



Universidad de la República
Facultad de Psicología

Trabajo final de grado
Proyecto de investigación

**Adolescencia y deporte: exploración sobre el síndrome de burnout
en deportistas juveniles del fútbol sanducero**

Florencia Patritti Moncecchi

Montevideo

Diciembre, 2022

Tutor: As. Mag. Flavia Vique Bonino

Revisor: Prof. Adj. Mag. Patricia Domínguez

Índice

Resumen	3
Fundamentación y antecedentes	4
Marco conceptual	7
Problema de investigación	13
Preguntas de investigación	14
Objetivos	14
Metodología	14
Cronograma de ejecución	16
Consideraciones éticas	17
Resultados esperados y plan de difusión	17
Referencias bibliográficas	18
Anexo	24

Resumen

El síndrome de burnout en el deporte, particularmente en el fútbol, ha ido adquiriendo relevancia en los últimos años debido a la alta visibilidad de las dificultades que han experimentado los futbolistas a lo largo de su carrera deportiva. Aspectos característicos del ámbito futbolístico pueden configurarse como factores estresores percibidos por el deportista, por ejemplo, la presión (propia y del entorno), la alta competitividad y el rendir al máximo. El fútbol juvenil no escapa a esta realidad y el pasaje del interior a la capital del país en conjunto con las transiciones propias de la etapa de la adolescencia, también se pueden configurar como posibles factores estresores que pueden contribuir al desarrollo del síndrome de burnout.

El estudio tiene como objetivo explorar la presencia de posibles indicadores del síndrome de burnout en deportistas juveniles, tomando como población a los jugadores de fútbol masculino de la selección juvenil sub 17 de Paysandú.

La metodología es de alcance exploratorio con un enfoque mixto y las herramientas para la recolección de datos son la adaptación española del cuestionario Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) para la medida del burnout en futbolistas y las entrevistas semidirigidas para conocer cómo los futbolistas perciben los factores estresores y qué estrategias de afrontamiento utilizan para contrarrestar los mismos.

Se espera poder aportar a una mayor comprensión sobre los indicadores del síndrome de burnout en jóvenes deportistas en nuestro país y así contribuir a posteriores investigaciones científicas cuyo interés sea profundizar en el tema.

Palabras Claves: Síndrome de burnout, estrategias de afrontamiento, fútbol, adolescencia y deporte.

Fundamentación y antecedentes

El síndrome de burnout ha sido estudiado durante décadas dentro de la psicología del deporte, manifestándose que cualquier deportista que practique su deporte con algún grado de competitividad puede desarrollar el síndrome, dejando en claro que no será el nivel de profesionalidad el determinante para su padecimiento o no, sino que éste se encuentra ligado a aspectos tales como el contexto deportivo, los factores generadores de estrés, como por ejemplo, la intensidad con la que vivencian las competencias sin importar cual sea el nivel deportivo de las mismas, la percepción que los deportistas tienen sobre la presión que ellos mismos se ejercen y a su vez la de algunos agentes externos (entrenador y/o familiares, entre otros) terminan convirtiéndose en variables que pueden contribuir a que el deportista sufra del síndrome de burnout (Garcés de los Fayos y Vives, 2002).

La alta competitividad que caracteriza al mundo del deporte actual contribuye al aumento de los niveles de estrés a los que están expuestos los deportistas, ya que la competencia no es solo para con el equipo contrario, sino que es contra el propio compañero de equipo puesto que se necesita cada vez más estar en el mejor acondicionamiento físico para rendir al máximo (Bernal, 2021). El estudio realizado por FIFA (2021) indica que el 50% de los futbolistas entre 16 y 20 años padecen estrés por la gran presión que experimentan al querer alcanzar el profesionalismo.

Es así que el presente trabajo tiene como objetivo explorar los posibles indicadores del síndrome de burnout en deportistas juveniles vinculándolo con aquellos factores estresores percibidos y con las estrategias de afrontamiento que disponen para afrontarlos. Para esto se tendrán en cuenta aquellos aspectos físicos, psíquicos y sociales que inciden en la vida del deportista, así como también, en el desarrollo óptimo de su deporte, aspectos que pueden afectar negativamente ocasionando muchas veces cierta desmotivación hacia la práctica y el posterior abandono de la misma como se expondrá a continuación.

Uno de los aspectos más relevantes en un deportista son las estrategias de afrontamiento con las que disponen para hacer frente a los obstáculos que se presentan en su carrera deportiva. En España, Chamorro, Torregrosa, Sánchez-Miguel, Sánchez-Oliva y Amado (2015) exploraron aquellas que ayudaron a jugadores y jugadoras de fútbol durante el proceso de transición de junior a élite, determinando que los mejores recursos dentro del ámbito deportivo para afrontar dicho cambio son, por un lado, contar con las cualidades deportivas y tener talento para el fútbol y seguir un estilo de vida saludable; y por otro lado, están los recursos que ofrecen los clubes con los que van a transitar el camino hacia el deporte de alto rendimiento. Es esencial tener en cuenta que los futbolistas sufren cambios que no están relacionados con el deporte sino con ámbitos de su vida personal y poder transitarlos en forma favorable contribuye a que el jugador se adapte con mayor facilidad al nivel de élite. De los

recursos que utilizan a nivel psicológico se encontró que las habilidades que más emplean son la confianza en sí mismo, la alta autoestima y el autohabla ya que les permite a través de pensamientos positivos resarcir los fallos, por lo que, el contar con una buena habilidad para utilizarlos influencia positivamente en su rendimiento. Favorecer el desarrollo de dichos recursos durante la formación del futbolista puede ser decisivo para que el jugador se adapte al fútbol de élite.

También toman para su comprensión el modelo holístico de desarrollo deportivo propuesto por Wylleman y Lavallee (2019) el cual, no contempla al jugador solo como deportista, sino que también como un sujeto con desarrollo psicológico, psicosocial y académico vocacional, siempre teniendo en cuenta que la transición principal ocurre a nivel deportivo.

