relación persona y ambiente. Asimismo, los autores mencionan que "los cambios que acompañan al afrontamiento son consecuencia de las continuas evaluaciones y reevaluaciones de la cambiante relación individuo-entorno" con lo cual determinan que va variando a lo largo del tiempo como un proceso y no como rasgos que una persona posee. El hecho de poner en marcha alguna estrategia de afrontamiento no garantiza el éxito en la persona. El inicio de este proceso se da como respuesta a una evaluación previa de la persona al darse cuenta o percibir que sus metas u objetivos han sido perjudicados, perdidos o amenazados (Folkman & Moskowitz, 2004); si en experiencias pasadas la persona tuvo éxito al solucionar una problemática, se repetirá el tipo de estrategia en situaciones similares, en caso contrario se buscará otra (Della, 2006).

Las estrategias de afrontamiento son clasificadas en dos tipos, según una jerarquía de segundo orden, el centrado en el problema objetivo o en la tarea (TOC), el cual trata de buscar solución al problema experimentado realizando una acción determinada; y, el otro, el dirigido a la propia emoción (EOC) del sujeto ante la situación estresante, para modificar el modo de asimilar el suceso. (Lazarus & Folkman, 1985; 1986; 1987); sin embargo, hay autores que han puesto en evidencia la posibilidad de la existencia de no solo dos tipos de estrategias, sino de tres, agregando a la definición tradicional las estrategias basadas en la evitación, las cuales permiten que la persona cambie su foco de atención hacia una tarea

irrelevante a la situación que genera estrés o malestar (Carver, Scheier, y Weintraub, 1989; Endler y Parker, 1994; Gaudreau, El Ali, y Marivain, 2005).

2.3.1 Estrategias de afrontamiento en el deporte

En los últimos años, en el ámbito del deporte se ha evidenciado un interés alrededor de estudios relacionados con la forma en que los deportistas enfrentan las demandas estresantes encontradas en el contexto deportivo. Es así que no solo se han centrado en proporcionar descripciones detalladas de las acciones que realizan, sino que han conducido a la identificación de numerosos grupos de distintas estrategias de afrontamiento. Gaudreau y Blondin (2000) proponen un modelo jerárquico del afrontamiento en la competición deportiva basado en 10 estrategias, cada una de ellas divididas en 2 dimensiones según la manera en la que se afronta el problema. Las estrategias son las siguientes

- Estrategias centradas en la tarea:
    - Control del pensamiento: Acciones cognitivas utilizadas con el fin de reestructurar las propias cogniciones (pensamientos o ideas) del deportista, enfatizando en los pensamientos positivos de sí mismo y de situaciones deportivas estresantes pasadas, presentes y futuras.
    - Imaginería: Acciones cognitivas utilizadas para practicar mentalmente la táctica, técnica o los aspectos psicológicos

asociados con situaciones deportivas estresantes presentes, pasadas y futuras.

- Relajación: Acciones conductuales utilizadas con el fin de reducir en el deportista el nivel de tensión fisiológica, muscular y mental.
- Despliegue de Esfuerzo: Acciones conductuales utilizadas con el fin de usar los recursos físicos y mentales del deportista para actuar directamente sobre las situaciones de estrés encontradas en contextos deportivos.
- Análisis lógico: Acciones cognitivas utilizadas con el fin de identificar y / o evaluar los factores internos y externos asociados a situaciones estresantes del presente, pasado o futuro que se encuentran en entornos deportivos.
- Búsqueda de apoyo: Acciones conductuales utilizadas para obtener consejos, comentarios, apoyo emocional y/o apoyo instrumental de otras personas.

- Estrategias centradas en la emoción:
  - Salida de emociones desagradables: Acciones conductuales utilizadas para expresar y liberar las emociones desagradables experimentadas en situaciones estresantes del deporte.
  - Distracción mental: Acciones cognitivas y conductuales utilizadas con el fin de centrarse voluntariamente en cosas que son irrelevantes o no están relacionadas con el ámbito deportivo.

- Resignación: Acciones cognitivas y conductuales utilizadas para evitar hacer las acciones que sean necesarias para el lograr el desempeño que el deportista espera.
- Distanciamiento social: Acciones conductuales utilizadas con el fin de evitar mantener contacto social con las personas que rodean al deportista (familiares, amigos, pareja, etc.)

Asimismo, Montes y Restrepo (2015) definen a las estrategias de afrontamiento en el deporte como estrategias claras y eficaces para enfrentar las situaciones estresantes que se presentan en la competición y que pueden afectar el rendimiento de los deportistas; además mencionan que al existir la ausencia de estas estrategias no solo se vivencia un fracaso en el deporte, sino que esto puede llevar a la deserción deportiva.

Gaudreau, El Ali y Marivain (2005) realizaron un estudio con una muestra de corredores de maratón para poder evaluar la validez factorial del modelo hipotético del ISCCS con 366 atletas franceses, de entre 19 y 74 años de edad, que participaron en la maratón de Nueva York en el año 2001. Se encontró un mejor ajuste y mayores evidencias de validez de estructura interna en el modelo jerárquico de segundo orden basado en 3 dimensiones de las estrategias de afrontamiento: Centrada en la tarea (TOC), en la emoción (EOC) y en estímulos no relacionados con la situación estresante o la evitación (DOC).

Campillo, Salguero, Márquez y Molinero (2013) realizaron una investigación con jóvenes deportistas (15 y 16 años) que tenía como

objetivo conocer cuáles eran las estrategias de afrontamiento más utilizadas y comparar si estas difieren en función a otras variables como categoría competitiva, años de experiencia y periodo de la temporada. Los resultados del estudio mostraron que los deportistas utilizan con mayor frecuencia la "Imaginería mental" y el "Análisis lógico" para afrontar las demandas internas o externas a la hora de jugar, lo que no significa que sean las más efectivas. Estas dos estrategias están englobadas en la categoría de estrategias centradas en la tarea (ECT), las cuales están más relacionadas con el rendimiento deportivo. En cuanto al segundo objetivo, se halló que la variable "nivel competitivo" puede ser un predictor de las estrategias de afrontamiento. La estrategia "Análisis lógico" fue más elevada en las personas de mayor experiencia en el campo deportivo y, en contra parte, la estrategia "Búsqueda de apoyo" en aquellas de menor categoría competitiva. Además, en cuanto a la variable "experiencia en la competición" se encontró que aquellos deportistas que llevan más años y participan en torneos fuera de su ciudad utilizan con más frecuencia la estrategia "análisis lógico". Asimismo, un estudio longitudinal realizado con deportistas holandeses en la Universidad de Groningen encontró que los deportistas más exitosos (luego de quince años) eran más propensos a utilizar estrategias de afrontamiento centradas en la tarea y en el soporte social que los deportistas "menos o poco" exitosos (Van Yperen, 2009).

2.4 Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento

Las investigaciones revelan que uno de los aspectos psicológicos que interfiere en la permanencia y el desempeño de un deportista en el fútbol es el síndrome de burnout, el cual está presente durante el proceso de competición y puede generar el abandono del deporte. Sobre lo mencionado, se han encontrado autores que estudiaban la relación que existe entre el síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento. Shirom (1989) define al síndrome de burnout como una consecuencia de la disfuncionalidad de las estrategias de afrontamiento, de manera que al poseer menos recursos personales, aumenta el síndrome, por lo que la variable de afrontamiento sería determinante en la comprensión del burnout. Asimismo, se ha dado a conocer que para poder hacer frente a la problemática que genera el síndrome de burnout en el fútbol, las estrategias de afrontamiento son una herramienta útil para prevenir o controlar los síntomas que este genera y que interfieren en el rendimiento deportivo de la persona (Raedeke y Smith, 2001).

En el ámbito académico, se encontró que los estudiantes de educación superior mantienen una relación negativa entre las estrategias de afrontamiento centradas en la tarea (TOC) y el síndrome de burnout, es decir que mientras menos estrategias centradas en la tarea posea una persona, puede experimentar niveles de burnout más altos. También se encontró que las TOC están relacionadas de forma positiva con el rendimiento académico de los estudiantes (Palacio, et. al., 2009). Asimismo, Barraza (2009) en una investigación con alumnos

universitarios encontró que existía una correlación negativa de 0.64 entre las estrategias de afrontamiento, sin especificar de qué tipo, y el síndrome de burnout.

Además, se ha encontrado autores que han hallado asociaciones negativas entre el síndrome de burnout y otras variables como el compromiso, el afrontamiento, el disfrute y la motivación intrínseca. En cuanto a la motivación y el disfrute, se conoció que los deportistas que poseen una pasión obsesiva por la disciplina que practican pueden permanecer practicando el deporte por muchos años a pesar de los resultados negativos. También, existen estudios que han asociado el afrontamiento con otras variables como satisfacción con la vida y optimismo en futbolistas (Canton, Checa y Budzynska, 2013); y destacados desempeños deportivos y consecución de objetivos en deportistas (Nicholls, Levy, Carson, Thompson, y Perry, 2016).

Por otro lado, existen estudios que han encontrado que personas que utilizan distintas estrategias de afrontamiento experimentan en menor grado, o no experimentan, el síndrome de burnout. Por ejemplo, en el 2004 se realizó un estudio con 244 nadadores de entre 14 y 19 años de edad para conocer si el afrontamiento tenía relación con el estrés y con el burnout. Como resultado se encontró que existía una relación positiva entre el estrés y el burnout, y una relación negativa entre el estrés y el burnout con las conductas de afrontamiento de apoyo social de los deportistas. Además, se evidenció que las conductas de afrontamiento interno (más centrado en procesos internos de la persona) tienen una relación negativa más fuerte con el estrés y el burnout, a diferencia de las estrategias de

apoyo social. Los autores explican que esta relación positiva que existe entre el síndrome de burnout y las conductas de afrontamiento de apoyo social se debe a que esta es un proceso dinámico en el cual están involucrados varios individuos en contextos específicos que, en muchas ocasiones, coinciden o no, de forma óptima, entre la calidad, el tipo y la persona que brinda el apoyo con los factores estresantes específicos asociados con el síndrome de burnout (Raedeke y Smith, 2004).

Asimismo, Álvarez, Gattás, Barreiros, Reis, Ugrinowitsch (2016) realizaron un estudio longitudinal con 15 voleibolistas varones profesionales brasileros de entre 24 y 35 años de edad. El objetivo de este trabajo fue analizar la percepción del síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento durante una temporada deportiva, así como, correlacionar las características temporales de ambas variables. Se plantearon dos hipótesis las cuales fueron confirmadas al término de la investigación: la primera era que el síndrome de burnout aumenta en cuanto la competencia es más complicada e importante para el deportista; la segunda era que el uso de mayor número de estrategias de afrontamiento presenta una correlación inversa con los índices del síndrome de burnout. Durante todo el tiempo de investigación se dividió en 4 etapas la competencia por razones prácticas del estudio: M1, M2, M3 y M4. En cuanto al síndrome de burnout, al ser M4 la última y la más importante etapa, debido a que se realizan varios viajes, se compite dos veces a la semana, hay premios de los patrocinadores por resultados positivos o por la clasificación del equipo para los playoffs, además de los resultados deportivos por sí mismos; se encontró un aumento en los índices del

síndrome de burnout en los deportistas. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, no se evidenció diferencias significativas entre los cuatro momentos de la competición. Para los autores esto puede deberse a un patrón estable en el empleo de estas herramientas por parte de los deportistas, que es parte de la personalidad o un rasgo de cada uno de ellos.

UNIVERSIDAD DE LIMA
SCIENTIA ET PRAXIS

CAPÍTULO III: OBJETIVOS, HIPÓTESIS Y DEFINICIÓN DE VARIABLES

3.1 Objetivos

3.1.1 Objetivo General

Relacionar el síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento en futbolistas juveniles de dos clubes profesionales de Lima, que se encuentran actualmente en competición, y que cuentan con un departamento psicológico para apoyar al deportista.

3.1.2 Objetivos Específicos

Determinar las propiedades psicométricas del Cuestionario de Burnout en Atletas (ABQ) y del Inventario de Estrategias de Afrontamiento en Competición Deportiva (ISCCS), proponiendo los objetivos específicos que son los siguientes:

- Obtener evidencias de validez vinculadas con el contenido a través del criterio de jueces del cuestionario ABQ y del inventario ISCCS
- Obtener evidencias de validez vinculadas a la estructura interna del cuestionario ABQ y del inventario ISCCS
- Obtener evidencias de confiabilidad de las puntuaciones derivadas de aplicar los ítems que conforman el cuestionario ABQ y el inventario ISCCS, usando el método de consistencia interna a través del coeficiente del alfa ordinal

3.2 Hipótesis

3.2.1 Hipótesis General

Existe una relación inversa entre los componentes del síndrome de burnout y las diferentes estrategias de afrontamiento en futbolistas juveniles de clubes de Lima, que se encuentra actualmente en competición, y que cuentan con un departamento psicológico para apoyar al deportista.

3.2.2 Hipótesis específicas

H_1: Existe una relación inversa entre las estrategias de afrontamiento centradas en la tarea y el síndrome de burnout en futbolistas juveniles de clubes de Lima, que se encuentra actualmente en competición, y que cuentan con un departamento psicológico para apoyar al deportista.

