

# VALORACIÓN DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN UNA MUESTRA DE JUGADORES PROFESIONALES DE FÚTBOL DE SANTANDER

**JAIRO ALBERTO VILLAMIZAR FLÓREZ**

Doctor en ciencias de la Actividad Física y del deporte

Profesor Unidades Tecnológicas de Santander.

Grupo de Investigación: Grupo de Investigación en Ciencias Aplicadas al Deporte. GRICAD.

## RESUMEN

El presente estudio está enmarcado en el contexto de la psicología aplicada al deporte, explícitamente en el marco del síndrome del burnout, denominado según Maslach y Jackson (1981), como "un síndrome tridimensional caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y reducida realización personal". El objetivo principal de esta investigación fue valorar el síndrome de burnout en una muestra de jugadores profesionales de fútbol. Es una investigación de orden descriptivo, correlacional y longitudinal. Participaron un total de 20 jugadores de fútbol, hombres con edades comprendidas entre los 19 y 29 años, con una media de edad de 24.8 años (1.38 de desviación típica). Se pudo concluir que las tres dimensiones que se evaluaron se relacionan significativamente al inicio y al final de la aplicación de los cuestionarios. Además, los resultados nos permiten llegar a una versión en español del ABQ mejorada para jugadores de fútbol en Santander, aunque se hace necesario realizar más investigaciones con una muestra superior.

**Palabras clave:** burnout, jugadores de fútbol.

BURNOUT SYNDROME ASSESSMENT IN A SAMPLE OF FOOTBALL PROFESSIONALS SOCCER PLAYERS IN SANTANDER

## ABSTRACT

This study is framed in the context of applied sports psychology, specifically in the context of burnout syndrome, known as Maslach and Jackson (1981), as "a three-dimensional syndrome characterized by emotional exhaustion, depersonalization and reduced personal accomplishment." The main objective of this research was to assess burnout in a sample of professional soccer players. The research is descriptive, correlational and longitudinal. It involved, a total of 20 soccer players, all men, aged between 19 and 29 years, with an average age of 24.8 years (standard deviation 1.38). We concluded that the three dimensions were evaluated significantly, related to the beginning and end of the application of the questionnaires. In addition, the results allow us to reach a Spanish version of the ABQ in Santander soccer players much better than this one. Although, much research is necessary with a higher sample.

**Key words:** burnout, soccer players.

.....  
*Artículo recibido 14 de septiembre del 2012  
y aceptado para su publicación el 18 de  
octubre del 2012.*

*Se considera un artículo T2 de reflexión*

## INTRODUCCIÓN

Para comprender el estudio del burnout, debemos integrar diferentes aportaciones conceptuales. Freudenberger (1974) lo describe como una “sensación de fracaso y de una existencia agotada o gastada, que resulta de una sobrecarga por exigencias de energía, recursos personales o fuerza espiritual del trabajador”, situando las sensaciones y sentimientos negativos producidos en el contexto laboral. Incluye además, el concepto de “adicción al trabajo”, como “un estado de total devoción a su ocupación, por lo que su tiempo es dedicado a servir a un propósito”. Dicha adicción es generada por el síndrome del burnout dando espacio al individuo de manifestar reacciones aversivas y provocando un desequilibrio productivo.

Pines y Kafry (1978), definen el burnout como “una experiencia general de agotamiento físico, emocional y actitudinal”. Dale (Dale, 1979), entiende el burnout como “una consecuencia del estrés laboral y mantiene que el síndrome puede variar tanto en la intensidad como en la duración del mismo”.

Freudenberger (1980) habla de un “vaciamiento de sí mismo”, provocado por el agotamiento físico y mental tras el esfuerzo excesivo por alcanzar una determinada meta no realista impuesta por él o por la sociedad.

Cherniss (1980), expone que “se trata de un proceso transaccional de estrés y tensión en el trabajo”, y destaca tres fases:

- Desequilibrio entre la demanda de trabajo y el afrontamiento individual.
- Respuesta emocional a corto plazo, caracterizada por la ansiedad, tensión, fatiga y afrontamiento.
- Cambio en actitudes y conductas.