En un estudio sobre los desafíos de transición al fútbol de élite de jugadores y jugadoras, Chamorro, Torregrosa, Sánchez Oliva y Amado (2016) observaron que los desafíos vivenciados se encuentran arraigados a dos categorías: por un lado, al fútbol dentro del campo, ligado a lo que es el deporte en sí, a su esencia; y por otro, al fútbol fuera del campo, relacionado a la estructura y concepción brindada por el entorno del fútbol. Los jugadores/as experimentan diferentes presiones que traen consigo consecuencias psicológicas. Dichas presiones se dividen en presiones externas y presiones internas ya que al alcanzar un nivel de élite los resultados obtenidos se convierten en la principal demanda tanto del propio jugador como de los clubes. Factores como la autoexigencia puede producir que los jugadores experimenten presión por lograr y demostrar un alto rendimiento desencadenando que desarrollen sintomatologías como el estrés, desembocando en sentimientos y pensamientos negativos (alto nivel de tensión, inseguridad, preocupación ante el error, frustración ante resultados no deseables y ansiedad somática y cognitiva) en torno a su deporte.

De Francisco, Arce, del Pilar Vílchez y Vales (2016) estudiaron el síndrome de burnout para observar la relación existente con la depresión y el estrés percibido por los deportistas. Para esto, partieron de la base de que el estrés es un factor que antecede al burnout y la depresión es una consecuencia (tanto del burnout como del estrés), comprobando que el estrés percibido es un causante, en su mayoría, del síndrome de burnout; afirmando entonces que a mayor nivel de estrés percibido mayor es la probabilidad de padecer dicho síndrome.

Por su parte García-Hernández, Garcés de los Fayos Ruiz, González Hernández y Ortín Montero (2020) investigaron sobre cómo incide la personalidad y la resiliencia en deportistas que padecen el síndrome de burnout. La muestra presentó niveles moderados en todas las dimensiones que el síndrome presenta y se comprobó que variables como el sexo, la modalidad del deporte que se practica (individual o grupal), si son o no federados y la cantidad de tiempo que le dedican al entrenamiento son factores relevantes para el desarrollo del síndrome.

En Latinoamérica, Villamizar (2012), realizó un estudio con el fin de valorar el síndrome de burnout en una muestra de 20 jugadores del fútbol profesional de Santander (Colombia) donde se observó que el agotamiento emocional está relacionado con aquellos futbolistas que presentan una cierta intensidad competitiva y que la misma puede deberse a factores tales como la presión externa ejercida para que los jugadores mejoren su rendimiento día a día. También, se vio que a medida que avanza la competencia, los jugadores pueden presentar una reducida sensación de logro derivando en la devaluación de la práctica deportiva, resultando así llamativa la relevancia del síndrome en la muestra a la que se le realizó el estudio.

En su investigación, Cabeza Ramos (2014) profundizó en los factores estresores comunes persistentes en los deportistas de alto rendimiento y en las estrategias de afrontamiento que más utilizaban para relacionar su influencia en el ámbito social y competitivo en una muestra de deportistas chilenos de alto rendimiento. Se observó que los factores estresores comunes eran de carácter externo dándole mayor relevancia al momento previo de cada competencia. Las estrategias de afrontamiento que más utilizan para contrarrestar dichos estresores apuntan a la resolución del problema en sí, empleando técnicas tales como la visualización de la situación competitiva y el sentimiento de seguridad que les brinda el entrenamiento precompetitivo.

Por su parte Díaz y Gutiérrez (2020) investigaron sobre la construcción del proyecto de vida de los jugadores de fútbol en la categoría juvenil encontrando como resultado que dicho proyecto se encuentra influenciado por su entorno, especialmente el familiar y por el club deportivo al que pertenece. A su vez, se evidenció que la mayoría de los encuestados aspiran al nivel deportivo profesional desde una temprana edad y una vez que pertenecen a un club deportivo sus metas están abocadas a la construcción de una carrera futbolística que les permita ganar títulos y reconocimiento dentro del ámbito. También aspiran a destacar en su juego para ser parte de selecciones a nivel local y nacional resaltando que, para alcanzar el profesionalismo, además de los sueños se necesitan de acciones concretas como el esforzarse al máximo y el autoexigirse más y más en cada entrenamiento con el fin de ser cada vez mejor para poder llegar a las grandes ligas.

En Uruguay específicamente, no se han encontrado estudios de burnout en jugadores de fútbol; en tanto, Tutte, Rache y Ortín (2014) indagaron sobre el burnout en judokas uruguayos vinculándolo con la resiliencia y el optimismo de estos deportistas. Para esto, tomaron a 45 deportistas, 9 mujeres y 36 hombres. Se pudo observar que si bien ninguno presentaba el síndrome de burnout si mostraban algún tipo de sintomatología vinculada al agotamiento físico-emocional y a una reducida realización personal y/o despersonalización. Se encontró entonces que un 41,5% de los deportistas encuestados presentaba algún síntoma de burnout.

Tutte Vallarino y Reche García (2016) realizaron un estudio sobre burnout, resiliencia y optimismo en el hockey sobre hierba femenino con el fin de establecer la relación entre los síntomas que el síndrome de burnout puede presentar con la resiliencia y el optimismo manifiestos en las jugadoras, teniendo en cuenta variables como la edad y la dedicación que emplean en la práctica deportiva, evaluando para ello a 130 deportistas. Se pudo observar que un 4,6% padecen burnout concentrándose el mayor porcentaje en un nivel de sintomatología moderada que llega a un 42,9%.

Hay factores que se consideran influyentes en la vida del deportista ya que repercuten directamente en él. Éstos pueden ser por ejemplo las presiones ejercidas desde agentes externos (familia, institución, sociedad, etc.), la presión que el mismo futbolista se ejerce para poder rendir al máximo, el estrés producido por dichas presiones desencadena otros problemas que terminan repercutiendo en su práctica deportiva, tanto fuera como dentro del campo de juego, así como también en su estado emocional, generando sentimientos de fracaso, frustración, sensación de agotamiento, entre otros (Garcés de Los Fayos y Vives, 2002). Si bien hay aspectos positivos que influyen en la vida del deportista, para este trabajo es imperioso hacer hincapié en aquellos que producen un impacto negativo, ya que son ellos los que pueden provocar que el jugador desarrolle indicadores del síndrome de burnout.

Marco conceptual

Practicar algún tipo de deporte supone un beneficio para la salud integral, ya que aporta a nivel físico y emocional, impactando positivamente en la vida de quienes se integran. Pero cuando el deporte ya no solo se concibe como algo recreativo, sino que se lo toma como una profesión o simplemente como un deporte con fines competitivos donde el grado de rendimiento juega un papel importante para lograr las metas, trae consigo factores que pueden alterar tanto el estado físico como el mental del deportista. Como se ha ido mencionando a lo largo del trabajo, estos factores pueden estar relacionados con el estrés, la motivación, la autoconfianza, las lesiones físicas, etc. y cuando el deportista no puede afrontar dichos factores de forma saludable puede contribuir al desarrollo del padecimiento del síndrome de burnout (entre otros).