H_2: Existe una relación positiva entre las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción y el síndrome de burnout en futbolistas juveniles de clubes de Lima, que se encuentra actualmente en competición, y que cuentan con un departamento psicológico para apoyar al deportista.

H_3: Existe una relación positiva entre las estrategias de afrontamiento evitativo y el síndrome de burnout en futbolistas juveniles de clubes de Lima, que se encuentra actualmente en competición, y que cuentan con un departamento psicológico para apoyar al deportista.

3.3 Definición de variables

3.3.1 Burnout en el deporte

Conceptualmente se define en el deporte como un síndrome psicológico caracterizado por una sensación de agotamiento emocional, devaluación de la actividad deportiva y reducida sensación de logro entre los deportistas; estas tres características constituyen las dimensiones que componen el síndrome (Raedeke y Smith, 2004).

Operacionalmente, esta variable está definida a través de las puntuaciones del Cuestionario de Burnout en Atletas (ABQ) en su traducción al español (Arce, De Francisco, Andrade, Arce, y Raedeke, 2010).

3.3.2 Estrategias de afrontamiento

Conceptualmente, las estrategias de afrontamiento se definen como esfuerzos cognitivos y comportamentales, constantemente cambiantes, que se realizan para manejar las demandas, externas o internas, que son evaluadas como excedentes los recursos de la persona (Gaudreau y Blondin, 2000). Asimismo, estos están divididos en tres dimensiones que son el afrontamiento orientado a la tarea, orientado a la emoción y orientado a estímulos no relacionados con la situación estresante (Evitación). Cada una de estas dimensiones poseen estrategias de afrontamiento que las componen. En cuanto a la primera, encontramos el control de pensamiento/la imaginería, la relajación, esfuerzo/análisis lógico y la búsqueda de apoyo; en la segunda dimensión, se encuentran las estrategias de salida de emociones desagradables y resignación; y, en la última, distracción mental y distanciamiento social.

Operacionalmente, esta variable se define a través de las puntuaciones del instrumento original de estrategias de afrontamiento “Inventaire des Strategies de Coping en Competition Sportive” – ISCCS (Gaudreau y Blondin, 2000).

UNIVERSIDAD DE LIMA
SCIENTIA ET PRAXIS

CAPÍTULO IV: MÉTODO

4.1 Tipo y diseño de investigación

El presente estudio tiene un enfoque cuantitativo y es de diseño no experimental correlacional transversal.

Es de enfoque cuantitativo, considerando que la recolección de la información se desarrolla a través de la medición, utilizando instrumentos psicométricos estandarizados y análisis estadísticos (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

En cuanto al diseño, es no experimental debido a que no se busca manipular ningún tipo de variable; además, es correlacional-transversal en medida que se busca describir la relación que existe entre dos variables, en una población, en un momento determinado (Hernández, Fernández, y Baptista, 2014).

4.2 Participantes

La muestra de participantes está conformada por futbolistas de entre 12 y 20 años de edad que pertenecen a dos clubes profesionales de Lima, que se encuentran actualmente en competición, y que cuentan con un departamento psicológico para apoyar al deportista.

La selección de los participantes del estudio fue por conveniencia (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). El tamaño de la muestra se calculó a través del programa G Power (Faul, Erdfelder, Lan, y Buchner, 2007); se encontró que, con una cantidad de 300 casos, el estudio reparte un efecto mínimo de .14 con un nivel de significación de .05 a una cola y

una potencia estadística de .80. Es decir que la muestra evaluada es lo suficientemente sensible como para detectar efectos significativos en la población (Ferguson, 2009); sumado a ello, se conoce que el tamaño de la población de futbolistas juveniles de clubes de Lima, que cuentan con un departamento de psicología, es de 480. Ambas consideraciones se alinean con criterios estadísticos referidos al tamaño de muestra recomendable en un contexto de estudio que involucra la evaluación de propiedades psicométricas (Field, 2009).

En cuanto a la distribución de la muestra, esta presenta una moda de 15 años. El 80,3% (N=241), se encuentran cursando la secundaria (entre 1ro y 5to de secundaria), el 14% (N=42) ya terminó sus estudios escolares, el 3.7% (N=11) se encuentra cursando algún tipo de estudios superiores y el porcentaje restante se encuentra en la escuela nivel primario (N=6).

En cuanto a las categorías deportivas, los futbolistas juveniles, que forman parte del estudio, están distribuidos en equipos organizados según su año de nacimiento; estos van desde la categoría 2004 hasta la categoría 1997. Aproximadamente, el 38% de los deportistas se encontraban entre las categorías 2001 y 2002; y, por el contrario, las categorías mayores fueron la que tuvieron menor participación con un 11% de la muestra. Esto se debe a que, tanto los deportistas de las categorías 1998 y 1997, se encuentra en el periodo de transición al fútbol profesional, por lo que su presencia en división de menores disminuye.

Además, se encontró que los deportistas provenían de tres distintos lugares, el 72% de los deportistas (N=216) se educó en la ciudad de Lima,

el 26,3% procede de alguna ciudad de provincia (N=79) y el 1,7% del extranjero (N=5).

Por otro lado, los deportistas con más tiempo en el club son los que tienen 9 años de antigüedad y lo mínimo es 1 año o meses de haber ingresado. Así mismo, en cuanto al tiempo que le dedican a entrenar fútbol a la semana, la gran mayoría de deportistas de la muestra, 77,7% (N=233), entrena 10 horas a la semana, 13,3% (N=40) 8 horas, 7% (N=21) 12 horas y el resto de deportistas entrenan entre 4, 6 y 14 horas a la semana.

Tabla 2

Características de la muestra según categoría deportiva, lugar de nacimiento y años en el club

Variable	Categoría	N	%
Categoría deportiva	1997	19	6.3
	1998	14	4.7
	1999	25	8.3
	2000	44	14.7
	2001	57	19
	2002	58	19.3
	2003	37	12.3
	2004	46	15.3
Lugar de nacimiento	Lima	216	72
	Provincia	79	26.3
	Extranjero	5	1.7
Años en el club	[12 - 10]	17	5.6
	[9 - 7]	71	23.7
	[6 - 4]	119	39.7
	[3 - 1]	91	30.4
	0	2	0.7

4.3 Técnicas de recolección de datos

Para la recolección de datos, se hizo uso de una ficha sociodemográfica y dos instrumentos psicométricos para medir las variables de estudio.

Ambos instrumentos pasaron por un proceso de evaluación, mediante juicio de expertos para evaluar las evidencias de validez de contenido (Escurra, 1997), pasando, posteriormente, por el análisis de las evidencias de validez de estructura interna.

4.3.1 Ficha sociodemográfica

Por medio de esta ficha, se recolectó información personal de cada uno de los futbolistas juveniles, tales como:

- Información personal: edad, lugar de procedencia, fecha de nacimiento y grado de instrucción
- Información familiar: con quién vive
- Información socioeconómica: tipo de vivienda
- Información deportiva: años practicando fútbol, años dentro del club actual, horas y días de entrenamiento en la semana, y categoría deportiva a la que pertenece

4.3.2 Cuestionario de Burnout en Atletas - ABQ

El ABQ es un instrumento creado por Raedeke y Smith (2001), siguiendo su modelo del síndrome de burnout en el deporte, con el fin de poder medir las tres dimensiones del constructo: agotamiento físico/emocional (AFE), reducida sensación de logro (RSL) y devaluación de la práctica deportiva (DPD) (Arce et al. 2010). Según los autores de este cuestionario, la reducida sensación de logro (RSL), se refiere a la tendencia a evaluarse negativamente, particularmente con respecto a logros deseados en el deporte; el agotamiento

físico/emocional (AFE), a medida que se agotan los recursos emocionales, los deportistas perciben que ya no pueden darse a sí mismos a nivel físico ni psicológico; y la devaluación de la práctica deportiva (DPD) se refiere a la pérdida de valor, para los deportistas, del deporte practicado y a su participación en él (Raedeke y Smith, 2001; Maslach, Jackson, y Leiter, 2006; Arce et al. 2010)

Para fines de este estudio, se utilizará la adaptación al español creada por Arce, De Francisco, Andrade, Arce y Raedeke (2010), dicho instrumento cuenta con 15 ítems (5 por cada categoría), los cuales se responden por medio de una escala Likert de 5 valores, que va desde "casi nunca" hasta "casi siempre".

Para el proceso de adaptación, se realizó un estudio con 326 futbolistas (73% hombres y 27% mujeres) españoles de entre 14 y 23 años. Se utilizó una adaptación preliminar al español la cual sugería un total de 21 ítems (seis más que el cuestionario original). Tras analizar la estructura interna de las puntuaciones de la prueba, se encontró que 6 ítems no correlacionaban de manera significativa con los demás ítems, razón por la cual fueron eliminados quedando 15 ítems, de los cuales 12 eran parte de la prueba original y 3 de los enunciados alternativos que se crearon, de este modo se respetó la estructura del instrumento original. También, tras emplear procedimientos de análisis factorial confirmatorio (AFC), se evidenció cargas factoriales significativas entre factores que oscilaban entre .25 y ,78. Asimismo, el coeficiente de correlación estimada entre los tres factores fue de .48. También, para

tener evidencias de validez, se evaluó el ajuste global del modelo elegido para el instrumento por medio de seis indicadores: la razón del valor del estadístico $\chi 2$ entre sus grados de libertad, el índice de bondad de ajuste (GFI), el índice de ajuste comparativo (CFI), el índice de ajuste no normado (NNFI), el error cuadrático medio de aproximación (RMSEA) y la raíz media cuadrática residual (RMR). Los resultados evidenciaron un ajuste aceptable del modelo; sin embargo, se realizaron dos modificaciones, justificadas teóricamente, para mejorar el ajuste del modelo: se afirmaron correlaciones entre los términos de error del par 5 y 7 de agotamiento físico/emocional y del par 10 y 17 de reducida sensación de logro.

Por otro lado, se hallaron evidencias favorables de confiabilidad, ya que la consistencia interna apoyó la composición de 5 ítems para cada dimensión por medio de correlaciones ítem-factor (Agotamiento emocional/físico: .54 - .66; reducida sensación de logro: .28 - .43; y devaluación de la práctica deportiva: .53 - .68). Además, el valor del coeficiente de alpha de Cronbach obtenidos también fue satisfactorio: Agotamiento emocional/físico: .83; Reducida sensación de logro: .63; y devaluación de la práctica deportiva: .81.

Por último, es importante mencionar que las correlaciones entre los tres factores (entre .50 y .81) fueron similares a las obtenidas en el cuestionario original (entre .52 y .71) (Raedeke et. al., 2001) lo cual brinda una aceptable evidencia de fiabilidad.

Tabla 3

Análisis de ítems y de la consistencia interna de la escala final ABQ - 15 ítems (Arce, De Francisco, Andrade, Arce y Raedeke, 2010)

	Ítem	Enunciado del ítem	CIF
AFE (α=,825)	2	El entrenamiento me deja tan cansado/a que me cuesta reunir la energía suficiente para hacer otras cosas.	.64
	4	La práctica del fútbol me deja demasiado cansado/a	.64
	10	Me siento físicamente agotado/a por el fútbol	.66
	12	Me agotan las exigencias físicas y mentales del fútbol	.54
	8	La práctica del fútbol me deja mentalmente agotado/a	.62
RSL (α=,625)	1	En el fútbol estoy logrando muchas cosas que valen la pena	.28
	5	Creo que no estoy logrando mucho en el fútbol	.42
	7	Pienso que no estoy rindiendo a mi nivel real en el fútbol	.43
	13	Parece que, haga lo que haga, no rindo como debería	.37
	14	Creo que tengo éxito en el fútbol	.38
DPD (α=,812)	6	Mi rendimiento en el fútbol me importa menos que antes	.63
	9	Creo que no me interesa tanto el fútbol como antes	.68
	3	Estoy dejando de disfrutar del fútbol.	.65
	11	Me preocupo menos que antes por triunfar en el fútbol.	.54
	15	Tengo dudas de si el fútbol merece todo el tiempo que le dedico	.53

AFE = Agotamiento físico/emocional; RSL = Reducida sensación de logro;

DPD = Desvaloración de la práctica deportiva; CIF = Correlación ítem-factor

Dicho instrumento proporciona una puntuación directa por cada una de las dimensiones del síndrome de burnout, las cuales se calculan al

sumar los valores dados por el deportista en los ítems de cada área otorgando un 1 a “Casi nunca” hasta un 5 a “Casi siempre”. En el caso de los ítems 1 y 14, la puntuación se da de forma inversa. Los valores pueden oscilar entre 5 y 25; a mayor puntuación dentro del rango de respuestas, más posibilidades tiene el deportista de padecer el síndrome de burnout y en mayor grado y gravedad si se presenta en más de una dimensión (Arce et. al., 2010).

En el año 2012, se realizó un estudio con 20 futbolistas de entre 19 y 29 años colombianos que tenía como objetivo determinar el síndrome de burnout en una muestra de jugadores de fútbol profesional de Santander. Para recoger información, se utilizó la adaptación española del cuestionario ABQ (Arce et. Al., 2010). En cuanto a los resultados encontrados, se confirmó el modelo de los autores originales de una estructura interna de tres dimensiones de primer orden, agotamiento físico emocional (AFE), reducida sensación de logro (RSL), devaluación de la práctica deportiva (DPD). Además, se encontraron coeficientes de consistencia interna de los factores que iban entre .68 y .72; así como coeficientes de alpha de cronbach entre los ítems que van entre .55 y .79; ambos resultados confirman una satisfactoria evidencia de confiablidad del instrumento.

