

TESIS DOCTORAL

**ADAPTACIÓN PSICOMÉTRICA DE UNA MEDIDA DE BURNOUT
BASADA EN EL MODELO ABQ DE RAEDEKE Y SMITH**



AUTORÍA:
CRISTINA DE FRANCISCO PALACIOS

DIRECTORES:
CONSTANTINO ARCE FERNÁNDEZ
ELENA M. ANDRADE FERNÁNDEZ



FACULTAD DE PSICOLOGÍA
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA SOCIAL, BÁSICA Y METODOLOGÍA

TESIS DOCTORAL

ADAPTACIÓN PSICOMÉTRICA
DE UNA MEDIDA DE BURNOUT
BASADA EN EL MODELO ABQ DE RAEDEKE Y SMITH

AUTORA:
CRISTINA DE FRANCISCO PALACIOS

DIRECTORES:
CONSTANTINO ARCE FERNÁNDEZ
ELENA M. ANDRADE FERNÁNDEZ

Constantino Arce Fernández, Catedrático de Metodoloxía das Ciencias do Comportamento, e Elena M. Andrade Fernández, Profesora Titular de Metodoloxía das Ciencias do Comportamento,

INFORMAN:

De que a tese de doutoramento titulada “Adaptación Psicométrica de una Medida de Burnout Basada en el Modelo ABQ de Raedeker y Smith” foi realizada baixo a nosa dirección pola licenciada Cristina De Francisco Palacios, no Departamento de Psicoloxía Social, Básica e Metodoloxía da Universidade de Santiago de Compostela.

De que o citado traballo reúne todas as esixencias científicas e formais requiridas pola normativa vixente para optar ao grao de Doutor pola Universidade de Santiago de Compostela.

Polo tanto, emitimos informe favorable e autorización como trámite preceptivo para a súa presentación e defensa pública.

En Santiago de Compostela, a 9 de marzo de 2010

Constantino Arce Fernández

Elena M. Andrade Fernández

Cristina De Francisco Palacios



FACULTADE DE PSICOLOXÍA

Área de Metodoloxía das Ciencias
do Comportamento

Campus Universitario Sur
15782 Santiago de Compostela

Elena M. Andrade Fernández, profesora do Departamento de Psicoloxía Social, Básica e Metodoloxía e titora dentro do programa de doutoramento 2132, Psicoloxía Social Aplicada aos Contextos Organizacional e Político-Xurídico,

INFORMA:

De que a tese de doutoramento titulada “Adaptación Psicométrica de una Medida de Burnout Basada en el Modelo ABQ de Raedeke y Smith” foi realizada baixo a miña supervisión pola doutoranda Cristina De Francisco Palacios, e reúne os requisitos necesarios para ser presentada e defendida publicamente.

Para que así conste aos efectos oportunos, asina o presente informe.

En Santiago de Compostela, a 9 de marzo de 2010.

Elena M. Andrade Fernández

Agradecimientos

Una vez finalizada la redacción de mi tesis doctoral, me enfrento a uno de los momentos más complicados antes de la defensa: los agradecimientos. Es difícil porque, en pocas líneas, he de resumir mi gratitud hacia todas las personas que han contribuido a que este proyecto llegase a materializarse y no me gustaría olvidarme de ninguna. Sin ellas, hubiera sido imposible afrontar con éxito su elaboración.

En primer lugar, quiero expresar mi agradecimiento a los principales responsables de que haya terminado la tesis, mis directores Tino y Elena. No sólo os agradezco que me ayudaseis a conseguir una beca predoctoral, sin la cual no hubiera podido dedicarle a esta investigación todo el tiempo necesario, sino también mi más sincera gratitud por todo vuestro apoyo, tanto científico como moral, que ha sido mucho. Me siento en deuda por todo lo que he recibido de vosotros desde aquel primer día en que me vi envuelta en la Psicología del Deporte. Gracias Tino, por la confianza que, día a día, depositas en mí. Gracias Elena, por haberme aportado el sentido de responsabilidad y rigor académico.

Por supuesto, no hubiera empezado este estudio sobre el burnout si no hubiese conocido a Hugo. Él hizo que la bombilla se encendiese en mi cabeza. Le estoy muy agradecida por ello y por todas las regañinas que hicieron que no perdiese la perspectiva. Gracias.

Mis agradecimientos también van dirigidos a mis “compañeros de batalla”, los que empezaron la tesis conmigo, Javi y Julio, y las que han compartido los buenos y los malos momentos en el seminario, Xiana, Cris, Mónica, Sonia y Diana. El ambiente de trabajo con vosotros siempre es perfecto... ¡y las cenas de “trabajo” también! Tampoco me olvido de los

profesores que de vez en cuando abrís esa puerta y nos dais un empujoncito, Mauro, María José, Marisol, Gloria y José Manuel.

También quiero expresar mi infinita gratitud a las personas que han soportado mis cambios de humor durante la realización de mi tesis. Me refiero a mi familia. Mamá, Papá, sobre todo os agradezco que, desde pequeña, me hayáis apoyado en todas mis decisiones. Silvi, a ti te doy las gracias por no ser la típica hermana mayor roñona. Mikel, mi agradecimiento por tu ayuda con las nuevas tecnologías, que no siempre se me dan bien. Gracias Evi por hacerme desconectar con tus historias a la hora de la comida. Abuela, aunque siempre te diga que no te preocupes que estoy bien, gracias por hacerlo.

Tampoco quiero pasar por alto el apoyo de mis amigos. Aunque no sería justo decir que no han aportado sugerencias, su principal mérito es escucharme y hacer pequeñas mis “grandes” preocupaciones. Muchas gracias a todos. Patry y Nines, por encontrar siempre un hueco para tomar un café. Abel por ser mi “psicólogo” particular. Manel, por tu dulzura. Beatriz, por contagiarme tu buen humor.

Finalmente, me gustaría agradecerle a Jesús su paciencia en los últimos días, le ha tocado sufrir una de las peores partes del proceso. Gracias porque siempre sabes cuándo necesito un abrazo y porque eres capaz de hacerme sonreír “a primera hora” de la mañana pese a mi mal “madrugar”.

Cris

I.	PRESENTACIÓN	1
II.	MARCO TEÓRICO	6
1.	EL CONCEPTO DEL SÍNDROME DE BURNOUT	7
	<i>1.1. Origen del burnout</i>	7
	<i>1.2. Definición del burnout en deportistas</i>	8
2.	MODELOS TEÓRICOS EXPLICATIVOS	10
	<i>2.1. El modelo cognitivo-afectivo de Smith</i>	11
	<i>2.2. El modelo de Silva</i>	17
	<i>2.3. El modelo del compromiso deportivo de Schmidt y Stein</i>	21
	<i>2.4. El modelo de Coakley</i>	25

2.5. <i>El modelo total-quality-recovery de Kenttä y Hassmén</i>	28
2.6. <i>La perspectiva biopsicológica del estrés y la recuperación de Kallus y Kellman</i>	29
2.7. <i>La teoría del fallo de adaptación de Tenenbaum, Jones, Kitsantas, Sacks y Berwick</i>	31
2.8. <i>Modelo de Cresswell y Eklund</i>	32
2.9. <i>Modelo teórico-descriptivo del burnout en deportistas de Garcés de Los Fayos y Cantón</i>	33
3. INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN DEL BURNOUT EN DEPORTISTAS	35
3.1. <i>Eades Athlete Burnout Inventory (EABI)</i>	35
3.2. <i>Athlete Burnout Questionnaire (ABQ)</i>	36
3.3. <i>Burnout Inventory for Athletes (BIA)</i>	40
3.4. <i>Inventario de Burnout en Deportistas (IBD)</i>	41

III. PARTE EMPÍRICA	43
1. OBJETIVOS	44
2. ESTUDIO 1	45
2.1. Método	45
2.1.1. <i>Participantes</i>	45
2.1.2. <i>Instrumento</i>	46
2.1.3. <i>Procedimiento</i>	47
2.1.4. <i>Análisis de datos</i>	49
2.2. Resultados	50
2.2.1. <i>Exploración inicial de los datos</i>	50
2.2.2. <i>Descripción de las respuestas a los ítems</i>	51

2.2.3. <i>Análisis Factorial Confirmatorio</i>	52
2.2.4. <i>Análisis Factorial Exploratorio</i>	56
2.2.5. <i>Análisis de ítems y fiabilidad</i>	58
2.3. <i>Discusión</i>	60
3. ESTUDIO 2	63
3.1. <i>Método</i>	64
3.1.1. <i>Participantes</i>	64
3.1.2. <i>Instrumento</i>	64
3.1.3. <i>Procedimiento</i>	67
3.1.4. <i>Análisis de datos</i>	67

3.2. Resultados	68
3.2.1. Descripción inicial de los datos	68
3.2.2. Selección de ítems	70
3.2.3. Análisis de ítems y de consistencia interna	73
3.2.4. Análisis Factorial Confirmatorio	75
3.3. Discusión	79
4. ESTUDIO 3	82
4.1. Método	82
4.1.1. Participantes	82
4.1.2. Instrumento	83
4.1.3. Procedimiento	84
4.1.4. Análisis de datos	85

4.2. Resultados	86
4.2.1. <i>Exploración inicial de los datos</i>	86
4.2.2. <i>Descripción de las respuestas a los ítems</i>	86
4.2.3. <i>Análisis Factorial Confirmatorio</i>	88
4.2.4. <i>Análisis de ítems y fiabilidad</i>	92
4.3. Discusión	95
5. ESTUDIO 4	97
5.1. Método	97
5.1.1. <i>Participantes</i>	97
5.1.2. <i>Instrumento</i>	98
5.1.3. <i>Procedimiento</i>	99
5.1.4. <i>Análisis de datos</i>	99

5.2. Resultados	100
5.2.1. Descripción inicial de los datos	100
5.2.2. Análisis Factorial Confirmatorio	102
5.2.3. Análisis de ítems y de consistencia interna	106
5.3. Discusión	108
6. DISCUSIÓN GENERAL Y CONCLUSIONES	109
IV. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	115
V. ANEXOS	133
<i>Anexo A. Versión española del ABQ adaptada al fútbol, con los ítems equivalentes del original entre paréntesis</i>	134
<i>Anexo B. Escala de 21 ítems</i>	136

<i>Anexo C. Propuesta de escala de 15 ítems</i>	137
<i>Anexo D. Composición del ABQ en español (18 ítems)</i>	138

I. PRESENTACIÓN

El burnout es una palabra de moda dentro del ámbito deportivo que ha suscitado una considerable preocupación entre los entrenadores y psicólogos (Raedeke, Lunney y Venables, 2002). Su interés radica en las consecuencias negativas que puede tener para el rendimiento y el bienestar de los deportistas.

Los medios de comunicación se han encargado de dar a conocer el síndrome a la población general mediante la publicación de noticias relacionadas con la retirada de deportistas de alto nivel en la cima de sus carreras o con el fracaso de jóvenes talentos durante el desarrollo de su potencial (Goodger, Gorely, Lavalley y Harwood, 2007). Sin embargo, pese a esta difusión, las aportaciones empíricas son escasas en este ámbito. La mayoría de los estudios en los primeros años de investigación a principios de los 80 eran de corte anecdótico y no proporcionaban información sobre las posibles causas y efectos del síndrome. No obstante, permitieron establecer una serie de características en común entre los deportistas que sufrían de burnout: tenían una larga experiencia en la competición, entrenaban duramente

y habían sentido presión por parte de entrenadores y padres para rendir a altos niveles de competición (Dale y Weinberg, 1990). Diferentes investigadores (Cresswell y Eklund 2006a; Gould, Udry, Tuffey y Loehr, 1996) plantearon que el principal obstáculo para los estudios empíricos se debía a la falta de una definición compartida del síndrome de burnout en el contexto deportivo, y en consecuencia, de un instrumento de medida adecuado (Raedeke y Smith, 2001).

El trabajo de investigación que se presenta se justifica en esta necesidad de disponer de una adecuada herramienta de medida, lo cual a efectos prácticos, que es lo que generalmente se busca en psicología deportiva, se traduce en una posible identificación temprana del síndrome. El texto se ha estructurado en dos partes: marco teórico y parte empírica.

En la primera de ellas, el marco teórico, en función de una revisión bibliográfica previa, se presenta un breve resumen sobre el origen del burnout y sobre las principales definiciones del síndrome

formuladas en deportistas. A continuación, se explica escuetamente una serie de modelos teóricos elaborados desde diferentes perspectivas que aportan información para comprender por qué un deportista con burnout presenta determinados pensamientos, emociones y conductas. Finalmente, se concluye esta parte con una pequeña síntesis sobre los instrumentos de medición más representativos para la identificación del síndrome en deportistas.

En el segundo bloque, la parte empírica, se presentan los diferentes pasos seguidos para la adaptación del ABQ al español. Es necesario poner de manifiesto que esta parte es resultado de un proceso continuado, que ya comenzó con el trabajo de investigación tutelado (TIT), requisito indispensable para la obtención del Diploma de Estudios Avanzados en julio del 2007, y con la Memoria de Licenciatura. Se estructura en cuatro estudios que muestran las diferentes etapas seguidas, cada una con sus objetivos específicos. El Estudio 1 está basado en un artículo original (De Francisco, Arce, Andrade, Arce y Raedeke, 2009) que informa del procedimiento

seguido para la traducción y de los primeros resultados sobre el ajuste del modelo con datos procedentes de la aplicación a jóvenes futbolistas varones. El Estudio 2 también está fundamentado en un artículo original (Arce, De Francisco, Andrade, Arce y Raedeke, en prensa), donde se examinaron las propiedades psicométricas de una versión española del ABQ elaborada en función de los resultados obtenidos en el Estudio 1. En este caso, el cuestionario fue aplicado a futbolistas de ambos sexos. Las fases posteriores de la tesis (Estudio 3 y Estudio 4) utilizan una propuesta del cuestionario que pretende ser “definitiva”. Esta nueva versión se examinó en dos muestras de deportistas de diferentes modalidades con el objetivo de conocer la generalización del cuestionario. El trabajo finaliza con una discusión general de los diferentes estudios y con una serie de propuestas para líneas de investigación futuras.

II. MARCO TEÓRICO

1. CONCEPTO DEL SÍNDROME DE BURNOUT

1.1. Origen del burnout

La conceptualización original del síndrome de burnout, como muchos otros conceptos dentro de la psicología del deporte, surge en un contexto diferente. Freudenberger (1974), autor que se considera el pionero en el estudio del burnout, lo define desde una perspectiva clínica como “una sensación de fracaso y una existencia agotada o gastada que resulta de una sobrecarga por exigencias de energías, recursos personales y fuerza espiritual del trabajador” (Freudenberger, 1974, p. 160).

Desde el contexto laboral, Maslach (1976), define el burnout como un proceso gradual de fatiga, cinismo y reducido compromiso. Años más tarde, tras varios estudios empíricos, Maslach y Jackson (1981, 1984) lo describen como un síndrome psicológico caracterizado por una sensación de agotamiento emocional, despersonalización y

reducida sensación de logro entre profesionales que trabajan en el área de servicios humanos.

Según Garcés de Los Fayos (2004), a partir de esta conceptualización del burnout, las siguientes definiciones suelen girar en torno a ella. Ésta es una propuesta atractiva, pero las mismas autoras resaltan que ha sido construida en el marco de las profesiones de los servicios humanos (o de ayuda) y que hay que ser cautos a la hora de examinar el burnout en otros contextos (Maslach y Jackson, 1984).

1.2. Definición del burnout en deportistas

En el ámbito deportivo, ésta es la definición que han adoptado la mayoría de los investigadores. Las primeras conceptualizaciones aparecen a principios de la década de los 80 (Feigley, 1984; Flippin, 1981), pero sería Fender (1989) quien operativizaría el concepto, adaptando al deporte la definición propuesta por Maslach y Jackson

(1981, 1984). Fender (1989), teniendo en cuenta las particularidades del ámbito deportivo, lo definió como una reacción ante los estresores de la situación deportiva caracterizada por agotamiento emocional, actitud impersonal hacia las personas implicadas en el marco deportivo y disminución del rendimiento. Raedeke (1997), siguiendo la sugerencia de Maslach y Schaufeli (1993) de modificar la definición de Maslach y Jackson (1981, 1984) para ajustarla a cada contexto en particular, conceptualizó el burnout en los deportistas como un estado de agotamiento físico/emocional, reducida sensación de logro y devaluación de la práctica deportiva. El cambio más relevante en relación al modelo original es la sustitución que realizó de la dimensión despersonalización por devaluación de la práctica deportiva. Raedeke (1997), apoyándose en investigaciones previas (Eades, 1990; Gould, Tuffey, Udry y Loehr, 1996; Silva, 1990) planteó que la despersonalización, caracterizada por actitudes negativas, de insensibilidad y desinterés hacia los destinatarios del servicio, no se manifestaba como una dimensión relevante en el deporte. Por ello,

propuso la dimensión devaluación, donde esa negatividad y desinterés se enfoca hacia el deporte practicado, que es lo realmente importante en el área deportiva.

Goodger et al. (2007), tras llevar a cabo una revisión del estado del burnout en el deporte, pusieron de manifiesto que con esta definición de Raedeke (1997) fue cuando finalmente se alcanzó un consenso en relación a lo que constituye el burnout en los deportistas.

2. MODELOS TEÓRICOS EXPLICATIVOS

Según Cox (2009), casi todo lo que se sabe sobre el concepto de burnout proviene de la investigación realizada sobre diferentes modelos. El primero que surgió centrado en deportistas fue el modelo cognitivo-afectivo de Smith (1986), el cual fue decisivo para el estudio del síndrome al proponer un marco de referencia para investigaciones posteriores. En los años siguientes, a principios de los 90, aparecieron el resto de modelos con mayor incidencia en la investigación del

burnout en deportistas: el modelo de Silva (1990), el modelo de Schmidt y Stein (1991) y el modelo de Coakley (1992).

