

Innovación psicológica:

Salud, educación y cultura



Editores:

Manuel Ernesto Riaño Garzón • Javier Leonardo Torrado Rodríguez
Edgar Alexis Díaz Camargo • Jhon Franklin Espinosa Castro

 UNIVERSIDAD
SIMÓN BOLÍVAR

BARRANQUILLA Y CÚCUTA - COLOMBIA | VIGILADA MINEDUCACIÓN



Res. 23095. del MEN

Innovación psicológica: Salud, educación y cultura

Editores:

Manuel Ernesto Riaño Garzón · Javier Leonardo Torrado Rodríguez
Édgar Alexis Díaz Camargo · Jhon Franklin Espinosa Castro

**INNOVACIÓN PSICOLÓGICA:
SALUD, EDUCACIÓN Y CULTURA**

©Manuel Ernesto Riaño Garzón - Javier Leonardo Torrado Rodríguez - Edgar Alexis Díaz Camargo - Dolly Enith Vargas Martínez - William Alejandro Jiménez Jiménez - Juan Manuel Durán Rodríguez - Vicente Enrique Caballo Manrique - Gladys Patricia Rosero Reyes - Diego Andrés Rivera Porras - Karina Yurley Mora Wilches - Diana Milena Forero Montañez - María Judith Bautista Sandoval - Andrea Isabel Bacca Vega - Jair Eduardo Márquez González - Marlen Karina Fernández Delgado - Nidia Johanna Bonilla Cruz - Mónica Valeria Orellano Tuta - Oriana Marcela Chacón Lizarazo - Vilma Merchán Morales - María Cristina Quijano Martínez - Katherine Díaz Upegui - Natalia Cadavid Ruiz - Sebastián Jiménez Jiménez - Ana Karina Álvarez Rozo - Karla Daniela Castro Ortiz - Elisa Viviana Loaiza Díaz - Jeimy Tatiana Salas Rolón - Andrea Estefanía Carrillo Boada - Yensi Roxanna Torres Mantilla - Yeison Vaca Sánchez - Erika Marcela Correa Castellanos - Valmore Bermúdez Pirela - Yudy Karina Chaparro Suárez - Sergio Humberto Barbosa Granados - Lina María Ospina Rodríguez - Heidy Ramírez Casas - Carolina Rozo Celis - María Fernanda Alarcón Carvajal - Yessica Georney Montes Serrano - Ismael Alejandro Bejarano Caicedo - Astrid Carolina Cárdenas Uribe - Marlyn Vanessa Quintero Villamizar - Dahyanna Scarley Rosas Riveros

Editores: Manuel Ernesto Riaño Garzón - Javier Leonardo Torrado Rodríguez - Edgar Alexis Díaz Camargo - Jhon Franklin Espinosa Castro

**Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales; Administración de Negocios;
Departamento de Ciencias Sociales y Humanas**

Grupo de Investigación Desarrollo Humano, Educación y Procesos Sociales

Director: Marly Johana Bahamón Muñeton

Grupo de Investigación Sinapsis Educativa y Social

Director: Marbel Lucia Gravini Donado

Grupo de Investigación Altos Estudios de Frontera (ALEF)

Director: Rina Mazuera Arias

Proceso de arbitraje doble ciego

Recepción: Septiembre de 2017

Evaluación de propuesta de obra: Diciembre de 2017

Evaluación de contenidos: Enero de 2018

Correcciones de autor: Abril de 2018

Aprobación: Mayo de 2018

Innovación psicológica:

Salud, educación y cultura

Editores:

Manuel Ernesto Riaño Garzón - Javier Leonardo Torrado Rodríguez
Édgar Alexis Díaz Camargo - Jhon Franklin Espinosa Castro

Manuel Ernesto Riaño Garzón, Javier Leonardo Torrado Rodríguez, Édgar Alexis Díaz Camargo
Dolly Enith Vargas Martínez, William Alejandro Jiménez Jiménez, Juan Manuel Durán Rodríguez
Vicente Enrique Caballo Manrique, Gladys Patricia Rosero Reyes, Diego Andrés Rivera Porras
Karina Yurley Mora Wilches, Diana Milena Forero Montañez, María Judith Bautista Sandoval
Andrea Isabel Bacca Vega, Jair Eduardo Márquez González, Marlen Karina Fernández Delgado
Nidia Johanna Bonilla Cruz, Mónica Valeria Orellano Tuta, Oriana Marcela Chacón Lizarazo
Vilma Merchán Morales, María Cristina Quijano Martínez, Katherine Díaz Upegui
Natalia Cadavid Ruiz, Sebastián Jiménez Jiménez, Ana Karina Álvarez Rozo, Karla Daniela Castro Ortiz
Elisa Viviana Loaiza Díaz, Jeimy Tatiana Salas Rolón, Andrea Estefanía Carrillo Boda
Yensi Roxanna Torres Mantilla, Yeison Vaca Sánchez, Erika Marcela Correa Castellanos
Valmore Bermúdez Pirela, Yudy Karina Chaparro Suárez, Sergio Humberto Barbosa Granados
Lina María Ospina Rodríguez, Heidi Ramírez Casas, Carolina Rozo Celis, María Fernanda Alarcón Carvajal
Yessica Georney Montes Serrano, Ismael Alejandro Bejarano Caicedo, Astrid Carolina Cárdenas Uribe
Marlyn Vanessa Quintero Villamizar, Dahyanna Scarley Rosas Riveros

 UNIVERSIDAD
SIMÓN BOLÍVAR

BARRANQUILLA Y CÚCUTA - COLOMBIA | VIGILADA MINEDUCACIÓN



Res. 23095 del MEN

Innovación psicológica: salud, educación y cultura / editores Manuel Ernesto Riaño Garzón [y otros 3]; Dolly Enith Vargas Martínez [y otros 41] -- Barranquilla: Ediciones Universidad Simón Bolívar, 2018.

388 p. ; 17x24 cm.

ISBN: 978-958-5430-83-9

1. Psicología del aprendizaje – Investigaciones 2. Adolescencia – Aspectos sociales 3. Neuropsicología – investigaciones 4. Trastornos del aprendizaje – Investigaciones 5. Deportistas – Síndromes de Burnout I. Riaño Garzón, Manuel Ernesto, editor II. Torrado Rodríguez, Javier Leonardo, editor III. Díaz Camargo, Édgar Alexis, editor IV. Espinosa Castro, Jhon Franklin, editor V. Vargas Martínez, Dolly Enith VI. Jiménez Jiménez, William Alejandro VII. Durán Rodríguez, Juan Manuel VIII. Caballo Manrique, Vicente Enrique IX. Rosero Reyes, Gladys Patricia X. Rivera Porras, Diego Andrés XI. Mora Wilches, Karina Yurley XII. Forero Montañez, Diana Milena XIII. Bautista Sandoval, María Judith XIV. Bacca Vega, Andrea Isabel XV. Márquez González, Jair Eduardo XVI. Fernández Delgado, Marlen Karina XVII. Bonilla Cruz, Nidia Johanna XVIII. Orellano Tuta, Mónica Valeria XIX. Chacón Lizarazo, Oriana Marcela XX. Merchán Morales, Vilma XXI. Quijano Martínez, María Cristina XXII. Díaz Upegui, Katherine XXIII. Cadavid Ruiz, Natalia XXIV. Jiménez Jiménez, Sebastián XXV. Alvarez Rozo, Ana Karina XXVI. Castro Ortiz, Karla Daniela XXVII. Loaiza Díaz, Elisa Viviana XXVIII. Salas Rolón, Jeimy Tatiana XXIX. Carrillo Boada, Andrea Estefanía XXX. Torres Mantilla, Yensi Roxanna XXXI. Vaca Sánchez, Yeison XXXII. Correa Castellanos, Erika Marcela XXXIII. Chacón Lizarazo, Oriana Marcela XXXIV. Bermúdez Pirela, Valmore XXXV. Chaparro Suárez, Yudy Karina XXXVI. Barbosa Granados, Sergio Humberto XXXVII. Ospina Rodríguez, Lina María XXXVIII. Ramírez Casas, Heidy XXXIX. Rozo Celis, Carolina XL. Alarcón Carvajal, María Fernanda XLI. Montes Serrano, Yessica Georney XLII. Bejarano Caicedo, Ismael Alejandro XLIII. Cárdenas Uribe, Astrid Carolina XLIV. Quintero Villamizar, Marlyn Vanessa XLV. Rosas Riveros, Dahyanna Scarley XLVI. Tit.

150 1584 2017 SCDD 21 ed.

