



## **Adaptación preliminar al castellano del Athlete Burnout Questionnaire en futbolistas**

Ignacio Pedrosa, Javier Suárez, Blanca Pérez Sánchez y Eduardo García-Cueto

Universidad de Oviedo

### **RESUMEN**

El Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) es un instrumento empleado para la medida del Síndrome de burnout en el contexto deportivo basado en el modelo tridimensional propuesto por Raedeke y Smith. El cuestionario evalúa las dimensiones de devaluación del deporte, baja realización personal y agotamiento físico y emocional a través de cinco ítems para cada dimensión. En el presente trabajo se ha realizado una primera adaptación del cuestionario al castellano al ámbito del fútbol. Tras comprobar la correcta comprensión de la misma, se aplicó a 150 futbolistas, un 68% de hombres y un 32% de mujeres, de entre 13 y 38 años que competían a nivel regional y nacional. El Análisis Factorial Confirmatorio realizado confirmó la estructura propuesta y mostró unos índices de ajuste muy adecuados. Por otro lado, la fiabilidad de cada una de las dimensiones muestra coeficientes  $\alpha$  entre 0,83 y 0,91. Las correlaciones, tanto con el Maslach Burnout Inventory como con escalas de ansiedad y depresión, permiten asegurar la validez multirrasgo. De manera complementaria, se han obtenidos escalas de valoración de síntomas ansiosos y depresivos útiles como pruebas de *screening*.

**Palabras clave:** Síndrome de burnout, Athlete Burnout Questionnaire, adaptación, español, fútbol.

### **ABSTRACT**

The Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) is an instrument used to evaluate burnout assessment in athletes based on the three-dimensional model proposed by Raedeke and Smith. The questionnaire assesses the dimensions of sport devaluation, reduced personal accomplishment and emotional and physical exhaustion through five items for each dimension. In this paper, a preliminary adaptation to the Spanish language on the football context was proposed. After verifying the correct understanding and comprehension of our items, the questionnaire was applied to 150 football players, 68% men and 32% women who have played at the regional and national level for anywhere between 13 and 38 years. The Confirmatory Factorial Analysis confirmed the proposed structure and showed very good fit indexes. Moreover, the reliability of the dimensions shows coefficients between 0.83 and 0.91. Correlations, both with the Maslach Burnout Inventory and scales about anxiety and depression, help to ensure multitrait's validity. In addition, we have obtained rating scales about anxiety and depressive symptoms as good screening tools.

**Keywords:** Burnout syndrome, Athlete Burnout Questionnaire, adaptation, Spanish, football.

---

Contacto:

Ignacio Pedrosa. Facultad de Psicología. Universidad de Oviedo.

Plaza Feijóo, s/n. 33003. Oviedo.

e-mail: npedrosa@cop.es.



## 1.- Introducción

A pesar de que el Síndrome de burnout en el contexto deportivo es un trastorno con unas repercusiones significativas y con una importante prevalencia, las investigaciones en torno al mismo son escasas (Garcés de Los Fayos y Jara, 2002; Goodger, Gorely, Lavalley y Harwood, 2007). Consecuencia directa de esta insuficiencia de trabajos es la falta de una definición consistente en torno a este constructo (Cresswell y Eklund, 2006a).

El síndrome de burnout se definió inicialmente, como tal, fuera del ámbito del deporte. Concretamente fue Freudenberger (1974) quien aludió por primera vez a este Síndrome, pero dentro del área de la psicología social. Este autor lo definió como “una sensación de fracaso y de una existencia agotada, la cual derivaría de una sobrecarga en el conjunto de exigencias personales del trabajador” (Freudenberger, 1974, p. 160). Es decir, el propio entorno laboral y la interacción cotidiana con las personas serían los causantes directos de estas emociones y sentimientos negativos.

En base a investigaciones posteriores, Maslach (1982) mantuvo la línea propuesta por Freudenberger, entendiendo esa sobrecarga emocional como una característica imprescindible de cara a la aparición del Síndrome.

Sin embargo, pocos años después, Maslach y Jackson (1984) reformularon la propuesta anterior, concediéndole más importancia a la presencia de un desequilibrio entre las demandas percibidas por la persona y sus recursos para satisfacerlas. Estos autores entendían el burnout como un síndrome tridimensional caracterizado por un cansancio o agotamiento emocional (provocado por la interacción constante con otras personas); una baja realización personal (una inadecuación personal y profesional al puesto de trabajo derivada del desequilibrio) y una despersonalización (una actitud cínica, pesimista, negativa e, incluso agresiva, hacia las personas).

Según este modelo, la persona comenzaría a sentirse emocionalmente agotada y, a medida que esta situación se mantuviese, su percepción profesional se modificaría, generando un cambio actitudinal negativo hacia sí mismo y hacia su trabajo. El mantenimiento temporal de ese desajuste terminaría provocando la aparición del Síndrome (Maslach, 1998; Maslach y Leiter, 2000; Maslach, Schaufeli, y Leiter, 2001).