2.1. El modelo cognitivo-afectivo de Smith

Smith (1986) concibe el burnout como una reacción al estrés, y en consonancia elabora un modelo para el burnout a imagen de un modelo cognitivo-afectivo del estrés (véase Figura 1).

Este modelo se estructura en cuatro fases moduladas por factores de personalidad y motivación. La primera etapa o componente del modelo es la situación, que integra las interacciones entre las demandas y los recursos. El estrés se origina ya en esta fase como resultado de un desequilibrio entre estas demandas (internas y/o externas) y los recursos disponibles para afrontarlas. El segundo componente del modelo es la valoración cognitiva de las demandas, de los recursos, de las consecuencias y del significado de éstas para cada persona. Las emociones no son causa directa de las situaciones, media

el pensamiento, por lo que es necesario plantear esta fase como intermediaria entre las situaciones y la respuesta emocional. Cuando la valoración cognitiva indica una cierta amenaza, se entra en la tercera fase, cuya característica principal es la activación fisiológica. Ésta aparece como parte de la movilización de los recursos para afrontar la situación y genera feedback referente a la intensidad de la emoción que está siendo experimentada, lo cual contribuye a un proceso de reevaluación cognitiva. El cuarto y último componente del modelo se refiere a los comportamientos de afrontamiento ante la situación.

Aplicando este modelo de estrés al burnout, la situación se caracterizaría por demandas altas o en conflicto, bajo apoyo social, poca autonomía, escasas recompensas o incluso bajas demandas que llevan al aburrimiento. Todos estos factores provocan un desequilibrio entre las demandas y los recursos que mantenido un largo período de tiempo lleva, en la mayoría de los casos, a una valoración de sobrecarga percibida, indefensión aprendida y pérdida de significado de la práctica de la actividad. Ya en el nivel fisiológico, el estrés crónico produce

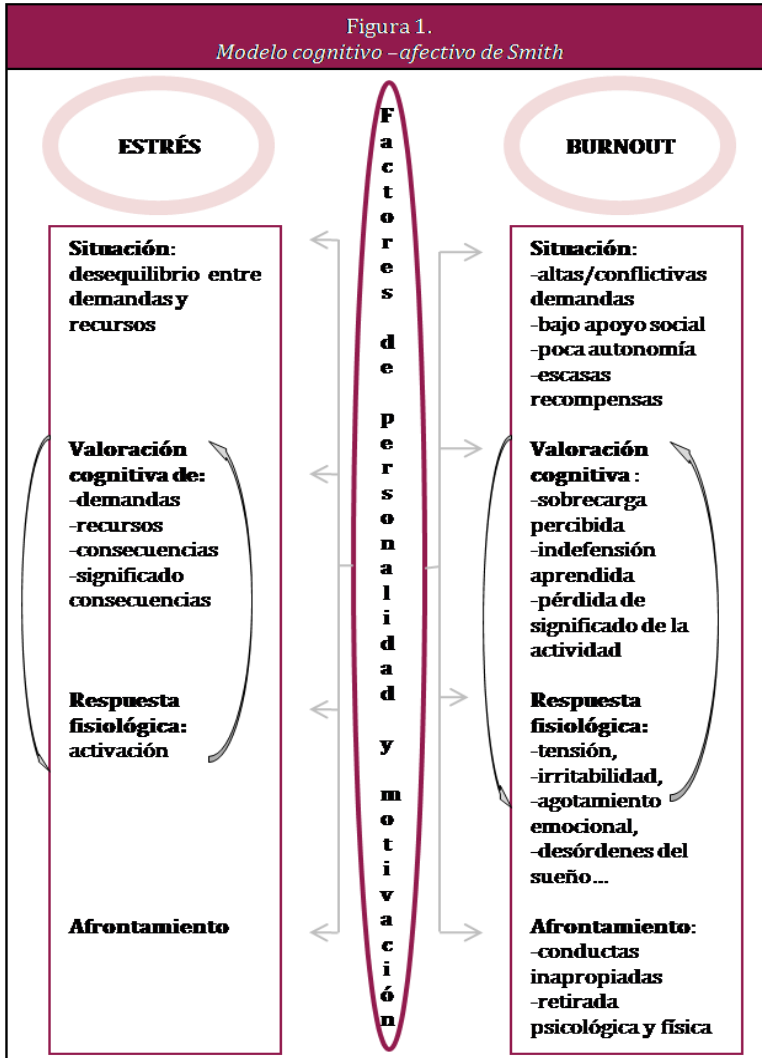
tensión, fatiga e irritabilidad, así como agotamiento emocional, desórdenes del sueño, susceptibilidad a la enfermedad física y apatía. Finalmente, en el plano comportamental, las consecuencias del burnout implican un decremento del nivel de eficiencia y rigidez en el comportamiento, que puede originar conductas inapropiadas, fuente de dificultades personales. Sin embargo, su consecuencia más preocupante a nivel deportivo es la retirada psicológica, mental y a veces física de la actividad con la que antes se disfrutaba, pero que ahora puede resultar incluso aversiva.

Smith (1986) considera relevante diferenciar la retirada por burnout del abandono de la práctica deportiva causado por otros motivos, como puede ser la atracción hacia otras actividades, por lo que cree necesario identificar qué factores son los que determinan la participación y la persistencia en las diferentes actividades. Para ello, toma como base la teoría del intercambio social de Thibaut y Kelley (1959). Smith plantea que según la teoría del intercambio social, el comportamiento humano se rige por el deseo de maximizar las

experiencias positivas y minimizar las negativas. Desde esta perspectiva, la participación en determinadas actividades y/o relaciones sólo se produce si el resultado se considera suficientemente favorable. Para Smith, Thibaut y Kelley (1959) conceptualizan la favorabilidad en función de un balance entre costes y beneficios, tanto tangibles como intangibles. Además, proponen dos conceptos útiles para explicar el por qué personas que están satisfechas con una actividad, la dejan y otras que no lo están, permanecen. El primero de ellos es el nivel de comparación (comparison level). Es el punto neutral para una persona en una escala de bondad-maldad, determinado por resultados pasados, observación de los resultados de otras personas y estados de necesidad momentáneos. Los resultados por encima de este nivel se perciben como satisfactorios y/o agradables y por debajo como insatisfactorios y/o desagradables. El nivel de comparación determina cuán satisfactoria es una actividad, pero no si la persona continuará con ella. Para poder conocer la persistencia de una persona en una actividad es necesario recurrir a un segundo concepto, el nivel de

comparación de las alternativas (comparison level for alternatives). Es el más bajo nivel de resultado que una persona puede aceptar al ser evaluada la actividad entre otras alternativas (incluyendo la no participación). Teniendo en cuenta estos dos términos, la retirada por burnout se debe al incremento en los costes inducidos por el estrés, donde la actividad antes agradable se convierte en una fuente de estrés, provocando diversos síntomas a nivel físico, emocional y comportamental. Y la retirada por la atracción hacia otras actividades, se explica porque los resultados esperados en otras actividades incrementan el nivel de comparación de las alternativas en relación a los resultados de la participación en el deporte actual; esto es, se produce un cambio en los intereses.

Figura 1.
Modelo cognitivo -afectivo de Smith



2.2. El modelo de Silva

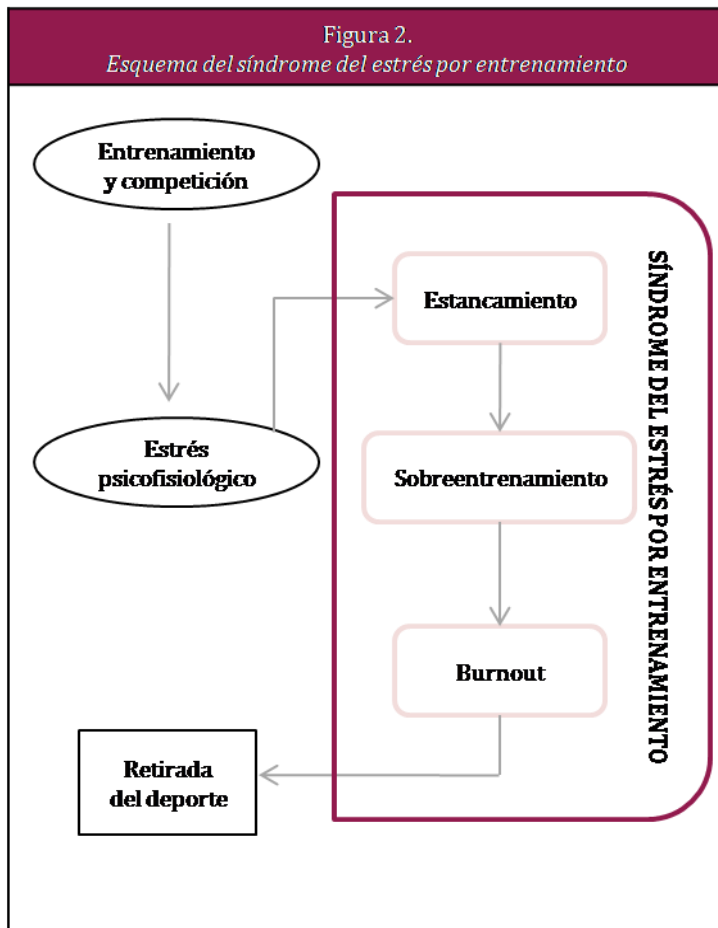
Cuatro años después a la publicación del modelo de Smith, Silva (1990) conceptualiza el burnout como la última fase de un proceso más general al que llama “training stress syndrome” (síndrome del estrés por entrenamiento). El síndrome del estrés por entrenamiento es la respuesta (psicológica y física) del deportista a las excesivas demandas de entrenamiento y competición. Se compone de diferentes estadios secuenciales denominados por el autor “staleness” (estancamiento), “overtraining” (sobrentrenamiento) y burnout (Figura 2). El estancamiento es la primera reacción manifiesta del síndrome. Es el fracaso de los mecanismos de adaptación del organismo para enfrentarse al estrés psicofisiológico creado por el entrenamiento y la competición. Durante esta etapa, el cuerpo debe reaccionar y adaptarse para obtener una mejora del rendimiento. Los deportistas la definen como un aspecto tolerable dentro de las demandas del entrenamiento. El siguiente estadio, el sobrentrenamiento es el fracaso repetido ante el estrés del entrenamiento y la competición, por

lo que los síntomas del estancamiento se agudizan. Se caracteriza por cambios negativos observables en la manera de pensar del deportista y en su rendimiento físico. Durante esta fase, el organismo aún intenta resistir el estrés. El burnout es la fase final del síndrome del estrés por entrenamiento. Silva (1990) lo define como una respuesta psicofisiológica resultante de frecuentes, e incluso a veces extremos, esfuerzos inefectivos para cumplir con el entrenamiento excesivo y las demandas de la competición. Se diferencia de las etapas anteriores en que si un deportista llega a ella, la retirada (voluntaria y/o involuntaria) del contexto estresante (el deporte) es prácticamente inevitable: el sistema de respuesta del organismo se encuentra exhausto.

Para evaluar su modelo, el autor llevó a cabo una investigación de tipo descriptivo con 68 deportistas universitarios de diferentes modalidades deportivas. Elaboró un cuestionario que se aplicó en pequeños grupos (entre 6 y 10 sujetos) con preguntas en formato cerrado y abierto sobre el estancamiento, el sobreentrenamiento y el

burnout. Las preguntas para cada constructo eran del tipo: *¿Has experimentado alguna vez estancamiento? ¿Cómo sabes que te encuentras sobreentrenado? ¿Con qué frecuencia a lo largo de tu carrera universitaria te has sentido estancado? Enumera las causas principales de estancamiento.* A partir de estos datos, se generaron estadísticos descriptivos y tablas de frecuencia para evaluar las respuestas de los deportistas. Con esto, el autor pretendía presentar datos preliminares de la frecuencia, causas y síntomas percibidos por parte de los deportistas sobre las diferentes fases del síndrome del estrés por entrenamiento. Las conclusiones generales ponen de manifiesto que los efectos negativos del entrenamiento han sido experimentados alguna vez por un alto porcentaje de deportistas como consecuencia de elevados grados de estrés y presión, monotonía y agotamiento, entre otros. No obstante, Silva (1990) plantea la necesidad de investigación sistemática, técnica y psicofisiológica para llegar a un mayor entendimiento de las causas del síndrome del estrés por entrenamiento, de los marcadores psicológicos y fisiológicos de cada

fase, pues no está clara la diferenciación entre ellas, y de cómo esta información podría aplicarse a los protocolos de entrenamiento.



2.3. El modelo del compromiso deportivo de Schmidt y Stein

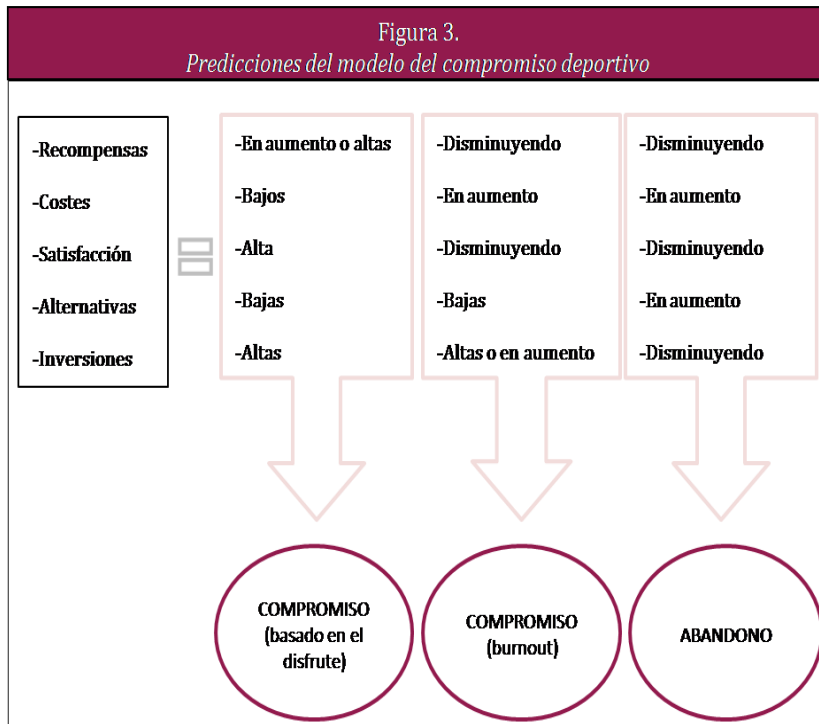
Estos autores, al igual que Smith (1986), proponen un paradigma tomando como referencia la teoría del intercambio social de Thibaut y Kelley (1959), pero la amplían con dos marcos explicativos surgidos a principios de los ochenta: el modelo de compromiso en las relaciones personales de pareja de Kelley (1983) y el modelo de inversión propuesto por Rusbult (1980, 1983). Schmidt y Stein (1991) plantean que la teoría del intercambio social por sí sola no puede considerarse una explicación teórica completa del burnout deportivo. No diferencia entre los deportistas con burnout que se retiran de los que se quedan en términos de recompensas, costes y alternativas. Además, carece de un componente temporal que explique la continuación en el deporte en medio de un proceso de estrés crónico. Por ello, los autores integran una de las grandes aportaciones de la teoría de Kelley (1983) a su modelo: la diferencia entre compromiso y amor. El compromiso sería la simple estabilidad entre los componentes de la relación, y el amor sería un posible elemento del compromiso que

abarca una serie de impulsos o fuerzas positivas, de naturaleza tanto estable como inestable. Conceptualizado así, podría darse compromiso sin amor, sin esta parte de las fuerzas positivas. Adaptando esta idea al deporte, puede existir un compromiso hacia la modalidad deportiva causado por el disfrute de practicarla (el amor en la teoría original de Kelley) o no. Finalmente, para completar su aproximación teórica, Schmidt y Stein recogen el concepto de inversiones de la teoría de Rusbult (1980, 1983). Los autores plantean que las inversiones son aquellos recursos que hemos aportado a la relación, los cuales se perderían si la relación acabase. Hay dos tipos: recursos intrínsecos de tipo individual y propios al desarrollo de la relación; y recursos extrínsecos, más bien superfluos que han ido apareciendo ligados a la relación. Aplicada la teoría de la inversión al deporte, las altas inversiones explicarían el por qué se permanece en una actividad cuando los costes superan a los beneficios.

Conjugando estos aspectos, Schmidt y Stein (1990) plantean un modelo del compromiso que predice tres perfiles deportivos (Figura 3).

En el primer perfil, los deportistas se caracterizan por un compromiso basado en el disfrute, donde las recompensas son altas o están en proceso de crecer, los costes son bajos, la satisfacción es elevada, no existen otras alternativas o no son lo suficientemente atractivas y sus inversiones son altas. En contraposición, los deportistas enmarcados en el segundo perfil, se sienten comprometidos con su carrera deportiva por otros motivos distintos al disfrute y son firmes candidatos a sufrir de burnout. Se sienten “atrapados” en el deporte a raíz del aumento de los costes y el descenso de las recompensas, las alternativas son inexistentes y se produce un incremento en las ya elevadas inversiones realizadas, lo cual les impide dejar la práctica deportiva. Finalmente el tercer grupo, estarían formado por aquellos deportistas que deciden abandonar su modalidad deportiva. Al igual que los deportistas “atrapados” del segundo perfil, ya no disfrutaban de su deporte, pero lo dejan porque ya no están comprometidos con él. Sus recompensas se encontraban en decremento, los costes, en aumento, la satisfacción

disminuía, las alternativas aumentaban y las inversiones no habían sido elevadas.