En el 2015, Pedrosa y García-Cueto, utilizaron la adaptación española del ABQ para evaluar, por primera vez, la presencia del síndrome de burnout en 123 árbitros de 1ra y 2da división de la Liga Profesional de Fútbol Española, así como la relación del síndrome con otras variables

como el estrés, la ansiedad y el apoyo social. Para empezar, los autores evaluaron las propiedades psicométricas del instrumento en la muestra con la que iban a trabajar. Hallaron evidencias de confiabilidad con valores de alpha de cronbach de .91 para la dimensión de baja realización personal, .89 en cuanto al agotamiento físico y emocional y de .91 para la devaluación del deporte. Por otro lado, se encontró una prevalencia del síndrome de burnout en el 2,44% de la muestra, siendo los más propensos los árbitros principales de 1ra división con más años de experiencia. Además, se separó en cuatro grupos a los árbitros dependiendo del tiempo de experiencia que tenían en dicha especialidad: 15 años de experiencia, de 16 a 19, de 20 a 23 y más de 24 años. Solo se hallaron diferencias estadísticamente significativas en la dimensión de "devaluación deportiva". Asimismo, se encontraron tamaños del efecto elevados en las dimensiones "agotamiento físico/emocional" y "devaluación deportiva", estos revelan la importancia de la experiencia en el trabajo que realizan los árbitros ante estas dimensiones y, por lógica, ante el desarrollo del síndrome, es decir, que los árbitros con más experiencia son los que presentan un mayor riesgo de padecer el síndrome. Los autores explican que el hecho de que los árbitros lleven tantas "temporadas encima" podría generar una devaluación hacia la actividad generalizada que sería importante reducir con el objetivo de incrementar su motivación y evitar una retirada prematura; además, añaden que todo deporte competitivo demanda un proceso de comparación social constante, "por lo que el hecho de autoimponerse esta comparación durante períodos temporales

más largos puede derivar en síntomas asociados al síndrome de burnout relacionados especialmente con el agotamiento mental" (Pedrosa y García-Cueto, 2015, p. 65). Por último, en cuanto a la relación con las variables apoyo social, estrés y ansiedad, estas se consideran variables predictoras del síndrome. Se encontraron puntuaciones de correlación altas (apoyo social: .94, estrés: .78, y ansiedad: -.57) con el síndrome de burnout.

4.3.3 Inventory of Coping Strategies in Sport Competition - ISCCS

El ISCCS es un instrumento creado por Gaudreau y Blondin (2000), que sigue el modelo propuesto por ellos sobre el uso de estrategias de afrontamientos en el ámbito deportivo. Este modelo está basado en las ideas propuestas por Lazarus y Folkman (1986), las cuales mencionan que existen 10 tipos de estrategias de afrontamiento que las personas utilizan frente a distintas situaciones, que son percibidas como excedentes a sus recursos para poder sobrellevarlas. Dicho instrumento permite conocer cuáles son las estrategias que los deportistas usan con más frecuencia tanto antes como durante la competición. Las estrategias evaluadas por el instrumento son las siguientes:

- Estrategias centradas en la tarea: Control de pensamiento, imaginería, relajación, despliegue de esfuerzo, análisis lógico y búsqueda de apoyo.
- Estrategias centradas en la emoción: Salida de emociones desagradables, distracción mental, resignación y distanciamiento social.

Para fines de este estudio, se utilizará la versión mejorada del ISCCS (Gaudreau, El Ali y Marivian, 2005), esta cuenta con 39 ítems los cuales se responden bajo un sistema de escala Likert que va desde "muy en desacuerdo" a "Muy de acuerdo". Los ítems representan los 10 tipos de estrategias de afrontamiento, las cuales están ordenadas en tres factores: estrategias centradas en la tarea (TOC), estrategias centradas en la emoción (EOC) y estrategias de evitación (DOC).

Con respecto a las propiedades psicométricas, el ISCCS ha tenido dos versiones, las mismas que se desarrollaron a partir de dos estudios en el marco del ámbito deportivo (Gaudreau y Blondin, 2000; Gaudreau, El Ali y Marivian, 2005).

En la primera versión, Gaudreau y Blondin (2000) realizaron una primera versión del cuestionario, la cual tenía un total de 111 ítems y se aplicó a 360 atletas canadienses-franceses de entre 14 y 28 años; los resultados mostraron la inconsistencia factoriales, motivo por el cual se eliminaron 11 ítems. Se volvió a aplicar el cuestionario modificado a deportistas canadienses-franceses y con la nueva información se analizó la estructura interna del cuestionario para corroborar el ajuste del modelo planteado de 10 factores y conocer las evidencias de validez y fiabilidad que esta presenta, motivo por lo que se realizó un análisis factorial confirmatorio. Los factores pertenecientes a las estrategias centradas en la tarea mostraron correlaciones positivas significativas, al igual que los pertenecientes a las estrategias centradas en la emoción.

Años más tarde, en el año 2005, Gaudreau, El Ali y Marivian reevaluaron la estructura interna del ISCCS con 366 atletas franceses, de entre 19 y 74 años de edad, que participaron en la maratón de Nueva York en el año 2001. Los resultados de dicho estudio revelaron una estructura de segundo orden de 3 dimensiones: Estrategias centradas en la tares (TOC), centradas en la emoción (EOC) y estrategias de distanciamiento o evitación (DOC); lo cual contradecía la estructura interna de la primera versión del inventario. En cuanto a la nueva dimensión encontrada, se sugirió eliminar el ítem 3 "Tomaré distancia de otros atletas" ya que este obtuvo una correlación bastante baja ($\alpha <$ .15) con los otros ítems que representan a la dimensión. Se explicó que esto se debía a que el ítem 3 representa una manera de retraimiento social, mientras que los otros dos ítems representan formas internas de distanciarse de la problemática, además, siendo una maratón un espacio donde hay muchos deportistas, de los cuales no se pueden distanciarse físicamente, es más factible que se concentren en dirigir su atención hacia adentro y "distanciarse" de la competencia a realizarlo físicamente. Asimismo, al igual que en el primer estudio del ISCCS, los resultados del análisis factorial reflejaron que la eliminación del ítem 6 mejoraría sustancialmente la confiabilidad de la subescala "control de pensamiento", por lo cual, para los análisis siguientes, fue eliminado. Finalmente, los coeficientes de confiabilidad interfactor fueron aceptables y estos estuvieron entre .31 y .71, así como los coeficientes interítems que oscilaron entre .37 y .82.

En el 2016, se realizó un estudio para la validación del ISCCS en Arabia (Hajji, Baaziz, Mnedla, Jannet, Elloumi, 2016) con 419 atletas, hombres y mujeres, que participan regularmente en competiciones nacionales e internacionales tanto en deportes individuales como grupales. En un inicio, se evaluaron los aspectos psicométricos del instrumento original ISCCS en la muestra del estudio. En cuanto a las evidencias de confiabilidad se utilizó el método de consistencia interna y se encontraron coeficientes de alpha de cronbach significativos en las subescalas (TOC: .81, EOC: .64) y entre los distintos tipos de estrategias (entre .63 y .75), los cuales son bastante parecidos al cuestionario original. En cuanto a las evidencias de validez, el análisis factorial confirmatorio estimó dos modelos estadísticamente significativos, uno de 6 factores para las estrategias de afrontamiento centradas en la tarea (TOC) y uno de 4 factores para las estrategias centradas en la emoción (EOC). En cuanto al primero, se hallaron cargas factoriales de los ítems entre .54 y .76; mientras que en el modelo de EOC, entre .54 y .80. Por último, se dieron a conocer que algunas estrategias de afrontamiento varían dependiendo de ciertos aspectos personales de los deportistas. En cuanto al sexo de los atletas, se encontró que la mayoría de los hombres utilizan las estrategias de imágenes mentales y búsqueda de apoyo, mientras que las mujeres usan control de pensamientos, salida de emociones desagradables y la resignación. Además, varían en cuanto al tipo de deporte que se practica; por ejemplo, los atletas que realizan deportes individuales

usan más las estrategias búsqueda de apoyo, relajación, salida de emociones desagradables, resignación y distracción mental.

4.4 Procedimiento de recolección de datos

En primer lugar, se procedió a solicitar por escrito un permiso formal, dirigido a los Jefes de la división de menores de ambos clubes de futbol de Lima, para realizar el estudio en sus instituciones, explicando de manera detallada el propósito y procedimientos de la investigación, así como los aportes que de esta se deriven para el club.

No se consideró solicitar consentimientos informados individuales, en vista que se conoció que ambos clubes tienen como procedimiento oficial, al inicio del año, contar con la autorización de los padres de los deportistas, para que los mismos sean sometidos a las evaluaciones psicológicas que el club estime conveniente a lo largo de su proceso de formación, por parte del departamento psicológico.

Una vez que se obtuvo la autorización para el estudio, se procedió a la firma del consentimiento informado por parte de los jefes de la división de menores de cada club para llevarlo a cabo. Posteriormente, se coordinó una reunión con los departamentos de psicología para explicar de manera detallada el propósito de la investigación y los aportes que esta tendrá para el rendimiento deportivo de los futbolistas; así como para coordinar horarios para la aplicación de los instrumentos.

La aplicación de instrumentos se desarrolló durante una sola sesión, por cada categoría deportiva, la que se estructuró, de la siguiente manera: en un primer momento se procedió a explicar las dos variables del estudio y

la forma de responder a los instrumentos aplicados acorde a las características de cada grupo; finalmente, se procedió a la aplicación de los instrumentos.

UNIVERSIDAD DE LIMA
SCIENTIA ET PRAXIS

CAPÍTULO V: RESULTADOS

A continuación, se muestran los resultados obtenidos en la investigación realizada. En un primer momento, se reportan los análisis psicométricos de los instrumentos utilizados en la investigación; y, en un segundo momento, se presenta la información de las correlaciones planteadas en correspondencia con la pregunta de investigación.

5.1 Análisis psicométricos

Respecto de las evidencias de validez de contenido de los instrumentos esta se obtuvo mediante la evaluación de criterio de jueces (American Educational Research Association [AERA], American Psychological Association [APA] y National Council on Measurement in Education [NCME], 2014). Este juicio de expertos permitió evaluar el grado de aceptación que tenían los ítems de ambos cuestionarios por parte de un conjunto de ocho especialistas en psicología, psicometría y deporte, y así conocer si los ítems son parte representativa de los constructos que deseamos evaluar (Escurra, 1989).

Por otro lado, para obtener evidencias de validez de la estructura interna de ambos instrumentos, se utilizó un análisis factorial exploratorio (AFE) debido a que, en ambos casos, se buscó identificar el número y composición de los factores comunes de las variables que explican las respuestas a los ítems de los instrumentos utilizados en nuestra muestra (Lloret-Segura, Ferreres-Traver, Hernández-Baeza y Tomás-Marco, 2014). Como en ambos instrumentos, los ítems tenían un nivel de medición ordinal; se utilizó una matriz de correlaciones policóricas

(Gadermann, Guhn y Zumbo, 2012; Freiberg, Stover, De la Iglesia y Fernández, 2013). Luego, se realizó la medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin y la prueba de esfericidad de Barlett, por medio de los cuales se conoció que existían correlaciones sustanciales para poder realizar el AFE en ambos instrumentos (Kaiser, 1974; Cerny y Kaiser, 1977).

A partir de lo mencionado, se utilizó el método de Hull para evaluar cuántos factores convenía retener y el método de extracción Unweighted Least Squares (ULS); se decidió por estos debido a que ambos son adecuados cuando existen variables ordinales, sin importar la normalidad de los datos, son métodos modernos y porque tienen un soporte empírico que los avalan (Ferrando y Lorenzo-Seva,2013; Lorenzo-Seva, Timmerman, & Kiers, 2011).

Por último, se decidió utilizar una rotación promin oblicua para las puntuaciones de los ítems del ABQ, debido a que se considera, según el marco teórico encontrado, que existe una correlación entre los factores del burnout; mientras que, en el ISCCS, se utilizó una rotación de los datos ortogonal varimax, ya que se considera lo contrario (Lorenzo-Seva, 1999; Lorenzo-Seva, 2013)

En cuanto a las evidencias de confiabilidad de las puntuaciones derivadas de los ítems de las pruebas, se utilizó el alfa ordinal, ya que esta indica la correlación que existe entre las puntuaciones de los ítems policóricos de un instrumento basados en una matriz de correlaciones policóricas (Bonanomi, Ruscone y Osmetti, 2013).

5.1.1 Cuestionario de Burnout en Atletas – ABQ

Se encontró que todos los ítems obtuvieron coeficientes de aceptación mayor al .88 en cuanto al contenido; sin embargo, en cuanto a la formulación, el ítem 1 y 2 obtuvieron puntajes menores, razón por la que se reformularon de la siguiente manera; ítem 1: "En el fútbol estoy logrando muchas metas que valen la pena"; ítem 2: "El entrenamiento me deja tan cansado que me cuesta recuperar energía para hacer otras cosas"; posterior a lo cual, pasaron por un nuevo juicio de expertos obteniendo un coeficiente de V de Aiken de .88, motivo por el cual se reemplazaron los ítems del cuestionario original.