Universidad Simón Bolívar – Sistema de Bibliotecas

Impreso en Barranquilla, Colombia. Depósito legal según el Decreto 460 de 1995. El Fondo Editorial Ediciones Universidad Simón Bolívar se adhiere a la filosofía del acceso abierto y permite libremente la consulta, descarga, reproducción o enlace para uso de sus contenidos, bajo una licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional.
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



©Ediciones Universidad Simón Bolívar

Carrera 54 No. 59-102

<http://publicaciones.unisimonbolivar.edu.co/edicionesUSB/>

dptpublicaciones@unisimonbolivar.edu.co

Barranquilla - Cúcuta

Producción Editorial

Editorial Mejoras

Calle 58 No. 70-30

info@editorialmejoras.co

www.editorialmejoras.co

Julio de 2018

Barranquilla

Made in Colombia

Cómo citar este libro:

Riaño Garzón, M. E., Torrado Rodríguez, J. L., Díaz Camargo, É. A., Vargas Martínez, D. E., Jiménez Jiménez, W. A., Durán Rodríguez, J. M.,... Rosero Reyes, G. P. (2018). *Innovación Psicológica: Salud, Educación y Cultura*. Barranquilla, Colombia: Ediciones Universidad Simón Bolívar.

Innovación psicológica:

Salud, educación y cultura

Editores:

Manuel Ernesto Riaño Garzón - Javier Leonardo Torrado Rodríguez
Édgar Alexis Díaz Camargo - Jhon Franklin Espinosa Castro

Manuel Ernesto Riaño Garzón, Javier Leonardo Torrado Rodríguez, Édgar Alexis Díaz Camargo
Dolly Enith Vargas Martínez, William Alejandro Jiménez Jiménez, Juan Manuel Durán Rodríguez
Vicente Enrique Caballo Manrique, Gladys Patricia Rosero Reyes, Diego Andrés Rivera Porras
Karina Yurley Mora Wilches, Diana Milena Forero Montañez, María Judith Bautista Sandoval
Andrea Isabel Bacca Vega, Jair Eduardo Márquez González, Marlen Karina Fernández Delgado
Nidia Johanna Bonilla Cruz, Mónica Valeria Orellano Tuta, Oriana Marcela Chacón Lizarazo
Vilma Merchán Morales, María Cristina Quijano Martínez, Katherine Díaz Upegui
Natalia Cadavid Ruiz, Sebastián Jiménez Jiménez, Ana Karina Álvarez Rozo, Karla Daniela Castro Ortiz
Elisa Viviana Loaiza Díaz, Jeimy Tatiana Salas Rolón, Andrea Estefanía Carrillo Boda
Yensi Roxanna Torres Mantilla, Yeison Vaca Sánchez, Erika Marcela Correa Castellanos
Valmore Bermúdez Pirela, Yudy Karina Chaparro Suárez, Sergio Humberto Barbosa Granados
Lina María Ospina Rodríguez, Heidi Ramírez Casas, Carolina Rozo Celis, María Fernanda Alarcón Carvajal
Yessica Georney Montes Serrano, Ismael Alejandro Bejarano Caicedo, Astrid Carolina Cárdenas Uribe
Marlyn Vanessa Quintero Villamizar, Dahyanna Scarley Rosas Riveros

 UNIVERSIDAD
SIMÓN BOLÍVAR

BARRANQUILLA Y CÚCUTA - COLOMBIA | VIGILADA MINEDUCACIÓN



Res. 23095 del MEN

Capítulo XIII: Síndrome de Burnout en deportistas de la Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta*

Yessica Georney Montes Serrano¹
Ismael Alejandro Bejarano Caicedo²
Diego Andrés Rivera Porras³

* Derivado de la investigación Síndrome de Burnout en deportistas de la Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta. Línea de investigación: Estudios sociales y culturales de Frontera. Fecha de inicio: enero de 2015, Fecha de finalización: junio 2017. Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta – Colombia.

1 Psicóloga en formación de la Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta.
y_montes1@unisimon.edu.co

2 Psicólogo en formación de la Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta.
i_bejarano@unisimon.edu.co

3 Psicólogo Egresado de la Universidad de Pamplona, Especialista en Estadística Aplicada de la Universidad Francisco de Paula Santander y Magíster en Dirección Estratégica con Especialidad en Gerencia. Módulo Optativo: Recursos Humanos y Gestión del Conocimiento de la Universidad Iberoamericana de Puerto Rico. Docente investigador de la Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta.
d.rivera@unisimonbolivar.edu.co

RESUMEN

La presente investigación se desarrolló en el área de la psicología del deporte y tuvo como objetivo describir las dimensiones del Síndrome de Burnout en los deportistas de grupos competitivos de una universidad colombiana, mediante la aplicación del test Athlete Burnout Questionnaire (ABQ). Esta investigación se encuentra enmarcada dentro de un enfoque cuantitativo, no experimental de tipo transversal, con un alcance de tipo descriptivo; la cual contó con la participación de 91 deportistas con edades comprendidas entre 17 y 36 años correspondientes a seis disciplinas deportivas. El análisis estadístico reportó un índice de confiabilidad de alfa de Cronbach de 0,76; así mismo, para las dimensiones AFE y DPD de 0,70 y RSL de 0,69. Los resultados mostraron que no existe un compromiso en las dimensiones del Síndrome de Burnout (AFE, RSL y DPD) según el contexto deportivo de la Institución.

Palabras clave: Síndrome de Burnout, deporte competitivo, psicología del deporte.

Burnout Syndrome in athletes of the Simon Bolivar University, Cucuta campus

ABSTRACT

This research was developed in the field of sports psychology and aimed to describe the dimensions of Burnout Syndrome in athletes from competitive groups of a Colombian university, by applying the Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) test. This research is framed within a quantitative, non-experimental cross-sectional approach, with a descriptive scope; Which had the participation of 91 athletes aged between 17 and 36 corresponding years 6 sports disciplines. The statistical analysis reported a Cronbach alpha reliability index of 0,76, likewise, for the AFE and DPD dimensions of 0,70 and RSL of 0.69. The results showed that there

is no compromise in the dimensions of Burnout Syndrome (AFE, RSL and DPD) according to the sport context of the institution.

Keywords: Burnout Syndrome, competitive sport, sport psychology.

INTRODUCCIÓN

El Síndrome de Burnout ha sido tomado principalmente dentro del contexto laboral, situación que ha exaltado el interés dentro del ámbito de la psicología organizacional; sin embargo, sus características no surgen solo dentro de este contexto (Calle, Vargas y Molina, 2016). En relación a la presencia del Burnout, se puede identificar que las circunstancias o rasgos que dan lugar al estrés laboral, son precisamente las mismas que aparecen en el estrés deportivo (Figueroa, Rivera, Amezcua y Figueroa, 2015), tales como la pérdida progresiva de idealismo, pérdida de energía y motivación, estado de fatiga, irritabilidad y pérdida de entusiasmo producido por los tiempo prolongados en situaciones de presión (García, 2016), convirtiéndose así en un área de aplicación de interés dentro de la psicología deportiva, rama de la psicología aplicada, a la que le añaden este campo de acción e intervención (De Francisco, Garcés y Arce, 2014).

El Síndrome de Burnout, definido por Cantú, López, Fernández, Carbajal, Solves y Marco (2015) como la respuesta al estrés laboral crónico, con manifestaciones de cansancio emocional y sentimientos negativos personales y devaluación del propio rol profesional (Cárdenas, Conde y Perales, 2015). De acuerdo con Díaz y Gómez (2016) puede darse en un largo período de tiempo en el que la persona está expuesta a situaciones que le afectan emocionalmente (García, 2016).

A su vez, Gil, Montero, Fayos, Gullón y Pinto (2015) plantean diversas variables potenciales, que pueden llegar a ser predictores del Síndrome de Burnout, tales como los estilos de vida negativos de dirección y de interacción por parte del entrenador (Jiménez, Galaz, De los Fayos, Briceño y Estrada, 2016), altas demandas competitivas, excesivas demandas de energía y tiempo (Marchena y Torres, 2014), monotonía del entrenamiento, sentimientos del deportista de estar apartado, carencia de refuerzos positivos, aburrimiento, falta de habilidades (Martínez, Guillen y Feltz, 2016), estrategias de afrontamiento, no adaptación de las expectativas originales como los logros finales obtenidos, falta de apoyo en su grupo de referencia, intereses mercenarios de los padres, y estilo de vida externo no apropiado con el rigor exigido al deportista (Palmi y Solé, 2016).

Actualmente este Síndrome es considerado como una epidemia a nivel mundial, ya que –como lo afirman De Francisco, Garcés y Arce (2015) en una reciente investigación realizada a deportistas españoles– esta población muestra cifras entre el 3,4 % y el 3,8 %, datos que dan cuenta de la magnitud de dicho problema en los deportistas, haciéndose necesario establecer mecanismos que ayuden a que estas cifras disminuyan.