2.4. El modelo de Coakley

El modelo propuesto por este autor surge como alternativa a las aproximaciones basadas en el estrés, donde el burnout aparece como consecuencia de un fracaso personal al afrontar el estrés asociado a la participación deportiva (Smith, 1986).

Coakley (1992) presenta el síndrome como un fenómeno social que se genera dentro del contexto deportivo que rodea al deportista, de tipo constrictor y controlador. La estructura social predispone al burnout estableciendo restricciones a los jóvenes deportistas a la hora de desarrollar su identidad y autonomía fuera del ámbito deportivo. El autor no niega la existencia del estrés en la vida del joven deportista, pero lo plantea más como un síntoma de burnout que como la causa (Cox, 2009). Coakley fundamentó este modelo en los datos extraídos de conversaciones de tipo informal con 15 jóvenes deportistas, 14 de ellos practicantes de deportes individuales y sólo un jugador perteneciente a un deporte colectivo. Su objetivo era conocer al detalle las experiencias

deportivas de estos adolescentes entre 15 y 19 años. El contenido de las conversaciones variaba en función del deportista y duraban entre 45 minutos y 2 horas. El denominador común que encontró fue que todos hablaban de presiones y estrés relacionados con la pérdida del control que sentían de sus vidas. Además, la mayoría no hablaba de su vida más allá del deporte, no tenían más identidad que la de deportista. En base a estas conversaciones, Coakley estableció que el burnout tiene lugar cuando los jóvenes deportistas no ven la posibilidad de reclamar y construir sus identidades fuera de la de ser deportista y cuando sus contextos sociales están organizados de forma que les imposibilita controlar y decidir.

Con este cambio conceptual del síndrome, el autor plantea la necesidad de modificaciones en las estrategias de prevención e intervención. Hasta el momento, las intervenciones se centraban, casi en su totalidad, en proveer al deportista de estrategias y habilidades de afrontamiento en relación a su estresada vida de entrenamiento y competición. Al definir el burnout como un fenómeno social, las

estrategias de intervención para Coakley (1992) deberían focalizarse en cuatro puntos: (1) en las relaciones sociales asociadas a la participación en deporte de élite; (2) en el control ejercido sobre los jóvenes deportistas dentro y fuera del deporte por parte de los diferentes agentes que se encuentran en el contexto social-deportivo; (3) en la construcción de una identidad adecuada en los deportistas y (4) en la organización de los programas deportivos de alta competición. Mediante estas estrategias se evitaría que los deportistas abandonasen por haber desarrollado un autoconcepto unidimensional y por haber establecido relaciones restrictivas de su propio control en la dirección de sus vidas dentro y fuera del deporte.

Además de estos modelos, calificados como clásicos dentro de la investigación del burnout en deportistas, en los últimos años han surgido nuevas perspectivas que pretenden diferenciar el síndrome de otros conceptos utilizados anteriormente como sinónimos, el sobreentrenamiento y el estancamiento. Estas teorías presentan el burnout como el estado final extremo resultante de una adaptación

inadecuada al entrenamiento y/o una recuperación insuficiente (Goodger et al., 2007). El primer marco teórico que surge dentro de esta tendencia es el propuesto por Kenttä y Hassmén (1998), al que le siguieron el de Kallus y Kellman (2000) y el de Tenenbaum, Jones, Kitsantas, Sacks y Berwick (2003). Se explican a continuación brevemente dado que no son teorías propiamente explicativas del burnout, sino de conceptos utilizados comúnmente como sinónimos, pero que se basan en los planteamientos de autores que sí investigaron sobre el síndrome de burnout (Coakley, 1992; Silva, 1990; Smith, 1986).

2.5. El modelo total-quality-recovery de Kenttä y Hassmén

Estos autores proponen un nuevo método al que denominaron *total quality recovery* (TQR) para controlar el proceso de recuperación con el objetivo de reducir los efectos negativos asociados al excesivo entrenamiento físico. En general, estos efectos hacen alusión al

síndrome del estancamiento/sobreentrenamiento, cuya consecuencia final sería el burnout, aunque existen problemas de traducción que los mismos autores destacan en relación a estos términos. Para Kenttä y Hassmén (1998), el estancamiento es el efecto a largo plazo, el fin de un continuo, que resulta de un sobreentrenamiento severo, cuya recuperación ha sido insuficiente. Para evitar llegar a este estado, el método TQR implica diferentes áreas para la recuperación (nutrición, hidratación, descanso y sueño, relajación y apoyo emocional, estiramientos y descanso activo) que han mostrado buenos resultados a la hora de optimizar el balance entre el entrenamiento y la recuperación en varios estudios piloto con kayakistas de élite suecos.

2.6. La perspectiva biopsicológica del estrés y la recuperación de Kallus y Kellman

Al igual que Kenttä y Hasmén, Kallus y Kellman (2000) plantean el burnout como un estado de desequilibrio, pero en este caso, no entre el exceso de entrenamiento y la recuperación, sino entre el

nivel de estrés sufrido por el deportista y la recuperación. Citando estudios previos de Kellman, los autores establecen el supuesto básico de que a mayor estrés, mayor ha de ser la recuperación. Si ésta no es suficiente y el estrés se acumula sin ningún tipo de intervención, es muy probable que los síntomas de burnout se desarrollen. Si el burnout se concibe como un síndrome resultante de la exposición prolongada al estrés sin una adecuada recuperación, es razonable pensar en medir estas dos variables, así como la relación entre ambas, para controlar y prevenir el burnout. Por ello, Kenttä y Hasmén (2000) elaboraron el Recovery Stress Questionnaire for Athletes (RESTQ-Sport) bajo un modelo biopsicológico multidimensional del estrés. Estudios de caso realizados dentro del deporte de alto rendimiento por parte de los propios autores han puesto de manifiesto la aplicación que puede tener esta aproximación del estrés y la recuperación.

2.7. La teoría del fallo de adaptación de Tenenbaum, Jones, Kitsantas, Sacks y Berwick

Estos autores proponen un modelo de respuesta al estrés para explicar un fenómeno al que denominan “failure adaptation” (fallo de adaptación). Otros investigadores se refieren a este fallo como estancamiento y/o sobreentrenamiento. Tenenbaum et al. (2003) plantean que el fallo de adaptación es un fenómeno único individualizado cuyas causas y síntomas no son necesariamente las mismas para todos. Proponen este concepto como un continuo con diferentes grados de intensidad, no como algo dicotómico. Por tanto, los niveles observados del fenómeno en cada deportista están determinados por la combinación de las diferentes variables propuestas en el modelo (estresores sociales, físicos y del entorno, disposiciones personales y respuestas de afrontamiento) y no sólo por la carga del entreno, como plantean muchos otros marcos teóricos.

Además de estas nuevas perspectivas que proponen diferenciar el burnout de otros conceptos similares, es de interés mencionar brevemente otros modelos ya centrados en el estudio del burnout que se encuentran en plena fase de desarrollo, como el de Cresswell y Eklund (2007) y el de Garcés de los Fayos y Cantón (2008).

2.8. Modelo de Cresswell y Eklund

Este paradigma toma como base la teoría de la autodeterminación de la motivación humana propuesta por Ryan y Deci (2000), que propone tres necesidades psicológicas básicas que necesitan ser satisfechas para lograr un funcionamiento saludable: autonomía, pertenencia/relación y competencia. Conforme a la teoría, el continuado fracaso en satisfacerlas conlleva malestar y una reducción de la motivación autodeterminada. Cresswell y Eklund (2007), citando un trabajo suyo previo, plantean que, en el deporte, esta frustración crónica en el intento por cubrir las necesidades puede derivar en el síndrome de burnout por medio de la disminución en la

motivación autodeterminada. Diversos estudios (Cresswell y Eklund, 2005a, 2005b; Gould, Udry et al., 1996; Raedeke y Smith, 2001) han mostrado la relación entre falta de motivación (la mayor manifestación de motivación no determinada) y burnout en deportistas. Asimismo también se ha observado una asociación negativa entre motivación intrínseca (mayor exponente de la motivación autodeterminada) y burnout (Cresswell y Eklund, 2005a, 2005b; Raedeke y Smith, 2001).

2.9. Modelo teórico-descriptivo del burnout en deportistas de Garcés de Los Fayos y Cantón

Garcés de Los Fayos y Cantón (2008) asumen en su modelo que son variables de tipo familiar/social, deportivo y personal las que originan el síndrome y que las variables de personalidad actúan como mediadoras entre las primeras y la propia aparición del burnout. Tomando las dimensiones propuestas por Maslach y Jackson (1981, 1984), el burnout seguiría un desarrollo lógico según Garcés de Los Fayos y Cantón (2008, p. 18): “Así, lo primero que va a manifestar el

deportista será el agotamiento emocional propio de la dinámica agobiante que supone hacer frente a situaciones que valora como difícilmente superables. Cuando este agotamiento emocional ya está consolidado en el sujeto, la siguiente manifestación evidente será la presencia de la despersonalización, en forma de distanciamiento emocional con aquellas personas que, directa o indirectamente, perciben como responsables de su situación. Esta inadaptada estrategia de afrontamiento dará paso al tercer momento del síndrome: nos referimos a la sensación de incapacidad en cuanto a realización personal en el contexto deportivo y que es la “puerta” a la definición concreta de la existencia de *burnout* real y aparente en el deportista”.

3. INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN DEL BURNOUT EN DEPORTISTAS

3.1. Eades Athlete Burnout Inventory (EABI)

La primera herramienta para evaluar el burnout en deportistas fue el cuestionario desarrollado por Eades (1990), el Eades Athlete Burnout Inventory, abreviadamente, EABI. Este cuestionario mide, mediante 36 ítems acompañados cada uno de ellos de una escala tipo Likert con siete categorías de respuesta, las seis dimensiones que propone Eades a nivel teórico: (1) agotamiento físico/emocional, (2) retirada psicológica/devaluación de la práctica deportiva, (3) autoconcepto negativo sobre la propia capacidad deportiva, (4) devaluación por parte del entrenador y los compañeros, (5) congruencia entre las expectativas del entrenador y el deportista y (6) logro deportivo/personal. Gould, Udry et al. (1996) encontraron valores de coeficientes de fiabilidad de tan sólo ,51 para la dimensión de congruencia entre las expectativas del entrenador y el deportista y

de ,58 para la dimensión de logro deportivo/personal. Aunque en el estudio de Vealey, Armstrong, Comar y Greenleaf (1998), los valores de alpha se situaron entre ,70 y ,91, el ajuste del modelo calculado mediante un análisis factorial confirmatorio no fue satisfactorio. Años después, Gustaffsson, Kenttä, Hassmén y Lundqvist (2007) confirmaron los resultados de las investigaciones anteriores.

3.2. Athlete Burnout Questionnaire (ABQ)

Debido a las deficiencias del EABI para evaluar adecuadamente el síndrome de burnout en deportistas, un nuevo instrumento fue desarrollado: el Athlete Burnout Questionnaire (ABQ; Raedeke y Smith, 2001). El ABQ se elaboró en varias fases con el objetivo de medir las tres dimensiones teóricas planteadas por Raedeke (1997): agotamiento físico/emocional (AFE), reducida sensación de logro (RSL) y devaluación de la práctica deportiva (DPD).

La versión preliminar del ABQ (Raedeke, 1997) se basó en el EABI (11 de sus 21 ítems fueron tomados del cuestionario elaborado

por Eades), en los resultados de entrevistas con deportistas centradas en el estudio cualitativo del burnout (Goulf, Tuffey et al., 1996) y en cuestionarios utilizados en la investigación del burnout en el contexto laboral (Maslach y Jackson, 1981). Este ABQ inicial fue aplicado a una muestra de 236 nadadores con edades situadas entre los 13 y los 18 años para examinar su estructura mediante análisis factoriales exploratorios (Estudio 1; Raedeke y Smith, 2001). A continuación, una fase posterior fue diseñada con el objetivo de examinar las propiedades psicométricas de una versión más depurada de 20 ítems (15 enunciados más cinco de prueba). Análisis factoriales confirmatorios, con datos procedentes de 244 nadadores con edades comprendidas entre los 14 y los 19 años, mostraron los siguientes índices de ajuste global tras dos modificaciones en los enunciados de los ítems: χ^2 entre sus grados de libertad= 2,17, GFI= ,90; CFI= ,95; NNFI= ,94 y RMSEA= ,07 (Estudio 2; Raedeke y Smith, 2001). Una nueva investigación fue llevada a cabo con 208 deportistas universitarios practicantes de varias modalidades con el propósito de determinar la generalización del

cuestionario a otros deportes. Los índices de ajuste obtenidos mediante análisis factorial confirmatorio tras una reespecificación del modelo fueron los siguientes: χ^2 entre sus grados de libertad= 1,72; GFI= ,91; CFI= ,97; NNFI= ,96 y RMSEA= ,06 (Estudio 3; Raedeke y Smith, 2001).

Con los datos resultantes, los autores llegaron a una versión definitiva del ABQ de 15 ítems con un formato de respuesta tipo Likert con cinco alternativas: *Casi nunca* (1), *Pocas veces* (2), *Algunas veces* (3), *A menudo* (4) y *Casi siempre* (5).

Raedeke y Smith (2001) informaron de valores aceptables de fiabilidad para cada una de las subescalas (valores de alpha de Cronbach entre ,84 y ,90 y coeficientes de fiabilidad test-retest entre ,86 y ,92). Además, se obtuvieron los valores de las correlaciones entre el síndrome de burnout y otros constructos teóricamente relacionados (estrés, motivación, apoyo social, estrategias de afrontamiento, ansiedad rasgo competitiva, compromiso y disfrute), lo cual aporta más datos a la validez de la medida. Asimismo, diferentes investigaciones

han apoyado la estructura factorial del instrumento (Cresswell y Eklund, 2006b; Lonsdale, Hodge y Jackson, 2007) y su validez convergente y discriminante (Cresswell y Eklund, 2006b).

Como se ha comentado anteriormente en la definición (apartado 1.2.), a raíz del desarrollo conceptual de Raedeke y del instrumento derivado (Raedeke, 1997; Raedeke y Smith, 2001) se estableció un acuerdo en lo que es el burnout en deportistas y cuál es la herramienta adecuada para su evaluación (Goodger et al., 2007). Varios investigadores han utilizado el ABQ en sus estudios realizando traducciones y/o adaptaciones a diferentes idiomas: alemán (Ziemainz, Abu-Omar, Raedeke y Krause, 2004), árabe (Altahayneh, 2005), portugués (Alvarez, Ferreira y Borim, 2006), francés (Perreault, Gaudreau, Lapointe y Lacroix, 2007), noruego (Lemyre, Hall y Roberts, 2008; Lemyre, Roberts y Stray-Gundersen, 2007), sueco (Gustafsson, Kenttä, Hassmén, Lundqvist y Durand-Bush, 2007) y chino (Chen y Kee, 2008; Lu, Chen y Cho, 2006).

No obstante, pese a la aceptación del ABQ como instrumento de referencia para la medida del burnout en deportistas y de ser este instrumento el punto de partida para esta tesis, es interesante comentar los esfuerzos desarrollados por otros investigadores en este mismo campo. Por ello, en los siguientes dos apartados se presentan otras dos herramientas de medida, el Burnout Inventory for Athletes y el Inventario de Burnout en Deportistas.

3.3. Burnout Inventory for Athletes (BIA)

El BIA es un instrumento desarrollado originalmente para la medida en futbolistas de uno de los síntomas del abandono deportivo, el agotamiento. Para ello, Van Yperen (1993, 1997) elaboró siete ítems con una escala de respuesta tipo Likert de cinco alternativas que se situaban entre *Nunca* (1) y *Siempre* (5). El autor refiere coeficientes de fiabilidad test-retest entre ,56 y ,58 y valores de alpha de ,77 y ,80 para los dos estudios que realizó.

A pesar de que este instrumento sólo mide una de las dimensiones del burnout, y de que se ha visto confirmada la multidimensionalidad del síndrome, algunos investigadores lo han utilizado en sus estudios (Lai y Wiggins, 2003; Wiggins, Lai y Deiters, 2005), pero sin aportar ningún tipo de dato sobre las propiedades psicométricas del BIA.

3.4. Inventario de Burnout en Deportistas (IBD)

Garcés de Los Fayos (1994) llevó a cabo la traducción y adaptación al contexto deportivo español del Maslach Burnout Inventory (MBI), el instrumento más utilizado para medir el síndrome de burnout en el ámbito social. Posteriormente, la investigación de Garcés de Los Fayos sobre el MBI derivó en un instrumento propio, el Inventario de Burnout en Deportistas (1999, 2004).

El Inventario de Burnout en Deportistas (IBD) se compone de 26 ítems con un formato de respuesta con cinco alternativas: *Nunca he*

sentido o pensado esto (1), *Alguna vez al año lo he pensado o sentido* (2), *Alguna vez al mes lo he pensado o sentido* (3), *Alguna vez a la semana lo he pensado o sentido* (4) y *Pienso o siento esto diariamente* (5). La finalidad de este cuestionario es la de evaluar las tres dimensiones planteadas por Maslach y Jackson (1981, 1984): agotamiento emocional, reducida sensación de logro y despersonalización. No se disponen de estudios centrados en las propiedades psicométricas del cuestionario, no obstante este hecho no ha impedido que diversos autores hayan utilizado el IBD en sus trabajos con fines de investigación (Medina y García, 2002; Olmedilla, Jiménez, Jara-Vera y Garcés de Los Fayos, 1997; Tutte, Blasco y Cruz, 2006; Sierra y Abello, 2008; Vives y Garcés de Los Fayos, 2004).