Estrés

Guillen (2021) expresa que el estrés ha sido definido por la medicina como un estado en el cual se produce una tensión desmedida debido una acción que puede ser brusca o incesante para el organismo; mientras que, en las ciencias del deporte, el estrés se define como una demanda psíquica y/o física que es vivenciada por quien lo padece, como una carga que

termina derivando en una reacción específica de carácter defensivo con el fin de poder controlar la amenaza. Desde el punto de vista psicológico, Guillen (2001) toma a Rivolier (1999) quien menciona que el estrés es una agrupación de manifestaciones de carácter general que se presentan como respuesta ante una demanda del entorno abarcando también al psicosocial.

Lazarus y Folkman (1986) mencionan que Selye en 1936 introdujo el término estresor para hacer referencia a las demandas del ambiente y especificó que el estrés correspondía a un grupo genérico de reacciones orgánicas y de procesos que se producen como respuestas a los estresores. Es así entonces que definen al estrés psicológico como una relación particular que se establece entre el individuo y su entorno cuando sus recursos son evaluados en calidad de desbordantes o amenazantes poniendo en peligro su bienestar.

Por su parte Kent (2003) define al estrés competitivo como una reacción negativa a nivel emocional que un deportista manifiesta cuando siente amenazada su autoestima en una competición. Dicha amenaza corresponde al desequilibrio que se produce entre las demandas de la actuación durante una competición y cómo el deportista percibe su propia capacidad para abordar tales demandas de manera exitosa. Por último, el mismo autor menciona que el grado de estrés que el deportista experimenta estará directamente relacionado con la importancia que le otorgue a las consecuencias provenientes de los fracasos.

Estrategias de afrontamiento

Lazarus y Folkman (1986) definen el afrontamiento como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales que están en permanente cambio y que se desarrollan con el fin de manejar las demandas que provienen tanto del exterior como del interior, que terminan por exceder o desbordar los recursos con los que el individuo cuenta. Clasifican al afrontamiento en dos dimensiones funcionales: la primera dimensión es el afrontamiento orientado a la tarea (TOC) que refiere a las acciones cuya finalidad es cambiar o controlar alguno de los aspectos de una situación que es percibida como estresante. Entre sus estrategias específicas están el aumento del esfuerzo, la planificación y el análisis lógico. La segunda dimensión es el afrontamiento orientado a la emoción (EOC) y engloba aquellas acciones que se utilizan para poder modificar el significado de una situación estresante y para regular las emociones de connotación negativa. Las estrategias específicas que más se emplean en esta dimensión son el distanciamiento, el autocontrol, el aceptar la responsabilidad o el reevaluar positivamente la situación y la búsqueda de apoyo social (Lazarus y Folkman, 1984).

Márquez (2006) introduce el modelo de estrategias de afrontamiento en el deporte propuesto por Anshel (1990), el cual se basa en controlar las emociones (como la ansiedad) y bloquear aquellos mensajes que resultan amenazantes o desagradables y organizar la recepción de la

información que favorezca la planificación de respuestas que estimulen el incremento de una ejecución adecuada.

Cabe distinguir el afrontamiento del dominio sobre el entorno ya que no es posible dominar muchas fuentes que originan el estrés, por lo que, un afrontamiento eficaz puede incluir todo aquello que posibilite al sujeto a tolerar, minimizar, aceptar e inclusive ignorar lo que no es capaz de dominar. El estrés se manifiesta como respuesta al desequilibrio que se produce entre las demandas de la situación y la valoración que se hace sobre los recursos de afrontamiento. El afrontamiento requiere entonces de una respuesta personal por parte del deportista para poder enfrentar la reacción al estrés. Cuando el deportista se siente ansioso en una competencia trata de utilizar aquellos recursos personales de afrontamiento para intentar sobrellevar y reducir dicha ansiedad. Es relevante mencionar que los deportistas que cuentan con un adecuado desarrollo y entrenamiento de las destrezas de afrontamiento podrán controlar el estrés y las demandas requeridas del entrenamiento y la competencia con mayor eficacia (Cox, 2009).

Síndrome de burnout

El síndrome de burnout fue relacionado en una primera instancia en el ámbito laboral, Maslach y Jackson (1981) mencionan que dicho síndrome se caracteriza por un agotamiento emocional y que es frecuente entre aquellas personas que realizan algún tipo de trabajo que involucra el trato directo con los clientes, usuarios, etc. A su vez, expresan que una vez que comienzan a sentir el agotamiento emocional los trabajadores sienten que no son capaces de controlar sus recursos psicológicos afectando así su rendimiento. Otros aspectos del síndrome de burnout en el ambiente laboral que los autores destacan es el incremento de actitudes y sentimientos negativos para con los clientes (Maslach y Jackson, 1981) y también, suelen ser propensos a evaluar su productividad de forma negativa y más aún tienden a percibir de forma negativa la manera en la que tratan a los clientes provocando que manifiesten sentimientos de infelicidad y que no se sientan satisfechos con sus logros en lo laboral. El síndrome de burnout en el ámbito laboral está caracterizado por 3 dimensiones: agotamiento emocional el cual refiere a la percepción de una sobrecarga emocional y al agotamiento que el trabajar con otras personas genera; la despersonalización está vinculada a la forma insensible en la que se trata a las personas que reciben el servicio o la atención que la persona brinda; y la reducida sensación de logros personal está relacionado con una disminución en las sensaciones de éxito y buen rendimiento en las tareas a desempeñar en el área de trabajo (Maslach y Jackson, 1984).

Síndrome de burnout en el deporte.

Para los deportistas lo más importante a la hora de practicar su deporte es el esfuerzo y el desempeño con el que lo hacen, por lo tanto, las dimensiones del burnout deberían de estar enmarcadas en relación al rendimiento deportivo (Raedeke, 1997). De las tres dimensiones que Maslach y Jackson (1984) establecen para el burnout en el ámbito laboral la despersonalización no resulta aplicable (o no tan aplicable) para los deportistas. Es por esto entonces que se propone sustituirlo por la categoría devaluación de la actividad deportiva ya que se ajusta mejor a los estándares del deporte, pues hablar de despersonalización en el ámbito deportivo supone una connotación negativa para los deportistas.