Rojano (2016) define el Síndrome de Burnout en el contexto deportivo como una reacción a las elevadas exigencias que genera el entorno competitivo, y define las principales características, entre las que se encuentran el agotamiento emocional, una baja realización personal (Romero, Brustad, Zapata, Aguayo y García, 2013), que surge de la falta de éxito y de crecimiento profesional, y una devaluación del rendimiento deportivo, guardando relación con las principales dimensiones planteadas por Maslach y Jackson (1981) citado por Pedrosa y García-Cueto (2014).

Autores como Peñaloza, Andrade, Jaenes y Méndez (2013), señalan que el deporte en cualquiera de sus modalidades, en condición de competencia, permite que sea un factor generador de estrés a niveles extremos hablando desde lo físico y emocional (Prieto, 2016) acompañado de una dificultad en la concentración, una constante actitud negativa hacia el trabajo, y la vida en general, en las que la persona no es capaz de controlar sus habilidades psicológicas (Ramón, Zapata y Cardona, 2014). Por tanto, la situación problema radica en las devastadoras reacciones que el Burnout trae tras su aparición (Pires, Bara, Debien, Ugrinowitsch y Coimbra, 2016), pues como se ha demostrado en estudios a deportistas, en especial de alto rendimiento, la aparición de este síndrome no permite un desempeño óptimo ante la competencia (Pulido, Sánchez, Leo, González y García, 2017).

De acuerdo con lo anterior, se puede afirmar que este problema es de naturaleza psicológica (Pedrosa y García, 2014), y resalta su papel antagónico; sobre todo en el momento en el que el deportista decide retirarse de la práctica parcial del deporte o su abandono definitivo que en algún momento disfrutó (Maestre, 2016), al estar directamente relacionado con la motivación pudiendo concluir que el problema no es precisamente la reacción de estrés ante una competencia, sino lo que posterior a esta, desencadena el Síndrome de Burnout (Carrasco, Campbell y García, 2016); situación que no ha sido tomada en cuenta del todo dentro del plan de acción por parte de los encargados de los grupos estables de la universidad, pues su accionar está guiado en función a generar espacios para la práctica del deporte, y no se ha hecho un seguimiento exhaustivo desde la parte personal del deportista (Vargas y René, 2015).

Por otra parte, Caballero, Bresó y González (2015), manifiestan

que dentro del ámbito investigativo los estudios relacionados con deportistas son escasos, sobre todo revelando que el Síndrome de Burnout dentro del contexto deportivo no cuenta con un amplio conocimiento tanto teórico como práctico (Carlin, 2014), ya que como lo afirman Pedrosa y García (2016), el estudio de este Síndrome en el ámbito deportivo se ha iniciado de manera relativamente reciente (Tutte y Reche, 2016). Coincidiendo con lo mencionado, Sánchez y Gómez (2014) reiteran que durante las últimas dos décadas, los profesionales en psicología del deporte llevaron a cabo un aumento significativo en el número de investigaciones acerca del Síndrome de Burnout (Vallarino y García, 2016). Estas se deben a dos aspectos tales como su considerable prevalencia, cifrándola en un 1,5 % (Vaamonde y Ruiz, 2015) y las consecuencias afectivas, cognitivas, motivacionales y comportamentales que origina (Sagüés, 2015) pudiendo llegar a generar en el abandono deportivo (Villamizar, 2013).

Como se ha puesto en discusión, la psicología del deporte es un campo con componentes de aplicación, que cuenta con una escasez a nivel de generación de conocimiento científico (Guevara, 2017), sobre todo en el tema del Síndrome de Burnout (Moncada y Rodríguez, 2017), situación que ha permitido la no implementación de planes en esta población que permita garantizar el bienestar en su práctica, cediendo el paso a la aparición de problemas en el bienestar del deportista (Juárez, Idrovo, Camacho y Placencia, 2014).

En la actualidad es común escuchar del deporte como una de las nuevas ramas de acción del psicólogo; su función en este caso es precisamente el acompañamiento al capital humano perteneciente a un grupo deportivo de determinada modalidad (Martínez y Gómez, 2013). Ante los avances del conocimiento científico,

existe la necesidad de realizar investigaciones enfocadas a brindarlo en datos estadísticos o a través de las percepciones de los deportistas que puedan generar ese apoyo que los mismos necesitan para garantizar su bienestar (De Francisco, Arce, Vílchez y Vales, 2016). Del mismo modo, al realizarse la búsqueda de antecedentes y construcción del estado del arte, fue claro que los estudios en la región no han abordado el fenómeno del Burnout desde una perspectiva deportiva, pues como lo aseguran Cuéllar, Londoño, Echavarría y Zapata (2015) no se cuenta con variedad de estudios realizados a personas deportistas en relación con la sintomatología del Burnout en Colombia, específicamente a nivel local.

Una de las ventajas de realizar esta propuesta de investigación se centra en que los resultados y el tipo de información obtenida puede llegar a ser un sustento para que dentro de la universidad se generen propuestas para el acompañamiento enfocadas en la promoción de actividad física y deportiva ya que como lo afirman Palacios y De (2015), uno de los motivos principales son los numerosos beneficios que aporta la actividad física y deportiva en términos de salud (Maestre, 2016), calidad de vida y la reducción del riesgo de padecer algunas enfermedades (afecciones cardíacas, diabetes y algunos tipos de cáncer). Además de que la participación en este tipo de actividades previene el sobrepeso y mejora la salud física (músculos y sistema óseo), incluye beneficios psicológicos tales como la motivación y la concentración, entre otros (De Francisco, Garcés y Arce, 2015). Todo esto permitirá fortalecer la adherencia a la práctica del deporte de su interés, fortaleciendo los hábitos y estilos de vida saludables en la población estudiantil universitaria (Cruz y Puentes, 2017; Cuéllar, Londoño, Echavarría y Zapata, 2015).

Por otra parte, es indispensable realizar una temprana detección para posibilitar la creación de programas de promoción de la salud tanto física como psicológica a los deportistas. Según Marchena y Torres (2014) los programas de actividad física y deportiva están orientados cada vez más a patrones de problemas médicos en la presencia de enfermedades, y no como un medio o herramienta de prevención. Esto permitirá dar pautas y habilidades necesarias para hacer frente a situaciones estresantes que puedan estar ligadas al desarrollo de complicaciones a nivel psicológico, en especial el Síndrome de Burnout, y en el caso de que esta sintomatología esté presente, poder generar planes de prevención encaminados a la reducción de la sintomatología producida o el tratamiento adecuado. Todo lo anterior, con un único fin de favorecer el buen ambiente psicológico para que la práctica deportiva sea más amena y a su vez fortalezca el rendimiento óptimo en tiempos de competencias (Ferrel, Ferrel, Cantillo, Jaramillo y Jiménez, 2017; Palmi y Solé, 2016).

Para la ciencia es importante la realización de la investigación, pues el campo de la psicología deportiva es relativamente nuevo, ya que como lo afirman Pires, Bara, Debien, Ugrinowitsch y Coimbra (2016) el estudio de este síndrome en el ámbito deportivo se ha iniciado de manera relativamente reciente, situación que permite la innovación dentro de esta área, que a su vez necesita una consolidación en términos de teóricos, planes de mejoramiento y el accionar del psicólogo en este contexto.

Por último, la importancia de la investigación radica en prestar principal atención hacia las manifestaciones de malestar dentro de una de las dependencias de la universidad, que contribuirá a una formación deportiva óptima y completa para que sean ellos a partir de los resultados quienes den herramientas a sus de-

portistas sobre cómo enfrentar las situaciones externas que den paso a respuestas de seres, potenciando el nivel deportivo de la universidad en las competencias realizadas sea regionales, nacionales e internacionales.

Es claro que las orientaciones del estudio psicológico empleadas en el deporte enmarcan diversos enfoques, entre los cuales el cognitivo-conductual ha mostrado una amplia participación en el ejercicio académico e investigativo (Prieto, 2016) entendiéndose que el cognitivismo hace referencia al estudio de los procesos mentales implicados en el conocimiento (Rial, Marsillas, Isorna y Louro, 2013). De acuerdo con esto, dentro del deporte cabe el espacio para emplear un modelo de este tipo que brinde opciones de estudio del comportamiento deportivo y de sus componentes básicos que desencadenan un gran número de acciones, como lo describen Rosales y Rosales (2013). Aunque la psicología del deporte no esté centrada en una clínica tradicional, esta incongruencia nos arrastra a asumir modelos de investigación y aplicación con premisas afines a los modelos que se imponen en la Psicología General y en la clínica en especial (Rial, Marsillas, Isorna y Louro, 2013). Por tanto, en psicología del deporte (con clara dominancia del modelo cognitivo-conductual, y en menor medida el modelo psicodinámico) cabe plantearse las mismas consideraciones en cuanto a sus bases epistemológicas y todas las derivaciones implicadas (Peñaloza, Andrade, Jaenes y Méndez, 2013).

Dicho lo anterior, cabe resaltar que existe una clara diferencia entre lo que es el deporte y aquello descrito como actividad física, ya que el primero hace referencia a las actividades que requieren de un esfuerzo, establecimiento como disciplina a nivel del deporte, al igual que exigencias en cuanto a las capacida-

des propias del individuo para competir con otros deportistas (Barnet, Segura, Oriol y Guerra, 2015). Por otro lado, la actividad física hace referencia a todos aquellos movimientos del organismo que de una u otra manera se destinan a fines estéticos, de salud, rehabilitación, entre otros (García, 2016). De esta manera, se empieza a generar un énfasis en el papel del psicólogo dentro del contexto deportivo, el cual, entre otros objetivos se dirige a la preparación o el entrenamiento psicológico centrado en el desarrollo constante de las capacidades y habilidades psicológicas, sin que ello implique que exista ningún déficit previo (Pires, Bara, Debien, Ugrinowitsch y Coimbra, 2016).

En relación con esto, se entiende que la actividad deportiva requiere no solo de habilidades físicas y motrices para la ejecución de los movimientos propios del deporte que se practique, sino que incluye de manera específica las cogniciones que hacen parte del individuo y que determinan de una u otra manera su práctica deportiva y las habilidades que desarrolle a partir de esta, al igual que el beneficio para su estado físico, mental y social (Sagüés, 2015). Haciendo énfasis en la teoría de las inteligencias múltiples, De Francisco, Garcés y Arce (2015) afirman que el deporte es una competencia cognitiva que dentro del contexto de la inteligencia cinético corporal el deportista manifiesta un grado de apropiación de la habilidad, de la instrumentación y que a través de la práctica sistemática se pulen las habilidades en estructuras de conjunto, constituyendo una nueva habilidad, y así sucesivamente hasta conseguir el comportamiento atlético (Reche, Tutte y Ortín, 2014).

En relación con lo anterior, se entiende que los procesos cognitivos del ser humano son un determinante crucial en sus actividades deportivas, por lo que un desajuste en su funcionamiento

conlleva un estado de alteración que de una u otra forma, afectará las capacidades y habilidades del individuo. A la vez, puede considerarse como un factor generador de patrones desadaptativos como el estrés (Rojano, 2016) que posee múltiples causas: los factores situacionales, históricos y orgánicos de cada participante (Sagüés, 2015), conjuntamente con su interpretación de lo que acontece durante la competencia, las interacciones del deportista, las experiencias anteriores, influencia del equipo entre sí y del equipo (Sánchez y Gómez, 2014), los cuales se interpretan como factores determinantes del rendimiento atlético, ya que su influencia puede llegar a esferas cognitivas, de conducta, fisiológica, y representan un obstáculo en el ejercicio del deporte (Arias, Cardoso, Aguirre y Arenas, 2016; Vargas y René, 2015).

Por esto puede decirse que el rendimiento deportivo está relacionado de manera directa con la intervención de procesos inherentes a la regulación psíquica del individuo entre los que se cuentan tanto las capacidades intelectuales como los procesos emocionales, que inciden en el manejo de las situaciones estresantes antes, durante y después de las competencias, con el fin de mitigar posibles afectaciones fuera del contexto deportivo a raíz de estas situaciones (Tutte y Reche, 2016). Es decir, las presiones psicosociales externas afectan las estructuras internas del individuo que en ocasiones obedece a los estándares esperados en los deportistas y que los obliga a recurrir a esfuerzos más allá de su nivel, generando patrones de alteraciones psicósomáticas que repercuten más allá del escenario deportivo (Rial, Marsillas, Isorna y Louro, 2013). Dentro de los factores psicosociales que afectan el rendimiento deportivo, García (2015) menciona los siguientes: (a) ambiente deportivo hostil, (b) presencia en los entrenamientos de determinadas personas (dirigentes, prensa), (c) horario de la actividad, (d) carga académica o de trabajo, (e)

cargas físicas o psicológicas en los entrenamientos, (f) monotonía de las tareas a realizar, (g) condiciones climatológicas, (h) comunicación interpersonal limitada, (i) acciones de la dirigencia, (j) presión de los padres, (k) exigencia de resultados inmediatos, entre otros.

Cada uno de estos puede conjugarse en un punto de apoyo o de presión negativa en el cual el deportista puede ejercer sus actividades a nivel individual o de equipo. De acuerdo con esto, se evidencia que son dos los tipos de factores que pueden influir en el rendimiento académico, siendo estos externos o internos, y que poseen una relación directa con la percepción propia y de personas como el entrenador, al tiempo que incluye las cogniciones que se generan frente a las expectativas esperadas y los medios empleados para tal fin.

Cabe señalar que las estrategias de afrontamiento entre situaciones estresantes representan un mecanismo para la adaptación y continuidad de los procesos deportivos, que le permitan satisfacer expectativas frente al deporte y posteriormente, mejorar su rendimiento (Domínguez, 2016). Cuando no se emplean mecanismos de afrontamiento adecuados, se incurre en la posibilidad de desarrollar estrés crónico, al igual que un entorpecimiento de las habilidades deportivas, o en casos más específicos, se relaciona con la aparición de Burnout, una clase de estrés laboral, ocasionado especialmente en aquellas profesiones en las que existe contacto directo con las personas (Díaz y Gómez, 2016).

Este concepto ha evolucionado a partir de consideraciones clínicas que lo describían como una situación de agotamiento, fracaso, producto de una carga excesiva en relación con las

exigencias del medio, los recursos internos del individuo y que generan estados de malestar ante situaciones estresantes. El Burnout posee una serie de componentes que describen su repercusión en su agotamiento característico y que según describe Andueza (2014) hace referencia a:

Cansancio emocional: Desgaste que ha sufrido el trabajador como consecuencia de diversos actos negativos sufridos a la hora de realizar sus funciones, que puede manifestarse física o psíquicamente, con la sensación de pensar que no va a poder ofrecer nada profesionalmente.

Despersonalización: Cambia totalmente la manera de sobrellevar el trabajo. La persona afectada ya no realiza de la misma forma sus funciones y la manera de tratar a los usuarios empeora drásticamente. Aumenta la irritabilidad con reacciones de distancia hacia la gente que está dando los servicios, e incluso hacia sus compañeros de trabajo.

Sentimiento de inadecuación y disminución de la realización personal del trabajo: La persona siente que no tiene nada que aportar en su trabajo y todo ello se traduce en su forma de trabajar. Las ganas de seguir superándose y ofrecer todos sus esfuerzos desaparecen y se adueña la baja autoestima.

Dicho esto, es de entender que el Burnout no solo se encuentra focalizado en los entornos laborales, sino que además hace su aparición en escenarios que por lo general poseen unas características que hacen del individuo un ser expuesto a presiones constantes en pro del rendimiento y desarrollo de habilidades (Carrasco, Campbell y García, 2016), tal es el caso de los escenarios deportivos, en los cuales el Burnout ha mostrado un constante surgimiento, afectando de manera significativa las capacida-

des del deportista, sobrellevando a estados de exigencia física y mental que en muchas ocasiones repercuten tan negativamente y genera una desestabilización del rendimiento y la motivación a continuar en la disciplina deportiva.

De igual forma, De Francisco (2015) menciona que el agotamiento emocional surge como reacción a las demandas del entrenamiento y la competición. Posteriormente, se manifiesta la despersonalización como una estrategia de distanciamiento ante este agotamiento. Con el paso del tiempo, esta situación derivará hacia una baja realización de logro, observándose de este modo las tres dimensiones que forman el Burnout. Lo anterior hace referencia al mecanismo de manejo de situaciones estresantes que desencadenan respuestas propias del Burnout, al igual que el proceso secuencial que al final suele concluir con un abandono de la actividad deportiva, debido a los ineficientes mecanismos de afrontamiento de situaciones estresantes.

Esto posee una leve relación con la probabilidad de padecimiento de Síndrome de Burnout, debido a que los deportistas altamente motivados son susceptibles, en mayor medida que otros que tienen un menor nivel de motivación, de no sufrirlo (García, 2016). Lo anterior engloba el componente motivacional del Burnout; sin embargo, existen aún más criterios a tener en cuenta y que mantienen una importancia igual de significativa en la aparición de este Síndrome en deportistas. Dichos componentes mencionados por Cárdenas, Conde y Perales (2015) son la autoestima, el perfeccionismo y la identidad atlética, la cual refiere el modo en que se desarrolla una personalidad deportiva desde una temprana edad, basado en el reconocimiento de las habilidades en el deporte y es en esta etapa cuando se internaliza la identidad de-

portiva. Por su parte, el perfeccionismo se relaciona con criterios de pensamiento de “todo o nada”, con cuyas ideas tienden a ser autoexigentes, y cualquier desviación de la meta es considerada un fracaso. La autoestima se relaciona con la motivación y su efecto es proporcional a su nivel, lo cual determina la reacción del deportista frente al fracaso y situaciones adversas (Gil, Montero, Fayos, Gullón y Pinto, 2015).