Por otro lado, con el objetivo de evaluar las evidencias de validez vinculadas a la estructura interna del cuestionario se utilizó el análisis factorial exploratorio (AFE). En el primer análisis, se incluyeron los quince ítems del ABQ; sin embargo, las correlaciones policóricas no convergieron, debido a que tanto el ítem 3 "Estoy dejando de disfrutar el futbol" y el 9 "Creo que no me interesa tanto el fútbol como antes" tenían una curtosis muy elevada de 12.6 y 10.8 respectivamente, con una tendencia a más del 84%, de la muestra, a marcar una sola opción en ambos ítems. Por esta razón, se procedió a eliminar el ítem 9, lo que permitió tener una matriz de correlaciones policóricas. Previamente, se intentó eliminar solo el ítem "3" pero el resultado fue el mismo que el inicial.

Luego, se realizó la medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO = .81) y la prueba de esfericidad de Barlett. (X^2 [91, N=300] = 935.6, p < .01) y se obtuvieron valores estadísticamente significativos que indicaron un valor apropiado para realizar el análisis factorial (Cerny, & Kaiser, 1977; Field, 2009). Para poder conocer el número de factores, se utilizó el método de Hull, que recomendó la extracción de 2 factores por medio del método ULS (ver *Tabla 4*). Dichos factores explican el 49% de la varianza común del conjunto de ítems analizados y poseen una correlación inter-factor de .54.

Por último, las cargas factoriales fueron rotadas por medio de una rotación oblicua promin, donde los ítems obtuvieron cargas factoriales entre .52 y .83.

Tabla 4

Versión final de la estructura factorial del cuestionario ABQ

Ítem	RSL - DPD	AFE
1	-.62	
2		.81
3	.66	
4		.83
5	.72	
6	.61	
7	.58	
8		.69
10		.60
11	.52	
12		.55
13	.68	
14	-.58	
15	.44	

RSL-DPD = Reducida sensación de logro / Desvaloración de actividad deportiva; AFE = Agotamiento físico/emocional

En cuanto a las evidencias de confiabilidad de las puntuaciones del instrumento utilizado, se encontraron valores del alfa ordinal de .82

para el factor RSL-DPD y .83 para el AFE (ver *tabla 5)*, las cuales son puntuaciones que evidencian que los ítems de ambos factores realmente miden el burnout (Field, 2009).

Tabla 5

Correlación ítem-total corregida y alfa ordinal de las dos dimensiones obtenidas del Cuestionario ABQ

RSL - DPD		AFE	
Ítems	R_{itc}	Ítems	R_{itc}
1	.53	2	.74
3	.64	4	.77
5	.68	8	.65
6	.60	10	.68
7	.59	12	.62
11	.49		
13	.68		
14	.54		
15	.49		
Alfa ordinal	0.82		0.83
	Correlación inter-factores		.54

R_{itc}= Correlación ítem total corregida

5.1.2 Cuestionario de estrategias de afrontamiento "Inventaire des Strategies de Coping en Competition Sportive" – ISCCS

En cuanto a las evidencias de validez de contenido, a través del juicio de expertos, se encontraron 29 ítems que tenían puntuaciones de V de aiken de .88, mientras que 10 ítems fueron rechazados por su redacción, mas no por el contenido. En ese sentido se procedió, en una segunda etapa, a reformular los ítems observados, de la siguiente manera:

Tabla 6

Ítems	Original (Gaudreau y Blondin, 2002)	Traducción (Molinero, Salguero, Márquez, 2010)	Modificado
1	I visualized that I was in total control of the situation.	Me visualicé controlando totalmente la situación	Me imagino controlando adecuadamente la situación
2	I used swear-words loudly or in my head in order to vent my anger.	Maldije en voz alta o interiormente para liberar mi cólera/ira	Maldigo en voz alta o interiormente para liberar mi cólera

5	I occupied my mind in order to think about other things than the competition.	Ocupé mi mente para pensar en cosas distintas de la competición	Ocupo mi mente para pensar en cosas distintas a la competición
6	I tried not to be intimidated by other athletes	Traté de no dejarme intimidar por otros deportistas	Trato de no dejarme intimidar por otros deportistas
7	I asked someone for advice concerning my mental preparation	Pedí consejo a alguien acerca de mi preparación mental	Pido consejo sobre de mi preparación mental
11	I mentally rehearsed the execution of my movements.	Ensayé mentalmente la ejecución de mis movimientos	Practico mentalmente la ejecución de mis movimientos
14	I gave a relentless effort	Hice un esfuerzo inhumano	Hago un esfuerzo inagotable
31	I visualized my all-time best performance.	Me visualicé teniendo la mejor actuación de mi vida	Me imagino teniendo el mejor partido de mi vida
33	I searched for calmness and quietness.	Busqué calma y tranquilidad	Busco tranquilidad
39	I thought about my family or about my friends to distract my mind.	Pensé sobre mi familia o mis amigos para distraerme	Pienso en mi familia o amigos para distraerme

Ítems modificados del ISCCS

En una tercera etapa, se sometió a la revaluación, por juicio de expertos, de los ítems reformulados, siendo nuevamente rechazado el ítem 14. Frente a ello, se presentó a los expertos cuatro formas posibles de reformular el ítem rechazado, el 63% se orientó por el ítem reformulado de la siguiente manera: "Hago un esfuerzo enorme", el que posteriormente pasó a reemplazar el ítem original.

En cuanto a las evidencias de validez vinculadas a la estructura interna, se utilizó el análisis factorial exploratorio (AFE). En un primer momento, se llevó a cabo el procedimiento y, si bien las medidas de adecuación muestral de KMO=.81 y la prueba de Barlet (X^2 [741, N=300] = 3610, $p < 0.01$) lanzaron coeficientes significativos, se evidenciaron, según el método Minimum Average Partial (MAP), ítems que no tenían carga factorial en ninguno de los 3 factores, ítems que cargaban en dos factores e ítems que, bajo el marco teórico, estaban

situados en factores distintos a los propuestos en la teoría del instrumento utilizado. Por esta razón, se decidió eliminar los ítems 3 (“tomo distancia de otros deportistas”), 6 (“trato de no dejarme intimidar por otros deportistas), 13 (“me retiro a un lugar en el que es fácil reflexionar”), 23 (“me mantengo alejado de los demás”), 24 (hago mi máximo esfuerzo”), 26 (“reemplazo mis pensamientos positivos por negativo”),30 (“deseo que la competición terminase inmediatamente” y 33 (“busco tranquilidad”).

UNIVERSIDAD DE LIMA
SCIENTIA ET PRAXIS

Tabla 7

Carga factorial de los ítems del cuestionario ISCCS original

Ítem	EOC	DOC	TOC
1			.45
2	.41		
3	.50		
4			.54
5		.67	
6			.27
7			.38
8			.52
9			.50
10	.54		
11			.50
12	.45		
13			.23
14			.50
15		.76	
16			.56
17			.42
18			.38
19			.52
20	.65		
21			.68
22	.66		
23	.47	.38	
24	-.32		.58
25		.72	
26	-.32		.49
27			.52
28			.49
29			.64
30	.48	.33	
31			.66
32	.74		
33			.50
34			.48
35			.55
36			.41
37			.53
38	.37		
39		.55	

EOC=Estrategias centrada en la emoción; DOC= afrontamiento de evitación; TOC=Estrategias centradas en la tarea

Una vez eliminado los ocho ítems, se realizó nuevamente el análisis AFE. Para ello, se evaluó la adecuación muestral de las puntuaciones

de los ítems por medio del test de esfericidad de Bartlet (X^2 [465, N=300] = 2738, p < .01) y el coeficiente de adecuación maestral Kaiser-Mayer-Olkin de KMO = .80 lo que indica un índice meritorio y adecuado para realizar el análisis factorial (Cerny, & Kaiser, 1977; Field, 2009). Para poder conocer el número de factores, se utilizó el método de MAP, que recomendó la extracción de 3 factores por medio del método ULS. Dichos factores explican el 39% de la varianza común del conjunto de ítems analizados. Por último, se utilizó la rotación varimax, con la premisa de que el afrontamiento tiene diversos tipos de estrategias que no necesariamente se relacionan entre sí.

UNIVERSIDAD DE LIMA
SCIENTIA ET PRAXIS

Tabla 8

Versión final de la estructura factorial del cuestionario ISCCS

Ítems	TOC	EOC	DOC
1	.45		
2		.37	
4	.52		
5			.67
7	.40		
8	.53		
9	.51		
10		.54	
11	.51		
12		.44	
14	.46		
15			.78
16	.53		
17	.42		
18	.38		
19	.52		
20		.65	
21	.67		
22		.63	
25			.78
27	.53		
28	.49		
29	.63		
31	.66		
32		.76	
34	.47		
35	.57		
36	.42		
37	.54		
38		.40	
39			.57

TOC=Estrategias centradas en la tarea; EOC=Estrategias centrada en la emoción; DOC= afrontamiento de evitación

En cuanto a las evidencias de confiabilidad de las puntuaciones del instrumento utilizado, se encontraron valores del alfa ordinal de .82 para el factor 1 y el factor 3, y .76 para el factor 2, las cuales son

puntuaciones buenas que evidencia que las puntuaciones de los ítems de ambos factores realmente miden cada factor de las estrategias de afrontamiento (Field, 2009).

UNIVERSIDAD DE LIMA
SCIENTIA ET PRAXIS

Tabla 9

Correlación ítem-total corregida y alfa ordinal de las tres dimensiones obtenidas del Cuestionario ISCCS

TOC		EOC		DOC	
Ítems	R_{itc}	Ítems	R_{itc}	Ítems	R_{itc}
1	.47	2	.43	5	.67
4	.53	10	.57	15	.80
7	.44	12	.53	25	.81
8	.55	20	.68	39	.60
9	.49	22	.62		
11	.51	32	.75		
14	.45	38	.39		
16	.55				
17	.46				
18	.45				
19	.55				
21	.64				
27	.54				
28	.57				
29	.65				
31	.64				
34	.47				
35	.61				
36	.49				
37	.55				
α = 0.82		α = 0.76		α =0.82	

TOC=Estrategias centradas en la tarea; EOC=Estrategias centrada en la emoción; DOC= afrontamiento de evitación; R_{IT} = Correlación ítem total corregida

5.2 Estadísticos descriptivos

En cuanto a los análisis estadísticos descriptivos, se realizó la prueba de normalidad Shapiro Wilk, debido a que, actualmente, es la prueba más efectiva y con mayor potencia (Razali y Wah, 2011) para comprobar si las variables del burnout y las estrategias de afrontamiento se distribuyen de manera normal a nivel de la población.

Tabla 10

Estadísticos descriptivos y análisis de normalidad de las variables del estudio

	Variable	*N*	*Min*	*Max*	*Media*	*DE*	*As*	*Cu*	*D*	*Sig.*
Síndrome de burnout	RSL/DPD	300	9	31	16.07	4.701	.777	.395	.104	<.001
	AFE	300	5	22	10.09	3.290	.658	.270	.135	<.001
Estrategias de afrontamiento	TOC	300	43	98	74.58	9.716	-.347	.287	.058	.012
	EOC	300	7	31	15.47	4.089	.757	1.187	.098	<.001
	DOC	300	4	20	10.33	3.544	.305	-.239	.080	<.001

Respecto a la prueba de normalidad, los resultados indican que no hay evidencias suficientes para señalar que la distribución muestral se asemeja a la distribución normal en los factores del burnout ni del afrontamiento, salvo en la dimensión de estrategias centradas en la tarea donde se encuentra un nivel de significación de $p < .005$. Es por esta razón que para realizar las comparaciones entre las variables se utilizaron pruebas no paramétricas, por medio de la prueba de Spearman (Field, 2009).

5.3 Análisis de las correlaciones entre variables

El objetivo de la investigación es conocer la relación entre el síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento, para esto se efectuó el análisis

de correlaciones a través del coeficiente de Rho Spearman. En la tabla 11, se muestran los resultados.

Tabla 11

Coeficientes de correlación de Rho Spearman entre los componentes del burnout y los tipos de estrategias de afrontamiento

		RSL-DPD	AFE	TOC	EOC	DOC
Burnout	RSL-DPD					
Estrategias de Afrontamiento	AFE	.31**				
	TOC	-.37**	-.10*			
	EOC	.38**	.31**	-.08		
	DOC	.19**	.19**	.18**	.18**	

**. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (unilateral).

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (unilateral).

Se hallaron coeficientes significativos de las correlaciones entre los factores AFE, TOC y EOC con el factor del burnout RSL-DPD, y entre AFE y EOC; sin embargo, solo la relación entre TOC y RSL-DPD fue significativa y negativa. Además, se encontraron coeficientes de correlación bajos y negativos entre los factores AFE – TOC, y TOC – EOC.

CAPÍTULO VI: DISCUSIÓN

El objetivo del presente estudio fue relacionar el síndrome de burnout con las estrategias de afrontamiento (centradas en la tarea, en la emoción y evitativas) en futbolistas juveniles de dos clubes profesionales de Lima, que se encuentra actualmente en competición y que cuentan con un departamento psicológico para apoyar al deportista.