Edelwich y Brodsky (1980), definen el burnout como “una pérdida progresiva del idealismo, energía y motivos vividos por la gente en las profesiones de ayuda, como resultado de las condiciones del trabajo”. Y proponen cuatro fases sucesivas:

- Entusiasmo, elevadas aspiraciones, energía desbordante y carencia de noción de peligro.
- Estancamiento, cuando no se cumplen las expectativas planteadas.
- Frustración, fase central del síndrome.
- Apatía, como el mecanismo de defensa ante la frustración.
- 

Grebert, (1992), entiende el burnout “como la construcción cultural que permite a los profesionales de la relación de ayuda, manifestar cuáles son sus sentimientos o dificultades” conceptualizándolo como una forma de reacción defensiva ante las presiones derivadas de un tipo determinado de ejercicio profesional.

En 1981, Maslach y Jackson (1981a), definen el burnout como “un síndrome tridimensional caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y reducida realización personal”. Los mismos definen estas tres dimensiones de la siguiente manera:

- Agotamiento emocional: sensaciones de sobre-esfuerzo físico y cansancio emocional producidos por las continuas interacciones que deben mantener los trabajadores entre ellos mismos y con los clientes.
- Despersonalización: supone el desarrollo y actitudes de respuestas sarcásticas hacia las personas con las cuales trabaja.
- Reducida realización personal: como la pérdida de la confianza y la presencia de un negativo auto-concepto inadvertido de situaciones ingratas.

Las anteriores definiciones y conceptos a lo largo de los años dará a lugar a la elaboración de un marco investigativo para la evaluación del síndrome del burnout, el cual se ha convertido actualmente en un problema de salud pública.

Las investigaciones y estudios realizados sobre burnout, se pueden categorizar en tres perspectivas diferentes, psicosocial, organizativa e histórica (Gil-Monte, 2005) (Barraza, Carrasco, & Arreola, 2007):

- La perspectiva psicosocial pretende explicar las condiciones ambientales en las cuales se origina el síndrome del burnout, los factores que ayudan a disminuirlo y los síntomas específicos que lo caracterizan, fundamentalmente de tipo emocional en las distintas profesiones.
- La perspectiva organizativa centra las causas en las que se origina el síndrome del burnout. El desarrollo del síndrome genera respuestas al trabajo que no tienen que aparecer siempre como la pérdida del sentido hacia el mismo o el optimismo, la carencia de simpatía y la tolerancia, y la incapacidad de apreciar el trabajo como desarrollo personal.
- La perspectiva histórica es el fruto de estudios realizados sobre las consecuencias de los rápidos cambios sociales después de la segunda guerra mundial en el contexto laboral.

El presente trabajo se adscribe en la perspectiva psicosocial que concibe al síndrome del burnout como un proceso que se deriva de la interacción que tiene lugar entre las características del contexto laboral y las variables personales.

En el contexto deportivo, Flippin (1981); expone en su libro el primer trabajo de burnout en deportistas, y consolida teóricamente este constructo dentro del marco de la psicología del deporte, lo que actualmente es evidente gracias a las investigaciones hechas en los últimos 25 años (Quiceno & Vinaccia, 2007).

Los programas de actividad física y deportiva orientados a poblaciones específicas, parecen quedarse cortos en la adherencia de la práctica deportiva como un estilo de vida saludable en la población juvenil y adulta. Cada vez lo patrones de práctica se han visto relegados y sólo se recurre a ella debido a la prescripción médica o en la presencia de enfermedades, y no como un medio o herramienta de prevención. El estrés laboral y el estrés deportivo manifiestan características similares, lo que puede llevar a pensar que los eventos negativos en ambos contextos (trabajo y deporte) pueden ocasionar burnout (Restrepo, N., Colorado, G., Cabrera, 2006).