III. PARTE EMPÍRICA

1. OBJETIVOS

El objetivo general de este trabajo fue desarrollar una versión adaptada al español del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) de Raedeke y Smith (2001). Se presentan cuatro estudios que documentan las diferentes fases seguidas para la adaptación. En el Estudio 1 se llevó a cabo la traducción del cuestionario y se comprobó la estructura tridimensional hipotetizada en una muestra de jóvenes jugadores de fútbol. En el Estudio 2 se examinaron las propiedades psicométricas de una versión con enunciados alternativos para aquellos ítems cuyo funcionamiento no había resultado satisfactorio en el estudio anterior. El Estudio 3 se realizó con el objetivo de validar la versión resultante del Estudio 2 en una muestra de deportistas españoles representativos de diferentes modalidades deportivas para conocer el grado de generalización del cuestionario. En el Estudio 4 se aplicó el mismo cuestionario de la fase anterior a una muestra de deportistas colombianos con el propósito de ampliar las posibilidades de aplicación al entorno latinoamericano.

2. ESTUDIO 1

El objetivo general en esta fase fue iniciar el proceso de adaptación del ABQ al español. Para ello se realizó la traducción del cuestionario, cumpliendo las recomendaciones dadas por la Comisión Internacional de Test. A continuación, se comprobó si el modelo tridimensional propuesto por Raedeker y Smith (2001) alcanzaba un ajuste aceptable a los datos procedentes de una muestra de jóvenes futbolistas españoles varones. Finalmente se evaluó la fiabilidad de esta primera versión del cuestionario.

2.1. Método

2.1.1. Participantes

Participaron en la investigación 140 jugadores varones de fútbol, pertenecientes a un total de ocho equipos que competían en alguna de las dos categorías españolas de juveniles de máximo nivel, denominadas División de Honor Juvenil y Liga Nacional Juvenil durante

la temporada 2006-07. Sus edades se situaban entre los 16 y los 19 años, con una media de 17,27 y una desviación típica de 0,92. Todos entrenaban tres o cuatro veces por semana y el volumen total de horas que empleaban semanalmente en la práctica se acercaba por término medio a las 6 horas (4,30 mínimo y 8 máximo, 5,52 de media y 1,55 de desviación típica).

2.1.2. Instrumento

El instrumento de medida utilizado fue una traducción y adaptación española del ABQ. Atendiendo a las normas generales sobre la traducción y adaptación de tests (véase, por ejemplo, Muñiz y Hambleton, 2000), se llevó a cabo un proceso de doble traducción de los ítems (directa e inversa). Para ello se contó con profesores nativos de cada lengua implicada. Para la selección definitiva de los ítems se solicitó el juicio de varios expertos (psicólogos). La versión española del ABQ mide las tres dimensiones del burnout planteadas por Raedeke (1997) por medio de 15 ítems (cinco para cada dimensión, como el

original) acompañados cada uno de ellos de una escala tipo Likert de cinco niveles de respuesta: *Casi nunca*, *Pocas veces*, *Algunas veces*, *A menudo* y *Casi siempre* (codificadas de 1 a 5). Excepto los ítems 1 y 14, los enunciados estaban formulados en la misma dirección.

Además, en el propio cuestionario se recababa información acerca de distintas variables de los futbolistas que podían resultar de interés, como edad, sexo, años practicando fútbol, club, categoría de competición, número de entrenamientos semanales y duración aproximada de cada entrenamiento.

2.1.3. Procedimiento

Antes de la administración del cuestionario definitivo, se realizó una prueba piloto con 15 futbolistas juveniles que competían a nivel local con el objetivo de asegurar la comprensión de los ítems. Tras esta prueba, los ítems 5, 7 y 9 en los que se presentaba la partícula *No* al comienzo de los enunciados fueron modificados. Se les antepusieron las

expresiones *Creo que* y *Pienso que*. Además, el ítem 6 (*Mi rendimiento en el fútbol no me importa tanto como antes*) pasó a enunciarse como *Mi rendimiento en el fútbol me importa menos que antes*. La composición final de la versión española del ABQ se muestra en el Anexo A, junto con su correspondiente original.

El cuestionario se aplicó en el vestuario antes de una sesión de entrenamiento. Los datos fueron recogidos por dos psicólogos del deporte en los meses de febrero y marzo de 2007. Se realizó una presentación estandarizada para que todos recibiesen las mismas instrucciones. En ningún momento se les mencionó el término burnout ya que suele tener diversas connotaciones asociadas que podrían interferir a la hora de contestar al cuestionario.

Con el objetivo de obtener una estimación de la fiabilidad del cuestionario por el método test-retest, una submuestra de 97 deportistas completaron el cuestionario por segunda vez entre 7 y 9

días (período de tiempo igual al del estudio realizado por Raedeke y Smith, 2001) después de la primera aplicación.

2.1.4. Análisis de datos

Inicialmente se llevó a cabo una exploración y descripción inicial de los datos. A continuación, se realizó un Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) utilizando el programa LISREL 8.80 con el objetivo de evaluar el ajuste del modelo propuesto. También se evaluó el ajuste de dos modelos alternativos. Para la evaluación del ajuste global de los modelos contrastados se seleccionaron la razón del valor del estadístico χ^2 entre sus grados de libertad, puesto que el χ^2 es especialmente sensible al tamaño muestral (Jöreskog y Sörbom, 1993), el índice de bondad de ajuste (GFI), el índice de ajuste comparativo (CFI), el índice de ajuste no normado (NNFI), el error cuadrático medio de aproximación (RMSEA) y la raíz media cuadrática residual (SRMR). Un valor entre 0 y 3 para la razón entre χ^2 y sus grados de libertad, se considera indicativo de un buen ajuste (Bollen y Long, 1993). Para GFI

se recomiendan valores superiores a ,90 y para CFI y NNFI mayores o iguales a ,95 (Bentler, 1990; Jöreskog y Sörbom, 1993; Tucker y Lewis, 1973). Y en cuanto a RMSEA y SRMR, se indican valores inferiores a ,08 (Browne y Cudeck, 1993). Asimismo, se procedió a realizar un Análisis Factorial Exploratorio (AFE) con el paquete estadístico SPSS 15.0 como complemento al AFC siguiendo las indicaciones de Gorsuch (1997) para el caso de muestras de tamaño reducido. Finalmente, el estudio continuó con un análisis de fiabilidad tanto en lo relativo a su consistencia interna como a su estabilidad.

2.2. Resultados

2.2.1. Exploración inicial de los datos

Es usual encontrarse con ítems en los que el participante no responde, por lo que nos encontraremos con variables que contienen valores perdidos. Esta falta de información puede interferir en los análisis, por lo que es conveniente prestarle la debida atención. Por ello,

se revisó la base de datos con el objetivo de detectar valores perdidos o fuera de rango que se pudiesen haber introducido por error. No se encontraron dichos valores.

2.2.2. Descripción de las respuestas a los ítems

Los estadísticos descriptivos de media, desviación típica, asimetría y curtosis para cada ítem se muestran en la Tabla 1. En ella podemos observar que las medias más bajas corresponden con el factor devaluación de la práctica deportiva, siendo el ítem 15 el que presenta el menor valor (1,24). Las medias más elevadas corresponden con el factor reducida sensación de logro, mostrando el ítem 14 el valor más alto (3,02). En relación a la variabilidad de las respuestas, las desviaciones típicas se sitúan entre 0,53 (ítem 15) y 1,17 (ítems 7 y 11), situándose los valores más altos en el factor reducida sensación de logro. Las distribuciones de las respuestas a los ítems presentan asimetría positiva y sobre la curtosis, las distribuciones se dividen en leptocúrticas y platicúrticas.

Tabla 1. <i>Estadísticos descriptivos de los ítems</i>					
Factor	Ítem	Media	Desv. típica	Asimetría E.T. = ,20	Curtois E.T. = ,41
Agotamiento físico/emocional (AFE)	2	2,46	1,04	0,29	-0,21
	4	2,20	0,95	0,40	-0,52
	8	1,32	0,64	2,64	9,37
	10	1,64	0,79	1,00	0,20
	12	1,76	0,86	0,98	0,29
Reducida sensación de logro (RSL)	1	2,11	0,94	0,41	-0,55
	5	2,01	1,03	0,65	-0,45
	7	2,81	1,17	0,27	-0,57
	13	2,14	1,03	0,98	0,79
	14	3,02	1,02	0,24	-0,18
Devaluación de la práctica deportiva (DPD)	3	1,75	0,93	0,96	0,03
	6	1,59	0,97	1,59	1,53
	9	1,61	1,03	1,68	1,92
	11	1,91	1,17	1,07	0,04
	15	1,24	0,53	2,15	3,71

2.2.3. Análisis Factorial Confirmatorio

Se especificaron las relaciones entre cada ítem y el factor correspondiente. De este modo los ítems 2, 4, 8, 10 y 12 formaban el

factor 1 (agotamiento físico/emocional); los ítems 1, 5, 7, 13 y 14, el factor 2 (reducida sensación de logro) y los ítems 3, 6, 9, 11 y 15, el factor 3 (devaluación de la práctica deportiva). Se permitieron las relaciones entre factores. El modelo estaba sobreidentificado con 33 parámetros a estimar, para lo cual se empleó el método de máxima verosimilitud. Las cargas factoriales estimadas fueron todas ellas significativas, oscilando entre ,31 (ítem 3) y ,80 (ítem 6) con valores del término de error entre ,90 y ,36 (Tabla 2).

Sobre la relación entre factores, la correlación entre los factores agotamiento físico/emocional y reducida sensación de logro no fue estadísticamente significativa ($r_{xy} = ,11$). Se encontraron correlaciones significativas para la relación entre los factores agotamiento físico/emocional y devaluación de la práctica deportiva ($r_{xy} = ,23$) y para la relación del factor reducida sensación de logro con el factor devaluación de la práctica deportiva ($r_{xy} = ,69$).

Tabla 2.
Estimaciones del análisis factorial confirmatorio

Factor	Ítem	Carga factorial	Valores t	Términos de error	R ²
AFE	2	,69	8,34	,52	,48
	4	,67	8,05	,55	,45
	8	,54	6,23	,71	,29
	10	,73	9,02	,46	,54
	12	,67	8,09	,55	,45
RSL	1	,67	7,98	,55	,45
	5	,78	9,49	,39	,61
	7	,52	6,23	,73	,27
	13	,47	5,26	,78	,22
	14	,43	4,74	,82	,18
DPD	3	,31	3,47	,90	,10
	6	,80	10,43	,36	,64
	9	,79	10,31	,37	,63
	11	,72	9,07	,48	,52
	15	,44	5,08	,80	,20

Respecto al ajuste global del modelo, se obtuvo un cociente entre χ^2 (179,49) y los grados de libertad (87) de 2,06 ($p \leq ,001$). Los valores obtenidos para el resto de los índices fueron: ,86 (GFI), ,91 (CFI), ,89 (NNFI), ,08 (RMSEA) y ,10 (SRMR).

A nivel individual observamos también que los residuos estandarizados son muy elevados; sus valores oscilan entre -4,15 para la relación entre el ítem 6 y el ítem 4 y 3,91 para la relación de los ítems 8 y 3. Los índices de modificación muestran que el valor de χ^2 disminuiría 16,6, 15,3 y 14,6 (los valores más altos) si se permitiese la relación entre los ítems 4, 12 y 2 (todos del factor 1) y el factor 2. En menor medida, si se relacionasen los términos de error de los ítems 4 y 2, el valor de χ^2 disminuiría 10,53. Además el ítem 4 también está implicado en otra relación, con el ítem 8, que conllevaría un descenso de 8,8 en χ^2 .

A continuación, se contrastaron dos modelos alternativos para determinar si el modelo tridimensional era el que mejor ajuste presentaba a los datos. A raíz de la correlación moderadamente alta encontrada entre el factor reducida sensación de logro y el factor devaluación de la práctica deportiva (.69) era posible que un modelo bifactorial formado por la combinación de estos factores dentro de una misma variable latente pudiera presentar un mejor ajuste. No fue así.

Un segundo modelo alternativo de tipo unifactorial mostró valores de ajuste más pobres que cualquiera de los modelos anteriores (Tabla 3).

Tabla 3. <i>Bondad de ajuste de los tres modelos examinados</i>			
Modelo	Trifactorial	Bifactorial	Unifactorial
χ^2/df	2,06	2,43	4,11
GFI	,86	,81	,69
CFI	,91	,87	,72
NNFI	,89	,85	,68
RMSEA	,08	,11	,18
SRMR	,10	,11	,15

2.2.4. Análisis Factorial Exploratorio

Se utilizó el método de extracción de ejes principales y la rotación oblicua que permite la relación entre factores. De acuerdo con la literatura sobre el tema y los análisis estadísticos previos, se optó por la solución con tres factores que explicaron el 44,12% de la varianza.

Tabla 4.
Matriz estructural resultante del análisis factorial exploratorio

	Factor 1 (RSL)	Factor 2 (AFE)	Factor 3 (DPD)
Item 5	,73	,13	-,50
Item 1	,67	,10	-,38
Item 7	,51	-,08	-,37
Item 13	,49	,13	-,32
Item 14	,46	-,04	-,24
Item 10	,07	,71	-,14
Item 12	,24	,71	-,33
Item 2	-,28	,70	-,08
Item 4	-,27	,67	,07
Item 8	,24	,57	-,26
Item 3	,28	,37	-,28
Item 6	,53	,14	-,80
Item 11	,35	,15	-,77
Item 9	,48	,25	-,76
Item 15	,40	,19	-,41

En la matriz estructural (Tabla 4) se observa que el primero de los factores aparece configurado por los ítems elaborados para evaluar reducida sensación de logro. Las cargas factoriales adoptaron valores entre ,46 (ítem 14) y ,73 (ítem 5). El segundo factor estaba compuesto por los cinco ítems diseñados para agotamiento físico/emocional, pero además incluía el ítem 3, correspondiente al factor devaluación de la práctica deportiva. Sus pesos oscilaban entre ,37 (ítem 3) y ,71 (ítem

10). Finalmente, el tercer factor agrupaba el resto de ítems que se corresponderían con devaluación de la práctica deportiva (sin el ítem 3), con unas saturaciones factoriales que se encontraban entre $-,41$ (ítem 15) y $-,80$ (ítem 6).

2.2.5. Análisis de ítems y fiabilidad

Las correlaciones ítem-factor corregidas se ofrecen en la Tabla 5. En la misma aparecen los coeficientes de consistencia interna (α) y de fiabilidad (r_{xx}) para los tres factores y el valor de alpha en caso de que cada ítem fuese eliminado.

Para la dimensión reducida sensación de logro, las correlaciones ítem-factor se situaron entre $,38$ (ítem 14) y $,58$ (ítem 5). En el caso del factor agotamiento físico/emocional, éstas fueron más elevadas, mostrando valores entre $,47$ (ítem 8) y $,64$ (ítem 10). Para el último de los factores, devaluación de la práctica deportiva, se encontraron valores entre $,27$ (ítem 3) y $,66$ (ítem 9).

Tabla 5.
Análisis de ítems y fiabilidad del cuestionario

Factor	Ítem	Correlaciones ítem-factor corregidas	Alpha si se elimina el ítem	Fiabilidad test-retest
RSL $\alpha = ,71$ $r_{xx} = ,87$	1	,51	,64	,62
	5	,58	,61	,63
	7	,45	,67	,73
	13	,42	,68	,66
	14	,38	,69	,50
AFE $\alpha = ,79$ $r_{xx} = ,81$	2	,61	,74	,67
	4	,59	,75	,60
	8	,47	,78	,70
	10	,64	,73	,61
	12	,57	,75	,50
DPD $\alpha = ,74$ $r_{xx} = ,72$	3	,27	,78	,68
	6	,65	,64	,73
	9	,66	,63	,64
	11	,61	,65	,73
	15	,40	,74	,64

Respecto al análisis de la consistencia interna, para el factor reducida sensación de logro, el valor de ésta, medida a través de alpha de Cronbach, fue de ,71. Para el factor agotamiento físico/emocional fue de ,79. En ambos factores, se comprobó que el valor del coeficiente alpha no mejoraría aunque se suprimiese cualquiera de los ítems que los conformaban. El factor devaluación de la práctica deportiva mostró

una consistencia de ,74, la cual se vería incrementada a ,78 si eliminásemos el ítem 3.

También se analizó la fiabilidad test-retest con una submuestra de 97 futbolistas encontrándose coeficientes significativos, tanto para los ítems como para los factores. El coeficiente de fiabilidad fue de ,87 para reducida sensación de logro, ,81 para el factor agotamiento físico/emocional y ,72 para devaluación de la práctica deportiva. En cuanto a los coeficientes de fiabilidad de los ítems, éstos oscilaban en el factor reducida sensación de logro entre ,50 (ítem 14) y ,73 (ítem 7), en agotamiento físico/emocional entre ,50 (ítem 12) y ,70 (ítem 8), y en devaluación de la práctica deportiva entre ,64 (ítems 9 y 15) y ,73 (ítems 6 y 11).