En primer lugar, se discuten los resultados de los análisis psicométricos de los instrumentos utilizados en la investigación. En segundo lugar, se procede a la discusión de los hallazgos encontrados en función a nuestra pregunta de investigación.

En cuanto a las evidencias de validez de contenido, se observaron diferencias en cuanto al número de ítems que tuvieron que ser reformulados; es así que en el Cuestionario de Burnout en atletas (ABQ) se reformularon dos ítems; en tanto que en el Inventory of Coping Strategies in Sport Competition (ISCCS), se tuvieron que reformular diez ítems. Dichas modificaciones son esperables en vista que los instrumentos originales tienen propiedades lingüísticas correspondientes al idioma de origen de los mismos, tomando en cuenta que los cambios realizados estuvieron enfocados en la redacción de los ítems.

Respecto a las evidencias de validez vinculadas a la estructura interna, los análisis psicométricos arrojaron resultados, en ambos instrumentos, que discrepaban con la propuesta original de los mismos. No obstante, las evidencias de confiabilidad fueron propicias. Las discrepancias halladas respecto de la estructura factorial del ABQ, se dieron en relación a que se encontraron dos factores predominantes y no tres como lo mencionaban los autores originales. Tanto en los estudios realizados para la creación del cuestionario original, como en la validación española del ABQ se habían hallado coeficientes altos de correlación entre los factores de α =.67 y α =.72 respectivamente

entre “Reducida Sensación de Logro” y “Devaluación de la práctica deportiva” (Raedeke et. al., 2001; Arce et. all., 2010). Asimismo, en otras investigaciones realizadas con deportistas se encontraron coeficientes de correlación interfactores entre las dimensiones RSL y DPD mayores a .50 (Cresswell, 2008; Hill, et. al., 2008; Pedrosa, et. al., 2011). Por tanto, se decidió unir ambas y crear un solo factor, siendo este junto al agotamiento físico/emocional las dimensiones del burnout para nuestro estudio.

Esto puede explicarse, si tomamos en cuenta la definición teórica de las dimensiones, que cuando el joven deportista percibe la actividad deportiva como “devaluada”, es decir ya no le genera placer ni importancia, esto automáticamente podría generar en él pensamientos de negatividad e irracionales en cuanto a su desempeño y grado de importancia en el deporte (Sierra y Abello, 2008); y de la misma manera, podría darse el caso inverso, que el joven deportista pueda percibir que no consigue logros similares a los de sus pares y esto podría generar en el sentimiento de aversión o falta de placer hacia la actividad deportiva. Por ende, vemos cómo ambas dimensiones están fuertemente relacionadas y se hace difícil poder evaluarlas por separado. En comparación con la dimensión AFE, esta pareciese que es un resultado de las dimensiones RSL y DPD. Una vez que el deportista experimenta una reducida sensación de logro y deja de ser atraído por el deporte, empieza a sentir que sus recursos emocionales y físicos no le alcanzan para cumplir con la actividad.

En relación a ISCCS, se retuvieron 3 factores, coincidiendo ello con los resultados obtenidos por Gaudreau, El Alib y Marivain (2005) en su evaluación de la validez del instrumento original, en el que proponen un modelo jerárquico de tres factores: Estrategias centradas en la tarea, en la emoción y estrategias evitativas o de distanciamiento. Sin embargo, se evidenciaron ítems con cargas factoriales bajas (3, 6,

13, 23, 24, 26, 30 y 33), de los cuales algunos tuvieron los mismos resultados en trabajos anteriores (Gaudreau y Blondin, 2000; Gaudreau, et. al., 2005) ello sugiere que dichos ítems poseen un componente de deseabilidad social o de normativa universal en dicho ámbito, lo que puede haber sesgado a la muestra a responder de una manera determinada. Por ejemplo, el ítem 6 "Trato de no dejarme intimidar por otros deportistas", implica una conducta de fortaleza y constante defensa frente a intimidación de otros deportistas. Esto se puede percibir como una conducta que se debe aprender a aceptar y afrontar para ser del equipo.

Por otro lado, en cuanto a las evidencias de confiabilidad de los instrumentos utilizados, se encontró coeficientes de alfa ordinal elevados en cada factor de las variables, lo que nos asegura que la información recolectada, a través de dichos instrumentos, es pertinente para fines de este estudio y los cuales podrían utilizarse para futuros estudios en el ámbito del deporte.

En relación a las hipótesis planteadas en la investigación, que hacen referencia a (i) que se espera una relación inversa entre el síndrome burnout y estrategias de afrontamiento, (ii) que el uso de estrategias de afrontamiento centradas en la tarea (TOC) se relaciona con menores niveles del síndrome burnout, (iii) que el uso de estrategias de afrontamiento centradas en la emoción (EOC) produce mayores niveles del síndrome de burnout, y (iv) que el uso de estrategias de afrontamiento evitativo (DOC) se encuentra acompañado de mayores niveles del síndrome de burnout. Al no evidenciarse criterios de unidimensionalidad (Carmines & Zeller, 1979) en ninguna de las dos escalas empleadas, se tuvieron que relacionar todos los factores de las variables entre sí para poder comprobar nuestras hipótesis.

En primer lugar, se encontró que no todos los factores del síndrome de burnout tienen una relación inversa con los diferentes tipos de estrategias de afrontamiento. Si bien varios autores mencionan que, frente a este síndrome, son las estrategias de afrontamiento, en general, una solución para combatirlo y/o prevenirlo (Shirom,1989; Raedeke y Smith, 2004; Gustafsson, 2007, Barraza, 2009), en esta investigación los hallazgos evidencian que son las TOC las que suelen tener mejores resultados, respecto de prevenir o intervenir sobre el síndrome de burnout en futbolistas juveniles. Esto sugiere que son las estrategias centradas en la tarea (TOC) las que permiten que los futbolistas juveniles no experimenten sentimientos de reducida sensación de logro ni dejen de sentirse atraídos por el deporte que practican, así como que pueden evitar, en menor proporción, que puedan sentirse agotados física y emocionalmente. Canton, Checa y Budzynska (2013) mencionan que el entrenamiento en técnicas de estrategias de afrontamiento centrado en la tarea es uno de los principales objetivos que debe tener todo asesoramiento psicológico en deportistas, ya que se ha comprobado que la utilización de estas conlleva a mejores índices de satisfacción personal, así como niveles altos de optimismo y de satisfacción con la propia vida, según explican esto es debido a que las TOC permiten trabajar sobre las expectativas futuras de los deportistas para que estos las perciban como positivas y, por tanto, no se presenten sentimientos de haber alcanzado poco o no haber alcanzado ciertas metas u objetivos, ni sentimientos de devaluación del deporte practicado.

Asimismo, se conoce que las TOC están relacionadas con variables que, para el deporte, son sinónimo de éxito: buenos desempeños deportivos y consecución de objetivos (Montes y Restrepo, 2015; Nicholls, et. al., 2016). Si se parte de esta información, podemos inferir que una persona que se siente satisfecha con lo que hace en un momento determinado de su vida, debido a su buen desempeño y a los objetivos

que ha ido cumpliendo en su disciplina, no percibirá en sí misma una reducida sensación de logros personales, tampoco dejará de ser atraída por las actividades que lleva practicando ni se agotará fácilmente al realizar alguna actividad. Es decir, disminuye las posibilidades de presentar síntomas del síndrome de burnout.

De otro lado, los resultados muestran una relación inversa poco significativa entre las TOC y el agotamiento físico y emocional (AFE). Este hallazgo sugiere la posibilidad que los participantes hayan respondido, a los ítems relacionados con AFE, bajo el sesgo de la deseabilidad social, suponiendo la creencia que el desgaste y el cansancio es una condición no permitida en la práctica del fútbol. Por otro lado, cabe la posibilidad que, considerando las características del entrenamiento competitivo y la constante evaluación en la que se encuentran, los jóvenes futbolistas pueden llegar a percibir que es su deber resistir la gran carga física y emocional que supone ser parte de un equipo juvenil competitivo; o que sea tanta la carga atencional que producen, los entrenamientos, que dejan de percatarse del desgaste físico que experimentan.

Así, también, se puede considerar que las estrategias centradas en la tarea, que son utilizadas por los futbolistas, se convierten en factores protectores respecto de experimentar reducida sensación de logro y devaluación de la actividad deportiva. Como resultado de ello, se produce una disminución del agotamiento físico y emocional. Estudios realizados en otros deportes colectivos han encontrado hallazgos parecidos, los cuales mencionan que el poner énfasis en trabajar sobre la problemática, que provoca en los deportistas la sensación de incapacidad, permiten que estos se sientan más seguros de sí mismos y con más confianza debido a que percibían que su rendimiento mejoraba (Márquez, 2006; Pedrosa y García-Cueto, 2015; Álvarez, et. al., 2016).

En cuanto a las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción (EOC), se encontró una relación positiva significativa de estas estrategias con los factores del síndrome de burnout (agotamiento físico/emocional, reducida sensación de logro y devaluación de la actividad deportiva) lo cual corrobora algunos hallazgos encontrados en otros estudios con jóvenes. Algunos autores mencionan que este tipo de estrategias son utilizadas con frecuencia en deportistas con características de inexperiencia e inmadurez, motivo por el cual son repetidas sin percibir una mejora en la situación problema. (Palacio, et. al., 2009; Canton, et al., 2013).

Asimismo, existen estudios cuyos hallazgos evidencian la relación de EOC con otras variables, las cuales se consideran que están relacionadas negativamente con el burnout, como la autoestima, el optimismo y la satisfacción; encontrándose una relación inversa entre estas variables y las estrategias centradas en la emoción (Canton, et al., 2013; Luo, Wang, Zhang, Chen,y Quan, 2015). El prolongar la problemática real y empeñarse en trabajar solo sobre las emociones que esta produce, trae como consecuencia que, a la hora de la práctica del deporte o durante la competencia, el problema se repita y vuelva a repetirse lo mismo, trayendo como consecuencia la aparición de sentimientos de incapacidad sobre la tarea, baja confianza, baja autoestima, entre otras.

Por otro lado, se encontró que las estrategias evitativas (DOC) poseen una relación positiva poco significativa con los factores del burnout (agotamiento físico/emocional, reducida sensación de logro y devaluación de la actividad deportiva), lo que supone que la utilización de este tipo de estrategias puede resultar desadaptativo para deportistas que presentan síndrome de burnout. Al respecto, otros autores han encontrado hallazgos parecidos (Blair, 2008; Brougham, Zail, Mendoza y Miller, 2009)

y asociaciones de DOC con variables, que se han observado, que se vinculan con el burnout como depresión (Gonzales, Tein, Sandler y Friedman, 2001) ansiedad cognitiva (Pinto, y Vázquez, 2013), así como relación inversa con el logro de objetivos (Nicholls, et. al., 2016) y con autoaceptación y autoconfianza (Romero, et al., 2010; Molinero, et al., 2010).

Sin embargo, Estévez, Oliva y Parra (2011), en un estudio con jóvenes encontraron que dichas estrategias evitativas pueden resultar adaptativas en casos en que las personas experimenten situaciones estresantes en simultáneo, ya que estas permitirán atender las problemáticas una por una reduciendo la carga tensional y emocional que estas pueden generar.

Un análisis complementario respecto de que las estrategias EOC y DOC no son herramientas útiles para afrontar el síndrome burnout en los futbolistas juveniles, está relacionado con que ambos tipos de estrategias, en las que están comprendidas "resignación", "salida de emociones desagradables", "distracción mental" y "distanciamiento", poseen una connotación social negativa, al ser valoradas como conductas que evaden problemáticas que necesitan ser enfrentadas. Esto favorece que los futbolistas experimenten insatisfacción de sus necesidades básicas psicológicas de competencia y de relación con los demás (Núñez, 2014).

En primer lugar, respecto de la necesidad psicológica de competencia, los deportistas que no alcanzan los objetivos esperados comienzan a sentirse menos talentosos o con menos habilidad frente al grupo, lo que limita su sentido de competencia; sumado a ello puede enfrentar dicha experiencia emocional evadiendo situaciones, como los entrenamientos de su club deportivo, en las que debe demostrar las habilidades y talentos de las que no se siente seguro trayendo como consecuencia una disminución en

sus capacidades técnicas, tácticas, físicas y mentales. En cuanto a la necesidad de relación con los demás, el hecho de evadir la situación problema o expresar abiertamente emociones como llorar, en un contexto cultural que tiene poca apertura hacia dichas actitudes (Daros, 2014), puede ocasionar rechazo o hasta inicios de "bullying" de parte del equipo hacia el futbolista.

Por último, cabe mencionar los factores limitantes que se presentaron durante el presente estudio. En primer lugar, no se hallaron instrumentos psicológicos pertinentes con evidencias de validez y confiabilidad en nuestro país que midan los constructos que se desean relacionar en el ámbito deportivo, por esta razón, previamente a realizar la aplicación de los instrumentos en nuestra muestra, se realizó un análisis de las propiedades psicométricas de los dos cuestionarios a utilizar. Además, debido al hecho de que la muestra a estudiar fue seleccionada de forma no aleatoria y por conveniencia (Hernández et al., 2014) en dos clubes de fútbol, la generalización de los resultados será pertinente solo a muestras con características similares a la del estudio.