Coakley (1992) introdujo al burnout en los jóvenes deportistas como un problema social y no tanto como una consecuencia por el estrés crónico. Con esto se intenta conceptualizar al burnout como una cuestión directamente relacionada al orden de lo social más que al fracaso individual que el deportista puede llegar a experimentar; haciendo foco en estrategias de intervención que estén más vinculadas con aspectos que tienen que ver en cómo se organizan y estructuran los programas deportivos, cómo se generan los vínculos y relaciones sociales en el entrenamiento y en la competición de alto rendimiento y cuáles son aquellas experiencias de vida que posibilita el desarrollo fortuito de la práctica de los jóvenes deportistas.

Profundizando un poco más en las dimensiones del burnout en el deporte, Cantú, López, Castillo, Ponce, Álvarez, y Marco (2015) indican que la categoría agotamiento físico-emocional presenta características tales como el cansancio derivado de la propia práctica deportiva, las demandas físicas y mentales; y un sentido fastidio hacia el deporte practicado. En cuanto a la categoría reducida sensación de logro, ésta engloba aspectos vinculados a cómo el deportista percibe sus logros deportivos, es decir, si tienen éxito o no en las metas que se imponen y la relevancia que le dan a las mismas. Por último, en la categoría devaluación de la práctica deportiva está relacionada con los sentimientos y emociones negativas que se desarrollan por el deporte desencadenando en una falta (casi nula) de interés que termina por afectar su desempeño deportivo. Es así entonces que el deportista deja de preocuparse por el deporte en sí y su desempeño en él debido a la pérdida de interés y la falta de deseo de continuar con su práctica.

Adolescencia

Hablar sobre adolescencia supone realizar una reflexión acerca de cómo cada individuo la transita de manera única y diferente. Lillo (2004) define a la adolescencia como una etapa de especial desarrollo y crecimiento en la vida de cada sujeto y la delimita como la fase de

transición del estadio infantil hacia el adulto, caracterizándola así, como una etapa decisiva donde se construye la identidad de cada individuo que se verá reflejada en su persona adulta. Por su parte Krauskopf (1999) expresa que la adolescencia es una etapa en la cual se replantea la definición tanto personal como social ya que se produce una segunda individuación que estimula los procesos de exploración, la separación y diferenciación del núcleo familiar para la búsqueda del sentido de pertenencia con sus pares y el significado de la vida. Siguiendo esta misma línea, Amigó (2004) expone a la adolescencia como un proceso psicológico y psicosocial que está vinculado a la pubertad y al desarrollo físico, social y emocional y no solo a una etapa de la vida.

El deporte en la adolescencia.

En cuanto a la práctica deportiva en la adolescencia, Barangé (2004) sostiene que es vivenciada como una de las actividades que más relevancia tiene en sus vidas y que es en este período donde la motivación por ganar cobra mayor relevancia, puesto que, el obtener la victoria significa tener habilidades superiores sobre los rivales, lo que les permite experimentar sentimientos de reconocimiento y autoafirmación.

Otra característica que Barangé (2004) propone sobre la actividad deportiva en la adolescencia está relacionada en cómo se vivencia la actividad más enfocada en los objetivos y en alcanzar las metas fijadas, remarcando entonces, que el adolescente ya posee un buen desarrollo intelectual y emocional que le permite ser consciente de sus capacidades deportivas, es decir, que a esta edad, el deportista es capaz de valorar su nivel de rendimiento (si es medio, alto o bajo) en comparación con sus compañeros y también puede diferenciar los objetivos reales a los que puede aspirar de aquellos que son más difíciles de alcanzar. Es debido a esto entonces, que, a medida que el adolescente va creciendo y se va volviendo más consciente de sus habilidades deportivas va a realizar elecciones, tanto del tipo de entrenamiento a efectuar como del tipo de competición a la cual participar, que se ajusten a sus capacidades y objetivos y sobre esto dependerá si son orientadas con un fin más competitivo, más recreativo o incluso hacia el deporte de élite, o sea, de alto rendimiento.

Torregrossa, Chamorro, Prato y Ramis (2020), tomando el modelo de Wylleman y Lavallee (2019), mencionan que la carrera deportiva se compone por varias etapas: iniciación, desarrollo, maestría y discontinuación; y también por transiciones normativas tales como la transición de junior a senior (entre el desarrollo y la maestría) y la retirada (entre la maestría y la discontinuación).

Schlossberg (1981) define a la transición como un evento o no-evento que supone un cambio en la percepción de uno mismo y del mundo, teniendo como consecuencia una transformación

en la forma de comportarse y relacionarse. Las transiciones normativas se caracterizan por ser una transición que ocurre por norma en la carrera deportiva y por lo tanto facilita su predictibilidad (Brown, Webb, Robinson, y Cotgreave, 2019). También existen las llamadas transiciones no normativas que engloban aquellos aspectos que no están vinculados con el ejercicio de la práctica de las etapas de la carrera deportiva, pero pueden ocurrir a nivel deportivo o en cualquier otro nivel siendo menos predecibles. Este tipo de transiciones se caracterizan por ser un evento o no evento que interviene en la vida del sujeto transformando su forma de comportarse y relacionarse con el entorno. El tener que cambiar de club y migrar hacia otro lugar lejos de la familia supone una transición no normativa (Stambulova, Ryba y Henriksen, 2020).

Además, surge la categoría cuasi-normativa como crítica a la dicotomía de la clasificación normativa-no normativa refiriendo a aquellas transiciones predecibles que permiten preparar al deportista para que afronte las mismas de la mejor manera posible (Schinke, Stambulova, Trepanier, y Oghene, 2015).

Contextualización del fútbol uruguayo en el interior del país

El fútbol tiene un gran valor identitario para la sociedad uruguaya y a decir de Arocena, Cristiano, Domínguez, Paternain y Traverso (2018) sin el fútbol la República Oriental del Uruguay no sería la misma ya que se le otorga al fútbol uruguayo la significancia de nuestra razón de ser y de existir en el mundo. Más allá de que el fútbol nos ha abierto las puertas al mercado global, para los uruguayos trasciende lo deportivo y se vivencia con tal pasión que se ha convertido en una parte muy importante en nuestra cultura. Uno de los aspectos que impactan en los futbolistas es el fervor con el que los fanáticos espectadores de este deporte viven el fútbol en Uruguay.

Fútbol amateur.