2.3. Discusión

La presente investigación se realizó con el propósito de obtener una primera versión española del ABQ. El proceso de

traducción llevado a cabo aseguró una traducción rigurosa de 15 ítems, distribuidos en tres subescalas, como el cuestionario original. Por medio del AFC, los índices de ajuste individual apuntaban a realizar una reespecificación del modelo en relación a los ítems 3 y 4. Además, el ítem 3 presentaba un valor bajo tanto en la carga factorial, como en la correlación ítem-factor corregida. Incluso el alpha del factor aumentaría si se eliminase este ítem. Resulta de interés que en uno de los estudios realizados por Raedeke y Smith (2001) centrado en confirmar la estructura del ABQ, fue precisamente este ítem el que menor carga factorial mostraba. La reespecificación no se llevó a cabo, pues en esta fase consideramos que no era oportuno añadir o eliminar parámetros al modelo. También es necesario destacar que las correlaciones entre factores son inferiores (entre ,11 y ,69) en comparación con las halladas en el estudio original con muestra americana (entre ,52 y ,71; Raedeke y Smith, 2001), lo cual puede sugerir mayor independencia a este nivel.

Tras realizar un AFE, se observó que lo hipotetizado en relación al ítem 3 era acertado, fue el único ítem que no se ubicó en la subescala esperada. También conviene señalar la baja puntuación que mostró el ítem 15, en comparación con el resto de ítems de ese factor.

Sobre la fiabilidad, el cuestionario presentó buenos niveles de fiabilidad en términos de estabilidad (r_{xx}) y consistencia interna(α).

Desde un punto de vista más pragmático, se debe añadir a esta valoración de la versión española del ABQ su facilidad de aplicación. Los participantes cumplieron el cuestionario con gran rapidez y sin mostrar problemas en la comprensión de los ítems.

Con respecto a la siguiente etapa de la investigación, se trabajará sobre aquellos ítems cuyo funcionamiento fue menos satisfactorio, viéndose necesaria una reformulación de sus enunciados. Además, dado que algunos de los índices de ajuste global utilizados en esta investigación (NNFI, CFI, SRMR y RMSEA) son propensos a

rechazar modelos satisfactorios cuando la muestra es pequeña, tal y como plantean Hu y Bentler (1999), se contará con una muestra más amplia de participantes.

3. ESTUDIO 2

El objetivo principal de esta segunda fase fue depurar la versión preliminar del ABQ resultante del Estudio 1. Basándonos en las conclusiones de dicha investigación, en el presente trabajo se incluyeron enunciados alternativos para aquellos ítems que no mostraron propiedades psicométricas adecuadas. Por tanto, se aplicó una versión de 21 ítems a una muestra de futbolistas españoles de ambos sexos. Mediante análisis de ítems y análisis factorial, el cuestionario fue reducido de nuevo a 15 ítems. A continuación, se llevó a cabo un análisis de las propiedades psicométricas de esta versión.

3.1. Método

3.1.1. Participantes

La muestra estuvo formada por 326 deportistas pertenecientes a 27 equipos de fútbol, 20 de ellos masculinos y 7 femeninos, que se encontraban compitiendo en distintas categorías (nivel local, provincial, autonómico o estatal) durante la temporada 2007-08. El 72,7% de los participantes eran hombres y el 27,3% mujeres, con un rango de edad que oscilaba entre los 14 y los 23 años, siendo la media de 16,82 y la desviación típica de 2,21. Entrenaban entre 0 y 5 días a la semana con un promedio de 4,47 horas (desviación típica= 1,74).

3.1.2. Instrumento

El instrumento de partida fue la versión española preliminar del ABQ desarrollada en el Estudio 1. En el presente trabajo, tomando como base los ítems de prueba que Raedeke y Smith (2001) habían incluido en sus estudios, se elaboraron dos enunciados alternativos

para tres ítems cuyo funcionamiento no había sido satisfactorio en la fase anterior. Se añadieron a los 15 originales y por tanto, se empleó una versión de 21 ítems con formato de respuesta tipo Likert de cinco puntos: *Casi nunca* (1), *Pocas veces* (2), *Algunas veces* (3), *A menudo* (4) y *Casi siempre* (5). Excepto los ítems 3 y 20, todos los enunciados estaban formulados en la misma dirección.

Uno de los ítems que mostraron índices psicométricos no satisfactorios fue “La práctica del fútbol me deja demasiado cansado/a”, perteneciente a agotamiento físico/emocional. Los ítems alternativos añadidos fueron: “La práctica del fútbol me deja mentalmente agotado/a” y “Después de jugar al fútbol me siento excesivamente cansado/a”.

El segundo ítem para el que se elaboraron enunciados alternativos fue “El esfuerzo que dedico al fútbol estaría mejor empleado en hacer otras cosas” perteneciente a devaluación de la práctica deportiva. Los ítems añadidos fueron “Tengo dudas de si el

fútbol merece todo el tiempo que le dedico” y “Me pregunto si el fútbol merece todo el tiempo y esfuerzo que le dedico”.

Por último, se elaboraron, por las mismas razones, dos ítems alternativos para “Le estoy cogiendo manía al fútbol” perteneciente también a devaluación de la práctica deportiva: “El fútbol no me gusta tanto como antes” y “Estoy dejando de disfrutar del fútbol”.

En el Anexo B se muestran los 21 ítems presentados a los participantes agrupados por dimensiones: siete en agotamiento físico/emocional, cinco en reducida sensación de logro y nueve en devaluación de la práctica deportiva. Los enunciados alternativos se encuentran marcados por un asterisco.

Como en el estudio anterior, junto con el cuestionario se recogieron otros datos (edad, sexo, años practicando fútbol, club, categoría de competición, número de entrenamientos semanales y duración aproximada de cada entrenamiento).

3.1.3. Procedimiento

La versión modificada del ABQ en español con 21 ítems fue aplicada a los participantes por tres psicólogos del deporte entre los meses de noviembre de 2007 y enero de 2008. Se siguió un protocolo estandarizado de forma que todos recibiesen las mismas instrucciones. A los deportistas se les informó de que el objetivo de la investigación era el de obtener un mejor conocimiento y comprensión de cómo piensan y sienten los deportistas, sin mencionar el término burnout en ningún momento. Se les informó, además, de la confidencialidad de sus respuestas, al tiempo que se les indicaba que no existían respuestas correctas o incorrectas y se les animaba a preguntar en caso de duda.

3.1.4. Análisis de datos

El análisis de los datos se realizó en dos etapas secuenciales, posteriores a la exploración y descripción inicial de los datos. La primera se centró en la selección de ítems, para lo que se llevaron a

cabo, mediante el programa estadístico SPSS 15.0, múltiples AFE, análisis de ítems y de consistencia interna de los factores. La segunda etapa estuvo orientada a la confirmación de las hipótesis generadas en la etapa anterior mediante AFC realizados con el programa LISREL 8.72, que proporciona indicadores de ajuste del modelo. De éstos se seleccionaron los anteriormente indicados en el Estudio 1: razón del valor del estadístico χ^2 entre sus grados de libertad, GFI, CFI, NNFI, RMSEA y SRMR.

3.2. Resultados

3.2.1. Descripción inicial de los datos

En la exploración inicial de los datos no se encontraron valores perdidos o fuera de rango.

En la Tabla 6 se ofrecen los estadísticos descriptivos de media, desviación típica, asimetría y curtosis para cada uno de los 21 ítems agrupados por factores.

Tabla 6. <i>Estadísticos descriptivos de los 21 ítems presentados</i>					
Factor	Ítem	Media	Desv. típica	Asimetría E. T. = ,13	Curtosis E.T. = ,27
AFE	2	2,58	1,03	0,25	-,029
	5	1,91	0,97	0,89	0,26
	7	1,98	0,94	0,64	-,025
	11	1,45	0,88	2,34	5,35
	14	1,70	0,87	1,30	1,59
	16	1,83	0,98	1,14	0,81
	19	1,61	0,88	1,45	1,84
RSL	3	3,56	1,02	-0,44	-0,18
	8	2,25	1,14	0,61	-0,40
	10	2,96	1,16	0,14	-0,66
	17	2,43	1,14	0,61	-0,26
	20	2,65	1,11	0,19	-0,58
DPD	1	2,80	1,46	0,10	-1,37
	4	1,78	1,23	1,45	0,87
	6	1,65	0,92	1,40	1,53
	9	1,87	1,18	1,32	0,81
	12	1,64	1,09	1,76	2,24
	13	1,52	0,96	1,92	3,09
	15	2,12	1,25	0,90	-0,26
	18	1,82	1,01	1,22	0,92
21	1,44	1,03	2,33	4,34	

En ella podemos observar cómo las medias más elevadas se corresponden con los ítems que componen el factor reducida sensación

de logro, siendo el ítem 3 el que muestra un valor mayor (3,56). El ítem con puntuación media más baja es el ítem 21 (1,44) del factor devaluación de la práctica deportiva. Con respecto a la variabilidad de las respuestas, las desviaciones típicas más bajas se encuentran en el factor agotamiento físico/emocional con un rango entre 0,87 (ítem 14) y 1,03 (ítem 2). Las distribuciones de las respuestas a los ítems presentan asimetría positiva, excepto el ítem 3 y se dividen casi por igual en leptocúrticas y platicúrticas, dominando totalmente la distribución platicúrtica en el factor reducida sensación de logro.

3.2.2. Selección de ítems

Se ejecutaron análisis factoriales con los 15 ítems originales del ABQ que hipotéticamente se agrupaban en tres factores. Dado que las soluciones obtenidas no lograron reproducir nítidamente la solución de tres factores hipotetizada, se procedió a factorizar los 21 ítems utilizados en la investigación mediante el método de ejes principales y rotación ortogonal y oblicua. Cada rotación produjo resultados

similares. Se decidió trabajar finalmente con el modelo de rotación ortogonal basándonos en la facilidad de interpretación con este método, que además procuraba un posicionamiento más claro de cada ítem en un determinado factor. La selección de ítems se realizó atendiendo a su posicionamiento en la estructura factorial, a su contribución a la consistencia interna del factor y a los diferentes matices de significado que pudiera aportar cada enunciado al factor. De este modo, se elaboró una forma del cuestionario que quedó nuevamente conformada por 15 ítems, de los cuales 12 pertenecían al cuestionario base y 3 eran alternativos.

En este proceso se realizaron tres modificaciones. Por un lado, el ítem “El esfuerzo que dedico al fútbol estaría mejor empleado en hacer otras cosas” de la dimensión devaluación de la práctica deportiva fue cambiado por “Tengo dudas de si el fútbol merece todo el tiempo que le dedico”. Por otro, “Le estoy cogiendo manía al fútbol”, también de la dimensión devaluación de la práctica deportiva se substituyó por “Estoy dejando de disfrutar del fútbol”. Aunque en este último caso, el

enunciado “El fútbol no me gusta tanto como antes” podría ser también válido, se decidió seleccionar la primera alternativa pues aludía a un nivel mayor de implicación personal que el otro no tenía.

Después de la selección inicial de ítems, comprobamos que todavía quedaba un enunciado, “El fútbol me tiene destrozado” de la dimensión agotamiento físico/emocional, con saturaciones elevadas (del orden de ,40) en dos factores distintos. Además el valor de consistencia del factor agotamiento físico/emocional aumentaría con la eliminación de este ítem de ,787 a ,792. Por tanto, al disponer de dos enunciados alternativos no utilizados dentro de esta dimensión, se procedió a cambiar “El fútbol me tiene destrozado” por una de estas redacciones alternativas. Aunque ambas se mostraron válidas en relación a la estructura factorial y a la consistencia interna, finalmente se sustituyó “El fútbol me tiene destrozado” por “La práctica del fútbol me deja mentalmente agotado” pues añade el aspecto mental a la idea de cansancio físico.

3.2.3. Análisis de ítems y de consistencia interna

Los análisis de ítems y de consistencia interna apoyaron la composición de la escala final, que se presenta en el Anexo C, con cinco ítems para cada una de las dimensiones teóricas (destacados los enunciados alternativos con asterisco).

En la Tabla 7 se muestran los valores de las correlaciones ítem-factor corregidas y de los coeficientes alpha.

Para el factor agotamiento físico/emocional, los valores de las correlaciones ítem-factor corregidas oscilaron entre ,54 (ítem 16) y ,66 (ítem 14). En este caso, el valor de alpha de Cronbach fue de ,82. En cuanto al factor reducida sensación de logro, los valores de las correlaciones fueron las más bajas en comparación con el resto de los factores, situándose entre ,28 (ítem 3) y ,43 (ítem 10). El coeficiente alpha fue de ,62. En el factor devaluación de la práctica deportiva, las correlaciones ítem-factor se situaron entre ,53 (ítem 18) y ,68 (ítem

12). Se obtuvo un coeficiente de consistencia interna de ,81. En ningún caso, los valores de alpha para los tres factores mejorarían al suprimir alguno de los ítems que componen cada uno.

Tabla 7.
Análisis de ítems y de consistencia interna de la escala final (15 ítems)

Factor	Ítem	Correlaciones ítem-factor corregidas	Alpha si se elimina el ítem
AFE ($\alpha=,82$)	5	,64	,78
	7	,63	,79
	14	,66	,78
	16	,54	,81
	19	,62	,79
RSL ($\alpha=,62$)	3	,28	,62
	8	,42	,55
	10	,43	,54
	17	,37	,57
	20	,38	,57
DPD ($\alpha=,81$)	9	,63	,77
	12	,68	,75
	13	,64	,76
	15	,54	,80
	18	,53	,80

3.2.4. Análisis Factorial Confirmatorio

En primer lugar, se realizó un AFC con el modelo de tres factores correlacionados, con la especificación de los cinco ítems en cada factor que ofrece el Anexo C. El método de estimación empleado fue el de máxima verosimilitud. Las cargas factoriales estimadas fueron todas ellas significativas, oscilando entre ,25 (ítem 3) y ,78 (ítem 9) con valores del término de error de entre ,94 y ,39. Los coeficientes de correlación estimados entre los tres factores fueron de ,48 para la relación entre agotamiento físico/emocional y devaluación de la práctica deportiva, ,50 para la relación entre agotamiento físico/emocional y reducida sensación de logro y ,72 para la relación entre reducida sensación de logro y devaluación de la práctica deportiva. Todos ellos fueron significativos.

Para evaluar el ajuste global del modelo se eligieron los seis índices utilizados en el Estudio 1: la razón del valor del estadístico χ^2 entre sus grados de libertad, GFI, CFI, NNFI, RMSEA y SRMR. Los

valores obtenidos evidenciaron un ajuste aceptable del modelo. Se obtuvo un cociente entre χ^2 (234,00) y los grados de libertad (87) de 2,68 ($p < ,001$). Los índices GFI, CFI y NNFI alcanzaron valores de ,91, ,95 y ,94, respectivamente, y los valores de RMSEA y SRMR fueron de ,08 y ,07. Incluso teniendo en cuenta criterios más restrictivos como los propuestos por Schermelleh-Engel, Moosburger y Müller (2003), el modelo presentaría un ajuste aceptable a los datos.

Con respecto al ajuste individual, también observamos que los valores de los residuos estandarizados se encuentran entre -5,42 para la relación entre el ítem 3 y el ítem 17 y 5,64 para la relación de los ítems 5 y 7. Teniendo en cuenta los índices de modificación, los resultados muestran que el valor de χ^2 disminuiría en mayor grado si permitiésemos la correlación entre los términos de error de los ítems 5 y 7 (disminución $\chi^2 = 31,8$), por un lado, y de los ítems 10 y 17 (disminución $\chi^2 = 30,7$), por otro. Se tuvieron en cuenta estos criterios proporcionados por el AFC para mejorar el ajuste del modelo. Se introdujeron secuencialmente dos cambios que estaban justificados

desde el punto de vista teórico. Primero se permitió la correlación entre los términos de error de los ítems 5 y 7 y a continuación la de los ítems 10 y 17.

La Tabla 8 recoge los parámetros estimados después de efectuar dichas modificaciones. Las saturaciones factoriales mostraron valores entre ,36 (ítem 3) y ,78 (ítem 12 e ítem 14), siendo todas ellas significativas. Los coeficientes de correlación fueron de ,50 para la relación entre agotamiento físico/emocional y reducida sensación de logro, así como también para la relación entre agotamiento físico/emocional y devaluación de la práctica deportiva. El valor de la correlación entre reducida sensación de logro y devaluación de la práctica deportiva fue más elevado (.81). Los tres valores fueron significativos.

Tabla 8. <i>Estimaciones del análisis factorial confirmatorio</i>					
Factor	Ítem	Carga factorial	Valores t	Términos de error	R ²
AFE	14	,78	14,95	,40	,60
	19	,71	13,32	,50	,50
	5	,65	11,80	,58	,42
	7	,65	11,73	,58	,42
	16	,65	11,91	,58	,42
RSL	17	,57	9,09	,67	,33
	8	,51	8,11	,74	,26
	10	,48	7,39	,77	,23
	20	,40	6,40	,84	,16
	3	,36	5,65	,87	,13
DPD	12	,78	15,67	,39	,61
	13	,76	15,16	,42	,58
	9	,69	13,16	,53	,47
	18	,62	11,60	,61	,39
	15	,59	10,85	,65	,35

Con respecto a los índices de ajuste global, la razón del estadístico χ^2 (178,63) entre sus grados de libertad (87) fue de 2,10. El valor de GFI se igualó al anterior (.93). Se incrementaron los valores de CFI (.97) y NNFI (.96) y los valores de RMSEA (.06) y SRMR (.06) disminuyeron. Por lo tanto, el ajuste global resultó más satisfactorio

con este modelo reespecificado. Finalmente no se observaron otras modificaciones que fuesen sustentables teóricamente.