Posteriormente, la investigación sobre el burnout se extendió de forma sistemática a diferentes contextos, entre los que se encontraba el deportivo. Las investigaciones iniciales en el campo del deporte se focalizaron en el análisis de los aspectos psicológicos y sociales implicados en el burnout (Etzlon, 1984; Feigley, 1984). Poco después se desarrollaron las primeras investigaciones sobre su prevalencia, así como modelos explicativos específicos de este contexto (Campbell, Miller y Robinson, 1985; Capel, 1986; Smith, 1986).

A medida que se llevaron a cabo más investigaciones en este campo aparecieron nuevos modelos explicativos como el planteado por Raedeke (1997). Este autor propone un modelo muy similar al tridimensional de Maslach y Schaufeli, (1993) constituido, igualmente, por tres dimensiones. La diferencia es que la última de ellas, la despersonalización, fue sustituida por la devaluación del deporte debido a que, en el deporte, la actitud negativa no se genera hacia otras personas sino hacia el propio rol del deportista.



Bajo esta perspectiva, el agotamiento físico y emocional vendría dado por unas exigencias elevadas en el entorno competitivo; la baja realización personal, se debería a una falta de consecución de los sentimientos de éxito y de crecimiento individual en el contexto deportivo; y la devaluación del deporte provocaría una pérdida de interés por la propia actividad y un incremento progresivo del deseo de retirada.

Los instrumentos de medida empleados para la detección del Síndrome, eran una excepción antes de la propuesta de Raedeke. De hecho, era habitual el uso del Maslach Burnout Inventory (MBI) para su evaluación en deportistas. El problema de este cuestionario es que no aporta una medida adaptada al contexto del deporte, sino que simplemente facilita una valoración de burnout general, puesto que fue diseñado por Maslach y Jackson (1984) para el entorno laboral.

Si se alude a instrumentos específicos, cabe destacar, prácticamente como único, el Eades Athlete Burnout Inventory (EABI). Un inventario creado por Eades (1990) que evaluaba un total de seis dimensiones. El problema fundamental, al margen de que verdaderamente se comprobó que no era un instrumento sensible al síndrome, eran sus pésimas propiedades psicométricas. Además de no poder sostener la estructura hexadimensional del trastorno, sus coeficientes de fiabilidad no superaban en ningún caso el valor de 0,58 (Gould, Udry, Tuffey y Loehr, 1996; Gustaffsson, Kenttä, Hassmén y Lundqvist, 2007; Vealey, Amstrong, Comar y Greenleaf, 1998).

Dentro de este vacío metodológico, no fue hasta 2001 cuando Raedeke y Smith (2001), a partir del citado modelo de Raedeke, desarrollaron un instrumento adaptado al deporte para la medida del burnout, el Athlete Burnout Questionnaire (ABQ). El ABQ consta de un total de 15 ítems, distribuidos de manera equitativa en cada una de sus tres subescalas.

Los diferentes estudios en torno a este cuestionario han demostrado sus buenas propiedades psicométricas en cuanto a fiabilidad y validez. Así, por una parte, los diferentes análisis factoriales confirmatorios muestran unos índices de ajuste adecuados que permiten sostener la estructura propuesta (Lonsdale, Hodge y Jackson, 2007; Lonsdale, Hodge y Rose, 2006; Raedeke y Smith, 2001). Además, Cresswell y Eklund (2006b) también aportan datos favorables sobre la validez convergente y discriminante.

Por otro lado, los coeficientes de fiabilidad, calculados mediante el método test-retest son de 0,92 para las dimensiones de agotamiento físico y emocional y la devaluación del deporte; y de 0,86 en cuanto a la baja realización personal (Raedeke y Smith, 2001). En otros trabajos, la fiabilidad, estimada mediante el coeficiente alfa de Cronbach, ofrece valores hasta un máximo de 0,91 superando, en la mayoría de casos, índices de 0,80 (Black y Smith, 2007; Creswell y Eklund, 2005a; Lonsdale et. al., 2007; Raedeke y Smith, 2001).

Todos estos datos han provocado que, desde su creación, este cuestionario haya sido ampliamente utilizado y aceptado dentro del ámbito deportivo e investigador, llegando a adaptarse a múltiples idiomas como el árabe (Altahayneh, 2005), el noruego (Lemyre, Roberts, y Stray-Gundersen, 2007) o el chino (Chen y Kee, 2008), entre otros.

A nivel nacional, la carencia de instrumentos que permitan detectar este Síndrome es aún más notable. De hecho, sólo Garcés de los Fayos, como indican Vives Benedicto y



Garcés de los Fayos (2004), aporta un inventario en castellano (Inventario de Burnout en Deportistas), el cual, además, es únicamente una adaptación del MBI al contexto deportivo.

Justamente por la necesidad de contar con instrumentos de este tipo en España, se han publicado recientemente dos trabajos que plantean versiones preliminares de la adaptación del ABQ al castellano (Arce, C., de Francisco, C., Andrade, E., Arce, I. y Raedeke, T., 2010; de Francisco, C., Arce, C., Andrade, E., Arce, I. y Raedeke, T., 2009).