CONCLUSIONES

En cuanto a las propiedades psicométricas de los instrumentos utilizados se concluye:

- Respecto a las evidencias de validez de contenido de los cuestionarios ABQ e ISCCS, se encontraron diferencias con los instrumentos originales, motivo por el cual algunos ítems se reformularon para obtener evidencias consistentes.
- En cuanto a las evidencias de validez relacionadas a la estructura interna, el cuestionario ABQ no replicó la estructura tridimensional propuesta al momento de la creación del cuestionario (Raedeke y Smith, 2001), sino que se encontró una estructura bidimensional: AFE y RSL-DPD. Mientras que en el cuestionario ISCCS se encontró lo contrario, es decir, se evidenció una estructura similar al sustento teórico encontrado por Gaudreau et al. (2005).
- Respecto a las evidencias de confiabilidad de los puntajes de ambos instrumentos, se obtuvo coeficientes de alfa de Cronbach y alfa ordinal superiores al .70 (Field, 2009).

Respecto de los resultados inferenciales y de las correlaciones entre las variables de estudio:

- Solo uno de los factores (Reducida sensación de logro/Disminución de la práctica deportiva) del síndrome burnout tiene una relación inversa con los diferentes tipos de estrategias de afrontamiento (TOC, EOC y DOC)
- Se encontró una relación inversa y estadísticamente significativa entre la dimensión Reducida sensación de logro/Disminución de la práctica deportiva del síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento centradas en la tarea;

mientras que con la dimensión agotamiento físico/emocional, se encontró una relación inversa pero no significativa.

- Se encontró una relación positiva y estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción con los dos factores del síndrome de burnout.
- Se encontró una relación positiva pero no significativa entre las estrategias de afrontamiento de evitación (DOC) y los dos componentes del síndrome de burnout, sin embargo, las DOC pueden ser útiles en situaciones donde el deportista presenta muchas situaciones estresantes de manera simultaneas.

UNIVERSIDAD DE LIMA
SCIENTIA ET PRAXIS

RECOMENDACIONES

Vistos los hallazgos del estudio y buscando la mejora del proceso de formación de los futbolistas juveniles en nuestro país se plantean las siguientes recomendaciones:

- Ampliar el estudio de propiedades psicométricas de los instrumentos utilizados, principalmente en cuanto a la estructura interna, implicando a las diferentes disciplinas de competición deportiva.
- Utilizar las versiones de los cuestionarios ABQ e ISCCS para poder evaluar a poblaciones similares, debido a que sus puntuaciones cuentan con evidencias de validez y confiabilidad.
- Explorar las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en futbolistas pertenecientes a la selección juvenil y profesional de nuestro país, considerando nuestra actual etapa de evolución futbolística.
- Explorar las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en futbolistas juveniles pertenecientes a clubes deportivos profesionales de nuestro país, en vista de que ellos son las "canteras" para los próximos procesos mundialísticos.
- Ampliar investigaciones respecto a las causas principales y consecuencias del síndrome de burnout en futbolistas juveniles de nuestro país. Con esto podría incrementar la importancia del conocimiento y tratamiento de dicho síndrome en el ámbito deportivo.
- Considerando la relación inversa y significativa encontrada entre los factores del burnout y las estrategias de afrontamiento centradas en la tarea en nuestra muestra, se ve necesario diseñar programas en los cuales se enseñen dichas estrategias en el proceso de formación de los futbolistas juveniles en nuestro país.

- Dado las evidencias de asociaciones positivas entre las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción y de evitación con los componentes del síndrome de burnout, se recomienda evaluar la pertinencia e inclusión de dichas estrategias en el proceso de formación de los futbolistas juveniles en nuestro país.

UNIVERSIDAD DE LIMA
SCIENTIA ET PRAXIS

REFERENCIAS

Alvarez, D., Gattás, M., Barreiros, P., Reis, D., y Ugrinowitsch, H. (2016). Burnout e Coping em Atletas de Voleibol: uma análise longitudinal., *22 (4),* 277- 281. doi: http://dx.doi.org/10.1590/1517-869220162204158756

American Educational Research Association, American Psychological Association, National Council on Measurement in Education. (2014). *Standards for Educational and Psychological Testing.* Washington: Amer Educational Research Assn

Arce, C., De Francisco, C., Andrade, E., Arce, I. y Raedeke, T. (2010). Adaptación española del Ahtlete Burnout Questionnaire (ABQ) para la medida del burnout en futbolistas. *Revista Psicothema, 22 (2),* 250-255. Recuperado de: http://www.psicothema.com/pdf/3723.pdf

Barraza, A. (2009). Estrés académico y burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Revista Psicogente, 12 (22),* 272-283. Recuperado de: https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3265008.pdf

Barraza, A., Ortega, F., y Ortega, M. (2012). Síndrome de burnout en alumnos de los doctorados en educación de Durango. *Enseñanza e investigación en psicología., 17, (2),* 377-386. México. Recuperado el 15 de junio del 2015 de: http://www.cneip.org/documentos/23.pdf

Blair, M. (2008). Temporal analysis of endurance athletes' coping during competitive suffering episodes. Recuperado de http://hdl.handle.net/10133/2532

Blanch, A., Aluja, A., y Biscarri, J. (2002). Síndrome de quemarse en el trabajo (Burnout) y estrategias de afrontamiento: Un modelo de relaciones estructurales. *Revista de*

psicología del trabajo y las organizaciones. 18 (1), 57 – 74. Recuperado de http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=231317661003

Bonanomi, A., Ruscone, M., & Osmetti, S. (2013). The Polychoric Ordinal Alpha, measuring the reliability of a set of polytomous ordinal items. In Advances in Latent Variables-Methods, Models and Applications. Recuperado de http://meetings.sisstatistica.org/index.php/sis2013/ALV/paper/viewFile/2651/424

Briceño, B. (2016). La presión familiar ejercida hacia los niños y adolescentes practicantes del fútbol y su efecto negativo en su desarrollo emocional. Recuperado de http://repositorio.usil.edu.pe/handle/123456789/1730

Brougham, R., Zail, C., Mendoza, C. y Miller, J. (2009). Stress, Sex Differences, and Coping Strategies. Among College Students. *Curr Psychol 28,* 85–97. doi: 10.1007/s12144-009-9047-0

Campillo, J. D., Salguero, A., Márquez, S., y Molinero, O. (2013). Análisis de las estrategias de afrontamiento en futbolistas de categoría cadete. *Revistan digital EFDeportes,* 181. España. Recuperado de http://www.efdeportes.com/efd181/estrategias-de-afrontamiento-en-futbolistas.htm

Canton, E., Checa, I. y Budzynska, N. (2013). Estrategias de afrontamiento, optimismo y satisfacción con la vida en futbolistas españoles y polacos: un estudio preliminar. *Revista de Psicología del Deporte, 22 (2),* 337-343. Recuperado de: http://www.redalyc.org/html/2351/235128058001/

Cantú-Berrueto, A., Lopez-Walle, J., Castillo, I., Ponce, N., Álvarez, O., y Tomás, I. (2015). Burnout en el deporte. En Lopez-Walle, Rodríguez, Ceballos y Tristán.

*Psicología del deporte: conceptos, aplicaciones e investigación (*pp. 55-59). México: UANL

Cañizares, S. (2014). ¡Papá quiero ser futbolista!: Todos los consejos, recomendaciones y reflexiones que comparto con mi hijo para que consiga su objetivo. Barcelona-España. Recuperado de: http://static0.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/30/29155_Papa_quiero_ser_futbolista.pdf

Carlín, M., y Garcés de los Fayos, E. (2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Revista Anales de psicología*, *26, (1),* 169-180. Recuperado de http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16713758020

Carmines, E. y Zeller, R. (1979). Reliability and Validity assessment. Quantitative Applications in the Social Sciences. Sage University.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, *56(2),* 267–283. Recuperado de http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267

CCR (2 de abril del 2016), ¿Qué deportes practican los peruanos y cuáles son las nuevas tendencias? *Diario Gestión.* Recuperado de https://gestion.pe/tendencias/deportes-practican-peruanos-son-nuevas-tendencias-145647?foto=1

Cerny, C.A., & Kaiser, H.F. (1977). A study of a measure of sampling adequacy for factor-analytic correlation matrices. Multivariate Behavioral Research, *12(1),* 43-47. doi: 10.1207/s15327906mbr1201_3.

Comisión Nacional de Cultura, Física y Deporte – CONADE (2008). *Fútbol, el juego de todos.* Mexico. Recuperado de http://conadeb.conade.gob.mx/Documentos/Publicaciones/Futbol.pdf

Compañía Peruana de Estudios de Mercado y Opinión Pública S.A.C. – CPI (2015). Estudio de opinion pública sobre simpatía por equipos de futbol professional. Recuperado de http://www.cpi.pe/images/upload/paginaweb/archivo/23/opnac201507_04.pdf

Cresswell, S.L. (2008). Possible early signs of athlete burnout: A prospective study. *Journal of Science and Medicine in Sport, 12,* 393–398. doi: 10.1016/j.jsams.2008.01.009.

Daros, W. (2014). La mujer posmoderna y el machismo. *Franciscanum 162, (66),* 107-129. Recuperado de http://www.scielo.org.co/pdf/frcn/v56n162/v56n162a05.pdf

Della, M. (2006). Estrategias de afrontamiento (coping) en adolescentes embarazadas escolarizadas. *Revista Iberoamericana de Educación, 38, (3).* Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/28106772_Estrategias_de_afrontamiento_coping_en_adolescentes_embarazadas_escolarizadas

Endler, N., & Parker, J. (1994). Assessment of multidimensional coping: task, emotion, and avoidance strategies. *Psychological Assessment, 6(1),* 50–60. Recuperado de: http://dx.doi.org/10.1037/1040-3590.6.1.50

Escurra, L.M. (1989). Cuantificación de la validez de contenido por criterio de jueces. *Revista de Psicología - PUCP, 6,* 103-111. Recuperado de http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/4555

Estévez, R., Oliva, A., & Parra. A. (2011). Acontecimientos vitales estresantes, estilo de afrontamiento y ajuste adolescente: un análisis longitudinal de los efectos de moderación. *Revista Latinoamericana de Psicología, 44 (2),* 39-53. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v44n2/v44n2a01.pdf#page=39

Faul, F., Erdfelder, E., Lan, A. G., & Buchner, A. (2007). G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behaivior research methods. 39,* 175-191. Recuperado de: http://www.gpower.hhu.de/fileadmin/redaktion/Fakultaeten/Mathematisch-Naturwissenschaftliche_Fakultaet/Psychologie/AAP/gpower/GPower3-BRM-Paper.pdf

Fédération Internationale de Football Association – FIFA (2007). Gran Censo 2006. *Fifa magazine*. 10-15. Recuperado de http://es.fifa.com/mm/document/fifafacts/bcoffsurv/smaga_9472.pdfvasquez

Fender, L. K. (1989). Athlete burnout: Potential for research and intervention strategies. *The Sport Psychologist, 3(1),* 63-71. Kent State University. Recuperado de http://www.humankinetics.com/acucustom/sitename/Documents/DocumentItem/10174.pdf

Ferguson, C. (2009). An Effect Size: A guide for clinicians and researchers. *Professional Psychology: Research and Practic. 40(5),* 532-538. doi: 10.1037/a0015808

Ferrando, P. y Lorenzo-Seva, U. (2013). Unrestricted item factor analysis and some relations with item response theory. Recuperado de http://psico.fcep.urv.es/utilitats/factor/

Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS Statistics* (3ra ed.). London: Sage Publications.