A raíz de la correlación encontrada entre el factor devaluación de la práctica deportiva y el factor reducida sensación de logro (.81) era posible que un modelo bifactorial compuesto por la combinación de estos factores dentro de una misma variable latente pudiera presentar un mejor ajuste. Por ello, se evaluó el ajuste de un nuevo modelo con dos factores. Respecto al modelo con tres factores, esta solución mostró un peor ajuste global con los siguientes valores: $\chi^2(275,81)/89=3,09$, GFI= ,90, CFI= ,94, NNFI= ,93, RMSEA= ,08 y SRMR= ,07.

3.3. Discusión

El propósito de este estudio fue perfeccionar la versión española del ABQ propuesta en el Estudio 1. En esta etapa preliminar, se sugerían modificaciones en relación a tres de los 15 ítems que componían el cuestionario. Por ello, en esta fase se incluyeron dos

enunciados alternativos para cada uno de ellos, empleando así una versión de 21 ítems.

Tras varios procedimientos estadísticos (AFE, análisis de ítems y análisis de consistencia interna), se seleccionaron los mejores enunciados en función de criterios estadísticos y sustantivos hasta reducir el cuestionario a 15 ítems (cinco para cada dimensión), respetando, de este modo, la estructura del instrumento original. A continuación, tras emplear procedimientos de AFC, se realizaron dos modificaciones en el modelo, que permitieron mejorar su ajuste: se permitieron las correlaciones entre los términos de error del par 5 y 7 de agotamiento físico/emocional y del par 10 y 17 de reducida sensación de logro. Si acudimos al Anexo B, podemos apreciar, por un lado, que los enunciados 5 y 7 se refieren a cansancio físico provocado por la práctica del fútbol; y por otro, que los ítems 10 y 17 sugieren una falta de rendimiento. Estas modificaciones tienen una interpretación sustantiva bastante clara que, además, se ve apoyada por los comentarios sobre la redundancia de estos enunciados aportados por

los participantes al cumplimentar el cuestionario. De este modo, se consiguieron índices de ajuste equiparables a los encontrados en la muestra original norteamericana (Raedeke y Smith, 2001), francesa (Perreault et al., 2007) y china (Chen y Kee, 2008; Lu et al., 2006).

Las correlaciones entre factores (entre ,50 y ,81) fueron similares a las referidas por Raedeke y Smith (2001) en el cuestionario original (entre ,52 y ,71). El valor más elevado fue el hallado entre las dimensiones reducida sensación de logro y devaluación de la práctica deportiva.

Todos estos resultados nos permiten llegar a una versión española del ABQ más depurada con propiedades psicométricas comparables a las observadas en la muestra estadounidense. Como objetivo de una siguiente fase en la investigación se contempla la generalización de esta versión a otros deportes distintos del fútbol.

4. ESTUDIO 3

El objetivo de este estudio fue el de comprobar el grado de generalización a otros deportes de la versión española del ABQ. En esta fase, se aplicó la propuesta resultante de la investigación anterior compuesta por 15 ítems. Además, al final del instrumento se incluyeron tres ítems más (uno por cada dimensión), en caso de funcionamiento pobre de alguno de los anteriores.

4.1. Método

4.1.1. Participantes

Cubrieron el cuestionario 487 deportistas de diferentes modalidades con edades comprendidas entre los 13 y los 29 años (media= 16,44; desviación típica= 3,37). El 70,4% eran hombres y 29,6% mujeres que competían en los siguientes deportes: fútbol sala (22,4%), baloncesto (18,3%), voleibol (9,2%), fútbol (8,8%), natación (7%), kárate (5,7%), hockey sobre patines (4,1%), atletismo (3,9%),

tenis (3,5%), baile deportivo (3,5%), ciclismo (2,7), judo, (2,7), esgrima (2,3%), lucha libre olímpica (1,6%), balonmano (1,6%), squash (1,2%), ajedrez (0,8%) y boxeo (0,6%). El rango de entrenamientos a la semana se situaba entre uno y ocho y su duración media era de 4,20 horas semanales (desviación típica= 3,08).

4.1.2. Instrumento

El cuestionario utilizado en esta fase fue una versión española del ABQ de 18 ítems. Se tomó de modelo el cuestionario compuesto por 15 ítems resultante del Estudio 2, al que se le añadieron tres ítems con enunciados alternativos, uno para cada dimensión (ítems 16, 17 y 18). El Anexo D muestra los ítems pertenecientes a cada factor, así como el orden en que fueron presentados. Los ítems tenían un formato tipo Likert con cinco alternativas de respuesta desde *Casi nunca* (1) a *Casi siempre* (5). Los ítems estaban formulados en la misma dirección, excepto los ítems 1, 14 y 18.

Además junto al cuestionario, se incluyeron otras variables que podían aportar información interesante sobre los participantes como la edad, el sexo, el club, el deporte que practican, los años que llevan compitiendo, el número de entrenamientos semanales y su duración.

4.1.3. Procedimiento

La aplicación del cuestionario fue llevada a cabo durante la temporada 2009-2010, mediante un procedimiento estandarizado para que todos los deportistas dispusieran de las mismas instrucciones. Dado que los participantes practicaban diferentes modalidades deportivas, se les indicó que sustituyesen mentalmente la palabra “deporte” escrita entre corchetes por su disciplina.

Con la finalidad de disponer de una estimación de la fiabilidad test-retest, una submuestra de 211 deportistas de diferentes modalidades (29,9% baloncesto; 28,4% fútbol sala; 5,7% kárate; 5,2% tenis; 4,3% natación; 4,3% hockey sobre patines; 3,8% ciclismo, 3,8%

voleibol; 3,8% balonmano; 3,8% baile deportivo; 2,4% esgrima; 1,9% squash; 1,4% boxeo; 1,4% ajedrez) completaron el cuestionario por segunda vez entre 14 y 16 días después de la primera aplicación.

4.1.4. Análisis de datos

Se iniciaron los análisis con una exploración inicial de los datos, seguida de una descripción de las respuestas a los ítems. A continuación, se ejecutó un AFC con el LISREL 8.80 con la finalidad de conocer el ajuste del modelo propuesto. Se utilizaron los mismos índices de los Estudios 1 y 2 (razón del valor del estadístico χ^2 entre sus grados de libertad, GFI, CFI, NNFI, RMSEA y SRMR). Finalmente, se realizaron análisis de ítems y de fiabilidad mediante el SPSS 15.0.

4.2. Resultados

4.2.1. Exploración inicial de los datos

En la revisión de la base de datos se encontraron 8 valores perdidos, repartidos entre las variables 2, 8, 11, 12, 13, 14 y 16. Dado que la ausencia de información es relativamente pequeña en relación a la muestra y repartida al azar, se asumió que los datos podían ser analizados directamente, con lo que se prescindiría de la información que faltaba y se continuaría con los análisis. Cualquier procedimiento de sustitución de un valor ausente por nuevos valores podría reducir la variabilidad del grupo, de manera que se introducirían sesgos en la estimación de los parámetros al reducir el error típico.

4.2.2. Descripción de las respuestas a los ítems

En la Tabla 9 se muestran los estadísticos de media, desviación típica, asimetría y curtosis para cada ítem ordenados por factores.

Tabla 9. <i>Estadísticos descriptivos</i>					
Factor	Ítem	Media	Desv. típica	Asimetría E. T. = ,11	Curtosis E.T. = ,22
AFE	2	2,21	1,00	0,50	-0,25
	4	2,23	0,96	0,40	-0,41
	8	1,76	0,96	1,29	1,29
	10	1,87	0,98	1,02	1,20
	12	1,81	0,86	0,87	0,37
	16	1,90	0,91	0,87	0,44
RSL	1	2,11	0,97	0,79	0,51
	5	1,97	1,08	0,96	0,14
	7	2,69	1,13	0,24	-0,67
	13	2,15	1,05	0,71	-0,07
	14	2,97	1,07	0,05	-0,48
	18	2,16	1,00	0,67	0,13
DPD	3	1,42	0,78	1,95	3,53
	6	1,74	1,04	1,43	1,32
	9	1,54	0,92	1,89	3,16
	11	1,97	1,18	1,04	0,06
	15	1,77	1,05	1,47	1,61
	17	1,47	0,85	2,11	4,53

El factor reducida sensación de logro presenta las medias más altas, con valores entre 1,97 (ítem 5) y 2,97 (ítem 14). Por contraposición, el factor devaluación de la práctica deportiva muestra las medias más bajas con un rango entre 1,42 (ítem 3) y 1,97 (ítem 11). Las desviaciones típicas oscilan entre ,85 (ítem 17) y 1,18 (ítem 11), no

presentándose diferencias destacables entre factores en la variabilidad de las respuestas. Las distribuciones son asimétricas positivas y en general predominan las distribuciones leptocúrticas.

4.2.3. Análisis Factorial Confirmatorio

El modelo base con 15 ítems (prescindiendo de los tres alternativos) fue sometido a un AFC, donde se permitieron las correlaciones entre factores. En este modelo sobreidentificado, se estimaron 33 parámetros mediante el método de máxima verosimilitud. Las cargas factoriales estimadas fueron significativas con valores entre ,39 (ítem 15) y ,79 (ítem 9) y términos de error de ,84 y ,38.

En cuanto a las correlaciones entre factores, la correlación entre el factor agotamiento físico/emocional y el factor reducida sensación de logro fue de ,29 y el valor de la correlación entre los factores agotamiento físico/emocional y devaluación de la práctica

deportiva de ,28. El valor más elevado fue el correspondiente a la relación entre la dimensión reducida sensación de logro y devaluación de la práctica deportiva ($r_{xy} = ,57$).

El ajuste global del modelo se calificó como mejorable. El cociente entre χ^2 y los grados de libertad fue de 3,79. GFI fue de ,91. CFI de ,93 y NNFI de ,92. Los valores de RMSEA y SRMR fueron de ,08 y ,07, respectivamente.

Los valores de los residuos estandarizados fueron elevados, se situaron entre -5,22 para la relación entre los ítems 1 y 13, y 7,09 para la de los ítems 2 y 4. Además estos dos últimos ítems se encontraban implicados en otras relaciones con residuos altos. Los índices de modificación mostraban un descenso de 50,3 en el χ^2 si se permitiera la relación entre el ítem 2 y 4 y de 27,3 en el caso de los ítems 1 y 13.

Dado que era posible mejorar el ajuste del modelo, se introdujeron de forma secuencial varias modificaciones con base teórica y estadística:

- (1) Se sustituyó el ítem 4 (“La práctica del [deporte] me deja demasiado cansado/a”) por el enunciado alternativo correspondiente a su dimensión agotamiento físico/emocional, el ítem 16 (“Después de practicar [deporte] me encuentro excesivamente cansado”). Se optó por sustituir ítem 4 pese a que el ítem 2 podía ser un buen candidato ya que se consideró que este último aportaba un matiz de significado que no tenía el primero.

- (2) Se efectuó la sustitución del ítem 6 (Mi rendimiento en el [deporte] me importa menos que antes”) por el ítem 17 (“El [deporte] no me gusta tanto como antes”).

La Tabla 10 recoge los parámetros estimados después de realizar dichas modificaciones. Los valores de las saturaciones factoriales se encontraban entre ,43 (ítem 15) y ,80 (ítem 17), siendo todas ellos significativos. Los coeficientes de correlación entre factores fueron de ,33 entre agotamiento físico/emocional y reducida sensación de logro, de ,38 entre agotamiento físico/emocional y devaluación de la práctica deportiva y de ,60 para la relación entre reducida sensación de logro y devaluación de la práctica deportiva. Todas estas correlaciones resultaron ser estadísticamente significativas.

Con respecto al grado de ajuste, el valor de la razón entre χ^2 y los grados de libertad fue de 2,66, lo cual indicaba un ajuste aceptable de los datos. GFI (.94), CFI (.96) y NNFI (.95) mostraron un buen ajuste. El resto de índices mostraron un ajuste aceptable: ,06 para RMSEA y SRMR.

Tabla 10.
Estimaciones del análisis factorial confirmatorio

Factor	Ítem	Carga factorial	Valores t	Términos de error	R ²
AFE	2	,62	13,71	,62	,38
	8	,62	13,74	,62	,38
	10	,74	17,20	,45	,55
	12	,68	15,38	,54	,46
	16	,73	16,76	,47	,53
RSL	1	,44	8,73	,81	,19
	5	,59	12,19	,66	,34
	7	,61	12,63	,63	,37
	13	,66	14,02	,56	,44
	14	,59	12,28	,65	,35
DPD	3	,62	13,85	,62	,38
	9	,79	19,17	,37	,63
	11	,64	14,60	,59	,41
	15	,43	9,13	,81	,19
	17	,80	19,44	,36	,64

4.2.4. Análisis de ítems y fiabilidad

En la Tabla 11 se muestran las correlaciones ítem-factor corregidas, los valores de consistencia interna de cada factor, los valores de alpha si se eliminase el ítem y los coeficientes de fiabilidad.

Tabla 11.
Análisis de ítems y fiabilidad del cuestionario

Factor	Muestra	Ítem	Correlaciones ítem-factor corregidas	Alpha si se elimina el ítem	Fiabilidad test-retest
AFE $\alpha=,81$ $r_{xx}=,70$	484 209	2	,55	,78	,60
		8	,55	,78	,57
		10	,65	,75	,63
		12	,59	,77	,57
		16	,64	,76	,67
RSL $\alpha=,71$ $r_{xx}=,81$	484 209	1	,34	,71	,62
		5	,47	,66	,44
		7	,47	,66	,69
		13	,52	,64	,72
		14	,52	,64	,62
DPD $\alpha=,77$ $r_{xx}=,79$	486 211	3	,53	,73	,51
		9	,66	,68	,69
		11	,52	,74	,71
		15	,38	,78	,59
		17	,68	,68	,73

Las correlaciones ítem-factor más bajas se encontraron en el factor reducida sensación de logro (entre ,34 y ,52). Los ítems de agotamiento físico/emocional tuvieron valores que oscilaban entre ,59 (ítem 12) y ,65 (ítem 10). El factor devaluación de la práctica deportiva

mostraba una mayor variabilidad con valores entre ,38 (ítem 15) y ,68 (ítem 17).

Los coeficientes alpha fueron de ,81 para agotamiento físico/emocional, de ,71 para reducida sensación de logro y de ,77 para devaluación de la práctica deportiva. En ningún caso, estos valores aumentarían con la eliminación de alguno de los ítems que conforman cada dimensión.

Los valores de los coeficientes de fiabilidad test- retest de los factores fueron de ,70 para agotamiento físico/emocional, ,81 para reducida sensación de logro y ,79 para devaluación de la práctica deportiva. En cuanto a la fiabilidad de los ítems agrupados por factores, los valores oscilaron entre ,57 (ítems 8 y 12) y ,67 (ítem 16) para el factor agotamiento físico/emocional, entre ,44 (ítem 5) y ,72 (ítem 13) para reducida sensación de logro y entre ,51 (ítem 3) y ,73 (ítem 17) para devaluación de la práctica deportiva.

4.3. Discusión

La finalidad de este tercer estudio fue la de validar en otros deportes diferentes del fútbol el instrumento resultante del Estudio 2. Dos de los ítems que habían funcionado bien en el Estudio 2 con la muestra de jóvenes futbolistas, no lo hicieron en el Estudio 3: “La práctica del [deporte] me deja demasiado cansado” (ítem 4, agotamiento físico/emocional) y “Mi rendimiento en el [deporte] me importa menos que antes” (ítem 6, devaluación de la práctica deportiva). Reemplazamos secuencialmente estos ítems por sus correspondientes enunciados alternativos, los ítems 16 y 17 (“Después de practicar [deporte] me encuentro excesivamente cansado/a” y “El [deporte] no me gusta tanto como antes”). Los resultados de cada reespecificación del modelo sugirieron que la sustitución era adecuada, pues los índices de ajuste global mejoraron tras cada modificación.

Las correlaciones entre factores (.33-.60) fueron inferiores a las encontradas en el Estudio 2 (.50-.81), pero siguen mostrando una

mayor relación entre los factores reducida sensación de logro y devaluación de la práctica deportiva. Dado que ambas variables son más actitudinales y que agotamiento físico/emocional es más psicofisiológico, no es un dato que sorprenda.

Sobre la fiabilidad de esta versión, la consistencia interna de los factores alcanzó valores aceptables y las respuestas dadas por una submuestra de deportistas también mostraron valores aceptables de fiabilidad test-retest tras un período de 14-16 días.

Estos análisis nos han permitido aportar más datos estadísticos sobre el cuestionario propuesto. Los resultados en esta versión han sugerido unas propiedades psicométricas coherentes con las encontradas por Raedeke y Smith (2001) en su estudio realizado con deportistas de varias disciplinas.

No obstante, pensando en estudios posteriores, sería interesante ofrecer evidencias de validez cruzada de los resultados. De

este modo se podrían examinar las propiedades psicométricas del cuestionario en dos muestras diferentes y profundizar sobre el funcionamiento de sus ítems.

5. ESTUDIO 4

La finalidad de esta última fase fue la de ofrecer más datos sobre la validez de la versión española del ABQ. Para ello se presenta el proceso seguido en el análisis de sus propiedades psicométricas con datos procedentes de una muestra de deportistas colombianos, ampliando de este modo las posibilidades de aplicación al contexto latinoamericano.

5.1. Método

5.1.1. Participantes

Participaron en el estudio 493 deportistas colombianos, 66,7% de los cuales eran hombres y 33,3% mujeres, con un rango de edad

entre 13 y 29 años (media= 18,92; desviación típica= 3,48). Los deportistas practicaban los siguientes deportes: voleibol (18,7%), fútbol (17,6%), baloncesto (10,8%), béisbol (10,1%), taekwondo (8,9%), fútbol sala (6,1%), kárate (6,1%), patinaje de velocidad (5,3%), softball (4,5%), atletismo (3,2%), tenis de mesa (2,8%), natación (2,4%), tenis (2%) y ajedrez (1,4%). Entrenaban un promedio de 10,68 horas a la semana.