En esta línea, el objetivo planteado en este trabajo es aportar una versión en castellano del ABQ que, tras confirmar la estructura factorial propuesta en su versión original, permita contar con un instrumento válido y fiable adaptado a la población deportiva española.

Al margen de este trabajo, nuestro grupo de investigación está desarrollando una serie de investigaciones, en torno a la adaptación aquí propuesta, en diferentes modalidades deportivas, aunque los resultados que aquí se presentan se basan en los obtenidos a partir del contexto específico del fútbol.

## 2.- Metodología

### 2.1. - Participantes

En el estudio han participado un total de 150 futbolistas, siendo un 68% de hombres y un 32% de mujeres. Éstos competían en diferentes categorías, a nivel regional, entre Juveniles y Tercera División para los hombres y en Liga Nacional, con competición en diferentes Comunidades Autónomas, en el caso de las mujeres (tabla 1). Sus edades estaban comprendidas entre los 13 y los 38, con una media de 20,14 y una desviación típica de 5,11.

| Categoría          | N   |
|--------------------|-----|
| Tercera División   | 15  |
| Regional           | 38  |
| Juvenil            | 49  |
| Liga Nac. Femenina | 48  |
| Total              | 150 |

Tabla 1. Número de futbolistas por categoría de competición

### 2.2.- Instrumento

Para el desarrollo del trabajo se empleó el *ABQ* (Raedeke y Smith, 2001) en una versión traducida y adaptada al castellano que se realizó siguiendo las normas generales de traducción y adaptación de tests (Muñiz y Hambleton, 2000). Atendiendo a las mismas, se reunió un grupo de especialistas en el ámbito psicométrico y deportivo, así como diferentes personas nativas de lengua inglesa y española con el objetivo de realizar la traducción directa e inversa del cuestionario específico, en este caso, para el ámbito del fútbol.

De manera paralela, se añadió el *Maslach Burnout Inventory* adaptado al deporte y en su versión validada en castellano. La finalidad era comprobar la validez convergente de la versión traducida del ABQ, puesto que, a pesar de ser un cuestionario general, ambos evalúan el mismo constructo. Este cuestionario evalúa las tres dimensiones establecidas por Maslach y



Jackson (1984) y cuenta con un total de 22 ítems en un formato de respuesta tipo Likert de seis alternativas.

Finalmente, se incluyeron 22 ítems seleccionados del *Cuestionario Educativo-Clínico: Ansiedad y Depresión (CECAD)* que evalúan, mediante una escala tipo likert de cinco alternativas, síntomas ansiosos y depresivos (Lozano, García-Cueto y Lozano, 2007). Al igual que hicieron Creswell y Eklund (2006b), estas medidas permiten valorar la validez multirrasgo del cuestionario, ya que ambos son conceptos relacionados con el Síndrome, pero no redundantes del mismo.

El cuestionario completo constaba, por tanto, de un total de 59 ítems, a los que se añadió un reducido cuestionario sociodemográfico acerca del sexo, edad, categoría (anteriormente descritas), nivel de competición (regional o nacional) y nivel de estudios finalizados (E.S.O. o inferior, Bachillerato, Formación Profesional o Universitarios).

### **2.3.- Procedimiento**

Antes de iniciar la aplicación definitiva del cuestionario, se llevó a cabo una prueba piloto, evaluando sólo los 15 ítems traducidos, sobre un total de 30 futbolistas. Esto permitiría asegurar la correcta traducción del cuestionario y, en caso de ser necesario, modificar la redacción de los ítems correspondientes. De este modo, se les solicitó que señalaran aquellos ítems que provocasen algún tipo de duda o dificultad en cuanto a la comprensión. Ninguno de los participantes evaluados indicó problemas respecto a la redacción de los mismos.

Una vez asegurada la adecuada traducción, se procedió a la aplicación de la prueba completa a los diferentes clubes participantes. Las aplicaciones fueron realizadas siempre de manera voluntaria y en el momento previo al entrenamiento por un mismo psicólogo, con el objetivo de asegurar que todos recibiesen las mismas instrucciones. En ningún momento se expuso a los participantes que la evaluación estaba relacionada con el Síndrome para evitar sesgos en las respuestas.

### **2.4.- Análisis de datos**

En primer lugar se realizó una selección, a partir de los 50 ítems originales del CECAD, de los 22 ítems que evaluaban los síntomas ansiosos y depresivos, tomando como criterio de eliminación el índice de discriminación de los mismos. Una vez seleccionados, se realizó un Análisis Factorial Exploratorio (AFE), mediante el programa FACTOR (Lorenzo-Seva y Ferrando, 2006), para comprobar que cada conjunto de ítems formaban un único factor.

Respecto al cuestionario global, se realizó un Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) con el programa AMOS que permitiese probar la estructura factorial tridimensional del cuestionario original.