Según los artículos 23 y 24 de la ley N°19828 denominada Régimen de fomento y protección del sistema deportivo (2019) diferencia al deportista profesional del deportista amateur aludiendo que el primero refiere a todo individuo que desarrolla actividades deportivas habitualmente y recibe una remuneración por ello a cambio, y también que la misma debe superar los gastos que el deportista realiza para poder llevar a cabo dicha actividad deportiva; mientras que el segundo se caracteriza por practicar cualquier deporte por placer y/o por satisfacción personal, y que puede ser también con el fin de mejorar su salud tanto física como mental o por simples cometidos sociales sin recibir ningún tipo de remuneración a cambio o compensación alguna.

Selección juvenil de fútbol de Paysandú.

El campeonato de selecciones juveniles que disputa la selección de Paysandú está regido por la Organización del Fútbol del Interior (OFI) teniendo jurisdicción en los 18 departamentos que comprenden el interior. Una institución que se caracteriza por ser una Asociación Civil sin fines de lucro cuyo interés es promover el progreso y el desarrollo del fútbol en el interior del país. Es una de las instituciones deportivas más grande del país contando con casi 600 clubes afiliados mediante 61 Ligas, las cuales se agrupan en cuatro confederaciones, siendo más de 100.000 los jugadores fichados de los cuales unos 30.000 aproximadamente son jóvenes menores de 18 años. El fútbol sanducero es regido y organizado por la Liga Departamental de Fútbol de Paysandú nucleando a 30 cuadros con sus categorías inferiores. (Organización del Fútbol del Interior [OFI], 2022, sp.)

Una de las características del fútbol en el Uruguay reside en la necesidad de migrar hacia la capital del país, y en otros casos hacia el extranjero, para aquellos futbolistas del interior que desean continuar con su formación deportiva y pasar del fútbol amateur al profesional. La migración deportiva está marcada por factores, entre ellos, la presión que pueden experimentar por su entorno y por sí mismos para llegar al profesionalismo ya que las migraciones de los futbolistas se dan cada vez a más temprana edad y la categoría sub 17 puede significarles la última oportunidad de alcanzar el profesionalismo. También está relacionado con aspectos geográficos, culturales, políticos y sociales que de alguna u otra manera movilizan emociones en el jugador repercutiendo en su rendimiento (Maguire, 2007).

Problema de investigación

Si bien el estudio sobre el síndrome de Burnout ha tomado relevancia en los últimos años, en el Uruguay todavía no se ha realizado un análisis más profundo sobre dicho tema, sobre todo en los deportistas juveniles que se encuentran practicando fútbol. Y en el último tiempo se han hecho cada vez más visibles factores como el cansancio, la presión y la máxima exigencia para rendir en los futbolistas y como esto puede desencadenar en el padecimiento de diferentes sintomatologías, entre ellas el síndrome de burnout. En base a los antecedentes planteados y a datos como los brindados por FIFA (2021) es que surge el interés por explorar los posibles indicadores del síndrome de burnout en los deportistas, específicamente en la selección masculina juvenil sub 17 de fútbol de Paysandú, teniendo en cuenta aquellos aspectos, tanto del entorno como del propio individuo, que el deportista percibe como factor estresor y las estrategias de afrontamiento que utilizan para sortear los obstáculos que se les presentan dentro del ámbito deportivo.

Resulta interesante indagar qué sucede en el período donde los jugadores se encuentran con la posible última oportunidad por alcanzar el profesionalismo en la capital del país y posicionando, al tránsito por la adolescencia, como una etapa caracterizada por cambios tanto a nivel físico como a nivel emocional que contribuye a que el deportista atraviese por transiciones, tanto normativas como no normativas, que pueden configurarse como un factor estresor que afecta al jugador y condiciona su rendimiento deportivo, habilitando así, el posible padecimiento del síndrome de burnout.

Preguntas de investigación

1. ¿Qué factores estresores perciben los adolescentes que practican fútbol?
2. ¿Qué estrategias de afrontamiento identifican estos jóvenes para contrarrestar esos factores estresores?
3. ¿Hay jugadores que presentan sintomatologías relacionadas al síndrome de burnout?

Objetivos

General:

Explorar sobre la presencia de posibles indicadores del síndrome de burnout en los jugadores de fútbol masculino de la selección juvenil sub 17 de Paysandú.

Específicos:

- 1- Identificar posibles factores estresores que son percibidos por los adolescentes que practican fútbol.
- 2- Indagar si la posible transición al profesionalismo es percibida como un factor estresor.
- 3- Explorar cuáles son las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los jugadores ante los factores estresores percibidos.

Metodología

Diseño

Debido a la poca información sobre el síndrome de burnout en futbolistas juveniles y en base a los objetivos planteados es que se optó por realizar un estudio con un diseño exploratorio (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). Se trata de una investigación con un enfoque mixto ya que se pretende a través de métodos cuantitativos y cualitativos abordar de forma más completa el fenómeno a estudiar al combinar sus estructuras y procedimientos (Chen, 2006)

puesto que, se busca mediante las narrativas de los entrevistados darles un mayor significado a los números recabados por el cuestionario empleado (Hernández, 2014).

Población

Se trabajará con los jugadores pertenecientes a la selección de fútbol masculina sub 17 de Paysandú. Se realizará el contacto a través de la liga de fútbol departamental y del cuerpo técnico de la selección. La recolección de datos se hará durante la etapa preparatoria, que es de pre competencia, una vez que estén convocados a integrar la selección, de manera que no intervenga con el período de competencia. La muestra está compuesta por la selección sub 17 por considerarse una etapa clave en la transición a continuar la formación en equipos profesionales y el criterio de inclusión es que sean de dicha categoría excluyendo a aquellos jugadores de categorías inferiores que sean citados a integrar la misma. Se evaluará a todo el grupo que cumpla con las condiciones estipuladas una vez definido el plantel.

Herramientas

Cuestionario.

Se aplicará la adaptación española del cuestionario Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) para la medida del burnout en futbolistas (Anexo 1), el cual consta con una modificación del cuestionario preliminar de 15 ítems propuesto por De Francisco (2007). El que se aplicará en este proyecto contiene 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) para la medición de las tres dimensiones: agotamiento físico/emocional, reducida sensación de logro y devaluación de la práctica deportiva, añadiendo 2 ítems a cada dimensión (Arce, De Francisco, Andrade, Arce y Raedeke, 2010) para recabar los datos cuantitativos que permitan determinar si hay indicadores del síndrome de burnout. El cuestionario será aplicado a todos los jugadores de la selección que cumplan con el criterio de inclusión ya que no justifica tomar una muestra para la cantidad de deportistas que la integren.