Fletcher, D. & Scott, M. (2010). Psychological stress in sports coaches: A review of concepts, research, and practice. *Journal of Sports Science, 28 (2),* 127 – 137. doi: 10.1080/02640410903406208

Folkman, S., & Moskowitz, J. (2004). Coping: Pitfalls and Promise. *Annual Review of Psychology, 55,* 745-774. doi: 10.1146/annurev.psych.55.090902.141456

Freiberg, A., Stover, J., De la Iglesia, y Fernandez, M. (2013). Polychoric and tetrachoric correlations in exploratory and confirmatory factorial studies. *Ciencias psicológicas, 7 (2),* 151-164. Recuperado de: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-42212013000200005&script=sci_abstract&tlng=en

Freudenberger, H. J. (1974). Staff Burn – Out. *Journal of social issues, 30 (1),* 159 - 165. doi: 10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x

Fundación ADECCO. (2011). VII Encuesta ADECCO-Fundación ADECCO ¿Qué quieres ser de grande?: Disfrutar del trabajo y tener un buen clima laboral, principales recetas de los niños españoles para ser feliz en el trabajo. España. Recuperado de http://www.adecco.es/_data/Estudios/pdf/654.pdf

Gadermann, A., Guhn, M., & Zumbo, B. (2012). Estimating ordinal reliability for Likert-type and ordinal item response data: A conceptual, empirical, and practical guide. *Practical Assessment Research & Evaluation, 17 (3).* Recuperado de http://pareonline.net/pdf/v17n3.pdf

Garcés de los Fayos, E. y Canton, E. (1995). El cese de la motivación: el síndrome de burnout en deportistas. *Revista de psicología del deporte, 4 (2),* 147. Recuperado de: http://www.rpd-online.com/article/view/55

Garcés de Los Fayos, E. J. y Cantón, E. (2007). Un modelo teórico descriptivo del burnout en deportistas: Una propuesta tentativa. *Información Psicológica,* 91-92, 12-22. Recuperado de: http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2551788

García Del Barrio, P. y Pujol, F. (2007). El papel del fútbol en la sociedad actual: Ocio y negocio. *Revista empresa y humanismo, 11,* 89-108. Recuperado de https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/5910/4/El%20papael%20del%20f%C3%BAtbol%20en%20la%20sociedad%20actual.%20F%C3%BAtbol%20ocio%20y%20negocio..pdf

García-Parra, N., González, J., y Garcés de los Fayos, E.J. (2016). Estado actual del estudio del síndrome de burnout en el deporte. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 16 (2),* 21-28. Recuperado de: http://revistas.um.es/cpd/article/view/264351

García-Naveira, A., & Jerez, P. (2012). Departamento de psicología del club Atlético de Madrid: filosofía, programación y desempeño profesional en el fútbol base. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 12 (1),* 111-120. Recuperado el 20 de julio del 2016 de: http://revistas.um.es/cpd/article/viewFile/162681/141621

Gaudreau, J., & Blondin, P. (2000). Development of a questionnaire for the assessment of coping strategies employed by athletes in competitive sport settings. *Psychology of Sport and Exercise 3,* 1–34. doi: 10.1016/S1469-0292(01)00017-6

Gaudreau, P., El Ali, M., y Marivain, T. (2005). Factor structure of the Coping Inventory for Competitive Sport with a sample of participants at the 2001 New York marathon. *Psychology of Sport and Exercise, 6 (3),* 271-288. doi: https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2004.01.002

Giménez, F.J. (2000). Fundamentos básicos de la iniciación deportiva en la escuela. Sevilla: Wanceulen.

Giménez, F., Abad, M. y Robles, J. (2010). El proceso de formación del jugador durante la etapa de iniciación deportiva. *Apuntes de Educación Física y deportes, 99 (1)* 47-55. Recuperado de

http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/10200/El_proceso_de_formacion.pdf?sequence=2

Gimeno, F., Buceta, J.M., y Pérez-Llantada, M. (2007). Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: evaluación mediante el cuestionario Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. *Revista Psicothema. 19 (4),* 667-672. Recuperado de: http://www.psicothema.com/pdf/3414.pdf

Gonzales, N., Tein, J., Sandler, I. & Friedman, R. (2001). On the limits of coping: Interaction between stress and coping for inner-city adolescents. *Journal of Adolescent Research, 16 (4),* 372-395. Recuperado de: http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0743558401164005?journalCode=jara

Guzmán, I. (2015). Detrás de la pelota. *Revista PuntoEdu. 11 (345)*, 2 -4. Pontificia Universidad Católica del Perú

Gustafsson, H. (2007). Burnout in competitive and elite athletes. *Örebro Studies in Sport Sciences 1.* Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/271441577_Burnout_in_competitive_and_elite_athletes

Gustafsson, H., Kentta, G., Hassmén, P., & Lundqvist. (2007). Prevalence of Burnout in Competitive Adolescent Athletes. *The Sport Psychologist, 21 (1)*, 21-37. doi: https://doi.org/10.1123/tsp.21.1.21

Hajji, J., Baaziz,M., Mnedla, S., Jannet, Z., y Elloumi, A. (2016). Validation of the Arabic Version of the Inventory of Coping Strategies of Competitive Sport

(ISCCS). *Advances in Physical Education*, *6*, 312-327. doi: http://dx.doi.org/10.4236/ape.2016.64032

Hernández, S. R., Fernández, C. C., y Baptista, L. P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta ed.). México, D.F: McGraw – Hill Education.

Hill, A., Hall, H., Appleton, P., y Kozub, S. (2008). Perfectionism and burnout in junior elite soccer players. The mediating influence of unconditional self-acceptance. *Psychology of Sport and Exercise, 9(5),* 620-629. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.09.004

Jiménez, B., Hernández, E., Pereira, A. y Herrer, M. (2003). Estudios transculturales del burnout. Los estudios transculturales Brasil-España. *Revista Colombiana de Psicología, (12),* 9-18. Recuperado de http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/viewFile/1167/1734

Kaiser. H. (1974). An index of factorial simplicity. *Psychometrika, 39 (1).* doi: https://doi.org/10.1007/BF02291575

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Nueva York: Springer

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1985). If It Changes It Must Be a Process: Study of Emotion and Coping During Three Stages of a College Examination. *Journal of Personality and Social Psychology, 48 (1),* 150-170. doi: http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.48.1.150

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Recuperado de: https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=222981

Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality, 1,* 147-169

Lloret-Segura, S., Ferreres-Traver, A., Hernandez-Baeza, A., & Tomás-Marco. I. (2014). El Análisis Factorial Exploratorio de los Ítems: una guía práctica, revisada y actualizada. *Revista Anales de Psicología, 30 (3),* 1151 – 1169. doi: http://dx.doi.org/10.6018/analesps.30.3.199361

Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. (2009). Athlete burnout in elite sport: A self-determination perspective. *Journal of Sports Sciences, 27, (8),* 785–795. doi: 10.1080/02640410902929366

Lorenzo-Seva, U. (1999). Promin: a method for oblique factor rotation. *Multivariate Behavioral Research, 34(3),* 347-365. doi: http://dx.doi.org/10.1207/S15327906MBR3403_3

Lorenzo-Seva, U. (2013). Why rotate my data using Promin? Technical Report. Department of Psychology, Universitat Rovira i Virgili, Tarragona. Recuperado de: http://psico.fcep.urv.es/utilitats/factor/documentation/whypromin.pdf

Lorenzo-Seva, U., Timmerman, M. E., & Kiers, H.A.L. (2011). The Hull method for selecting the number of common factors. *Multivariate Behavioral Research, 46,* 340-364. doi: 10.1080/00273171.2011.564527.

Luo, Y., Wang, Z., Zhang, H., Chen,A., y Quan, S. (2015). The effect of perfectionism on school burnout among adolescence: The mediator of self-esteem and coping style. *Personality and Individual Differences 88 (2016),* 202–208. doi: https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.08.056

Marín, E., Ortín, F. J., Garcés de los Fayos, E. J. y Tutte, V. (2013). Análisis bibliométrico de burnout y optimismo en deporte. *Revista euroamericana de*

ciencias del deporte, 2, (1), 77-87. Recuperado de: http://revistas.um.es/sportk/article/view/185781/153691

Márquez, S. (2006). Estrategias de afrontamiento del estrés en el ámbito deportivo: fundamentos teóricos e instrumentos de evaluación. *International Journal of Clinical and health Psychology, 6, (2),* 359-378. Recuperado de: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33760209

Maslach, C. & Jackson, S. E. (1981). *MBI: Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/277816643

Maslach, C. & Schaufeli, W. B. (1993). Historical and conceptual development of burnout. En W. B. Schaufeli, C. Maslach y T. Marek (Eds.). *Professional burnout: Recent developments in theory and research* 1-16. Recuperado de: http://psycnet.apa.org/record/1993-97794-001

Maslach, C., Schaufeli, W., y Leiter, M. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology, 52,* 397 – 422. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.397

Maslach, C., Jackson, S., y Leiter,M. (2006). *Maslach Burnout Inventary* (3ra ed.). Recuperado de http://psycnet.apa.org/record/1997-09146-011

Molinero, O., Salguero, A., y Márquez, S. (2010). Propiedades psicométricas y estructura dimensional de la adaptación española del Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento en Competición Deportiva. *Revista Psicothema. 22, (4),* 975 – 982. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/47745483_Propiedades_psicometricas_y

_estructura_dimensional_de_la_adaptacion_espanola_del_Cuestionario_de_Estrategias_de_Afrontamiento_en_Competicion_Deportiva

Montes, J. y Restrepo, J. (2015). Diferencias de las estrategias de afrontamiento del estrés precompetitivo de los equipos jóvenes de las categorías "Primera c" de la Fundación Camilo Zúñiga y las divisiones inferiores de Atlético Nacional. Universidad de Antioquia. Recuperado de http://200.24.17.74:8080/jspui/handle/fcsh/262

Nicholls, A., Levy, A., Carson, F., Thompson, M., Perry, J. (2016). The applicability of self-regulation theories in sport: Goal adjustment capacities, stress appraisals, coping, and well-being among athletes. *Psychology of Sport & Exercise.* doi: 10.1016/j.psychsport.2016.07.011

Nuñez, S.I. (2014). *Necesidades psicológicas básicas y metas de vida en jóvenes adultos con base en la teoría de la autodeterminación* (tesis de doctorado). Recuperado de: https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/104339/000937398.pdf?sequence=1

Olmedilla, A., García, C., y Garcés de los Fayos, J. (2003). Un análisis del papel profesional del psicólogo del deporte desde la percepción del entrenador de fútbol. *Revista de psicología del deporte. 13,* 95-113. Recuperado de: http://www.rpd-online.com/article/view/100

Palacio, J., Caballero, C., González O., Gravini, M., y Contreras, K. (2009). Relación del burnout y las estrategias de afrontamiento con el promedio académico en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica. 11 (2),* 535 – 544. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v11n2/v11n2a15.pdf

Panfichi, A. 2016. *Ese gol existe: Una mirada al Perú a través del fútbol* (2da ed.). Lima, Perú: Pontificia Universidad Católica del Perú.

Pedrosa, I., y García-Cueto, E. (2010). Medidas psicométricas del Síndrome de burnout en deportistas. *Revista de Investigación Psicología y Logopedia para alumnos (4),* 45-68.

Pedrosa, I., y García-Cueto, E. (2015). Síndrome de Burnout en Árbitros de Élite: La Liga de Fútbol Profesional Española (LFP) a Estudio. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación, 42 (2),* 59-68. doi: 10.21865/RIDEP42_59

Pedrosa, I., Suárez, J., Pérez Sánchez, B., y 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://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3682895

Pinto, M. y Vázquez, N. (2013). Ansiedad estado competitiva y estrategias de afrontamiento: su relación con el rendimiento en una muestra argentina de jugadores amateurs de golf. *Revista de Psicología del Deporte, 22 (1),* 47-52. Recuperado de http://www.rpd-online.com/article/view/v22-n1-pinto-vasquez/893

Raedeke, T. (1997). Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 19 (4),* 396-417. doi: https://doi.org/10.1123/jsep.19.4.396

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. Recuperado de http://psycnet.apa.org/psycinfo/2001-09670-002

Raedeke, T. & Smith, A.L. (2004). Coping Resources and Athlete Burnout: An Examination of Stress Mediated and Moderation Hypotheses. *Journal of sport & exercise psychology, 26,* 525-541. doi: https://doi.org/10.1123/jsep.26.4.525

Razali, N.M. & Wah, Y.B. (2011). Power comparisons of shapiro-wilk, kolmogorov-smirnov, lilliefors and anderson-darling tests. *Journal of Statistical Modeling and Analytics,* 2(1), 21-33. doi: 10.4236/psych.2014.56067

Real Academia Española (2014). *Diccionario de la lengua Española, 23*. Madrid: RAE.

Reynaga-Estrada, P., Mena, D., Valadez, A., Rodríguez, A., y Hernández, J.G. (2017). Síndrome de burnout en deportistas universitarios mexicanos. *Revista de psicología del deporte, 26 (2),* 209-214. Recuperado de: http://www.redalyc.org/html/2351/235152045028/

Roffé, M., Bracco, M. (2003). Intervención psicológica con la selección juvenil argentina sub-16: Características particulares de los adolescentes inmersos en la singular dinámica del fútbol de élite. *Cuadernos de psicología del deporte, 3 (2),* 41-50. Universidad de Murcia – España. Recuperado el 20 de junio del 2016 de: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=961456

Romero, A.E. Zapata, R., García-Mas, A., Brustad, R.J., Garrido, R., y Leletier, A. (2010). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en jóvenes tenistas de competición. *Revista de psicología del deporte. 19, (1),* 117-133. Recuperado de: http://www.rpd-online.com/article/view/660

Sáenz-López, P. (2010). El proceso de formación del jugador. *Revista Wanceulen E.F Digital, (7)* 18-41. Recuperado de

https://www.researchgate.net/publication/266468416_EL_PROCESO_DE_FORMACION_DEL_JUGADOR

Sierra, C. y Abello, R. (2008). Burnout y pensamientos irracionales en deportistas de alto rendimiento. *Psychologia: Avances de la disciplina, 2 (1),* 49-78. Recuperado de http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224999009

Shirom, A. (1989). Burnout in work organization. En C. L. Cooper y I. Robertson (Eds.), *International Review of Industrial and Organizational Psychology*. 25-48. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/232457455_Burnout_in_work_organization

Sorkkila,M., Aunola, K. y Ryba, T. (2016). A person-oriented approach to sport and school burnout in adolescent student-athletes: The role of individual and parental expectations. *Psychology of Sport and Exercise, 28,* 58-67. doi: https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.10.004

Szymanski, S. (2014). Cómo rueda el Balón. *Finanzas y Desarrollo, 51 (1),* 26-28. Recuperado de https://www.imf.org/external/pubs/ft/fandd/spa/2014/03/pdf/szymanski.pdf

Van Yperen, N. (2009). Why Some Make It and Others Do Not: Identifying Psychological Factors That Predict Career Success in Professional Adult Soccer. *The Sport Psychologist. 23,* 317-329. doi: https://doi.org/10.1123/tsp.23.3.317

Vázquez, C., Crespo, M., y Ring, J. (2000). Estrategias de afrontamiento. Recuperado de http://www.psicosocial.net/grupo-accion-comunitaria/centro-de-documentacion-

gac/psiquiatria-psicologia-clinica-y-psicoterapia/trauma-duelo-y-culpa/94-estrategias-de-afrontamiento/file

Vásquez, I. (2011). La economía del fútbol aquí y en el mundo en Espectador Negocios. Recuperado en http://espectadornegocios.com/core.php?m=amp&nw=NDczMg==

Villamizar Flores, J.A. (2012). Valoración del síndrome de burnout en una muestra de jugadores profesionales de fútbol de Santander. *Revista de actividad física y desarrollo humano. 4, (1).* Recuperado de http://ojs.unipamplona.edu.co/ojs_viceinves/index.php/AFDH/article/view/356m

Wanceulen, A. (2016). *Las escuela de Fútbol: Objetivos, contenidos, metodología y evaluación.* Sevilla, España. Wanceulen editorial.