Posteriormente, se estimó la fiabilidad de cada una de las tres dimensiones a través del coeficiente alfa de Cronbach. A continuación se analizaron las correlaciones de las diferentes escalas del ABQ en su versión traducida con respecto al MBI, así como la puntuación total del mismo en relación a las escalas de ansiedad y depresión para valorar su validez multirrasgo.



Finalmente, mediante diversos Análisis de Varianza (ANOVAs), se estudiaron las diferencias en burnout en función de la edad, la categoría y el nivel de estudios de los futbolistas. De manera paralela, se aplicó la prueba *t de Student* en función del sexo y el nivel de competición.

### 3.- Resultados

Para la selección de los ítems correspondientes al CECAD se tomó, como ya se ha expuesto, el índice de discriminación de los ítems como criterio de selección. Para ello, se utilizó un trabajo que nuestro grupo de investigación está desarrollando actualmente, en donde se ha aplicado el CECAD a una muestra amplia de población normal. Sobre el total de la muestra se eliminaron aquellos participantes con edades inferiores a los 14 años, quedando así un tamaño muestral de 1636 participantes. En relación a la escala de ansiedad, se seleccionaron un total de 12 ítems, resultando una fiabilidad  $\alpha=,91$  y un índice de discriminación superior a 0,48. En cuanto a la escala de síntomas depresivos, se mantuvieron 10 ítems con un coeficiente  $\alpha=,95$  y un índice de discriminación por encima de 0,59.

El AFE de los ítems pertenecientes a los síntomas ansiosos a través del método de Mínimos Cuadrados, muestra un índice KMO de 0,86, mientras que la prueba de esfericidad de Bartlett resultó significativa ( $p<0,0001$ ). Además, el índice residual cuadrático medio (RSMR) fue de 0,096 y los índices de ajuste GFI y AGFI de 0,97 en ambos casos. El conjunto de ítems explican, por sí mismos, un 47% de la varianza total.

Respecto a la estructura factorial de los síntomas depresivos, a través de la extracción por el método de Máxima Verosimilitud, informó de un índice KMO=0,85, la prueba de Bartlett fue también significativa ( $p<0,0001$ ) y el RMSR fue de 0,095. Los índices de ajuste GFI y AGFI fueron de 0,98 y el conjunto de los ítems explicaron un 60% de la varianza total.

En cuanto al ABQ, los resultados del AFC, tomando como modelo la estructura tridimensional planteada en el cuestionario original, mostraron los siguientes índices de ajuste. El cociente entre  $\chi^2$  y los grados de libertad fue de 1,850; el índice de ajuste comparativo (CFI) fue igual a 0,998; el índice de ajuste normado (NFI) obtuvo un valor de 0,996; y el error cuadrático medio de aproximación (RMSEA) fue de 0,023.

El análisis de la fiabilidad de cada una de las dimensiones, evaluada mediante el coeficiente  $\alpha$  de Cronbach, mostró valores de 0,91 para las dimensiones de baja realización personal (RP) y agotamiento físico y emocional (A), y de 0,83 para la dimensión de devaluación del deporte (D).

Con la finalidad de comprobar la validez convergente de la versión adaptada, se analizaron las correlaciones de cada una de las escalas respecto a sus equivalentes en el MBI (tabla 2). De igual manera, se estudiaron las correlaciones entre las puntuaciones totales del ABQ y el MBI respecto a las escalas de síntomas ansiosos y depresivos (tabla 3).



|         | D_MBI | A_MBI               | RP_MBI | D_ABQ                | A_ABQ                | RP_ABQ               |
|---------|-------|---------------------|--------|----------------------|----------------------|----------------------|
| D. MBI  |       | ,50 <sup>(**)</sup> | ,118   | ,123                 | ,187 <sup>(*)</sup>  | ,192 <sup>(*)</sup>  |
| A. MBI  |       |                     | ,058   | ,364 <sup>(**)</sup> | ,463 <sup>(**)</sup> | ,405 <sup>(**)</sup> |
| RP. MBI |       |                     |        | ,049                 | ,035                 | ,085                 |
| D. ABQ  |       |                     |        |                      | ,529 <sup>(**)</sup> | ,641 <sup>(**)</sup> |
| A. ABQ  |       |                     |        |                      |                      | ,633 <sup>(**)</sup> |

(\*\*) La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral)

(\*) La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral)

**Tabla 2.** Correlaciones entre las puntuaciones de las tres dimensiones del ABQ y el MBI

|           | Depresión | Ansiedad             | ABQ                  | MBI                  |
|-----------|-----------|----------------------|----------------------|----------------------|
| Depresión |           | ,864 <sup>(**)</sup> | ,632 <sup>(**)</sup> | ,169                 |
| Ansiedad  |           |                      | ,698 <sup>(**)</sup> | ,147                 |
| ABQ       |           |                      |                      | ,356 <sup>(**)</sup> |

**Tabla 3.** Correlaciones entre las puntuaciones totales del ABQ con las escalas de síntomas ansiosos y depresivos

Finalmente se llevaron a cabo pruebas *t de Student* y ANOVAs para estudiar las posibles diferencias en cuanto al Síndrome en función de las variables sociodemográficas analizadas, tanto en la puntuación por escalas del ABQ como en la total. Para facilitar los análisis en cuanto a la edad, se decidió agrupar la muestra en tres grupos: hasta los 18 años, por ser la edad final del fútbol base; entre los 18 y los 23 años, puesto que las plantillas deben contar con un número mínimo de jugadores Sub-23; y mayores de 23 años.