5.1.2. Instrumento

El cuestionario utilizado en este estudio fue la misma versión en español del ABQ aplicada en el Estudio 3. Estaba compuesta por 15 ítems, cinco para cada una de las dimensiones, a la que se le añadieron tres ítems con enunciados alternativos, uno para cada dimensión (ítems 16, 17 y 18). Si acudimos de nuevo al Anexo D, podemos revisar la composición del instrumento.

Como en las demás fases, también se registraban otras variables de tipo demográfico y relacionadas con el historial deportivo de los participantes.

5.1.3. Procedimiento

Los datos fueron recogidos por la doctoranda durante los meses de mayo, junio y julio del 2009 en la localidad de Barranquilla (Colombia) tras una planificación de la aplicación para que todos los sujetos recibiesen las mismas instrucciones. Puesto que los deportistas pertenecían a varias disciplinas deportivas, se les indicó que reemplazasen mentalmente la palabra “deporte” escrita entre corchetes por la modalidad que practicasen.

5.1.4. Análisis de datos

Antes del análisis estadístico de los datos, se llevó a cabo su exploración y descripción inicial en busca de posibles valores perdidos o fuera de rango. A continuación se utilizó el programa LISREL (versión

8.72) con el objetivo de someter el modelo propuesto a un AFC para obtener sus índices de ajuste. El estudio de las propiedades psicométricas de la escala se completó con el análisis de ítems y de consistencia interna de los factores mediante el paquete estadístico SPSS (versión 15.0).

5.2. Resultados

5.2.1. Descripción inicial de los datos

En la revisión de los datos no se detectaron valores perdidos o fuera de rango.

La Tabla 12 contiene los estadísticos descriptivos de media, desviación típica, asimetría y curtosis de los 18 ítems.

Tabla 12.
Estadísticos descriptivos

Factor	Ítem	Media	Desv. típica	Asimetría E. T. = ,11	Curtosis E.T. = ,22
AFE	2	2,15	0,95	0,61	0,19
	4	2,27	0,92	0,43	0,22
	8	1,66	0,85	1,19	1,03
	10	1,86	0,87	0,88	0,59
	12	1,90	0,90	0,84	0,31
	16	1,93	0,90	0,80	0,32
RSL	1	1,64	0,77	0,86	-0,33
	5	1,81	1,14	1,38	0,99
	7	2,72	1,14	0,24	-0,55
	13	1,95	0,99	0,98	0,62
	14	1,92	1,00	1,09	0,85
	18	1,60	0,93	1,85	3,33
DPD	3	1,35	0,73	2,57	7,32
	6	1,71	1,15	1,68	1,87
	9	1,47	0,95	2,26	4,65
	11	1,67	1,11	1,72	2,11
	15	2,16	1,35	0,91	-0,41
	17	1,43	0,95	2,55	6,00

Las medias para agotamiento físico/emocional se encuentran entre 1,66 (ítem 8) y 2,27 (ítem 4). Los valores de éstas oscilan entre 1,60 (ítem 18) y 2,72 (ítem 7) para reducida sensación de logro. Para devaluación de la práctica deportiva se sitúan entre 1,35 (ítem 3) y 2,16 (ítem 15). Las desviaciones típicas para los tres factores se sitúan entre 0,73 (ítem 3) y 1,35 (ítem 15), ambos del factor devaluación de la

práctica deportiva. Las distribuciones son asimétricas positivas, presentándose los valores más elevados dentro de devaluación de la práctica deportiva. La mayoría de las distribuciones son leptocúrticas, excepto las correspondientes a los ítems 1, 7 y 15.

5.2.2. Análisis Factorial Confirmatorio

El primer paso que se llevó a cabo fue realizar un AFC con el modelo original de 15 ítems, sin alternativos. El modelo estaba sobreidentificado, con 33 parámetros a estimar. El método de estimación empleado fue el de máxima verosimilitud. Respecto a los valores de las cargas factoriales fueron todos ellos significativos con valores entre ,30 (ítem 15) y ,67 (ítem 9). En cuanto a las relaciones entre factores, los valores indican que fueron estadísticamente significativas: ,19 para la relación entre agotamiento físico/emocional y reducida sensación de logro y ,22 para la relación entre agotamiento físico/emocional y devaluación del deporte que se practica y ,60 para la

relación entre reducida sensación de logro y devaluación de la práctica deportiva.

En cuanto a los índices de ajuste global, la razón del valor del estadístico χ^2 (257,21) entre sus grados de libertad (87) fue de 2,95. GFI fue de ,93 y los valores de CFI y NNFI fueron de ,89 y ,87. RMSEA fue de ,06, al igual que SRMR.

Sobre los valores de los residuos estandarizados, se encontraron entre -6,02 para la relación entre el ítem 3 y el ítem 11 y 6,14 para la relación de los ítems 1 y 14. Teniendo en cuenta los índices de modificación, los resultados mostraron que el valor de χ^2 disminuiría en mayor grado si permitiésemos la correlación entre los términos de error de los ítems 3 y 9 (disminución $\chi^2= 32,4$), por un lado, y de los ítems 3 y 11 (disminución $\chi^2= 24,4$), por otro. Se tuvieron en cuenta estos criterios proporcionados por el AFC para mejorar el ajuste del modelo. De este modo, se introdujeron secuencialmente cambios que estaban justificados desde el punto de vista teórico y

estadístico. El primer cambio fue la sustitución del ítem 3 (“Estoy dejando de disfrutar del [deporte]”) por el enunciado alternativo del que se disponía correspondiente a la dimensión devaluación de la práctica deportiva, el ítem 17 (“El [deporte] no me gusta tanto como antes”). A continuación (1) se permitió la correlación entre los términos de error de los ítems 9 y 17, (2) la sustitución del ítem 4 (“La práctica del [deporte] me deja demasiado cansado/a”) por su alternativo dentro de la dimensión agotamiento físico/emocional, el ítem 16 (“Después de practicar [deporte] me encuentro excesivamente cansado/a”) y finalmente (3) se correlacionaron los términos de error de los ítems 1 y 14.

En la Tabla 13 se presentan los parámetros estimados después de efectuar dichas modificaciones. Las saturaciones factoriales mostraron valores entre ,28 (ítem 15) y ,69 (ítem 11), siendo todas ellas significativas. Los coeficientes de correlación fueron de ,30 para la relación entre agotamiento físico/emocional y reducida sensación de logro; ,26 para la relación entre agotamiento físico/emocional y

devaluación de la práctica deportiva y ,61 para reducida sensación de logro y devaluación de la práctica deportiva.

Tabla 13.
Estimaciones del análisis factorial confirmatorio

Factor	Item	Carga factorial	Valores t	Términos de error	R ²
AFE	2	,61	16,17	,63	,37
	8	,58	15,01	,67	,33
	10	,57	14,62	,68	,32
	12	,60	16,10	,64	,36
	16	,68	19,85	,53	,47
RSL	1	,38	7,00	,86	,14
	5	,42	8,00	,82	,18
	7	,44	8,35	,81	,19
	13	,55	10,88	,70	,30
	14	,37	6,69	,87	,13
DPD	6	,60	14,66	,64	,36
	9	,59	13,97	,66	,34
	11	,69	17,69	,52	,48
	15	,28	5,67	,92	,08
	17	,44	9,31	,80	,20

En relación a los índices de ajuste global, éstos mostraron una mejoría en el modelo. El valor del cociente entre el estadístico $\chi^2(176,46)$ y sus grados de libertad (85) disminuyó a 2,07. GFI aumentó

a ,95; CFI a ,95 y NNFI a ,94. Los valores de RMSEA y RMR disminuyeron a ,05.

5.2.3. Análisis de ítems y de consistencia interna

Los coeficientes de consistencia interna para las tres dimensiones se muestran en la Tabla 14. Asimismo se ofrecen las correlaciones ítem-factor corregidas y el valor de alpha en caso de que cada ítem fuese eliminado.

Para la dimensión agotamiento físico/emocional, las correlaciones ítem-factor se situaron entre ,48 (ítem 8) y ,57 (ítem 16). El coeficiente de alpha fue de ,75, valor que no mejoraría al suprimir ninguno de los ítems. En cuanto a la dimensión reducida sensación de logro, presentó las correlaciones ítem-factor más bajas con valores entre ,26 (ítem 7) y ,37 (ítem 13). El valor de consistencia interna, ,55 no aumentaría al eliminar ninguno de los cinco elementos que componen esta dimensión. En la subescala devaluación de la práctica

deportiva, las correlaciones fueron más dispares, situándose entre ,23 (ítem 15) y ,52 (ítem 9). Se obtuvo un coeficiente alpha de ,65, valor que aumentaría a ,70 si prescindiésemos del ítem 15.

Tabla 14.
Análisis de ítems y análisis de consistencia interna

Factor	Ítem	Correlaciones ítem-factor corregidas	Alpha si se elimina el ítem
AFE $\alpha = ,75$	2	,51	,70
	8	,48	,71
	10	,49	,71
	12	,50	,71
	16	,57	,68
RSL $\alpha = ,55$	1	,35	,48
	5	,27	,52
	7	,26	,52
	13	,37	,46
	14	,33	,48
DPD $\alpha = ,65$	6	,44	,58
	9	,52	,56
	11	,48	,56
	15	,23	,70
	17	,43	,59

5.3. Discusión

Los resultados obtenidos en esta fase muestran que el modelo especificado en la última versión en español del ABQ en deportistas españoles (Estudio 3) no se reproduce totalmente en la última aplicación con deportistas colombianos (Estudio 4). Mientras que en el Estudio 3, fue necesario sustituir dos ítems (el 4 y el 6) por sus correspondientes alternativos (el 16 y el 17) para obtener un buen ajuste del modelo, en el estudio actual se necesitaron ejecutar cuatro modificaciones. Dos de ellas fueron sustituciones de ítems por sus alternativos (los ítems 3 y 4 por los ítems 17 y 16), donde se observó que con deportistas colombianos, el funcionamiento del ítem 4 tampoco era el adecuado. No obstante, en esta muestra se comprobó mayor grado de redundancia entre los ítems pues se correlacionaron dos pares de términos de error (pares 9 y 17; 1 y 14).

Sobre la relación existente entre factores, se reprodujo lo obtenido en el estudio anterior. Los valores oscilaron entre ,26 y ,61,

siendo éste último valor el correspondiente a la correlación entre reducida sensación de logro y devaluación de la práctica deportiva.

Con respecto a la fiabilidad del cuestionario, se encontraron valores más bajos en comparación con la muestra de deportistas españoles. No obstante, al igual que en las investigaciones anteriores fue el factor reducida sensación de logro el que presentó menor fiabilidad.

6. DISCUSIÓN GENERAL Y CONCLUSIONES

En 2007, la revista *International Journal of Sport Psychology* publicó un especial dedicado al síndrome de burnout. En este monográfico se profundizaba, mediante estrategias cualitativas y cuantitativas, sobre el concepto multidimensional del síndrome, los síntomas y consecuencias asociadas e incluso sobre la aplicabilidad de los modelos teóricos. Uno de los propósitos de este número, tal y como plantean Smith, Lemyre y Raedeke en su presentación, era el de

impulsar la realización de trabajos con fundamentación teórica, metodología elaborada y con valor práctico para los deportistas y demás implicados en la práctica deportiva. Un objetivo similar tenía la edición que publicó *Journal of Applied Sport Psychology* en 1990. Raedeke y Smith (2001) planteaban que aunque este número buscaba estimular la investigación sobre burnout en deportistas, once años después se había observado que ésta seguía limitada a causa de la falta de una herramienta adecuada de medición. Por ello, estos autores desarrollaron el ABQ, cuestionario que mostró unas adecuadas propiedades psicométricas (Cresswell y Eklund, 2006b; Lonsdale et al., 2007; Raedeke y Smith, 2001). Con el desarrollo del ABQ, se dispuso de un instrumento de medida para el burnout en deportistas, ampliamente aceptado por la comunidad científica (Goodger et al., 2007). En los años siguientes se desarrollaron diversos estudios donde el ABQ fue traducido/adaptado a diferentes idiomas (Álvarez et al., 2006; Altahayne, 2005; Chen y Kee, 2008; Gustaffsson, Kenttä, Hasmén, Lundqvist y Durand-Bush, 2007; Lemyre et al., 2007, 2008; Lu et al., 2006; Perreault et al., 2007; Ziemainz et al., 2004).

El propósito de este trabajo dividido en cuatro etapas consistió en adaptar el ABQ al español. Se comenzó el Estudio 1 con la traducción del instrumento, proceso que se llevó a cabo siguiendo las recomendaciones de la Comisión Internacional de Test. A continuación, la traducción obtenida se aplicó a una muestra de jóvenes futbolistas españoles con el objetivo de examinar sus propiedades psicométricas. De este primer estudio se extrajo la conclusión de que era necesario profundizar sobre el funcionamiento de determinados ítems y de ampliar la muestra de participantes. No obstante, desde el punto de vista práctico, se pudo observar su facilidad de aplicación. Fue cumplimentado con extraordinaria rapidez por los deportistas y sin manifestar grandes dificultades para comprender sus enunciados.

Las siguientes fases (Estudios 2, 3 y 4) se diseñaron con el objetivo general de refinar la versión obtenida. En concreto, en el Estudio 2 se perfeccionó el cuestionario seleccionando de un abanico de 21 ítems (15 originales más 6 alternativos para aquellos ítems con propiedades inadecuadas), aquellos 15 enunciados que mostraron

mejores características a nivel estadístico y sustantivo en una muestra más amplia de futbolistas. El cuestionario resultante poseía propiedades psicométricas comparables a las encontradas por Raedeke y Smith (2001). Los índices de ajuste fueron aceptables y la fiabilidad del cuestionario alcanzó buenos niveles. Se observaron correlaciones moderadas entre las diferentes dimensiones que conforman el síndrome, (Cresswell y Eklund, 2005a; 2005b; 2005c; 2006a; Lemyre, Treasure y Roberts, 2006; Black y Smith, 2007; Lonsdale et al., 2007). La correlación entre reducida sensación de logro y devaluación del deporte es la que se mostró como más elevada. Otras investigaciones apoyan este resultado (Cresswell, 2008; Hill, Hall, Appleton y Kozub, 2008; Lemyre et al., 2006; Lonsdale et al., 2007; Perreault et al., 2007; Raedeke y Smith, 2004).

La finalidad de los Estudios 3 y 4 fue la de validar la versión derivada del Estudio 2 con una muestra heterogénea de deportistas. En general, los resultados apoyan la estructura factorial y la fiabilidad (consistencia interna y fiabilidad test-retest). No obstante, para mejorar

el ajuste del modelo se sustituyeron dos ítems en cada fase por sus correspondientes enunciados alternativos, coincidiendo sólo uno de ellos en los dos estudios. Los análisis sugieren la idoneidad de estos cambios, no obstante todavía se albergan ciertas dudas sobre el enunciado de algunos ítems. En este sentido, como objetivo de una futura fase, deberíamos profundizar sobre esta versión de 15 ítems (más tres enunciados alternativos).

También sería de interés diseñar trabajos que aporten datos sobre la validez convergente de la versión española del ABQ. Dado que disponemos de otro instrumento en español para la medida del burnout en deportistas, el IBD (Garcés de los Fayos, 1994, 1999, 2004), podrían compararse las puntuaciones de la versión española del ABQ con las de este inventario como prueba de la validez concurrente.

Una limitación importante de esta investigación a nivel general ha sido la de no aportar evidencias de validez basadas en la relación del burnout con otras variables. En próximos trabajos se deberían incluir análisis discriminantes entre el burnout y otros constructos que

comparten con él cierta sintomatología. Cresswell y Eklund (2006b) demostraron que el ABQ refiere una adecuada discriminación entre burnout y depresión.

Además podríamos profundizar sobre otras variables que pueden mostrarse como predictores y/o mediadores del síndrome de burnout. Los propios autores del ABQ mostraron la relación entre el burnout y otras variables como la ansiedad-rasgo competitiva, la motivación, el disfrute, el apoyo social, el estrés, las estrategias de afrontamiento, el compromiso, el control percibido y la identidad como deportistas (Raedeke, 1997; Raedeke y Smith, 2001, 2004). Además con sus investigaciones en este campo generaron apoyo empírico para sostener el modelo del compromiso deportivo propuesto por Schmidt y Stein (1991), al mostrar la relación existente entre el burnout con los costes y beneficios de la práctica deportiva, el disfrute que genera, las inversiones personales, el atractivo de otras alternativas y la satisfacción alcanzada.

IV. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Altahayneh, Z. (2005). The effects of coaches' behaviors and burnout on the satisfaction and burnout of athletes. (Jordan). *Disertation Abstracts International Section A. Humanities and Social Science*, 66(5-A), 1689.
- Alvarez, D., Ferreira, M. R. y Borim, C. (2006). Validação do Questionário de Burnout para Atletas. *Revista da Educação Física/UEM (Maringá)*, 17(1), 27-36.
- Arce, C., De Francisco, C., Andrade, E., Arce, I. y Raedeke, T. (en prensa). Adaptación española del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) para la medida del burnout en futbolistas. *Psicothema*.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238-246.
- Black, J. M. y Smith, A. L. (2007). An examination of Coakley's perspective on identity, control, and burnout among adolescent

athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 38(4), 417-436.

Bollen, K. A. y Long, J. S. (Eds.). (1993). *Testing structural equation models*. Newbury Park, CA: Sage.

Browne, M. W., y Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. En K. A. Bollen y J. S. Long (Eds.). *Testing structural equation models*, (pp. 136-162). Newbury Park, CA: Sage.