Entrevistas.

Se realizarán entrevistas semidirigidas como método de recolección de datos cualitativo, con el objetivo de profundizar en las dimensiones exploradas a través del cuestionario mediante una guía de preguntas donde el entrevistador tiene total libertad para introducir adicionales (de ser necesario) que permita enriquecer la investigación (Hernández, Fernández y Baptista, 2014) y así poder conocer a través de las narrativas de los futbolistas qué factores estresores

perciben, si la posible transición al profesionalismo es vista como uno de ellos y qué estrategias de afrontamiento cuentan para contrarrestar los mismos. Al no ser el Athlete Burnout Questionnaire un cuestionario estandarizado para la población de Uruguay, las entrevistas permiten corroborar datos explorados en el mismo.

Se recurrirá a la grabación de las entrevistas para un posterior análisis más adecuado y exacto. Los entrevistados serán seleccionados en forma aleatoria y el número de entrevistas a realizar será siguiendo criterios de saturación teórica.

Análisis de datos

Una vez recabada la información se procederá al análisis de los resultados. En el caso de las entrevistas se realizará análisis de contenido puesto que permite analizar los procesos de comunicación que se dan en un determinado contexto (Hernández, Fernández, Baptista y Casas, 1997); en este caso poder identificar los factores estresores y los tipos de afrontamientos que utilizan. Para el cuestionario se aplicará el análisis estadístico con el programa SPSS (Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales).

Cronograma de ejecución

Mes/Actividad	1	2	3	4	5	6
Actualización de antecedentes.						
Elaboración de pautas de cuestionario y entrevistas. Coordinación con los participantes.						
Prueba piloto de cuestionario y entrevistas.						
Aplicación del cuestionario.						
Realización de las entrevistas.						
Análisis de datos.						
Elaboración del informe final.						
Publicación de los resultados finales.						

Consideraciones éticas

Se solicitará la aprobación del proyecto por parte del Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Psicología de la UdelaR. Se trabajará conforme a lo establecido en el decreto N° 379/008 para investigación en Seres Humanos, explicitando que quienes participen lo harán de forma libre, voluntaria y anónima durante la realización de todo el proyecto. Se les informará a través de una Hoja de Información (Anexo 2) sobre el tema de estudio, los objetivos de la investigación, los beneficios, los posibles riesgos, la metodología para llevarlo a cabo y su duración, manifestando el derecho a abandonar el proyecto cuando así lo deseen en cualquiera de las etapas de recolección de datos, sin ser perjudicados por esa decisión, así como también, la total libertad de negarse a participar. Se les solicitará la firma del asentimiento informado a los jugadores (Anexo 3) y la autorización para grabar las entrevistas que se efectúen, también, se requerirá el consentimiento informado a los adultos referentes (Anexo 4). Ni los participantes ni los adultos responsables obtendrán ningún beneficio por su participación en el estudio; salvo los beneficios que se deriven de la implementación de estrategias a partir de los resultados que la investigación pueda brindar.

Por último, destacar que el asentimiento informado firmado por los participantes permite que la información y los datos recabados sean utilizados en la investigación, garantizando su confidencialidad al cambiar los nombres de los participantes por códigos en el cuestionario y en las entrevistas pudiendo sólo la investigadora relacionar ambos, remarcando el uso de los mismos solo con fines académicos.

Resultados esperados y plan de difusión

Esta investigación tiene como finalidad contribuir a la visibilización de los indicadores del síndrome de burnout en jóvenes deportistas, así como también, de aquellos factores psicosociales que pueden suponer una causa para el desarrollo del mismo. Se intenta brindar conocimiento sobre una temática poco estudiada hasta el momento que puede ser vital para ayudar a que el deportista opte por continuar con su carrera futbolística y no por la deserción de la práctica deportiva. En cuanto al plan de difusión, se espera realizar un aporte al desarrollo científico de la psicología del deporte de nuestro país. Una vez finalizado el estudio los participantes tendrán acceso a los resultados obtenidos y se elaborará un informe para entregar a las instituciones involucradas como OFI, Liga de Fútbol de Paysandú y los clubes sanduceros. Por último, mencionar que este proyecto tiene como limitación el abordaje sólo desde la perspectiva del jugador que si bien es el foco de estudio sería relevante integrar a otros actores que constituyen el entorno del deportista, estos son la familia, amigos, entrenadores, dirigentes, lo que pueden ser aportes para pensar futuras investigaciones.

Referencias bibliográficas

- Amigó, E.; Barangé, J.; Durá, J.; Gallardet, J.; Ibañez, M.; González, J.; Albert, S.; Puig, J.; Casasa, J. (2004). *Adolescencia y deporte*. INDE publicaciones. Recuperado de: https://books.google.com.uy/books?hl=es&lr=&id=ZfIYMObxwlcC&oi=fnd&pg=PA5&dq=adolescencia+y+deporte+pdf&ots=ya9bnzG_T0&sig=_6plow8Bi2xP-eRGSHNRscUeWsM#v=onepage&q&f=false
- Arce, C., De Francisco, C., Andrade, E., Arce, I y Raedeke, T. (2010). Adaptación española del Ahtlete Burnout Questionnaire (ABQ) para la medida del burnout en futbolistas. *Psicothema*, 22(2), 250-255. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72712496012>
- Arocena, F., Cristiano, J., Domínguez, P., Paternain, R. y Traverso, D. (2018). *¿Qué significa el fútbol en la sociedad uruguaya? Resumen ejecutivo y conclusiones finales*. Recuperado de: <https://www.auf.org.uy/se-presento-el-libro-que-significa-el-futbolpara-la-sociedad-uruguaya/>
- Bernal, J. (2021). Del pesimismo analítico a la tipología del deporte moderno como objeto de estudio. *ComHumanitas: Revista Científica De Comunicación*, 12(2), 24-33. Recuperado de: <https://www.comhumanitas.org/index.php/comhumanitas/article/view/314/282>
- Brown, C.J., Webb, T.L., Robinson, M.A., & Cotgreave, R. (2019). Athletes' retirement from elite sport: A qualitative study of parents and partners' experiences. *Psychology of Sport and Exercise*, 40, 51–60. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.09.005>
- Cabeza Ramos, K. (2014). Factores estresores comunes en deportistas chilenos de alto rendimiento y sus respectivas estrategias de afrontamiento. *LIMINALES. Escritos sobre psicología y sociedad*. 1(5), 97-123. Recuperado de: <https://revistafacso.ucecentral.cl/index.php/liminales/article/view/243/234>
- Chamorro, J., Torregrosa, M., Sánchez Oliva, D. y Amado, D. (2016). El fútbol dentro del campo y fuera de él: Desafíos en la transición a la élite. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1),81-89. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235143645011>