Una vez realizados los análisis estadísticos no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en el padecimiento de burnout en función del sexo, la edad ni el nivel de competición (tablas 4 y 5).



| Nivel Competición | Prueba de Levene |      | t    | gl  | Sig. (bilat.) |
|-------------------|------------------|------|------|-----|---------------|
|                   | F                | Sig. |      |     |               |
| RP. ABQ           | 0,10             | 0,75 | 1,39 | 142 | 0,17          |
| A. ABQ            | 0,46             | 0,50 | 1,36 | 142 | 0,18          |
| D. ABQ            | 0,01             | 0,97 | 1,94 | 142 | 0,06          |
| Total ABQ         | 0,03             | 0,86 | 1,78 | 135 | 0,08          |
| Sexo              | F                | Sig. | t    | gl  | Sig. (bilat.) |
| RP. ABQ           | 0,10             | 0,75 | 1,39 | 142 | 0,17          |
| A. ABQ            | 0,46             | 0,50 | 1,36 | 142 | 0,18          |
| D. ABQ            | 0,01             | 0,97 | 1,94 | 142 | 0,06          |
| Total ABQ         | 0,03             | 0,86 | 1,78 | 135 | 0,08          |

**Tabla 4.** Pruebas t de Student de las escalas y puntuación total del ABQ en función del nivel de competición y el sexo

|           | F    | Sig. |
|-----------|------|------|
| RP. ABQ   | 2,20 | 0,12 |
| A. ABQ    | 0,62 | 0,54 |
| D. ABQ    | 2,27 | 0,11 |
| Total ABQ | 1,03 | 0,36 |

**Tabla 5.** ANOVA de las escalas y puntuación total del ABQ en función de la edad

Por el contrario, aparecieron diferencias estadísticamente significativas en función del nivel de estudios y la categoría de competición. En concreto, éstas se dan entre los futbolistas que han finalizado la ESO y el Bachillerato en la dimensión de devaluación, obteniendo los primeros un mayor nivel de burnout (tabla 6).





|           | F    | Sig.                | (I) Nivel estudios finalizados | (J) Nivel estudios finalizados | Diferencia medias(I-J) | Sig. |
|-----------|------|---------------------|--------------------------------|--------------------------------|------------------------|------|
| RP. ABQ   | 1,19 | 0,32                |                                | F.P.                           | 0,65                   | 0,98 |
| A. ABQ    | 1,58 | 0,20                | Univer.                        | Bach.                          | -1,23                  | 0,87 |
| D. ABQ    | 3,48 | 0,02 <sup>(*)</sup> |                                | ESO o inferior                 | 1,50                   | 0,76 |
| Total ABQ | 1,36 | 0,26                |                                | Univer.                        | -0,65                  | 0,98 |
|           |      |                     | F.P.                           | Bach.                          | -1,88                  | 0,46 |
|           |      |                     |                                | ESO o inferior                 | 0,84                   | 0,89 |
|           |      |                     |                                | Univer.                        | 1,23                   | 0,87 |
|           |      |                     | Bach.                          | F.P.                           | 1,88                   | 0,46 |
|           |      |                     |                                | ESO o inferior                 | 2,73 <sup>(*)</sup>    | 0,02 |
|           |      |                     |                                | Univer.                        | -1,50                  | 0,76 |
|           |      |                     | ESO o inferior                 | F.P.                           | -0,84                  | 0,90 |
|           |      |                     |                                | Bach.                          | -2,73 <sup>(*)</sup>   | 0,02 |

**Tabla 6.** ANOVA de las escalas y puntuación total del ABQ en función del nivel de estudios y prueba post-hoc en la dimensión devaluación (Scheffé)

En relación a la categoría (tabla 7), las diferencias aparecen, en la dimensión de baja realización personal, entre Regional y Nacional ( $p.=0,03$ ), con un mayor nivel de burnout para los primeros, un patrón que se repite en éstos respecto a la categoría Juvenil ( $p.=0,02$ ). Tomando la dimensión de devaluación del deporte, existen igualmente diferencias entre Regional y Nacional ( $p.=0,02$ ).



|              | F    | Sig.    | (I) Categoría<br>compiten | (J) Categoría<br>compiten | Diferencia<br>medias (I-J) | Sig.     |          |      |
|--------------|------|---------|---------------------------|---------------------------|----------------------------|----------|----------|------|
| RP.<br>ABQ   | 3,89 | 0,01(*) |                           | 3ª Div.                   | -0,93                      | 0,86     |          |      |
| A.<br>ABQ    | 1,02 | 0,39    | Nacional                  | Regional                  | -2,46(*)                   | 0,03     |          |      |
| D.<br>ABQ    | 3,52 | 0,02(*) |                           | Juvenil                   | 0,19                       | 0,99     |          |      |
| Total<br>ABQ | 2,58 | 0,06    |                           | Nacional                  | 0,93                       | 0,86     |          |      |
|              |      |         | Realización Personal      | 3ª Div.                   | Regional                   | -1,53    | 0,61     |      |
|              |      |         |                           |                           | Juvenil                    | 1,12     | 0,79     |      |
|              |      |         |                           |                           | Nacional                   | 2,46(*)  | 0,03     |      |
|              |      |         |                           | Regional                  | 3ª Div.                    | 1,53     | 0,61     |      |
|              |      |         |                           |                           | Juvenil                    | 2,65(*)  | 0,02     |      |
|              |      |         |                           |                           | Nacional                   | -0,19    | 0,99     |      |
|              |      |         |                           | Juvenil                   | 3ª Div.                    | -1,12    | 0,79     |      |
|              |      |         |                           |                           | Regional                   | -2,65(*) | 0,02     |      |
|              |      |         |                           | Devaluación               | 3ª Div.                    | -1,49    | 0,72     |      |
|              |      |         |                           |                           | Nacional                   | Regional | -3,00(*) | 0,02 |
|              |      |         |                           |                           |                            | Juvenil  | -0,43    | 0,97 |
|              |      |         |                           |                           |                            | Nacional | 1,49     | 0,72 |
|              |      |         | 3ª Div.                   |                           | Regional                   | -1,51    | 0,74     |      |
|              |      |         |                           |                           | Juvenil                    | 1,067    | 0,88     |      |
|              |      |         |                           | Nacional                  | 3,00(*)                    | 0,02     |          |      |
|              |      |         | Regional                  | 3ª Div.                   | 1,51                       | 0,74     |          |      |
|              |      |         |                           | Juvenil                   | 2,58                       | 0,07     |          |      |
|              |      |         |                           | Nacional                  | 0,43                       | 0,97     |          |      |
|              |      |         | Juvenil                   | 3ª Div.                   | -1,07                      | 0,88     |          |      |
|              |      |         |                           | Regional                  | -2,58                      | 0,07     |          |      |

**Tabla 7.** ANOVA de las escalas y puntuación total del ABQ en función de la categoría de competición y prueba post-hoc en las dimensiones de baja realización personal y devaluación (Scheffé)

#### 4. – Discusión y conclusiones

En primer lugar, al margen de los resultados derivados de la adaptación del ABQ, se puede afirmar que nuestro grupo de investigación cuenta con un instrumento de medida breve, de síntomas ansiosos y depresivos, válido y fiable. Únicamente con 10 y 12 ítems, respectivamente, tanto las propiedades psicométricas como los índices de ajuste de cada uno de los factores permiten tomarlo como un instrumento de *screening* útil para detectar posibles casos de riesgo, tanto en población normal como deportiva.

Respecto a los resultados obtenidos en cuanto a la versión adaptada del ABQ, el AFC permite sostener la estructura tridimensional planteada en el cuestionario original, ya que los índices de ajuste obtenidos son muy buenos e, incluso, superan a los obtenidos en su versión original (Raedeker y Smith, 2001) y en las preliminares en castellano (Arce et. al., 2010; de Francisco et. al., 2009).



En cuanto a la fiabilidad de cada una de las dimensiones, los coeficientes son prácticamente idénticos a los obtenidos en el estudio de validación del cuestionario en su versión original siendo, de igual manera, la dimensión devaluación del deporte la que cuenta con una menor fiabilidad (0,83). Por otro parte, comparando nuestra propuesta con la versión preliminar en castellano citada en el párrafo anterior, los coeficientes  $\alpha$  son notablemente superiores en cada una de las tres dimensiones, destacando especialmente la dimensión de agotamiento físico y emocional (0,92 frente a 0,71).

Atendiendo a las correlaciones entre las dimensiones del propio ABQ estas son moderadas, algo que ocurre tanto en el trabajo original (Raedeke y Smith, 2001) como en otros estudios (Black y Smith, 2007; Creswell y Eklund, 2005a, 2005b; Lonsdale et. al., 2007). Al igual que en el cuestionario original, la más alta se da entre las dimensiones de baja realización personal y devaluación del deporte ( $r=0,64$ ), mientras que la inferior aparece entre la devaluación del deporte y el agotamiento físico y emocional. Como indican los autores del cuestionario en su versión inglesa (Raedeke y Smith, 2001), el hecho de que la correlación más alta aparezca entre esas dos dimensiones es debido a que ambas aluden a estados psicofisiológicos, mientras que el agotamiento físico y emocional tiene una connotación más psicológica.

Al analizar las correlaciones obtenidas entre las dimensiones del ABQ y el MBI, se observa que los valores más altos aparecen entre el agotamiento físico y emocional, mientras que en las dos dimensiones restantes las correlaciones son bajas. De manera general, las medidas tomadas del ABQ y el MBI en conjunto muestran, de igual manera, una correlación moderada (0,356). Estos resultados siguen una tendencia idéntica en el trabajo original, algo que sus autores achacan al problema que genera la escala de despersonalización o cinismo en el MBI pues, como se ha comentado previamente, esta dimensión no aparece de la misma manera en el ámbito deportivo (Raedeke y Smith, 2001).

Tomando las correlaciones del ABQ con las escalas de ansiedad y depresión, se comprueba cómo, al ser constructos absolutamente relacionados, los valores obtenidos son muy altos.

Finalmente, el análisis de las diferencias revela que el Síndrome se da, en igual medida, en las diferentes edades, sexos y niveles de competición de los futbolistas. Sin embargo, el nivel de estudios influye en la dimensión de devaluación del deporte, pues existen diferencias entre los futbolistas con Bachillerato y aquellos que han finalizado la ESO, siendo los primeros quienes obtienen un mayor riesgo de burnout. Puede que este resultado se deba a que quienes han finalizado ya el Bachillerato se encuentran inmersos en estudios superiores, los cuales les exigen un esfuerzo considerable que provoque que vean el tiempo que le dedican al fútbol como un intervalo que les resta dedicación a sus estudios.

Ligado a esto, también se han hallado diferencias estadísticamente significativas, en cuanto a la categoría de competición en las dimensiones de realización personal y devaluación del deporte. En concreto, los jugadores de categoría Regional son los protagonistas de todas las diferencias mostrando puntuaciones más altas en el Síndrome.

El objetivo principal de esta investigación era la construcción de una versión adaptada al castellano del ABQ. En vista de los resultados obtenidos, se puede considerar que la



finalidad se ha logrado con éxito, puesto que los análisis psicométricos a nivel de validez y fiabilidad así lo demuestran. Incluso se puede afirmar que la adaptación realizada en este trabajo mejora las propuestas realizadas en los trabajos anteriores de Arce et. al. (2010) y de Francisco et. al. (2009), unos trabajos que, al igual que la presente propuesta, han focalizado su atención en el fútbol.

En cuanto a su validez, tanto las correlaciones con el MBI como las obtenidas con las escalas de ansiedad y depresión permiten asegurar la validez multirrasgo de la adaptación aquí propuesta.

Por otro lado, la correlación obtenida entre el MBI y la versión española del ABQ realizada para esta investigación, demuestra, una vez más, que el MBI no se puede considerar un instrumento adecuado para la evaluación del Síndrome en el contexto deportivo. Por este motivo, se considera necesario seguir trabajando en la presente adaptación de cara a contar con una prueba específica de este ámbito.

Finalmente, estudiando las diferencias encontradas, en cuanto a la realización personal y la devaluación del deporte por parte de los futbolistas de categoría Regional, sería importante reflexionar sobre el estado de satisfacción general de estos futbolistas una vez que comparan sus aspiraciones con la categoría en la que verdaderamente compiten.

En definitiva, partiendo de una prueba adaptada al castellano que muestra claramente una buenas propiedades psicométricas, se considera necesario ampliar la evaluación del Síndrome a diferentes deportes con un doble objetivo: corroborar dichas propiedades en una muestra heterogénea y analizar la prevalencia de un trastorno que ha demostrado tener importantes consecuencias psicológicas no sólo para el deportista, sino también para su entorno.



## 5.- Referencias

- Altahayneh, Z. (2005). The effects of coaches' behaviors and burnout on the satisfaction and burnout of athletes. (Jordan). *Disertation Abstracts International Section A. Humanities and Social Science*, 66(5-A), 1689.
- Arce, C., de Francisco, C., Andrade, E., Arce, I. y Raedeke, T. (2010). Adaptación española del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) para la medida del burnout en futbolistas. *Psicothema*, 22, 250-255.
- Black, J.M. y Smith, A.L. (2007). An examination of Coakley's perspective on identity, control, and burnout among adolescent athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 38, 417-436.
- Campbell, D., Miller, M.H. y Robinson, W. (1985). The prevalence of burnout among athletic trainers. *Athletic Training*, 20(2), 110-113.
- Capel, S.A. (1986). Psychological and organizational factors related to burnout in athletic trainers. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 57(4), 321-328.
- Chen, L. H. y Kee, Y. H. (2008). Gratitude and adolescent athletes' wellbeing. *Social Indicators Research*, 89(2), 361-373.
- Cresswell, S.L. y Eklund, R.C. (2005a). Motivation and Burnout among Top Amateur Rugby Players. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 37, 469-477.
- Cresswell, S.L. y Eklund, R.C. (2005b). changes in athlete burnout and motivation over a 12-week league tournament. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 37, 1957-1966.
- Cresswell, S.L., y Eklund, R.C. (2006a). The nature of player burnout in rugby: key characteristics and attributions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18(3), 219-239.
- Cresswell, S.L., y Eklund, R.C. (2006b). The convergent and discriminant validity of burnout measures in sport: A multi-trait/multi-method analysis. *Journal of Sports Sciences*, 24(2), 209-220.
- De Francisco, C., Arce, C., Andrade, E., Arce, I. y Raedeke, T. (2009). Propiedades psicométricas preliminares de la versión española del Athlete Burnout Questionnaire en una muestra de jóvenes futbolistas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9, 45-56.
- Eades, A. M. (1990). *An investigation of burnout of intercollegiate athletes: The development of the Eades Athlete Burnout Inventory*. Tesis de maestría no publicada, Universidad de California, Berkeley.
- Etzlon, D. (1984). Moderating effect of social support on the stress-burnout relationship. *Journal Applied Psychology*, 69, 615-622.



- Feigley, D.A. (1984). Psychological burnout in high-level athletes. *Physician and Sport medicine*, 12(10), 109-119.
- Freudenberger, H.J. (1974). Staff burnout. *The Journal of Social Issues*, 30(1), 159-166.
- Garcés de Los Fayos, E.J. y Jara, P. (2002). Agotamiento emocional y sobrentrenamiento: Burnout en deportistas. En A. Olmedilla, E. J. Garcés de Los Fayos y G. Nieto (Coords.), *Manual de psicología del deporte*. Murcia: Diego Marín.
- Goodger, K., Gorely, T., Lavallee, D., y Harwood, C. (2007). Burnout in sport: a systematic review. *The Sport Psychologist*, 21(2), 127-151.
- Gould, D., Udry, E., Tuffey, S. y Loehr, J. (1996). Burnout in competitive junior tennis players: I. A quantitative psychological assessment. *The Sport Psychologist*, 10, 322-340.
- Gustafsson, H., Kenttä, G., Hassmén, P. y Lundqvist, C. (2007). Prevalence of Burnout in Competitive Adolescent Athletes. *The Sport Psychologist*, 21, 21-37.
- Lemyre, P.N., Roberts, G. C. y Stray-Gundersen, J. (2007). Motivation, overtraining, and burnout: Can self-determined motivation predict overtraining and burnout in elite athletes? *European Journal of Sport Science*, 7(2), 388-416.
- Lonsdale, C., Hodge, K.J., y Jackson, S.A. (2007). Athlete engagement: II. Development and initial validation of the Athlete Engagement Questionnaire. *International Journal of Sport Psychology*, 38(4), 471-492.
- Lonsdale, C., Hodge, K.J., y Rose, E.A. (2006). Pixels vs. paper: Comparing online and traditional survey methods in sport psychology. *Journal of Sport and Exercise*, 28, 100-108.
- Lorenzo-Seva, U., y Ferrando, P.J. (2006). FACTOR: A computer program to fit the exploratory factor analysis model. *Behavioral Research Methods, Instruments and Computers*, 38, 88-91.
- Lozano, L. García-Cueto, E. y Lozano, L.M. (2007). *CECAD. Cuestionario educativo-clínico: ansiedad y depresión*. Madrid: TEA Ediciones.
- Maslach, C. (1982). Burnout: A social psychological analysis. En J.W. Jones (Ed.), *The burnout syndrome: Current research, theory, and interventions* (pp. 30-53). Park Ridge, IL: London House.
- Maslach, C. (1998). A multidimensional theory of burnout. En C.L. Cooper (Ed.), *Theory of organizational stress* (pp. 68-85). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Maslach, C. y Jackson, S.E. (1984). Burnout in organizational setting. *Applied Social Psychology Annual*, 5, 133-154.



- Maslach, C. y Leiter, M.P. (2000). Burnout. En G Fink (Ed.), *Encyclopedia of stress* (pp. 358-362). San Diego, CA: Academic Press.
- Maslach, C. y 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* (pp. 1-16). Washington, DC: Taylor and Francis.
- Maslach, C, Schaufeli, W.B. y Leiter, M.P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
- Muñiz, J. y Hambleton, R. (2000). Adaptación de los tests de unas culturas a otras. *Metodología de las Ciencias del Comportamiento*, 2(2), 129-149.
- Raedeke, T.D. (1997). Is burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19, 396-417.
- Raedeke, T.D. y Smith, A.L. (2001). Development and Preliminary Validation of an Athlete Burnout Measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23, 281-306.
- Smith, R.E. (1986). Toward a cognitive-affective model of athlete burnout. *Journal of Sport Psychology*, 8, 36-50.
- Vealey, R. S, Armstrong, L., Comar, W. y Greenleaf, P. (1998). Influence of perceived coaching behaviors on burnout and competitive anxiety in female college athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 10(2), 297-318.
- Vives Benedicto, L. y Garcés de los Fayos, E.J. (2004). Incidencia del síndrome de burnout en el perfil cognitivo en jóvenes deportistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 4 (1 y 2), 29-44.