Weber, A. y Jaekel-Reinhard, A. (2000). Burnout syndrome: a disease of modern societies? *Occupational Medicine, 50 (7),* 512-517. Recuperado de https://academic.oup.com/occmed/article-abstract/50/7/512/1444456

ANEXOS

ANEXO 1: INSTRUMENTOS UTILIZADOS

Ficha Sociodemográfica

Edad:_____años	**Sexo:** **1.** M ( ) **2.** F ( )	**Fecha:** _____/_____/_____
Fecha de nacimiento (día/mes/año):		
Lugar de nacimiento: 1. Lima ( ) 2. Provincia ( ) 3. Extranjero ( )		
¿Con quién(es) vives:		
Tipo de vivienda: - Casa ( ) - Casa del club ( ) - Departamento ( ) - Cuarto Alquilado ( ) - Dentro del club ( ) - Otro: _____		
Nivel de instrucción: Primaria completa ( ) Secundaria completa ( )		
Años practicando fútbol (a nivel competitivo):		
Años dentro del club actual:		
Horas de entrenamientos a la semana:		
N° de dias de entrenamientos a la semana:		
Categoría a la que pertenece: 1997 ( ) 1998 ( ) 1999 ( ) 2000 ( ) 2001 ( ) 2002 ( ) 2003 ( ) 2004 ( )		

CUESTIONARIO ABQ PARA FUTBOLISTAS (ORIGINAL)

Indica CON QUÉ FRECUENCIA TIENES CADA UNA DE LAS SENSACIONES QUE SE DESCRIBEN. Para ello, marca con un aspa tu respuesta en el cuadro que corresponda.

	Casi nunca	Pocas veces	Algunas veces	A menudo	Casi siempre
1. En el fútbol estoy logrando muchas cosas que valen la pena.					
2. El entrenamiento me deja tan cansado/a que me cuesta reunir la energía suficiente para hacer otras cosas.					
3. Estoy dejando de disfrutar del fútbol.					
4. La práctica del fútbol me deja demasiado cansado/a					
5. Creo que no estoy logrando mucho en el fútbol.					
6. Mi rendimiento en el fútbol me importa menos que antes.					
7. Pienso que no estoy rindiendo a mi nivel real en el fútbol.					
8. La práctica del fútbol me deja mentalmente agotado/a.					
9. Creo que no me interesa tanto el fútbol como antes.					
10. Me siento físicamente agotado/a por el fútbol.					
11. Me preocupo menos que antes por triunfar en el fútbol.					
12. Me agotan las exigencias físicas y mentales del fútbol.					
13. Parece que, haga lo que haga, no rindo como debería.					
14. Creo que tengo éxito en el fútbol.					
15. Tengo dudas de si el fútbol merece todo el					

Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento en Competición Deportiva (ISCCS)

(ORIGINAL)

El objetivo de este estudio es conocer lo que los deportistas pueden hacer o pensar durante las **situaciones estresantes** de la competición deportiva. Con esta finalidad, te pedimos que indiques **con qué frecuencia tienes/experimentas** cada una de las siguientes situaciones que se describen en las siguientes enunciados:

En la escala, se pide que marques con un **aspa ("X")** la opción que indique la **frecuencia** con la que has usado cada una de las siguientes estrategias durante las competiciones.

1 = Nunca lo hago 2 = Casi nunca lo hago 3 =Algunas veces lo hago 4 = Casi siempre lo hago 5 = Lo hago siempre

		Nunca lo hago	Casi nunca lo hago	Algunas veces lo hago	Casi siempre lo hago	Lo hago siempre
1	Me visualicé controlando totalmente la situación	☐	☐	☐	☐	☐
2	Maldije en voz alta o interiormente para liberar mi cólera/ira	☐	☐	☐	☐	☐
3	Tome distancia de otros deportistas	☐	☐	☐	☐	☐
4	Me concentré en realizar un esfuerzo constante	☐	☐	☐	☐	☐
5	Ocupé mi mente para pensar en cosas distintas de la competición	☐	☐	☐	☐	☐
6	Traté de no dejarme intimidar por otros deportistas	☐	☐	☐	☐	☐
7	Pedí consejo a alguien acerca de mi preparación mental	☐	☐	☐	☐	☐
8	Intenté relajar mi cuerpo	☐	☐	☐	☐	☐
9	Analicé mis desempeños anteriores	☐	☐	☐	☐	☐
10	Perdí toda esperanza de alcanzar mi meta	☐	☐	☐	☐	☐
11	Ensayé mentalmente la ejecución de mis movimientos	☐	☐	☐	☐	☐
12	Me enfadé	☐	☐	☐	☐	☐
13	Me retiré a un lugar en el que era fácil reflexionar	☐	☐	☐	☐	☐
14	Hice un esfuerzo inhumano	☐	☐	☐	☐	☐
15	Pensé en mi distracción favorita para no pensar en la competición	☐	☐	☐	☐	☐
16	Intenté liberarme de mis dudas pensando positivamente	☐	☐	☐	☐	☐
17	Pedí consejo a otros deportistas	☐	☐	☐	☐	☐
18	Intenté reducir la tensión de mis músculos	☐	☐	☐	☐	☐
19	Analicé las debilidades de mis oponentes	☐	☐	☐	☐	☐
20	Me dejé llevar por el desánimo	☐	☐	☐	☐	☐

		Nunca lo hago	Casi nunca lo hago	Algunas veces lo hago	Casi siempre lo hago	Lo hago siempre
21	Me imagine realizando una buena actuación	☐	☐	☐	☐	☐
22	Expresé mi descontento	☐	☐	☐	☐	☐
23	Me mantuve alejado de los demás	☐	☐	☐	☐	☐
24	Hice mi máximo esfuerzo	☐	☐	☐	☐	☐
25	Hice cosas entretenidas para no pensar en la competición	☐	☐	☐	☐	☐
26	Reemplacé mis pensamientos negativos por pensamientos positivos	☐	☐	☐	☐	☐
27	Hablé con una persona en la que confiaba	☐	☐	☐	☐	☐
28	Hice algunos ejercicios de relajación	☐	☐	☐	☐	☐
29	Pensé en posibles soluciones para manejar la situación	☐	☐	☐	☐	☐
30	Deseé que la competición terminase inmediatamente	☐	☐	☐	☐	☐
31	Me visualicé teniendo la mejor actuación de mi vida	☐	☐	☐	☐	☐
32	Expresé mis frustraciones	☐	☐	☐	☐	☐
33	Busqué calma y tranquilidad	☐	☐	☐	☐	☐
34	Intenté pensar más en mis aciertos que en mis errores	☐	☐	☐	☐	☐
35	Hablé con alguien que es capaz de motivarme	☐	☐	☐	☐	☐
36	Relajé mis músculos	☐	☐	☐	☐	☐
37	Analicé las exigencias de la competición	☐	☐	☐	☐	☐
38	Dejé de creer en mi capacidad para alcanzar mi objetivo	☐	☐	☐	☐	☐
39	Pensé sobre mi familia o mis amigos para distraerme	☐	☐	☐	☐	☐

UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA
SCIENTIA ET PRAXIS

ANEXO 2: CONSENTIMIENTOS INFORMADOS

Consentimiento Informado para Investigación

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer al Club Deportivo Universidad de San Martín de Porres - División de Menores una clara explicación de la naturaleza de esta investigación, así como de su rol en ella.

La presente investigación es conducida por **Marco Filipo Moschella Coello**, estudiante de pregrado de la Universidad de Lima. La meta de este estudio es **conocer la relación que existe entre el burnout (síndrome de agotamiento emocional) y las estrategias de afrontamiento en futbolistas juveniles de un club de divisiones menores de Lima metropolitana en actual competición**

Si usted, como encargado del club deportivo, accede a que los deportistas juveniles participen en este estudio, se les pedirá responder preguntas en una encuesta sociodemográfica y dos tests psicodeportivos. Esto tomará aproximadamente 60 minutos de su tiempo como máximo por cada equipo.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas al cuestionario y a los test serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante el proceso de investigación. Igualmente, puede pedir que cualquier deportista se retire de la misma en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma.

Por último, es importante dar a conocer que los resultados obtenidos serán analizados grupalmente para poder dar respuesta a la pregunta de la investigación, motivo por lo cual no será posible dar información de forma individual.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto, como Jefe del Club Deportivo Universidad de San Martín de Porres - División

de Menores, que los deportistas juveniles del club participen voluntariamente en esta investigación, conducida por **Marco Filipo Moschella Coello**. He sido informado de que la meta de este estudio es **conocer la relación que existe entre el burnout (síndrome de agotamiento emocional) y las estrategias de afrontamiento en futbolistas juveniles de dos clubes de divisiones menores de Lima en actual competición**

Me han indicado también que los deportistas evaluados tendrán que responder **una encuesta sociodemográfica y dos test psicodeportivos**, lo cual tomará aproximadamente **60 minutos**. Reconozco que la información que se brindará en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que cualquier deportista puede retirarse del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre la participación de los jugadores en este estudio, puedo contactar a **Marco Filipo Moschella Coello** al teléfono **987245443.**

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados globales de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar a **Marco Filipo Moschella Coello** al teléfono anteriormente mencionado.

Saludos desde Perú

5 mensajes

Marco Moschella <marcomoschella@gmail.com> 27 de abril de 2015, 12:10 Para: constantino.arce@usc.es

Buenas tardes Constantino:

Le escribo desde Perú, soy estudiante de psicología y estoy trabajando en un club de fútbol de divisiones menores en el área de psicología.

Estoy estructurando mi proyecto de tesis y estuve buscando cuestionarios que midan el constructo de estrés, pero no lo encontré. Lo que encontré fue la validación que hizo usted de Ahtlete Burnout Questionnaire (ABQ) al idioma español y me interesó muchísimo. Usted cree que me pueda enviar el cuestionario y los baremos o la forma de corrección por favor? Se lo agradecería mucho.

De antemano, muchas gracias por su apoyo

Constantino Arce <constantino.arce@usc.es> 28 de abril de 2015, 1:27

Para: Marco Moschella <marcomoschella@gmail.com>

Apreciado Marco,

en archivos anexos te envío dos versiones del ABQ en español, una general válida para cualquier deporte y una específica para futbolistas. Ambas versiones fueran validadas psicométricamente en español.

Aprovecho para enviarte información sobre el Congreso Internacional sobre Fútbol y Psicología que organizamos en nuestra universidad el próximo mes de Julio por si fuera de tu interés o supieras de alguien a quien pudiera interesarle.

http://www.usc.es/gl/congresos/cpsifutbol/index.html

Muchísimas gracias.

Feliz día!

Constantino Arce

Catedrático de Psicología

Director del Máster en Psicología del Deporte

Universidad de Santiago de Compostela

Hi from Peru

4 mensajes

Marco Moschella <marcomoschella@gmail.com> 7 de septiembre de 2018, 11:50

Para: patrick.gaudreau@uottawa.ca

Hi Patrick

I´m Marco Moschella from Perú. I wrote you for research gate about the permission of your questionnaire ISCCS. Thank for your help. Nice to meet you

Patrick Gaudreau <Patrick.Gaudreau@uottawa.ca> 7 de septiembre de 2018, 12:00

Para: Marco Moschella <marcomoschella@gmail.com>

Hi Marco,

Thank you for your interest. Please find the CICS in the attached file.

We also have a Spanish version if needed.

Best regards,

Patrick

Patrick Gaudreau, Ph.D.

Professeur titulaire/Full Professor

Université d'Ottawa/University of Ottawa

École de Psychologie/School of Psychology

136 Jean-Jacques Lussier, Ottawa, ON, Canada, KIN 6N5

Office: Vanier Hall 5023

Tel: 613-562-5800x4308

Email: pgaudrea@uottawa.ca

ORCID iD is 0000-00034094-5423

Twitter: @GaudreauUOttawa

Chief Editor: Anxiety, Stress, and Coping