Concluyendo, existen posturas que resaltan la importancia del aspecto social en el surgimiento del Burnout, y mencionan que el Síndrome de Burnout es negativo y significativamente correlacionado con la calidad de vida y la satisfacción con el apoyo social, y a su vez influyen positiva y significativamente (Marchena y Torres, 2014). Se entiende entonces que el Burnout mantiene una relación directa con los procesos de estrés lo que genera un sentimiento de disminución de la calidad de vida, lo que hace que el atleta experimente una falta de armonía física, mental, emocional y de organización (Sánchez, 2014); todo esto interactuando de manera tal que favorece sentimientos desmotivadores y de ineficacia con el consecuente agotamiento percibido a nivel emocional y físico, sumado a insatisfacciones a nivel deportivo, y en instancias más graves, al abandono del deporte como parte del estilo de vida (Vaamonde y Ruiz, 2015).

METODOLOGÍA

Para el desarrollo de este estudio se seleccionó un enfoque de investigación cuantitativo debido a la recolección, procesamiento y análisis de datos obtenidos del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) realizado por De Francisco (2015). El diseño adoptado para el desarrollo de esta investigación es no experimental

debido a que en este estudio no se tuvo control sobre las variables de tipo descriptivo, debido a que se detallaron los resultados de cada una de las variables, y de corte transversal, puesto que la recolección de los datos se realizó en un momento único en tiempo y espacio (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

La técnica de muestreo utilizado fue no probabilística intencional por conveniencia, o dirigida, dado que se estableció que la elección de los participantes depende de las condiciones y causas relacionadas con la investigación (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). Es decir que la elección estuvo sujeta a los criterios de inclusión definidos de la siguiente forma: ser hombres y/o mujeres con edades comprendidas entre los 17 y 36 años de edad, pertenecer a los grupos competitivos de la Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta, contar con edad deportiva mayor a seis meses y a su vez con unos criterios de exclusión tales como que dichos deportistas fuesen hombres y mujeres con asistencia intermitente a los entrenamientos y que se encontrasen disponibles al momento de la aplicación.

La muestra seleccionada estuvo informada por deportistas de los grupos competitivos pertenecientes a la Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta; seis (6) grupos estables, comprendidos en su totalidad por 91 participantes de diferentes disciplinas, con una edad deportiva mayor a 6 meses, así como una práctica semanal que oscila entre dos y cinco horas y un plan de entrenamiento y competencias establecidas dentro de la preparación. A su vez, se encuentran preseleccionados para representar a la Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta en los Juegos Universitarios Nacionales ASCUN-2017 (véase Tabla 1).

Tabla 1. Número de participantes vinculados

Disciplina	Deportistas	Hombres	Mujeres
Fútbol	8	8	0
Tenis de Mesa	5	3	2
Ajedrez	6	3	3
Rugby	13	9	4
Fútbol Sala	33	13	20
Baloncesto	26	13	13
Total	91	49	42

Fuente: Elaboración propia

Instrumentos y técnicas

Para la recolección de la información establecida en la presente propuesta de investigación el instrumento aplicado es Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) realizado por De Francisco (2015).

La prueba consta de 15 ítems, los cuales se encuentran distribuidos, cinco para cada una de las tres dimensiones, así mismo le fueron añadidos tres enunciados, uno por dimensión (ítems 16, 17 y 18) de forma alternativa, en caso de que alguno de los ítems no mostrase sus propiedades psicométricas y tuviese que ser descartado. Igualmente, la prueba cuenta con un formato de respuesta en el que cada ítem cuenta como opción de respuesta con cinco categorías evaluadas de 1 a 5, equivalentes a: Casi nunca (1), Pocas veces (2), Algunas veces (3), A menudo (4) y Casi siempre (5), exceptuando los ítems 1, 14 y 18, en los que se hace necesario que los valores dentro de la escala sean invertidos.

De acuerdo a lo anterior, el evaluado deberá seleccionar la categoría en la que sienta que su respuesta es acorde. El instrumento evalúa tres síntomas propuestos desde la teoría del Síndrome de Burnout en deportistas, siendo el agotamiento emocional/físico,

reducida sensación de logro y por último devaluación de la práctica deportiva (véase Tabla 2).

Tabla 2. Distribución de ítems del ABQ por dimensión

Subescala	Ítem	Texto del ítem	
AFE	Agotamiento físico y emocional	2	El entrenamiento me deja tan cansado que me cuesta reunir la energía suficiente para hacer otras cosas.
		4	La práctica de mi deporte me deja demasiado cansado/a.
		8	La práctica del deporte me deja mentalmente agotado/a.
		10	Me siento físicamente agotado/a por el deporte.
		12	Me agotan las exigencias físicas y mentales del deporte.
		16	Después de practicar deporte me encuentro excesivamente cansado/a.
RSL	Reducida sensación de logro	1	En el deporte estoy logrando muchas cosas que valen la pena.
		5	Creo que no estoy logrando mucho en el deporte.
		7	Pienso que no estoy rindiendo a mi nivel real en el deporte.
		13	Parece que, haga lo que haga, no rindo como debería.
		14	Creo que tengo éxito en el deporte.
		18	Creo que se me da bien el deporte.
DPD	Devaluación de la práctica deportiva	3	Tengo dudas de si el deporte merece todo el tiempo que le dedico.
		6	Mi rendimiento en el deporte me importa menos que antes.
		9	Creo que no me interesa tanto el deporte como antes.
		11	Me preocupo menos que antes por triunfar en el deporte.
		15	Estoy dejando de disfrutar del deporte.
		17	Creo que se me da bien el deporte.

Fuente: Elaboración propia

RESULTADOS

Para el análisis de los datos recopilados en la aplicación de la prueba utilizada para la presente propuesta de investigación, se empleó el programa estadístico IBM SPSS Statistics 20 para Windows; por medio de este programa se calculó la confiabilidad de la prueba y la caracterización descriptiva de la muestra poblacional de cada una de las disciplinas deportivas, esto permitió conocer la frecuencia de las puntuaciones con respecto de las disciplinas tomadas en cuenta.

Tabla 3. Porcentajes de pruebas aplicadas por disciplina deportiva

Deporte	Frecuencia	Porcentaje
Fútbol Sala	33	36
Baloncesto	26	29
Rugby	13	14
Fútbol	8	9
Ajedrez	6	7
Tenis de Mesa	5	5
Total	91	100

Fuente: Elaboración propia

En la Tabla 3 se muestra una representación porcentual del total de la población equivalente a 91 deportistas (100 %) de los cuales el 9 % (8 deportistas) pertenecen al fútbol, el 5 % de la población (5 deportistas) pertenecen a tenis de mesa, el 7 % (6 deportistas) pertenecen a ajedrez, así mismo el 14 % (13 deportistas) pertenecen a rugby; de igual forma el 36 % (33 deportistas) pertenecen a fútbol sala, y finalmente el 29 % (26 deportistas) pertenecen a baloncesto.

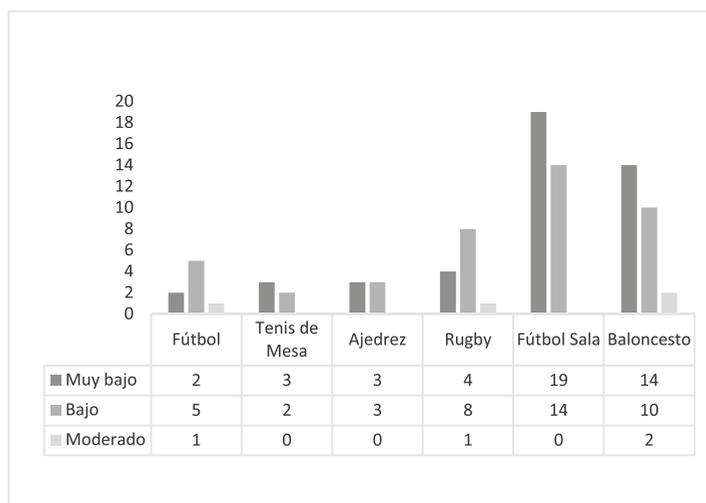


Figura 1. Puntaje de frecuencia del Síndrome de Burnout por disciplina deportiva
 Fuente: Elaboración propia

En la Figura 1 se muestran los intervalos tomados en cuenta en la escala; de igual forma se presenta el total de la población de acuerdo a la disciplina deportiva, de los cuales en la modalidad de fútbol, 2 deportistas presentaron puntuaciones para Muy Bajo (1,0-1,9), 5 deportistas presentaron puntuaciones para Bajo (2,0-2,9) y 1 deportista para Moderado (3,0-3,9), siendo 8 deportistas la totalidad de la población en fútbol. En la modalidad tenis de mesa se encontró que 3 deportistas presentan puntuación para Muy Bajo, 2 deportistas para Bajo y 0 deportistas para Moderado. La población total de esta disciplina es de 5 deportistas.