- Chamorro, J.L., Torregrosa, M., Sánchez-Miguel, P., Sánchez Oliva, D. y Amado, D. (2015). Desafíos en la transición a la élite del fútbol: recursos de afrontamiento en chicos y chicas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 10(1), 113-119. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311132628014>
- Chen, H. (2006). A theory-driven evaluation perspective on mixed methods research. *RESEARCH IN THE SCHOOLS Mid-South Educational Research Association*. 13. 75-83.
- Coakley, J. (1992). Burnout among adolescent athletes: A personal failure or social problem. *Sociology of Sport Journal*, 9, 271-285. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/306054067_Burnout_among_Adolescent_Athletes_A_Personal_Failure_or_Social_Problem
- Cox, R. H. (2009). Psicología del deporte: *Conceptos y sus aplicaciones (6th ed.)*. Madrid: Editorial Médica Panamericana. Recuperado de: <https://books.google.com.pe/books?id=Kd-gACAIW0IC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- De Francisco, C., Arce, C., Vílchez, M., & Vales, Á. (2016). Antecedents and consequences of burnout in athletes: Perceived stress and depression. *International journal of clinical and health psychology: IJCHP*, 16(3), 239–246. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2016.04.001>
- Díaz Rico, M. E., y Gutiérrez Rada, L. V. (2021). Construcción del Proyecto de Vida de Jugadores de Fútbol categoría juvenil. Un estudio de caso. *Pensamiento Psicológico*, 19, 1-27. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPS119.cpvj>
- FIFA. (2021). Incrementar la competitividad mundial. Análisis del ecosistema de desarrollo de talento. *Editado en Suiza*. Recuperado de: <https://digitalhub.fifa.com/m/7c4a5d48faa32edf/original/Incrementar-la-competitividad-mundial-Un-analisis-del-ecosistema-de-desarrollo-del-talento.pdf>
- Garcés de Los Fayos, E., y Vives, L. (2002). Variables motivacionales y emocionales implicadas en el síndrome de burnout en el contexto deportivo. *Revista electrónica*

de motivación y emoción, 5(11-12). Recuperado de:
<http://reme.uji.es/articulos/agarce2110312102/texto.html>

García-Hernández, M., Garcés de los Fayos Ruiz, E., González Hernández, J., & Ortín Montero, F. (2020). Incidencia de la personalidad y resiliencia en la aparición del burnout en una muestra de deportistas españoles. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 9(2), 95–102.
<https://doi.org/10.6018/sportk.431181>

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

Guillen, F. (2001). Problema Emergente en el Deporte Competitivo Infantil: el estrés de los jóvenes deportistas. *Kinesis*, 31, 22-34. Recuperado de:
https://personales.ulpgc.es/fguillen.dps/docs/El_estres_de_los_jovenes_deportistas.pdf

Hernández, R.; Fernández, C.; Baptista, P. y Casas, M. (1997). *Metodología de la investigación*. 2ª ed. México: Mc Graw Hill. Recuperado de:
https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-la-Investigaci%C3%83%C2%B3n_Sampieri.pdf

Hernández Sampieri, R. (2014). *Ampliación y Fundamentación de los Métodos Mixtos*. En: Hernández Sampieri, R., Fernández Collado C., y Baptista Lucio, P. (Ed.), *Metodología de la investigación* 6ª edición Centro de recursos en línea. México: McGraw-Hill.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado C., y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. 6ª ed. México: McGraw-Hill. Recuperado de:
<https://academia.utp.edu.co/grupobasicoclinicayaplicadas/files/2013/06/Metodolog%C3%ADa-de-la-Investigaci%C3%B3n.pdf>

Krauskopof, D. (1999). El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios. *Adolescencia y Salud*, 1 (2), 23-31. Recuperado de
http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-41851999000200004&lng=en&tlng=es.

- Kent, M (2003). *Diccionario de Oxford de medicina y ciencias del deporte*. Barcelona: Paidotribo. Recuperado de:
https://books.google.com.mx/books?id=O7hn1Z_oJd0C&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). Coping and adaptation. W. D. Gentry (Ed.), *The handbook of behavioral medicine*, Nueva York: Guilford. 282-325.
- Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca. Recuperado de:
<https://ftp.isdi.co.cu/Docencia/Pregrado/Dise%C3%B1o.de.Comunicaci%C3%B3n.Visual/2do.A%C3%B1o/1er.Semestre/05%20Psicolog%C3%ADa/Bibliograf%C3%ADa/4.%20Procesos%20Afectivos/BIBLIOGRAF%C3%8DA/Relaci%C3%B3n%20P.%20Afectivos%20y%20P%20Cognitivos-Estr%C3%A9s%20y%20Procesos%20Cognitivos-Richard%20Lazarus.pdf>
- Lillo Espinosa, José Luis. (2004). Crecimiento y comportamiento en la adolescencia. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, (90), 57-71. Recuperado de:
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352004000200005&lng=es&tlng=es.
- Márquez, Sara (2006). Estrategias de afrontamiento del estrés en el ámbito deportivo: fundamentos teóricos e instrumentos de evaluación. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 6 (2), 359-378. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33760209>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). MBI: Maslach burnout inventory. manual. *Palo Alto, CA: University of California, Consulting Psychologists Press*.
- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1984). *Burnout organizational settings*. En S. Oskamp (Ed.), *Applied Social Psychology Annual*, 5. Beverly Hills, CA: Sage. Recuperado de:
<https://smlr.rutgers.edu/sites/default/files/Documents/Faculty-Staff-Docs/BurnoutinOrganizationalSettings.pdf>

Maguire, J. (2007). Política o ética. Deporte, globalización, migración y políticas nacionales. Educación Física y Deportes. *Revista Digital*. Buenos Aires.