La pérdida de objetivos, el contexto y la poca inclusión social con sus compañeros, el entorno y el grupo de personas que rodean al deportista generan las primeras manifestaciones de estrés, llevando al deportista al agotamiento emocional. El burnout consume la motivación de los deportistas, apareciendo en cada uno de ellos secuencialmente las dimensiones de burnout propuestas por Maslach y Jackson (Maslach, 1976).

Estos autores manifiestan tres dimensiones en el orden en que puede generarse la aparición de este síndrome para su temprana detección y tratamiento en el desempeño deportivo para favorecer el rendimiento de cada uno de ellos (Maslach, C. y Jackson, 1981a). Los problemas psicológicos han sido tratados también en deportistas de alta competencia; el burnout es un síndrome que se presenta hasta en deportistas olímpicos (May, 1992).

Feigley considera que el burnout en deportistas *“se caracteriza por una pérdida progresiva de idealismo, energía y motivación apareciendo el estado de fatiga, irritabilidad y pérdida de entusiasmo producido por el trabajo duro realizado durante demasiado tiempo en situaciones de presión”* (Feigley, 1984). Relacionado también con los viajes y las concentraciones que se ven sometidos los deportistas en competencias largas, y en competencias cortas de reconocimiento mundial.

Fender entiende el burnout como *“una reacción a los estresores de la competición deportiva caracterizado por el agotamiento emocional, actitud impersonal hacia los sujetos de su entorno deportivo y disminución del rendimiento deportivo”* (Fender, 1989). El autor coincide con Maslach y Jackson en la definición de las diferentes dimensiones del síndrome del burnout (Maslach, C. y Jackson, 1981b) (Maslach, C. y Jackson, 1981a).

Sobre las complejas interacciones de las variables anteriormente citadas, su intensidad y frecuencia, así como la percepción aversiva que el deportista tenga de ellas, puede ocasionar burnout (Balaguer, Duda, Castillo, Moreno, & Crespo, 2009). Se plantean tres fases en el desarrollo de las consecuencias del síndrome: En primer lugar el sentimiento de entusiasmo y energía empieza a disminuir; en segundo lugar, aparece el abandono y la angustia; y en tercer lugar la pérdida de confianza y autoestima, se manifiesta la depresión, alienación y abandono de la práctica deportiva (Garcés de los Fayos, 2008).

En el contexto deportivo, la mayor preocupación en el estudio sistemático del burnout ha sido la relación existente entre el padecimiento del síndrome y el abandono de la práctica deportiva, puesto de manifiesto desde la perspectiva motivacional por Garcés de los Fayos (1999).

Esta problemática ha sido abordada desde el punto de vista de la aplicación de investigación básica, sabiendo que la psicología del deporte es un campo con componentes de aplicación. Se entiende que se trata de un problema psicológico realmente importante cuando el deportista, independientemente de su edad o rendimiento deportivo y categoría, se plantea abandonar la práctica de la que en algún tiempo tanto disfrutó. Feigley (1984), establece que las circunstancias que dan a lugar al estrés laboral y las que aparecen en el estrés deportivo, muestran características similares.

Buena parte de los trabajos de investigación se han centrado en detectar aquellas variables predictoras del síndrome. Se debe

recordar que las mismas se han agrupado en tres contextos próximos al deportista: social-familiar, deportivo y personal (interno). Como fue señalado en un trabajo anterior (Garcés de Los Fayos & Medina, 2002), mantenían que *“trágicamente el burnout impacta precisamente en aquellos individuos que son más idealistas y entusiastas”*.

La definición de Maslach y Jackson de 1981 (Arce, Francisco, Andrade, Arce, & Raedeke, 2010), se planteó para aquellas ocupaciones en las que la relación trabajador y destinatario era el aspecto central para el desempeño laboral. Aplicada al deporte, se necesitan modificaciones para ajustar las diferencias de contexto entre el rol que desempeña un deportista y el que caracteriza a un proveedor de servicios humanos. Raedeke (1997), citado por Arce et al. (2010), argumenta que las dimensiones agotamiento físico/emocional y reducida sensación de logro se manifiestan en el deporte con características similares a las encontradas en el contexto laboral; sin embargo, la dimensión despersonalización no se muestra como significativa dentro del estudio del burnout en deportistas. En consecuencia propone sustituir la dimensión despersonalización por devaluación de la actividad deportiva.

En el ámbito deportivo, el elemento central es el deporte en sí mismo, por lo que la despersonalización se podría asimilar a la devaluación de los deportistas hacia el deporte practicado y a su participación en él (Garcés De Los Fayos & Benedicto, 2003).

En consonancia con la definición propuesta, Raedeke y Smith (2001) citado por Arce y cols. (2010), elaboran un instrumento de medida, el Athlete Burnout Questionnaire (ABQ), compuesto por 15 ítems (5 para cada dimensión). Análisis factoriales confirmatorios muestran índices de ajuste satisfactorios y estudios como el de Lonsdale, Hodge y Jackson (2007) apoyan la estructural factorial del ABQ. En España, Francisco, Arce, Andrade, Arce, y Raedeke, (2009), tras un proceso de doble traducción, estudió las propiedades psicométricas del ABQ mediante análisis factoriales exploratorios y confirmatorios en una muestra de 140 jóvenes futbolistas varones.

El objetivo principal del presente estudio es el de determinar el síndrome de burnout en una muestra de jugadores de fútbol profesional de Santander, adaptando la versión del ABQ al español hecha por Arce et al., (2010).

## DESARROLLO METODOLÓGICO

### Participantes

En el presente estudio participó un total de 20 jugadores de fútbol profesional del departamento de Santander, compuesto por hombres con edades comprendidas entre los 19 y 29 años, con una media de edad de 24.8 años (1,38 de desviación típica). Como criterio de inclusión se tuvo en cuenta que el deportista hiciera parte de la plantilla del club y que además estuviera inscrito en el 30 Campeonato de la Cancha Marte del municipio de Bucaramanga. Todos entrenaban de 3 a 4 veces por semana, y el volumen total de horas de entrenamiento semanales se acercaba a las 7 horas (6 horas a la semana mínimo y 8 horas a la semana máximo, 6,90 de media y 1,10 de desviación típica).

### Instrumento

Se administró una batería de test conformada por un cuestionario sociodemográfico de elaboración propia y la versión española del ABQ (Athlete Burnout Questionnaire), Cuestionario de Burnout para Deportistas; desarrollada por Arce et al., 2010. Se empleó la versión de 21 ítems con formato de respuesta tipo Likert de cuatro puntos donde 1 corresponde a nada de acuerdo, y 4 corresponde a muy de acuerdo.

### Procedimiento

Antes de la administración de la batería de test, se realizó una prueba piloto con 5 futbolistas que competían a nivel local con el objetivo de asegurar la comprensión de los ítems. Tras esta prueba, los deportistas no manifestaron ningún inconveniente en la interpretación de los ítems, para lo cual se consideró que la batería de test estaba lista para aplicarla a los participantes. La versión modificada del ABQ (Arce et al., 2010), en español con 21 ítems, fue aplicada a los participantes por el investigador entre los meses de diciembre de 2011 y enero de 2012. La primera administración se llevó a cabo en la primera semana del mes de diciembre; la segunda administración de los cuestionarios se llevó a cabo en la segunda semana de enero, donde estaba programada la final del campeonato. Se siguió un protocolo estandarizado, de forma que todos recibiesen las mismas instrucciones. A los deportistas se les informó que el objetivo de la investigación era el de obtener un mejor conocimiento y comprensión de cómo piensan y sienten los deportistas; se les informó, además, de la confidencialidad de sus respuestas, y se les animaba a preguntar en caso de duda.

### RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados producto de la aplicación de los instrumentos de medida previamente seleccionados y adaptados a la población objeto de estudio.

Después de las dos aplicaciones y realizado el análisis factorial de los diferentes ítems que componen el Athlete Burnout Questionnaire, (ABQ), se confirma la existencia de un modelo de tres dimensiones de primer orden, denominados; agotamiento físico emocional (AFE), reducida sensación de logro (RSL), devaluación de la práctica deportiva (DPD).

Tabla 1. Análisis factorial y alfas de Cronbach en cada una de las dimensiones del ABQ.

ANÁLISIS FACTORIAL Y DE CONSISTENCIA INTERNA			
SUB-ESCALA	ÍTEM	CORRELACIONES ÍTEM-FACTOR	ALFA DE CRONBACH
AFE $\alpha = .710$	5	.630	.768
	7	.560	.790
	14	.642	.765
	16	.624	.709
	19	.608	.710

RSL $\alpha = .681$	3	.430	.657
	8	.411	.632
	10	.345	.541
	17	.378	.688
	20	.405	.671
DPD $\alpha = .715$	9	.678	.718
	12	.654	.713
	13	.657	.711
	15	.560	.719
	18	.521	.711

En la siguiente figura se presenta la evolución de cada una de las dimensiones que caracterizan la valoración del síndrome de burnout, donde se aprecia un aumento en la dimensión de “agotamiento físico-emocional”, entre cada una de las administraciones del cuestionario; lo mismo ocurre en la dimensión “devaluación de la práctica deportiva”. Un caso contrario ocurre con la dimensión “reducida sensación de logro”, donde la puntuación disminuye entre la primera administración de los cuestionarios y la segunda.

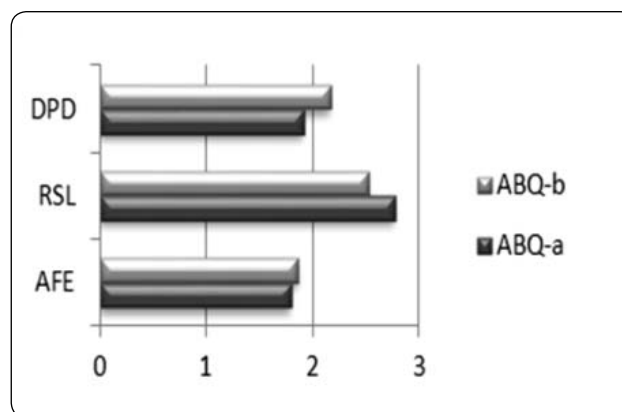


Figura 1. Evolución de cada dimensión de ABQ, 45 días después.

ABQ-a: Primera administración de los cuestionarios.  
ABQ-b: Segunda administración de los cuestionarios.

La tabla 2 recoge las correlaciones entre cada una de las dimensiones en los dos momentos donde fue administrada la batería de cuestionarios. Observamos que existe una correlación entre la dimensión de reducida sensación de logro durante el período donde fueron aplicados los instrumentos de medida. Lo mismo ocurre con la dimensión devaluación de la práctica deportiva.

**Tabla 2. Correlaciones de Pearson entre las dimensiones del ABQ.**

		AFE_A	AFE_B	RSL_A	RSL_B	DPD_A	DPD_B
AFE_A	Correlación	1					
	Sig.						
AFE_B	Correlación	,212	1				
	Sig.	,370					
RSL_A	Correlación	,354	,213	1			
	Sig.	,126	,366				
RSL_B	Correlación	-,030	,140	,469(*)	1		
	Sig.	,901	,556	,037			
DPD_A	Correlación	,453(*)	,360	,313	-,038	1	
	Sig.	,045	,118	,180	,874		
DPD_B	Correlación	,334	,257	,587(**)	,598(**)	,520(*)	1
	Sig.	,150	,274	,007	,005	,019	

\* $p < 0,05$

\*\* $p < 0,01$

## DISCUSIÓN

Uno de los objetivos de la presente investigación fue realizar una adaptación de la versión española del ABQ, propuesta por Francisco et al., (2009), y Arce et al., (2010). Después del análisis factorial y teniendo en cuenta la escala propuesta de 21 ítems, se tuvieron en cuenta aquellos enunciados que de acuerdo a los criterios estadísticos para reducir el cuestionario a 15 ítems, teniendo en cuenta la estructura del cuestionario original. Lo anterior va de acuerdo con los estudios adelantados por (Arce et al., 2010; Carlin & Fayos, 2010; Francisco et al., 2009). Las modificaciones anteriores se apoyan también por los comentarios sobre la redundancia de algunos ítems por parte de los jugadores al diligenciar el cuestionario y en su oportunidad, por algunos de la plantilla técnica que quisieron colaborar con la investigación, pero que no contestaron el mismo. De esta manera se consiguieron índices de ajuste de acuerdo con investigaciones anteriores como las de Francisco et al., (2009); Garcés de Los Fayos & Cantón, (2007) o Márquez, (2006). El valor más elevado fue el encontrado en la dimensión “reducida sensación de logro”, apoyándose en investigaciones encontradas como las de Tutte, Blasco, & Cruz Feliu, (2006); Tutte et al., (2006); aunque aplicaron un cuestionario diferente al de nuestro estudio, pero que mide las mismas dimensiones.

Los anteriores resultados nos permiten llegar a una versión en español del ABQ mejorada para jugadores de fútbol en Santander, aunque se hace necesario realizar más investigaciones con una muestra superior para poder realizar un estudio de las propiedades psicométricas del cuestionario, comparado con las investigaciones realizadas en España y Estados Unidos.

Para futuras investigaciones se hace necesario contemplar la versión del presente cuestionario y aplicarlo a diferentes deportes aparte del fútbol y con categorías inferiores.

En la misma línea se hace necesario investigar más sobre la fiabilidad y validez del mismo en la población santandereana; la fiabilidad es importante cuando el instrumento de medida está en

proceso de adaptación, ya que se hace necesario aplicarlo varias veces y realizar estudios diferentes con muestras y disciplinas deportivas distintas para poder evaluar su validez, de acuerdo con lo expresado por Ezpeleta, De La Osa, Domenech, Navarro, & Losilla, (1997).

En el presente estudio se puede concluir que el agotamiento emocional se relaciona con futbolistas que tienen cierto nivel de intensidad competitiva, ya que es un torneo que se realiza finalizando el año y el proceso de adaptación y pretemporada apenas se está planificando; así, los jugadores se ven expuestos a presiones externas para obtener un mejor rendimiento día a día, ya que a su vez es época de fichajes para otros clubes de fútbol en la región. La reducida sensación de logro se relaciona a medida que avanza la competencia con la devaluación de la práctica deportiva, aspecto que vale la pena ser analizado con profundidad en futuras investigaciones. Los datos obtenidos en el presente estudio apuntan a que la importancia del síndrome en jugadores de fútbol que pertenecen al club donde se realizó el estudio es llamativa.

Brevemente se deben presentar las conclusiones más importantes a las que se arribó en el estudio o revisión realizados.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Arce, C., Francisco, C. D., Andrade, E., Arce, I., & Raedeke, T. (2010). Adaptación española del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) para la medida del burnout en futbolistas. *Psicothema*, 22(2), 250–255.
- Balaguer, I. S. B., Duda, J., Castillo, I., Moreno, Y., & Crespo, M. (2009). Interacciones entre las perspectivas situacionales y disposicionales de meta y el burnout psicológico de los tenistas junior de la elite internacional. *Acción Psicológica*, 6(2), 63–75.
- Barraza, A., Carrasco, R., & Arreola, M. (2007). SÍNDROME DE BURNOUT : UN ESTUDIO COMPARATIVO ENTRE PROFESORES Y MÉDICOS DE LA CIUDAD DE DURANGO. Durango.
- Carlin, M., & Fayos, E. de los. (2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de Psicología*, 26(1), 169–180.
- Cherniss, C. (1980). PROFESSIONAL BURNOUT IN HUMAN SERVICE ORGANIZATIONS. New York: Praeger.
- Dale, M. (1979). PREVENTING WORKER BURNOUT IN CHILD WELFARE. *Child Welfare*, 58(7), 443–450.
- Edelwilch, J., & Brodsky, A. (1980). BURNOUT: STAGES OF DISILLUSIONMENT IN THE HELPING PROFESSIONS. New York.
- Ezpeleta, L., De La Osa, N., Domenech, J., Navarro, J., & Losilla, J. (1997). Fiabilidad test re-test de la adaptación española de la Diagnostic Interview for Children and Adolescent (DICA-R). *Psicología Científica*, 9(3), 529–539.
- Feigley, D. (1984). Psychological Burnout in high-level athletes. *Physician and Sportmedicine*, 12(10), 109–119.
- Fender, L. (1989). Athlete burnout: Potential for research and