De igual forma, dentro de la disciplina deportiva ajedrez, con una población total de 6 deportistas se presentaron 3 deportistas con puntajes para Muy bajo, 3 deportistas con puntuaciones para Bajo y 0 deportistas con puntuaciones para Moderado.

Así mismo, para rugby, 4 deportistas presentan puntuaciones

para Muy Bajo, 8 deportistas puntuaciones para Bajo y 1 deportista para Moderado, sumando una población total de 13 deportistas. Para fútbol sala se encontraron puntuaciones para Muy bajo de 19 deportistas, a su vez puntuaciones para Bajo de 14 deportistas y puntuaciones para Moderado de 0 deportistas; conformando una población total de 33 deportistas.

Finalmente, en la modalidad de baloncesto constituida por una población total de 26 deportistas, se encontraron puntuaciones para Muy bajo de 14 deportistas, para Bajo 10 deportistas y puntuaciones para Moderado de 2 deportistas.

En la Tabla 4, Coeficiente de Alfa de Cronbach por síntomas y Síndrome de Burnout, fue posible estimar el coeficiente para el puntaje general de la prueba (Síndrome de Burnout), con relación a la población total de 91 deportistas, resultó en un coeficiente de fiabilidad de 0,76. De igual forma, un 0,70 para los síntomas de agotamiento físico y emocional y la devaluación de la práctica deportiva, a diferencia del coeficiente de fiabilidad de 0,69 para el síntoma de reducida sensación de logro.

Tabla 4. Coeficiente de Alfa de Cronbach por dimensiones y Síndrome de Burnout

Estadísticas de total de elemento	n	Alfa de Cronbach
Agotamiento Emocional y Físico	91	0,70
Reducida Sensación de Logro	91	0,69
Devaluación de la Práctica Deportiva	91	0,70
Síndrome de Burnout	91	0,76

Fuente: Elaboración propia

Tabla 5. Índice de puntuaciones generales Athlete Burnout Questionnaire (ABQ)

Puntuaciones Generales Athlete Burnout Questionnaire (ABQ)	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	45	50
Bajo	42	46
Moderado	4	4
Total	91	100

Fuente: Elaboración propia

En la Tabla 5 se indican los resultados de las puntuaciones tanto en frecuencia como en porcentaje, con respecto a los intervalos mediante los cuales se llevó a cabo la calificación del test ABQ; se describen los porcentajes para Síndrome de Burnout en la población total, las cuales fueron para Muy bajo 49,5 % (45 deportistas), para Bajo 46,2 % (42 deportistas) y para Moderado, puntuaciones de 4,4 % (4 deportistas).

Tabla 6. Puntuaciones descriptivas de dimensión Agotamiento físico y emocional

Dimensión agotamiento físico y emocional	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	51	56
Bajo	28	31
Moderado	11	12
Alto	1	1
Total	91	100

Fuente: Elaboración propia

En la Tabla 6, se indican los resultados de las puntuaciones de frecuencia y porcentaje. Así mismo se describen los intervalos tomados en cuenta en la escala y se presenta el total de la población de acuerdo a la disciplina deportiva; se describen los porcentajes para Agotamiento físico y emocional en la población total, las cuales fueron para Muy bajo 56,0 % (51 deportistas), para Bajo 30,8 % (28 deportistas), para Moderado, puntuaciones de 12,1 % (11 deportistas), y finalmente para Alto de 1,1 % (1 deportista).

Tabla 7. Puntuaciones descriptivas de dimensión Reducida sensación de logro

Dimensión reducida sensación de logro	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	46	51
Bajo	39	43
Moderado	5	5
Alto	1	1
Total	91	100

Fuente: Elaboración propia

En la Tabla 7 se indican los resultados de las puntuaciones de frecuencia y porcentaje. Así mismo se describen los intervalos tomados en cuenta en la escala y se presenta el total de la población de acuerdo a la disciplina deportiva; se describen los porcentajes para Reducida sensación de logro en la población total, las cuales fueron para Muy bajo, 50,5 % (46 deportistas), para Bajo 42,9 % (39 deportistas), para Moderado, puntuaciones de 5,5 % (5 deportistas); finalmente, puntuaciones para Alto de 1,1 % (1 deportista).

Tabla 8. Puntuaciones descriptivas de dimensión Devaluación de la práctica deportiva

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	37	41
Bajo	41	45
Moderado	11	12
Alto	2	2
Total	91	100

Fuente: Elaboración propia

En la Tabla 8 se indican los resultados de las puntuaciones de frecuencia y porcentaje. Así mismo se describen los intervalos tomados en cuenta en la escala y se presenta el total de la población de acuerdo a la disciplina deportiva; se describen los porcentajes para Agotamiento físico y emocional en la población

total, las cuales fueron: para Muy bajo, 40,7 % (37 deportistas), para Bajo, 45,1 % (41 Deportistas), para Moderado, puntuaciones de 12,1 % (11 deportistas), y finalmente, puntuaciones para Alto de 2,2 % (2 deportistas).

DISCUSIÓN

Como propósito principal de esta investigación se planteó describir las dimensiones del Síndrome de Burnout en los deportistas de los grupos competitivos de la Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta. Para esto se trabajó con todos los deportistas de los grupos competitivos de las diferentes disciplinas presentes en el claustro universitario. Para llevar a cabo la presente investigación se utilizó como instrumento el ABQ con el fin de medir las puntuaciones de los deportistas de los grupos competitivos en lo relacionado a las tres dimensiones propuestas desde la teoría del Síndrome de Burnout en deportistas: agotamiento emocional/físico, reducida sensación de logro y devaluación de la práctica deportiva (De Francisco, 2015).

La presente investigación se llevó a cabo durante la fase pre-competitiva, en la cual los deportistas se encontraban en una etapa de preparación para los Juegos Universitarios Nacionales ASCUN-2017, es decir, se encontraban a puertas del inicio de un torneo. Esto es relevante debido a que en investigaciones anteriores como la realizada por García, González y De los Fayos (2016) se asegura que:

La mayor parte de los estudios de Burnout se han realizado posteriores a la competición deportiva, y no previa a esta, cuando se supone que el deportista viene de un tiempo de descanso y recuperación física y emocional (De Francisco, Garcés y Arce, 2015). En este caso la evaluación fue realizada previa a la pretempo-

rada deportiva, es decir, previo a cualquier esfuerzo físico y de preparación a la temporada competitiva. (Barnet, Segura, Oriol y Guerra, 2015)

Dicho lo anterior, se hace necesario comprender que la presente investigación se realizó en la fase de pretemporada deportiva en la cual todos los deportistas ya se encontraban en un rigor de entrenamiento, por lo cual es posible que se encontraran expuestos a esfuerzos físicos propios de esta etapa, y no en una fase previa a la pretemporada deportiva como la realizada por García, González y De los Fayos (2016).

De acuerdo con los resultados obtenidos en el ABQ de manera global, se evidencia que una cantidad significativa de los deportistas de la Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta presentan puntuaciones en el intervalo Muy Bajo y puntuaciones en el intervalo Bajo evidenciando que el 95,60 % los deportistas evaluados se mantienen dentro de lo que puede clasificarse como ausencia del Síndrome de Burnout. De igual forma se halló que el 4,40% de los evaluados se ubican dentro del intervalo Moderado, interpretando esto como la presencia del Síndrome de Burnout en dicha población, coincidiendo con cifras dadas en investigaciones internacionales como son las de De Francisco (2015), Díaz y Gómez (2016) las cuales cifran la presencia del Síndrome de Burnout entre el 1 y el 5 % de manera global.

Los datos anteriormente planteados, apuntan que si bien no son puntuaciones significativas, se deben asumir de forma relevante, ya que como lo define García (2016) el Síndrome de Burnout es una reacción a los estresores de la competición deportiva, determinada por agotamiento emocional (García, González y De los Fayos, 2016), actitud impersonal hacia los sujetos del entorno

deportivo y disminución del rendimiento deportivo (Domínguez, 2016), para de esta manera establecer mecanismos que ayuden a que estas cifras no incrementen, y incluso, disminuyan (Figueroa, Rivera, Amezcua y Figueroa, 2015).

Lo anterior resalta la importancia del aspecto social en el surgimiento del Burnout (Juárez, Idrovo, Camacho y Placencia, 2014), y se identifica el Síndrome de Burnout como una reacción negativa y significativamente correlacionada con la calidad de vida (Martínez, Guillen y Feltz, 2016) y la satisfacción con el apoyo social, y estos influyen mutuamente positiva y significativamente (Prieto, 2016).