Chen, L. H. y Kee, Y. H. (2008). Gratitude and adolescent athletes' wellbeing. *Social Indicators Research*, 89(2), 361-373.

Coakley, J. J. (1992). Burnout among adolescent athletes: A personal failure or social problem? *Sociology of Sport Journal*, 9(3), 271-285.

- Cox, R. (2009). El síndrome del “burnout” (desgaste profesional) en el deportista (6ª ed.). En *Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones* (pp. 426-442). Madrid: Médica Panamericana.
- Cresswell, S. L. (2008). Possible early signs of athlete burnout: A prospective study. *Journal of Science and Medicine in Sport* (2008), doi: 10.1016/j.jsams.2008.01.009.
- Cresswell, S. L. y Eklund, R. C. (2005a). Motivation and burnout among top amateur rugby players. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 37(3), 469-477.
- Cresswell, S. L. y Eklund, R. C. (2005b). Motivation and burnout in professional rugby players. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 76(3), 270-376.
- Cresswell, S. L. y Eklund, R. C. (2005c). Changes in athlete burnout and motivation over a 12-week league tournament. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 37(11), 1957-1966.

- Cresswell, S. L. y Eklund, R. C. (2006a). The nature of player burnout in rugby: Key characteristics and attributions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18(3), 219-239.
- Cresswell, S. L. y Eklund, R. C. (2006b). The convergent and discriminant validity of burnout measures in sport: A multi-trait/multi-method analysis. *Journal of Sports Sciences*, 24(2), 209-220.
- Cresswell, S. L. y Eklund, R. C. (2007). Athlete burnout: A longitudinal qualitative study. *The Sport Psychologist*, 21(1), 1-20.
- Dale, J. y Weinberg, R. S. (1990). Burnout in sport: a review and critique. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2(1), 67-83.
- De Francisco, C., Arce, C., Andrade, E., Arce, I. y Raedeke, T. (2009). Propiedades psicométricas preliminares de la versión española del Athlete Burnout Questionnaire en una muestra de jóvenes futbolistas. *Cuadernos de Psicología del Deporte* 9(2), 45-56.

- Eades, A. M. (1990). *An investigation of burnout of intercollegiate athletes: The development of the Eades Athlete Burnout Inventory*. Tesis de maestría no publicada, Universidad de California, Berkeley.
- Fender, L. K. (1989). Athlete burnout: Potential for research and intervention strategies. *The Sport Psychologist*, 3(1), 63-71.
- Feigley, D. A. (1984). Psychological burnout in high-level athletes. *The Physician and Sportsmedicine*, 12(10), 109-119.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burnout. *The Journal of Social Issues*, 30(1), 159-166.
- Flippin, R. (1981). Burning out: when fast, young runners experience "failure" it can lead to self-destruction. *The Runner*, 3(10), 76-78; 80-83.

- Garcés de Los Fayos, E. J. (1994). *Burnout: un acercamiento teórico-empírico al constructo en contextos deportivos*. Tesis de licenciatura no publicada, Universidad de Murcia, Murcia.
- Garcés de Los Fayos, E. J. (1999). *Burnout en deportistas: un estudio de la influencia de las variables de personalidad, sociodemográficas y deportivas en el síndrome*. Tesis doctoral no publicada, Universidad de Murcia, Murcia.
- Garcés de Los Fayos, E. J. (2004). *Burnout en deportistas. Propuesta de una sistema de evaluación e intervención integral*. Madrid: EOS.
- Garcés de Los Fayos, E. J. y Cantón, E. (2007-2008). Un modelo teórico-descriptivo del burnout en deportistas: Una propuesta tentativa. *Información Psicológica*, 91-92, 12-22.
- Goodger, K., Gorely, T., Lavallee, D. y Harwood, C. (2007). Burnout in sport: A systematic review. *The Sport Psychologist*, 21(2), 127-151.

- Gorsuch, R. L. (1997). Exploratory factor analysis: Its role in item analysis. *Journal of Personality Assessment*, 6(3), 532-560.
- Gould, D., Tuffey, S., Udry, E. y Loerh, J. (1996). Burnout in competitive junior tennis players: II. Qualitative Analysis. *The Sport Psychologist*, 10(4), 341-366.
- Gould, D., Udry, E., Tuffey, S. y Loehr, J. (1996). Burnout in competitive junior tennis players: I. A quantitative psychological assessment. *The Sport Psychologist*, 10(4), 322-340.
- Gustafsson, H., Kenttä, G., Hassmén, P. y Lundqvist, C. (2007). Prevalence of burnout in competitive adolescent athletes. *The Sport Psychologist*, 21(1), 21-37
- Gustafsson, H., Kenttä, G., Hassmén, P., Lundqvist, C. y Durand-Bush, N. (2007). The process of burnout: A multiple case study of three elite endurance athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 38(4), 388-416.

- Hill, A. P., Hall, H. K., Appleton, P. R. y Kozub, S. A. (2008). Perfectionism and burnout in junior elite soccer players. The mediating influence of unconditional self-acceptance. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), 620-629.
- Hu, K. y Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indices in covariance structure analysis. Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1-55.
- Jöreskog, K. G. y Sörbom, D. (1993). LISREL 8. *Structural Equation Modeling with the SIMPLIS Command Language*. Hillsdale, NJ: LEA.
- Kallis, K. W. y Kellman, M. (2000). Burnout in athletes and coaches. En Y. L. Hanin (Ed.). *Emotions in sport* (pp. 209-230). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Kelley, H. H. (1983). Love and commitment. En H. H. Kelley, E. Berscheid, A. Christensen, J. H. Harvey, T. L. Huston, G.

- Levinger, E. McClintock, L. A. Peplau y D. R. Peterson (Eds.).
Close relationship (pp. 265-311). Nueva York: W.H. Freeman.
- Kenttä, G. y Hassmén, P. (1998). Overtraining and recovery: A conceptual model. *Sports Medicine*, 26(1), 1-16.
- Lai, C. y Wiggins, M. S. (2003). Burnout perceptions over time in NCAA Division I soccer players. *International Sports Journal*, 7(2), 120-127.
- Lemyre, P.-N., Hall, H. K. y Roberts, G. C. (2008). A social cognitive approach to burnout in elite athletes. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 18(2), 221-234.
- Lemyre, P.-N., Roberts, G. C. y Stray-Gundersen, J. (2007). Motivation, overtraining, and burnout: Can self-determined motivation predict overtraining and burnout in elite athletes? *European Journal of Sport Science*, 7(2), 388-416.

- Lemyre, P.-N., Treasure, D. C. y Roberts, G. C. (2006). Influence of variability in motivation and affect on elite athlete burnout susceptibility. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28(1), 32-48.
- Lonsdale, C., Hodge, K. J. y Jackson, S. A. (2007). Athlete engagement: II. Development and initial validation of the Athlete Engagement Questionnaire. *International Journal of Sport Psychology*, 38(4), 471-492.
- Lu, J. H., Chen, L. H. y Cho, K. H. (2006). Revision of Raedeke and Smith's Athlete Burnout Questionnaire (ABQ): Analyses of validity and reliability of Chinese version. *Physical Education Journal*, 39(3), 83-94.
- Maslach, C. (1976). Burned-out. *Human Behavior*, 5, 16-22.

- Maslach, C. y Jackson, S. E. (1981). *MBI: Maslach Burnout Inventory. Manual*. Palo Alto, CA: Universidad de California, Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C. y Jackson, S. E. (1984). Burnout in organizational settings. En S. Oskamp (Ed.). *Applied Social Psychology Annual: Applications in organizational settings* (Vol. 5, pp. 133-153). Beverly Hills, CA: Sage.
- Maslach, C. y Schaufeli, W. B. (1993). Historical and conceptual development of burnout. En W. B. Schaufeli, C. Maslach y T. Marek (Eds.). *Professional burnout: Recent developments in theory and research* (pp. 1-16). Washington, DC: Taylor and Francis.
- Medina, G. y García, F. (2002). Burnout, locus de control y deportistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2(2), 29-42.

- Muñiz, J. y Hambleton, R. (2000). Adaptación de los tests de unas culturas a otras. *Metodología de las Ciencias del Comportamiento*, 2(2), 129-149.
- Olmedilla, A., Jiménez, G., Jara-Vera, P. y Garcés de Los Fayos, E. J. (1997). Incidencia del burnout en entrenadores: Una aproximación a partir del modelo de Cordes y Dougherty (1993). *VI Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte*. Las Palmas de Gran Canaria.
- Perreault, S., Gaudreau, P., Lapointe, M.-C. y Lacroix, C. (2007). Does it take three to tango? Psychological need satisfaction and athlete burnout. *International Journal of Sport Psychology*, 38(4), 437-450.
- Raedeke, T. D. (1997). Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(4), 396-417.

- Raedeke, T. D., Lunney, K. y Venables, K. (2002) Understanding athlete burnout: Coach perspectives. *Journal of Sport Behavior*, 25(2), 181-206.
- Raedeke, T. D. y Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23(4), 281-306.
- Raedeke, T. D. y Smith, A. L. (2004). Coping resources and athlete burnout: An examination of stress mediated and moderation hypotheses. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(4), 525-541.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16(2), 172-186.
- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: the development (and deterioration) of satisfaction and

commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), 101-117.

Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.

Schermelleh-Engel, K., Moosburger, H., y Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23-74.

Schmidt, G. W. y Stein, G. L. (1991). Sport commitment: A model integrating enjoyment, dropout, and burnout. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(3), 254-265.

Sierra, C. A. y Abello, R. (2008). Burnout y pensamientos irracionales en deportistas de alto rendimiento. *Psychologia: Avances en la disciplina*, 2(1), 49-78.

- Silva, J. M. (1990). An analysis of the training stress syndrome in competitive athletics. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2(2), 5-20.
- Smith, R. E. (1986). Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. *Journal of Sport Psychology*, 8(1), 36-50.
- Tenenbaum, G., Jones, C. M., Kitsantas, A., Sacks D. N. y Berwick, J. P. (2003). Failure adaptation: An investigation of the stress response process in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 34(1), 27-62.
- Thibaut, J. W. y Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups*. Nueva York: Wiley.
- Tucker, L. R. & Lewis, C. (1973). A reliability coefficient for maximum likelihood factors analysis. *Psychometrika*, 38, 1-10.

- Tutte, V., Blasco, T. y Cruz, J. (2006). Evolución de los índices de burnout en un equipo femenino de baloncesto. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 6(1), 21-35.
- Van Yperen, N. W. (1993). Team cohesion, parental support, burnout, and the performance level of talented young soccer players. *VIII Congreso Nacional de Psicología del Deporte*. Lisboa.
- Van Yperen, N. W. (1997). Inequity and vulnerability to dropout symptoms: An exploratory causal analysis among highly skilled young soccer players. *The Sport Psychologist*, 11(3), 318-325.
- Vealey, R. S., Armstrong, L., Comar, W. y Greenleaf, P. (1998). Influence of perceived coaching behaviors on burnout and competitive anxiety in female college athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 10(2), 297-318.
- Vives, L. y Garcés de Los Fayos, E. J. (2004). Incidencia del síndrome de burnout en el perfil cognitivo en jóvenes deportistas de alto

rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 4(1-2), 29-43.

Wiggins, M. S., Lai, C. y Deiters, J. A. (2005). Anxiety and burnout in female collegiate ice hockey and soccer athletes. *Perceptual Motor Skills* 101(2), 519-524.

Ziemainz, H., Abu-Omar, K., Raedeke, T. y Krause, K. (2004). Burnout im Sport. Zur Praevalenz von burnout aus bedingungsbezogener Perspektive (Burnout in sports: About the prevalence of burnout from a condition-related perspective.). *Leistungssport (Muenster)* 34(6), 12-17.

V. ANEXOS

ANEXO A. Versión española del ABQ adaptada al fútbol, con los ítems equivalentes del original entre paréntesis		
Item	Factor	Texto del ítem
1	RSL	En el fútbol estoy logrando muchas cosas que valen la pena. (<i>I'm accomplishing many worthwhile things in soccer.</i>)
2	AFE	El entrenamiento me deja tan cansado que me cuesta reunir la energía suficiente para hacer otras cosas. (<i>I feel so tired from my training that I have trouble finding energy to do other things.</i>)
3	DPD	El esfuerzo que dedico al fútbol estaría mejor empleado en otras cosas. (<i>The effort I spend in soccer would be better spent doing other things.</i>)
4	AFE	La práctica del fútbol me deja demasiado cansado. (<i>I feel overly tired from my soccer participation.</i>)
5	RSL	Creo que no estoy logrando mucho en el fútbol. (<i>I am not achieving much in soccer.</i>)
6	DPD	Mi rendimiento en el fútbol me importa menos que antes. (<i>I don't care as much about my soccer performance as I used to.</i>)
7	RSL	Pienso que no estoy rindiendo a mi nivel real en el fútbol. (<i>I am not performing up to my ability in soccer.</i>)

8	AFE	El fútbol me tiene destrozado. (<i>I feel 'wiped out' from soccer.</i>)
9	DPD	Creo que no me interesa tanto el fútbol como antes. (<i>I'm not into soccer like I used to be.</i>)
10	AFE	Me siento físicamente agotado por el fútbol. (<i>I feel physically worn out from soccer.</i>)
11	DPD	Me preocupo menos que antes por triunfar en el fútbol. (<i>I feel less concerned about being successful in soccer than I used to.</i>)
12	AFE	Me agotan las exigencias físicas y mentales del fútbol. (<i>I am exhausted by the mental and physical demands of soccer.</i>)
13	RSL	Parece que, haga lo que haga, no rindo como debería. (<i>It seems that no matter what I do, I don't perform as well as I should.</i>)
14	RSL	Creo que tengo éxito en el fútbol. (<i>I feel successful at soccer.</i>)
15	DPD	Le estoy cogiendo manía al fútbol. (<i>I have negative feelings toward soccer.</i>)
<p>AFE = agotamiento físico/ emocional RSL = reducida sensación de logro DPD = devaluación de la práctica deportiva</p>		

*ANEXO B.
Escala de 21 ítems*

Ítem	Factor	Texto del ítem
1*	DPD	Me pregunto si el fútbol merece todo el tiempo y esfuerzo que le dedico.
2*	AFE	Después de jugar al fútbol me siento excesivamente cansado/a.
3	RSL	En el fútbol estoy logrando muchas cosas que valen la pena.
4*	DPD	El fútbol no me gusta tanto como antes.
5	AFE	El entrenamiento me deja tan cansado/a que me cuesta reunir la energía suficiente para hacer otras cosas.
6	DPD	El esfuerzo que dedico al fútbol estaría mejor empleado en hacer otras cosas.
7	AFE	La práctica del fútbol me deja demasiado cansado/a.
8	RSL	Creo que no estoy logrando mucho en el fútbol.
9	DPD	Mi rendimiento en el fútbol me importa menos que antes.
10	RSL	Pienso que no estoy rindiendo a mi nivel real en el fútbol.
11	AFE	El fútbol me tiene destrozado/a.
12	DPD	Creo que no me interesa tanto el fútbol como antes.
13*	DPD	Estoy dejando de disfrutar del fútbol.
14	AFE	Me siento físicamente agotado/a por el fútbol.
15	DPD	Me preocupo menos que antes por triunfar en el fútbol.
16	AFE	Me agotan las exigencias físicas y mentales del fútbol.
17	RSL	Parece que, haga lo que haga, no rindo como debería.
18*	DPD	Tengo dudas de si el fútbol merece todo el tiempo que le dedico.
19*	AFE	La práctica del fútbol me deja mentalmente agotado/a
20	RSL	Creo que tengo éxito en el fútbol.
21	DPD	Le estoy cogiendo manía al fútbol.

ANEXO C.

Propuesta de escala de 15 ítems

Ítem	Factor	Texto del ítem
3	RSL	En el fútbol estoy logrando muchas cosas que valen la pena.
5	AFE	El entrenamiento me deja tan cansado/a que me cuesta reunir la energía suficiente para hacer otras cosas.
7	AFE	La práctica del fútbol me deja demasiado cansado/a.
8	RSL	Creo que no estoy logrando mucho en el fútbol.
9	DPD	Mi rendimiento en el fútbol me importa menos que antes.
10	RSL	Pienso que no estoy rindiendo a mi nivel real en el fútbol.
12	DPD	Creo que no me interesa tanto el fútbol como antes.
13*	DPD	Estoy dejando de disfrutar del fútbol.
14	AFE	Me siento físicamente agotado/a por el fútbol.
15	DPD	Me preocupo menos que antes por triunfar en el fútbol.
16	AFE	Me agotan las exigencias físicas y mentales del fútbol.
17	RSL	Parece que, haga lo que haga, no rindo como debería.
18*	DPD	Tengo dudas de si el fútbol merece todo el tiempo que le dedico.
19*	AFE	La práctica del fútbol me deja mentalmente agotado/a
20	RSL	Creo que tengo éxito en el fútbol.

ANEXO D.

Composición definitiva del ABQ en español (18 ítems)

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

ESTA INVESTIGACIÓN HA SIDO REALIZADA CON LA AYUDA DEL MINISTERIO DE CIENCIA E INNOVACIÓN Y DEL FONDO EUROPEO DE DESARROLLO REGIONAL-FEDER (SEJ2007-67278) Y CON EL APOYO DE LA DIRECCIÓN XERAL DE ORDENACIÓN E CALIDADE DEL SISTEMA UNIVERSITARIO DE GALICIA, DE LA CONSELLERÍA DE EDUCACIÓN E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA-XUNTA DE GALICIA Y DEL FONDO SOCIAL EUROPEO.