- intervention strategies. *Sport Psychologist*, 3(1), 63–71.
- Francisco, C. D., Arce, C., Andrade, E., Arce, I., & 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(2), 45–56.
- Freudenberger, H. (1974). Staff Burnout. *The Journal of Social Issues*, 30, 159–166.
- Freudenberger, H. (1980). *BURN-OUT*. New York: Doubleday.
- Garcés De Los Fayos, E., & Benedicto, L. V. (2003). Hacia un modelo teórico explicativo de burnout en deportistas: una propuesta integradora. *Edupsykhé*, 2(2), 221–242.
- Garcés de Los Fayos, E., & Cantón, E. (2007). Un modelo teórico-descriptivo del burnout en deportistas: Una propuesta tentativa. *Informació Psicològica*, 91-92, 12–22.
- Garcés de Los Fayos, E., & Medina, G. (2002). Principios básicos a aplicar en el desarrollo de programas de intervención y prevención en deportistas con el síndrome de burnout: Propuestas desde una perspectiva transnacional. *Revista de Psicología del Deporte*, 11(2), 259–267.
- Garcés de los Fayos, E. J. (1999). Un estudio de variables de la influencia de variables de personalidad, sociodemográficas y deportivas en el síndrome de Burnout. Universidad de Murcia.
- Garcés de los Fayos, E. J. (2008). *BURNOUT EN DEPORTISTAS: ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN Y PREVENCIÓN*. V Congreso Asociación Española de Ciencias del Deporte (pp. 1–7). León.
- Gil-Monte, P. (2005). *El síndrome de quemarse por el trabajo*. Madrid: Pirámide.
- Grebert, P. (1992). Les soignants sepuisent... mais le burnout exist-il? *Inf. Psychiatric*, 68(8), 803–808.
- Kafry, D., & Pines, A. (1978). *COPING WITH BURNOUT*. Annual convention of the American Psychology Association. Toronto.
- Maslach, C. (1976). Burned out. *Human Behavior*, 16–22.
- Maslach, C. y Jackson, S. (1981a). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99–113.
- Maslach, C. y Jackson, S. (1981b). *Maslach Burnout Inventory*. Psychologists Press. Palo Alto, California.
- May, J. (1992). Delivery of psychological service to the u.s olympic team at the 1992 summer olympic games: barcelona, spain. *Revista de psicología del deporte*, 2, 47–52.
- Márquez, S. (2006). Estrategias de afrontamiento del estrés en el ámbito deportivo: fundamentos teóricos e instrumentos de evaluación. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(2), 359–378.
- Quiceno, J. M., & Vinaccia, S. (2007). *BURNOUT: "Síndrome de quemarse en el trabajo ( SQT )"*. *Acta Colombiana de Psicología*, 10(51), 117–125.
- Restrepo, N., Colorado, G., Cabrera, G. (2006). Desgaste emocional en docentes oficiales de Medellín. Colombia, 2005. *Revista de Salud Pública*, 8(1), 63–73.
- Tutte, V., Blasco, T., & Cruz Feliu, J. (2006). Evolución de los índices de burnout en un equipo femenino de baloncesto. *Cuadernos de psicología del deporte*, 6(1), 21–35.