Así mismo, un estudio realizado por Reche, Tutte y Ortín (2014) reveló que el Síndrome de Burnout en deportes colectivos tiene menor probabilidad de aparecer en estas modalidades, esto envuelve aspectos psicológicos como los emocionales y sociales (Rial, Marsillas, Isorna y Louro, 2013), que en muchos casos conducen a desistir de la actividad deportiva, en respuesta al estrés excesivo o la falta de satisfacción en la práctica (Marchena y Torres, 2014). De acuerdo con esto, se pudo evidenciar que las modalidades colectivas que maneja la Universidad como el fútbol, baloncesto, fútbol sala y rugby, presentaron menos indicadores de la presencia o vulnerabilidad del Síndrome en los deportistas.

De igual manera, los resultados obtenidos frente a las dimensiones coinciden en proporción con los obtenidos en los resultados del ABQ de manera global; para la dimensión Agotamiento Físico y Emocional se logran evidenciar las puntuaciones bajas y muy bajas, lo que puede estar relacionado con que la muestra se encuentra en una etapa precompetitiva, es decir, que están

en un proceso de condicionamiento a la competencia de manera más óptima (Figueroa, Rivera, Amezcua y Figueroa, 2015), dirigidos a obtener un mejor rendimiento en la competencia. Así como lo mencionan Barnet, Segura, Oriol y Guerra (2015), Cárdenas, Conde y Perales (2015) encontraron diferencias estadísticamente significativas en la fase de pre-competencia ya que los deportistas implementan estrategias de enfrentamiento enfocadas en el problema disminuyendo el estrés que desencadena el Burnout.

Para la dimensión Devaluación de la Práctica Deportiva los resultados mantuvieron la anterior tendencia mostrando que existe un porcentaje significativo de deportistas en los intervalos Muy Bajo y Bajo, en ausencia de devaluación de la práctica deportiva a un 85,71 % de la población evaluada. Así mismo, se evidencia un 14,29 % en presencia de la misma, contando con porcentajes para los intervalos Moderado y Alto.

Teniendo en cuenta lo mencionado, con respecto a las dimensiones Agotamiento físico y emocional y Devaluación de la práctica deportiva, se logra evidenciar que una población significativa de los deportistas presentan vulnerabilidad al Síndrome de acuerdo con lo mencionado por De Francisco, Garcés de Los Fayos, y Arce (2014) los cuales mencionan que se presentan sensaciones de sobreesfuerzo físico y cansancio emocional (García, 2016), disminución del sentimiento de entusiasmo y energía hacia la práctica del deporte (Tutte y Reche, 2016), así como sentimientos de baja realización personal, malestar y baja autoestima (Villamizar, 2013).

Por otro lado, en la dimensión de la Reducida sensación de logro se encontró que la mayoría de los deportistas (93,41 % de los evaluados), se encuentran en ausencia de la dimensión Reducida

sensación de logro con porcentajes en los intervalos Muy Bajo y Bajo, así como presencia de reducida sensación de logro en el 6,59 % de los deportistas con puntuaciones en los intervalos Moderado y Alto.

Figuroa, Rivera, Amezcua y Figuroa (2015) describen la dimensión de la Reducida sensación de logro, permitiendo de esta manera afirmar que la población que presenta un índice moderado o alto para el Síndrome tienen una sensación de encontrarse fallando permanentemente, no conseguir metas y objetivos, ni el rendimiento esperado, acompañado de sentimientos de tristeza y depresión, que se evidencian en la baja productividad o decremento del nivel deportivo (Cárdenas, Conde y Perales, 2015).

Finalmente, considerando tanto los datos generales de la presencia del Síndrome de Burnout como las diferentes dimensiones evaluadas, se debe prestar especial atención a la población deportiva de la Universidad Simón Bolívar, ya que a pesar de reflejar pocos casos en los que el Síndrome se encuentra presente, existen factores en las diferentes esferas psicológicas que pueden ser predictores, ya que como lo menciona De Francisco (2015) las tres dimensiones que forman el Burnout tales como el agotamiento emocional surgen como reacción a las exigencias de los entrenamientos.

Después se manifiesta la despersonalización como una estrategia de distanciamiento ante este agotamiento. Con el paso del tiempo, esta situación derivará hacia una baja realización de logro. Como lo afirman Pires, Bara, Debien, Ugrinowitsch y Coimbra (2016) con respecto a las consecuencias del Síndrome de Burnout, se ha demostrado que es de alta relevancia, ya que presenta repercusiones significativas a nivel afectivo, cognitivo,

motivacional y comportamental (Pulido, Sánchez, Leo, González y García, 2017).

CONCLUSIONES

Mediante la aplicación de la prueba ABQ, se logra la descripción de las dimensiones del Síndrome de Burnout, en la cual los deportistas evidencian puntuaciones bajas y muy bajas de este síndrome. Asimismo, se encuentra la prevalencia del Síndrome de Burnout en baloncesto con un 7,7 %, rugby con un 7,7 % y fútbol con un 12,5 % evidenciando que los deportes que requieren de un gran esfuerzo físico llevan consigo una carga de estrés mayor a los demás.

De igual forma, en la dimensión de Agotamiento emocional y físico en los deportistas se evidencia una puntuación muy baja, lo que refleja la ausencia del Síndrome de Burnout en la mayoría de la población deportista. Sin embargo, se tiene en cuenta la existencia de este síndrome en una minoría deportista de la Universidad Simón Bolívar.

Se logra establecer la presencia de una reducida sensación de logro en los deportistas de los grupos competitivos, aparentemente por el estado de pre-competencia en el que se encontraban.

Durante la aplicación del instrumento ABQ se evidencia una baja devaluación de la práctica deportiva, aparentemente por el nuevo proceso de selección en el que se encontraban deportistas de la Universidad Simón Bolívar, siendo los participantes de la prueba en su mayoría nuevos en el equipo, debido a que casi todos los deportistas han terminado su proceso de formación profesional y otros han desertado por situaciones económicas y académicas o el poco reconocimiento como deportista a nivel institucional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andueza Legarra, I. (2014). Estrés laboral y Burnout [Tesis de grado]. Universidad Pública de Navarra, Pamplona. Disponible en: <http://academica-e.unavarra.es/bitstream/handle/2454/11267/andueza69073.pdf?sequence=1>
- Arias, I., Cardoso, T., Aguirre, H. y Arenas, J. (2016). Características psicológicas de rendimiento deportivo en deportes de conjunto. *Psicogente*, 19(35), 25-36. <http://doi.org/10.17081/psico.19.35.1206>
- Barnet, S., Segura Bernal, J., Oriol Martínez-Ferrer, J. y Guerra Balic, M. (2015). Engagement y trayectoria profesional en técnicos de deporte adaptado. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(1), 245-253.
- Caballero, C. C., Bresó, É. y González Gutiérrez, O. (2015). Burnout en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, 32(3), 424-441.
- Calle Díaz, M. I., Vargas Torres, F. S. y Molina Gallego, Y. J. (2016). Prevenir el Burnout como problema de salud pública (Doctoral dissertation).
- Cantú-Berrueto, A., López-Walle, J. M., Fernández, I. C., Carbajal, N. P., Solves, O. Á. y Marco, I. T. (2015). Burnout en el deporte. *Psicología del deporte: conceptos, aplicaciones e investigación*, 55-59.
- Cárdenas, D., Conde-González, J. y Perales, J. C. (2015). El papel de la carga mental en la planificación del entrenamiento deportivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(1), 91-100.
- Carlin, M. (2014). El Síndrome de Burnout: comprensión del pasado, análisis del presente y perspectivas de futuro. España: Wanceulen SL.
- Carrasco, A. E. R., Campbell, R. Z. y García-Mas, A. (2016). Percepción de eficacia de las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en jóvenes tenistas de competición. Li-

- minales. *Escritos sobre psicología y sociedad*, (5), 125-154.
- Cruz, D. y Puentes, A. (2017). Relación entre las diferentes dimensiones del Síndrome de Burnout y las estrategias de afrontamiento empleadas por los guardas de seguridad de una empresa privada de la ciudad de Tunja. *Psicogente*, 20(38), 268-281. Disponible en: <http://doi.org/10.17081/psico.20.38.2548>
- Cuéllar, Á. M. U., Londoño, D. M. R., Echavarría, D. H. y Zapata, J. D. O. (2015). Producción académica en psicología de la Actividad Física y del Deporte en Colombia, 2007-2012. *Academic production in psychology of Physical Activity and Sport in Colombia, 2007-2012*. *Psicoespacios*, 9(15), 140-165.
- De Francisco Palacios, C. (2015). Versión reducida del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ): propiedades psicométricas preliminares. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(1), 177-183
- De Francisco, C., Arce, C., Vílchez, M. D. P. y Vales, Á. (2016). Antecedentes y consecuencias del Burnout en deportistas: estrés percibido y depresión. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 16(3), 239-246
- De Francisco, C., Garcés de Los Fayos, E. J. y Arce, C. (2014). Burnout en deportistas: Prevalencia del síndrome a través de dos medidas. *Cuadernos de Psicología del deporte*, 14(1), 29-38.
- De Francisco, C., Garcés de Los Fayos, E. J. y Arce, C. (2015). La medida del Síndrome de Burnout en deportistas: una perspectiva multidimensional. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 10(2), 173-178.
- Díaz Bambula, F. y Gómez, I. C. (2016). La investigación sobre el Síndrome de Burnout en Latinoamérica entre 2000 y el 2010. *Psicología desde el Caribe*, 33(1), 113-131.
- Domínguez-Lara, S. A. (2016). Agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios: ¿cuánto influyen las estrategias cognitivas de regulación emocional? *Educación Médica*.

- Ferrel, F., Ferrel, L., Cantillo, A., Jaramillo, J. y Jiménez, S. (2017). Variables académicas y sociodemográficas relacionadas con el Síndrome de Burnout en estudiantes de Ingenierías y Ciencias de la Salud de una universidad estatal de Colombia. *Psicogente*, 20(38), 336-352. Disponible en: <http://doi.org/10.17081/psico.20.38.2555>
- Figuroa, J. A. G., Rivera, A. Q., Amezcua, H. A. H. y Figuroa, A. A. G. (2015). Factores asociados a la presencia de Burnout en educadores físicos veracruzanos. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 20(211).
- García Bertó, R. (2016). Revisión sobre las diferencias de las variables psicológicas en deportes individuales vs. deportes de equipo.
- García, M. (2015). *Psicología del deporte: Presiones deportivas y disposición combativa*. Ecuador: Universidad Central del Ecuador, Facultad de Ciencias Psicológicas.
- García-Parra, N., González, J. y De los Fayos, E. G. (2016). Estado actual del estudio del Síndrome de Burnout en el deporte. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(2), 21-28.
- Gil, R. B., Montero, F. O., Fayos, E. J., Gullón, J. M. L. y Pinto, A. (2015). Otimismo, Burnout e estados de humor em desportos de competição. *Análise Psicológica*, 33(2), 221-233.
- Guevara Constaín, A. I. (2017). La vivencia del Síndrome de Burnout en patinadores de alto rendimiento.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Editorial McGraw-Hill.
- Jiménez, A. V., Galaz, M. M. F., De los Fayos, E. J. G., Briceño, O. B. S. y Estrada, P. R. (2016). Estilos de afrontamiento en entrenadores: un análisis entre mujeres y hombres yucatecos (Coping styles in coaches: a study on men and women from Yucatan). *Retos*, (30), 198-202.
- Juárez-García, A., Idrovo, Á. J., Camacho-Ávila, A. y Placencia-Reyes, O. (2014). Síndrome de Burnout en población mexicana: Una revisión sistemática. *Salud mental*, 37(2), 159-176.

- Maestre Corbi, A. (2016). Importancia del Síndrome de Burnout en jóvenes deportistas en relación con diferentes teorías psicosociales.
- Marchena Hernández, J. y Torres Brieva, D. E. (2014). Población a riesgo de desarrollar Síndrome de Burnout y cuáles sus factores de riesgo (Doctoral dissertation).
- Martínez, B. J. S. A. y Gómez-Mármol, A. (2013). Prevención y diagnóstico del Burnout en el fútbol. *Psicología aplicada al fútbol: jugar con cabeza*, 259-271.
- Martínez-Alvarado, J. R., Guillen, F. y Feltz, D. (2016). Athletes' motivational needs regarding burnout and engagement. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1).
- Moncada Vera, L. D. C. y Rodríguez Jugo, M. S. (2017). Factores laborales asociados a la frecuencia del Síndrome Burnout en visitantes médicos de la Provincia de Trujillo 2013.
- Palacios, F. (2015). Versión reducida del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ). *Revista de psicología del deporte*, 24(1), 177-183.
- Palmi, J. y Solé, S. (2016). Intervenciones basadas en Mindfulness (Atención Plena) en Psicología del Deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1).
- Pedrosa, I., y García-Cueto, E. (2014). A study of the Burnout Syndrome in sportspeople: Prevalence and relationship to the body image. *Universitas Psychologica*, 13(1), 135-143.
- Pedrosa, I. y García-Cueto, E. (2014). Estudio del Síndrome de Burnout en deportistas: prevalencia y relación con el esquema corporal. *Universitas Psychologica*, 13(1), 135.
- Pedrosa, I. y García-Cueto, E. (2016). Medidas psicométricas del Síndrome de Burnout en deportistas. *Ridpsiclo*, 1(4), 24.
- Peñalosa Gómez, R., Andrade Palos, P., Jaenes Sánchez, J. C. y Méndez Sánchez, M. D. P. (2013). Compromiso deportivo en jóvenes mexicanos. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 8(2).

- Pires, D. A., Bara Filho, M. G., Debien, P. B., Ugrinowitsch, H. y Coimbra, D. R. (2016). Burnout e Coping em Atletas de Voleibol: uma análise longitudinal. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*.
- Prieto, J. M. (2016). Relación entre competitividad, ansiedad social y compromiso con variables deportivas y académicas en futbolistas jóvenes. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(2).
- Pulido, J. J., Sánchez-Oliva, D., Leo, F. M., González-Ponce, I. y García-Calvo, T. (2017). Frustración de las necesidades psicológicas, motivación y Burnout en entrenadores: incidencia de la formación. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(1), 27-36.
- Ramón Suárez, G., Zapata Vidales, S. y Cardona-Arias, J. (2014). Occupational stress and physical activity in employees. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 10(1), 131-141.
- Reche García, C., Tutte Vallarino, V. y Ortín Montero, F. J. (2014). Resiliencia, optimismo y Burnout en judokas de competición uruguayos. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9(2).
- Rial, A., Marsillas, S., Isorna, M. y Louro, A. (2013). Recomendaciones para el apoyo psicológico a jóvenes deportistas en los centros de alto rendimiento. *Ricyde. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 9(33).
- Rojano Torres, M. (2016). *La satisfacción de los jugadores de tenis de competición y recreación*.
- Romero Carrasco, A. E., Brustad, R. J., Zapata Campbell, R., Aguayo Cuevas, C. y García Ucha, F. (2013). Bienestar psicológico y psicopatología: Estudio de un caso de intervención en el equipo técnico y deportistas de un club de tenis. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2).
- Rosales Ricardo, Y. y Rosales Paneque, F. R. (2013). Burnout estudiantil universitario: Conceptualización y estudio. *Salud mental*, 36(4), 337-345.

- Sagüés de la Maza, S. (2015). Diferencias en personalidad resistente y estrategias de afrontamiento entre deportistas y no deportistas.
- Sánchez Chávez, H. E. (2014). Síndrome de Burnout en docentes de una institución de educación de nivel medio superior.
- Sánchez-Alcaraz Martínez, B. J. y Gómez-Mármol, A. (2014). Prevalencia del Síndrome de Burnout en tenistas según su orientación motivacional. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9(1).
- Tutte, V. y Reche, C. (2016). Burnout, resiliencia y optimismo en el hockey sobre hierba femenino. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(3), 73-78.
- Vaamonde, A. G. N. y Ruiz-Barquín, R. (2015). Adaptación del ISRA-BA la población deportiva a través de jugadores de fútbol de rendimiento. *Ansiedad y Estrés*, 21(1).
- Vallarino, T. y García, C. R. (2016). Burnout, resiliencia y optimismo en el hockey sobre hierba femenino/Burnout, resilience and optimism female hockey/Burnout, resiliência e otimismo em jogadores de hóquei. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(3), 73.
- Vargas, C. y René, N. (2015). Niveles de Burnout, y su incidencia en la obtención de resultados en los deportistas de la selección juvenil de natación de la federación deportiva de la provincia de Sucumbíos (Bachelor's thesis, Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. Carrera de Licenciatura en Ciencias de la Educación.).
- Villamizar, J. (2013). Valoración del Síndrome de Burnout en una muestra de jugadores profesionales de fútbol de Santander. *Actividad física y desarrollo humano*, 4(1).

Cómo citar este capítulo:

Montes Serrano, Y. G., Bejarano Caicedo, I. A., & Rivera Porras, D. A. (2018). Síndrome de Burnout en deportistas de la Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta. En Riaño Garzón, M. E., Torrado Rodríguez, J. L., Díaz Camargo, E. A., & Espinosa Castro, J. F (Eds.), *Innovación Psicológica: Salud, Educación y Cultura* (pp.319-353). Barranquilla: Ediciones Universidad Simón Bolívar.