OFI (1 de marzo de 2022). Información institucional, fines y cometidos. *Organización de Fútbol del Interior. La mayor red deportiva del país*. Recuperado de:
<https://www.ofi.org.uy/news/index.php/institucional>

Pedrosa, I., & García-Cueto, E. (2014). Estudio del síndrome de burnout en deportistas: prevalencia y relación con el esquema corporal. *Universitas Psychologica*, 13(1), 135–143. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-1.esbd>

Torregrossa, M., Chamorro, J. L., Prato, L., & Ramis, Y. (2020). Grupos, Entornos y Carrera Deportiva. En T. García-Calvo, F. M. Leo, & E. Cervelló (Eds.), *Dirección de Equipos Deportivos*. Valencia: Tirant Lo Blanc.

Garcés de los Fayos Ruiz, E., y Tutte Vallerino, V. (2010). Burnout en Iberoamérica: líneas de investigación. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 10(1),47-55. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=227014930004>

Tutte Vallarino, V., y Reche García, C. (2016). Burnout, resiliencia y optimismo en el hockey hierba femenino. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16 (3), 73-78. Recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232016000300008&lng=es&tlng=es.

Raedeke, T. D. (1997). Is Athlete Burnout More than Stress? A Sport Commitment Perspective. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 19, 396-417.

Reche García, C., Tutte Vallarino, V., y Ortín Montero, F. (2014). Resiliencia, optimismo y burnout en judokas de competición uruguayos. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9(2),267-279. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311131093011>

Schinke, R. J., Stambulova, N. B., Trepanier, D., & Oghene, O. (2015). Psychological support for the Canadian Olympic Boxing Team in meta-transitions through the National Team Program. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(1), 74–89. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2014.959982>

- Schlossberg, N. K. (1981). A Model for Analyzing Human Adaptation to Transition. *The Counseling Psychologist*, 9(2), 2–18. <https://doi.org/10.1177/001100008100900202>
- Stambulova, N., Ryba, T. & Kristoffer Henriksen (2020): Career development and transitions of athletes: the International Society of Sport Psychology Position Stand Revisited, *International Journal of Sport and Exercise Psychology*.
<https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1737836>
- Uruguay (2019, setiembre 26). Ley N° 19828. Régimen de fomento y protección del sistema deportivo. Recuperado de: <https://www.impo.com.uy/bases/leyes/19828-2019>
- Villamizar, J.A. (2012). Valoración del síndrome de burnout en una muestra de jugadores profesionales de Santander. *Actividad física y desarrollo humano*, 4.
- Wylleman, P. & Lavallee, D. (2019). A developmental and holistic perspective on transiting out of elite sport. *Sport psychology*. American Psychological Association. In M. H. Anshel, T. A. Petrie, & J. A. Steinfeldt (Eds.), *APA handbook of sport and exercise psychology*, Vol. 1, 201–216. <https://doi.org/10.1037/0000123-011>

Anexo

1) Adaptación española del cuestionario Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) para la medida del burnout en futbolistas

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

*Enunciados alternativos

2) Hoja de información

Adolescencia y deporte: exploración sobre el síndrome de burnout en deportistas juveniles del fútbol sanducero.

Florencia Patrìtti Moncecchi- Estudiante de Psicología

El presente estudio tiene como objetivo explorar aquellos factores estresores que pueden contribuir al desarrollo de posibles indicadores del síndrome de burnout en jugadores (masculino) de fútbol de la selección juvenil de Paysandú y qué estrategias de afrontamiento utilizan para contrarrestarlo. Para ello se necesita de la participación de los jugadores que hayan sido seleccionados para integrar el plantel de la categoría sub 17 de la selección de Paysandú.

La participación es voluntaria resguardando siempre el anonimato de los jugadores sustituyendo los datos de las personas por códigos numéricos o letras y preservando su dignidad en todo momento. Se debe dejar claro que el entrevistado tiene total libertad de abandonar el estudio en el momento que así lo considere oportuno y que el mismo es sin fines de lucro.

Se procederá en una primera instancia a completar el formulario ABQ y una segunda instancia para la realización de las entrevistas con una duración de 30-45 minutos aproximadamente recurriéndose a la grabación de las entrevistas.

Por último, se deja constancia que la información recabada será utilizada respetando el criterio de confidencialidad siendo su único objetivo el contribuir a la realización de dicho estudio. Una vez finalizado el mismo, los participantes y las instituciones correspondientes tendrán acceso a los resultados finales de la investigación.

Por cualquier consulta sobre la investigación puede contactarse con la estudiante a cargo Florencia Patrìtti a través del celular 099839566 o vía mail f.patrìtti97@gmail.com. También, se encuentra a disposición la tutora responsable Flavia Vique mediante el mail fvique@psico.edu.uy

3) Asentimiento informado para el participante

Al firmar este documento, yo _____ cédula de identidad _____ el día de hoy _____ doy mi consentimiento para participar del estudio "Adolescencia y deporte: exploración sobre el síndrome de burnout en deportistas juveniles del fútbol sanducero" a cargo de la estudiante de Psicología de la UdelaR Florencia Patrìtti.

Comprendo que fui escogido para participar de este proyecto de investigación por pertenecer a la Selección de fútbol sub 17 de Paysandú con el fin de indagar sobre los indicadores del síndrome de burnout en el deporte.

Se deja constancia que dicha participación es de forma voluntaria, no remunerada y confidencial, resguardando la integridad y dignidad del participante, pudiendo abandonar el mismo en cualquier momento. Los datos recabados serán utilizados de forma anónima y exclusivamente con fines académicos teniendo acceso a los resultados finales, tanto el participante como las instituciones que correspondan, una vez finalizado el estudio.

Firma del Participante:

Firma del Investigador:

4) Consentimiento informado para padre/madre o tutor

Al firmar este documento, yo _____ cédula de identidad _____ el día de hoy _____ doy mi consentimiento para que el deportista _____ cédula de identidad _____ participe del estudio “Adolescencia y deporte: exploración sobre el síndrome de burnout en deportistas juveniles del fútbol sanducero” a cargo de la estudiante de Psicología de la UdelaR Florencia Patrilli. Su elección para participar en este proyecto se debe a su pertenencia a la selección sub 17 de Paysandú con el fin de indagar sobre los indicadores del síndrome de burnout en esa población en particular. Dicha participación es de forma voluntaria, no remunerada y confidencial, resguardando la integridad y dignidad del participante, pudiendo abandonar el mismo en cualquier momento. Los datos recabados serán utilizados de forma anónima y exclusivamente con fines académicos.

Firma Padre/Madre o Tutor:

Firma del Investigador:
