

**Cita: Ocaña, P., De Francisco, C. y Scurtu-Tura, M. C. (2024). ¿Tienen burnout los jugadores de voleibol? Un estudio exploratorio en Andalucía. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 24(2), 72-88**

## ¿Tienen burnout los jugadores de voleibol? Un estudio exploratorio en Andalucía

**Do volleyball players have burnout? An exploratory study in Andalusia**

**Os jogadores de voleibol apresentam burnout? Um estudo exploratório na Andalusia**

Ocaña, Pablo<sup>1</sup>, De Francisco, Cristina<sup>1</sup>, Scurtu-Tura, M. Claudia<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>*Universidad de Sevilla*

### RESUMEN

El síndrome de burnout en deportistas puede conllevar el abandono de la práctica deportiva en aquellos que lo padecen. En España entre el 1 y 5 % de los deportistas lo sufren, aunque en concreto con jugadores de voleibol, su prevalencia se desconoce. Por ello, el objetivo de este estudio fue analizar la prevalencia del síndrome de burnout en jugadores de voleibol, tanto a nivel general, como en relación con algunas variables sociodeportivas: género, categoría generacional, nivel competitivo, posición de juego, volumen de horas de juego, número de años de práctica y padecimiento o no del Covid-19. Participaron 309 jugadores de diferentes clubes de Andalucía, de los cuales 158 eran varones (51%) y 151 mujeres (49%), con edades entre 18 y 62 años ( $M = 23.65$  años;  $DT = 7.27$ ). Utilizando la versión reducida del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) se halló una prevalencia total de burnout de 3.9%. A nivel global, las puntuaciones en burnout varían en función del número de años de práctica. Según sus dimensiones, el agotamiento físico y emocional está influido por el volumen de entrenamiento y el haber padecido Covid-19 y devaluación de la práctica deportiva por la posición de juego y los años de práctica.

**Palabras clave:** Burnout, voleibol, ABQ, prevalencia, variables sociodeportivas.

### ABSTRACT

Burnout syndrome in athletes deteriorates their quality of life and can even lead to the abandonment of sports practice in those who suffer from it. In Spain, between 1 and 5% of athletes suffer from it, although in volleyball players in particular, its prevalence is unknown. The aim of this study was to analyse the prevalence of burnout syndrome in volleyball players, both at a general level and in relation to some socio-sporting variables: gender, generational category, competitive level, playing position, number of hours of play, number of years of practice, generation to which they belong, and whether they suffer from Covid-19. A total of 309 players from different clubs in Andalusia participated, 158 males (51%) and 151 females (49%), aged between 18 and 62 years ( $M = 23.65$  years;  $SD = 7.27$ ). Through the reduced version of the Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) a total burnout prevalence of 3.9% was found. Overall, burnout scores vary according to the number of years of practice.

According to its dimensions, physical and emotional exhaustion is influenced by the volume of training and having suffered from Covid-19 and sport devaluation due to playing position and years of practice.

**Keywords:** Burnout, volleyball, ABQ, prevalence, social sport variables.

## RESUMO

A síndrome de burnout em atletas prejudica sua qualidade de vida e pode até levar ao abandono da prática esportiva naqueles que a sofrem. Na Espanha, entre 1 e 5% dos atletas sofrem com isso, embora em particular com jogadores de voleibol, sua prevalência seja desconhecida. O objetivo deste estudo foi analisar a prevalência da síndrome de burnout em jogadores de voleibol, tanto a nível geral como em relação a algumas variáveis sociodesportivas: género, categoria geracional, nível competitivo, posição de jogo, volume de horas de jogo, número de anos de prática, geração de pertencimento e sofrimento ou não com a Covid-19. Participaram 309 jogadores de diferentes clubes da Andaluzia, dos quais 158 eram homens (51%) e 151 mulheres (49%), com idades entre os 18 e os 62 anos ( $M = 23.65$  anos;  $DP = 7.27$ ). Através da versão reduzida do Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) foi encontrada uma prevalência total de burnout de 3,9%. Globalmente, as pontuações de burnout variam dependendo do número de anos de prática. De acordo com suas dimensões, o desgaste físico e emocional é influenciado pelo volume de treinos e por ter sofrido com a Covid-19 e pela desvalorização da prática esportiva devido à posição de jogo e aos anos de prática.

**Palavras chave:** Burnout, voleibol, ABQ, prevalência, variáveis socioesportivas.

## INTRODUCCIÓN

Múltiples definiciones se han utilizado para explicar el síndrome de *burnout* desde que Freudenberger lo acuñara por primera vez en 1974. Previamente ya Gunder Hägg, un laureado corredor sueco de media distancia poseedor del récord mundial en la década de los 40, redactó en su autobiografía en 1952 que un periódico lo había catalogado como quemado tras una serie de malos resultados consecutivos, siendo ésta la primera vez que se relacionaba el *burnout* con el rendimiento deportivo/laboral (Gustafsson et al., 2011). Con el paso del tiempo, la concepción del síndrome ha ido evolucionando (Garcés de Los Fayos et al., 2012) y en la actualidad aún sigue sin encontrar su lugar entre la clasificación de las enfermedades y desórdenes mentales (Roy, 2018).

En el contexto de las ciencias del deporte, ante el testimonio de una gran cantidad de deportistas que se cansan en la cima de sus carreras y deciden dejar de competir, o que abandonan tras una vinculación excesiva con el deporte, Raedeke (1997) planteó la definición más ampliamente aceptada por la comunidad científica que incluye: (1) Reducida Sensación de Logro (RSL), (2) Devaluación de la Práctica Deportiva (DPD); y (3) Agotamiento Físico y Emocional (AFE).

Como siguen mostrando algunas investigaciones recientes (Fan et al., 2023; Li et al., 2023; Zhao et al., 2022), las consecuencias de sufrir *burnout* no sólo se refieren a la retirada deportiva; su influencia se extiende a los campos afectivo (se experimenta un distanciamiento de los seres queridos, depresión) y motivacional (se reduce la motivación, la sensación de logro, aflorando el sentimiento de desamparo y desesperación) del individuo. Además, debido al desgaste de las fuentes energéticas, al síndrome de *burnout* también se le han atribuido consecuencias fisiológicas: aumento en el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, deterioro de la función inmunológica del organismo e inflamación crónica (Gustafsson et al., 2011). Por tanto, adquirir una comprensión más profunda del problema es esencial para los entrenadores, managers y organizaciones deportivas con el objetivo de reducir al máximo su presencia en la sociedad (Gerber et al., 2018; Gustafsson et al., 2011; Isoard-Gautheur et al., 2016; Lemyre et al., 2006).

La prevalencia del síndrome en el ámbito deportivo aún continúa siendo un campo plagado de interrogantes. Gustafsson et al. (2017) identificaron tres temas que deben investigarse en mayor profundidad, siendo uno de ellos precisamente la prevalencia. Esta, entre los deportistas, se estima que oscila del 1 al 5% (Pedrosa y García-Cueto, 2014),

## ¿Tienen *burnout* los jugadores de voleibol de Andalucía?

con un 1-2% sufriendo altos niveles de este (Gustafsson et al., 2017), aumentando conforme la carga, demandas y exigencias (Gustafsson et al., 2011). Sin embargo, el alcance exacto del *burnout* se desconoce debido a la falta de criterios y puntos de corte predefinidos (Gustafsson et al., 2017). Estudios en Europa y América del Norte lo sitúan entre el 1 y 9% (De Orleans et al., 2014; Gould et al., 2002; Gustafsson et al., 2007; Ziemainz et al., 2015), y en España entre el 2.8 y 4.8% (De Francisco et al., 2014; Olivares, 2021; Olivares et al., 2018; Pedrosa et al., 2011; Pedrosa y García-Cueto, 2014; Sánchez-Alcaraz y Gómez-Mármol, 2014). Además, no ha sido hasta la última década cuando se ha empezado a analizar la prevalencia en función de distintas variables sociodeportivas (De Francisco et al., 2014).

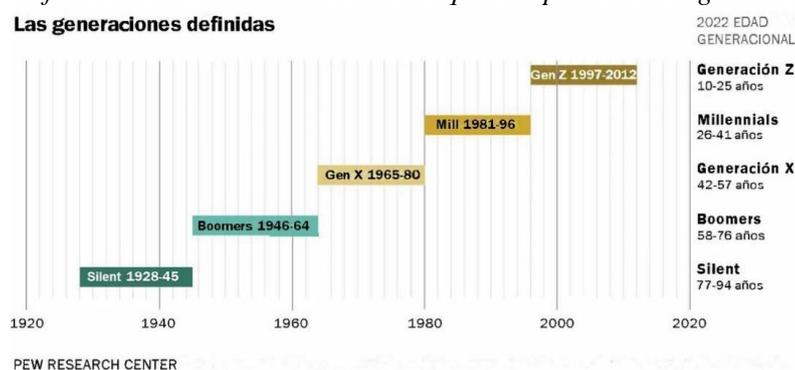
El género ha sido una de las variables más analizadas (De Francisco et al., 2014; De Orleans et al., 2014; Olivares, 2021; Olivares et al., 2018; Pedrosa y García-Cueto, 2014; Sánchez-Alcaraz y Gómez-Mármol, 2014; Tutte-Vallarino et al., 2022; Ziemainz et al., 2015), aunque, a grandes rasgos, los estudios no han hallado diferencias significativas entre hombres y mujeres, ni a nivel nacional ni internacional, ni en poblaciones amplias ni específicas.

Con respecto a la prevalencia en función de la edad, la evidencia ha arrojado resultados contradictorios,

centrándose en los estratos inferiores de la población. Estudios europeos reportaron niveles más elevados de *burnout* en deportistas jóvenes (Appleton y Hill, 2012; Ziemainz et al., 2015). Lin et al. (2021), analizando el *burnout* en función de las franjas de edad de la población joven, concluyeron que, los deportistas de entre 19 y 22 años son más propensos a sufrirlo. Por el contrario, en España existe una gran discrepancia al respecto. Diferenciando entre deporte de base (14 a 18 años) y absoluto (19 a 29), no se encontraron diferencias significativas entre ambas edades y el riesgo de sufrir *burnout* (De Francisco et al., 2014; Olivares, 2021). Ortín-Montero et al. (2023) tampoco encontraron diferencias en paracaidistas militares deportivos. No obstante, Pedrosa y García-Cueto (2014) hallaron una prevalencia significativamente mayor en deportistas adultos, e Isorna et al. (2019) encontraron una tendencia en piragüistas: entre 19 y 22 años sufrían significativamente más *burnout* que el resto. No se ha analizado la prevalencia del *burnout* bajo prismas diferentes como pueden ser las distintas franjas generacionales, como las que propone Dimock (2019) en función del Pew Research Center (2019) (Figura 1). Si bien esta categorización es válida y aceptada al respecto del periodo de origen y vigencia de cada grupo generacional, así como de las características o rasgos que definen a cada una de ellas, puede variar según la zona geográfica (Díaz-Sarmiento et al., 2017).

### Figura 1

Definición de los intervalos de edad que comprende cada generación.



Nota: Traducido de Dimock (2019).

El volumen de práctica deportiva ha sido otra de las variables estudiadas en la última década. De

Francisco et al. (2014) sostienen que un mayor volumen de entrenamiento se relaciona directamente

con un valor más elevado de la dimensión AFE. Otros estudios (Olivares, 2018; 2021) coinciden en este dato, y además afirman hallar evidencias significativas de que un mayor volumen de entrenamiento se relaciona directamente con mayor prevalencia del síndrome. Sin embargo, Isorna et al. (2019) no encontraron evidencias significativas que relacionen esta variable con la prevalencia del *burnout*.

Una variable profundamente relacionada con el volumen de entrenamiento en el análisis del *burnout* ha sido el nivel competitivo. De Francisco et al. (2014) no hallaron relaciones significativas, salvo en la dimensión RSL, la cual fue significativamente menor a nivel nacional/internacional que autonómico y local. Investigaciones más recientes arrojan evidencias de que existen diferencias significativas en función del nivel competitivo en el mismo sentido (Olivares, 2018; 2021).

Por otra parte, el alcance exacto que ha tenido la pandemia Covid-19 y sus efectos secundarios en el sector deportivo aún se desconoce. Estudios recientes presentan resultados contradictorios; algunos han señalado que el nivel de *burnout* no ha variado significativamente pre y post pandemia para jugadores de deportes gaélicos y hockey (Woods et al., 2022; Irfan y Alparslan, 2022), mientras que Liu et al. (2022) encontraron que la pandemia ha aumentado el riesgo de sufrirlo, al incrementar el nivel de malestar psicológico de los futbolistas. El período de confinamiento obligatorio y, por ende, de desentrenamiento que acompaña al padecimiento de la enfermedad de Covid-19, podría traducirse en una bajada del rendimiento y a su vez actuar como un posible potenciador de la frustración del deportista, lo cual incrementaría los porcentajes de prevalencia del *burnout* a medida que el número de veces que se contrae la enfermedad aumenta.

En voleibol, pese a ser uno de los cinco deportes más practicados en la actualidad, con más de 200 millones de jugadores en todo el mundo (Marcelino et al., 2008; Oliveira et al., 2020), la prevalencia del *burnout* apenas ha sido estudiada específicamente. A nivel internacional, Koçak (2019) en una muestra de jugadoras de élite, no encontró evidencias significativas en la prevalencia del síndrome en función del género, de los años de experiencia, del nivel competitivo, ni de los meses de práctica anual.

Sin embargo, sí las hubo en función de la edad en la dimensión AFE, estableciendo que conforme la franja de edad aumentaba, los niveles de agotamiento disminuían hasta los 33 años, donde volvían a aumentar, siendo la etapa de los 18 a 22 años la más sensible. A nivel nacional, aún no se han realizado investigaciones específicas y por lo tanto tampoco se ha estudiado la posición de juego, aspecto clave en voleibol ya que el tipo de trabajo y las demandas físico/emocionales varían mucho dependiendo de la misma.

Por tanto, el objetivo principal del estudio es analizar la prevalencia del síndrome de *burnout* en una muestra de jugadores de voleibol de Andalucía. Como objetivos específicos, se plantea (1) analizar la prevalencia total de este síndrome en los jugadores de voleibol y (2) analizar la prevalencia y niveles de *burnout* y sus dimensiones en función de distintas variables sociodeportivas. Las hipótesis que se plantean son las siguientes:

- 1) Se determinará la no existencia de diferencias significativas en el nivel de *burnout* entre hombres y mujeres
- 2) Se determinará la existencia de diferencias significativas en el nivel de *burnout* entre las diferentes franjas de edad.
- 3) Se determinará la existencia de diferencias significativas en el nivel de *burnout* entre los grupos con niveles competitivos superiores e inferiores.
- 4) Se determinará la existencia de diferencias significativas en el nivel de *burnout* entre los grupos con distintas posiciones de juego en voleibol.
- 5) Se determinará la existencia de diferencias significativas en el nivel de *burnout* entre los grupos con mayor y menor volumen de entrenamiento.
- 6) Se determinará la existencia de diferencias significativas en el nivel de *burnout* entre los grupos con más años de práctica deportiva frente a lo que llevan menos.
- 7) Se determinará la existencia de diferencias significativas en el nivel de *burnout* entre los grupos establecidos en función del padecimiento del Covid-19 (0, 1, 2 y 3 veces).

## MATERIAL Y MÉTODOS

## ¿Tienen *burnout* los jugadores de voleibol de Andalucía?

### *Diseño de investigación*

Se realizó un estudio ex postfacto transversal siguiendo la clasificación de Ato et al. (2013), seleccionándose los valores de la variable dependiente (*burnout* y sus dimensiones en jugadores de voleibol) y posibles variables sociodeportivas que pudieran estar influyendo (género, intervalo generacional, nivel competitivo, posición de juego, volumen de entrenamiento, años de práctica y padecimiento del Covid-19).

### *Participantes*

La muestra, seleccionada a través de un muestreo no probabilístico intencional, estuvo compuesta por 309 jugadores de voleibol pertenecientes a 48 clubes de Andalucía, 158 varones (51%) y 151 mujeres (49%) con una edad media de 23.65 años ( $DT = 7.27$ ) oscilando en un rango de 18 a 62 años. El 74.4% pertenecía a la Generación Z, el 21.7% a los *Millennials*, el 3.4% a la Generación X, y el 0.5% a los *Boomers*. El 35% competían a nivel local/regional, el 33% a nivel autonómico y un 32% a nivel nacional/internacional, estando un 66% de los jugadores en categoría absoluta. De media llevaban compitiendo 9.7 años ( $DT = 6.82$ ), con un volumen de 6.31 horas de entrenamiento a la semana ( $DT = 3.95$ ). Atendiendo a la posición de juego, 19% eran colocadores (encargados de colocarle la pelota a los compañeros), 16% opuestos (jugadores con mayor peso en el juego de ataque, tanto de delantero como de zaguero), 31% receptores (jugadores que se encargan de las labores de recepción y apoyo en el ataque), 22% centrales (jugadores que tienen como función bloquear y atacar por el centro), y 12% líberos (jugadores especializados en la recepción y defensa que solo juegan de zaguero).

Por último, el 43% afirmó no haber contraído el Covid-19 en ninguna ocasión, mientras que del 57% restante, el 47% lo superó en una ocasión, el 8.7% lo contrajo dos veces y el 0.6% tres.

### *Materiales/Instrumentos*

Con un cuestionario ad hoc que además contenía las instrucciones y objetivo del estudio, se recogieron los datos sociodeportivos y demográficos de los participantes: edad, género, club, volumen de entrenamiento, años de práctica, posición de juego, nivel competitivo y padecimiento o no del Covid-19.

El *burnout* se midió con la versión española reducida del ABQ que evalúa las tres dimensiones propuestas por Raedeke (1997) mediante tres ítems para cada una de ellas (De Francisco, 2015) con un modelo de respuesta tipo Likert con cinco alternativas (Casi nunca = 1, Pocas veces = 2, Algunas veces = 3, A menudo = 4, Casi siempre = 5). Los ítems 1, 6 y 9 de la dimensión RSL se deben recodificar para obtener la puntuación correcta. Esta versión presenta unos coeficientes  $\alpha$  de 0.80 (AFE), 0.64 (RSL) y 0.77 (DPD). Al respecto de los índices de ajuste, presenta los siguientes valores:  $\chi^2 (42.73)/gl(24) = 1.78$ ; RMSEA = .04; NFI = .95; NNFI = .96; y CFI = .98 (De Francisco, 2015).

### *Procedimiento*

El proceso de recogida de datos se llevó a cabo durante los meses de abril y mayo de 2022 mediante el contacto telefónico con los presidentes de cada una de las asociaciones/clubes para informarles y pedirles su autorización. Posteriormente, uno de los miembros del equipo investigador se encargó de enviar el cuestionario a los deportistas a través de Google Forms, teniendo en cuenta la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales. Así mismo, a) el estudio se llevó a cabo de conformidad con la Declaración de Helsinki (Bošnjak, 2001, Tyebkhan 2003; World Medical Association, 2000), que establece los principios éticos fundamentales para la investigación con seres humanos; (b) los participantes voluntariamente aceptaron participar en el estudio y se obtuvo el consentimiento informado en todos los casos; (c) este estudio se llevó a cabo cumpliendo con las Normas de Ética en la Investigación en Ciencias del Deporte y del Ejercicio (Harriss et al., 2019); (d) la referencia de aprobación del Comité de Ética correspondiente es CE061810.

### *Análisis estadístico*

En primer lugar, se realizó un estudio estadístico descriptivo de la muestra y de cada una de las variables definidas.

Para averiguar el porcentaje de deportistas con *burnout*, se utilizó el baremo propuesto por De Francisco et al. en 2014 y empleado en estudios posteriores (Olivares, 2018; 2021), a través de puntuaciones T estableciéndose cuatro categorías de prevalencia: (1)  $T \leq 50$ : bajo riesgo de sufrir *burnout*, (2)  $T = (50-60)$ : riesgo moderado de sufrir *burnout*,

(3) T = (60-70): riesgo elevado de sufrir *burnout*, (4) T > 70: deportistas que presentan *burnout*. En base a este baremo, se realizaron tablas de contingencia para presentar los índices de prevalencia.

Se llevaron a cabo pruebas de Kolgomorov-Smirnov para comprobar los criterios de normalidad, obteniéndose valores significativos ( $p < .05$ ), por lo que se utilizaron pruebas no paramétricas para el análisis inferencial: U-Mann Whitney para 2 muestras independientes y Kruskal-Wallis para más de 2 muestras independientes utilizando el paquete estadístico IBM SPSS 25.0.

**RESULTADOS**

*Estadísticos descriptivos*

En la Tabla 1 se muestran los estadísticos descriptivos de la puntuación total del ABQ y de cada

una de sus dimensiones. Los valores encontrados no superan, ni en *burnout* ni en sus dimensiones, el valor de 2.47.

**Tabla 1**

*Estadísticos descriptivos para el nivel de burnout y sus dimensiones*

Dimensión	Media	DT	Asimetría	Curtois
RSL	2.47	.79	.20	-.36
DPD	1.78	.94	1.46	1.65
AFE	1.91	.73	.91	1.18
Total	2.05	.52	.70	.69

Al respecto de los estadísticos descriptivos en relación con el resto de las variables, las medias oscilan entre 2.56 y 1.96 en los niveles totales de *burnout*, entre 2.00 y 3.33 en la dimensión RSL, entre 1.39 y 2.09 en DPD, y entre 1.33 y 4 en la dimensión AFE (Tabla 2).

**Tabla 2**

*Estadísticos descriptivos del síndrome y sus dimensiones en relación con las variables sociodeportivas y Covid-19*

Variable	Categoría	n	Burnout total		RSL		DPD		AFE	
			Media	DT	Media	DT	Media	DT	Media	DT
Género	Hombre	158	2.09	.52	2.45	.84	1.84	.96	1.97	.73
	Mujer	151	2.07	.53	2.50	.74	1.71	.92	1.85	.74
	18-25	230	2.04	.54	2.45	.79	1.72	.97	1.94	.74
Intervalo generacional	26-41	67	2.09	.47	2.48	.80	1.91	.88	1.89	.72
	42-57	11	2.16	.46	2.85	.64	2.09	.75	1.55	0.58
	58-76	1	2.11	.00	3.33	.00	1.67	.00	1.33	.00
Nivel Competitivo	Regional/local	108	1.99	.48	2.58	.80	1.67	.79	1.73	.64
	Autonómico	103	2.06	.52	2.45	.73	1.76	.95	1.97	.76
	Nacional/int	98	2.11	.57	2.37	.82	1.91	1.08	2.05	.76
Posición de juego	Opuesto	51	2.01	.47	2.50	.74	1.61	.86	1.91	.71
	Colocador	58	2.12	.62	2.47	.88	2.04	1.13	1.85	.67
	Receptor	95	2.10	.51	2.50	.83	1.91	.95	1.89	.76
Volumen de juego semanal	Central	68	1.96	.53	2.41	.75	1.61	.86	1.88	.71
	Líbero	37	2.05	.45	2.48	.71	1.56	.73	2.12	.83
	4 h o menos	92	2.12	.47	2.67	.76	1.94	0.93	1.75	.69
Años de práctica	De 5 a 6 h	137	2.04	.56	2.41	.78	1.82	1.01	1.90	.66
	De 7 a 10 h	57	1.99	.56	2.39	.83	1.56	.88	2.04	.82
	Más de 10 h	23	1.98	.37	2.25	.77	1.39	.43	2.30	.89
Veces positivo en Covid-19	De 1 a 8	158	1.97	.48	2.38	.72	1.57	.80	1.95	.75
	Más de 8	151	2.14	.56	2.56	.84	1.99	1.04	1.87	.71
	0	134	2.03	.48	2.60	.78	1.71	.83	1.77	.69
	1	146	2.05	.56	2.37	.80	1.79	1.02	1.99	.72
	2	27	2.14	.54	2.37	.71	2.01	1.05	2.02	.65
	3	2	2.56	.63	2.00	.47	1.67	.00	4.00	1.41

Nota: n = número de jugadores; int = internacional

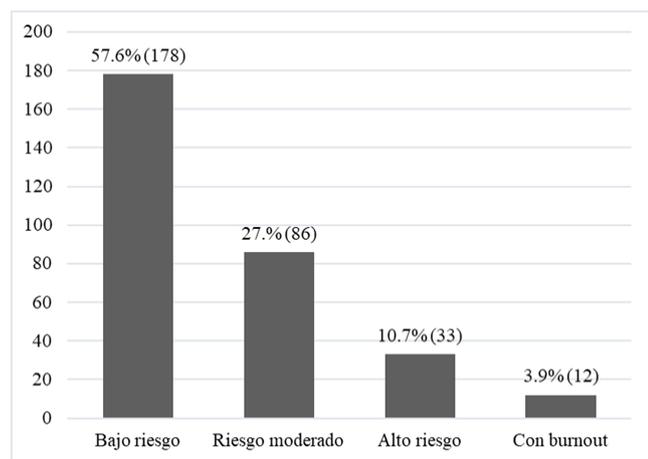
## ¿Tienen *burnout* los jugadores de voleibol de Andalucía?

### Prevalencia del *burnout*

La Figura 2 muestra la prevalencia del *burnout* (3.9%) y sus niveles, expresados en porcentajes y número de jugadores de voleibol correspondientes.

**Figura 2**

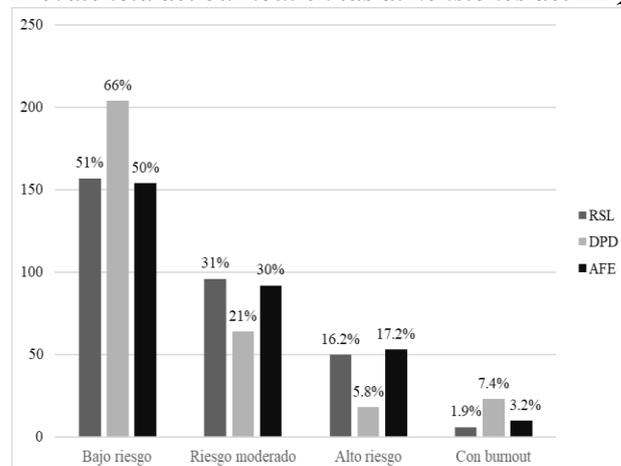
Prevalencia del *burnout*.



Con respecto a las dimensiones, en la Figura 3 se puede observar cómo DPD es la que mayor prevalencia presenta (7.4%), seguida de AFE (3.2%) y RSL (1.9%). Pese a ello, la mayoría de los jugadores presentan un bajo riesgo a padecer alguna de estas dimensiones del *burnout*.

**Figura 3**

Prevalencia del *burnout* en las dimensiones del ABQ



### Prevalencia del *burnout* en función del género

Los análisis estadísticos mostraron que el 12% de los hombres sufren *burnout* frente al 9% de las mujeres (Tabla 3). No obstante, no se hallaron evidencias significativas ( $p > .05$ ) para corroborar la existencia de asociación entre el género y el índice de prevalencia del *burnout* ( $p = .622$ ), ni en ninguna de sus dimensiones (RSL:  $p = .215$ ; DPD:  $p = .285$ ; AFE:  $p = 0.425$ ).

**Tabla 3**

Porcentaje de prevalencia del *burnout* y sus dimensiones en función del género

Dimensión	Categoría	Bajo Riesgo	Riesgo Moderado	Riesgo alto	Con burnout
RSL	Hombre	53.8	14.9	7.1	1.6
	Mujer	47.7	16.2	9.1	.3
DPD	Hombre	61.4	12.6	2.9	4.2
	Mujer	70.9	8.1	2.9	3.2
AFE	Hombre	45.6	33.5	17.7	3.2
	Mujer	54.3	25.8	16.6	3.3
Total	Hombre	55.1	29.7	12.0	3.2
	Mujer	60.3	25.8	9.3	4.6

### Prevalencia del *burnout* en función de la edad

Para transformar la variable edad en franja generacional, se siguieron las cohortes que establece el *Pew Research Center*. Se produjo una gran dispersión en cuanto al tamaño de la muestra para cada etapa generacional (Tabla 4). El mayor índice de

prevalencia corresponde a la Generación X (9.1%). No se hallaron asociaciones significativas a través del Chi-Cuadrado de Pearson, ( $p > .05$ ) entre las distintas franjas generacionales y los niveles de *burnout* ( $p = .695$ ), ni en ninguna de sus dimensiones (RSL:  $p = .09$ ; DPD:  $p = .085$ ; AFE:  $p = .410$ ).

**Tabla 4**

*Porcentajes de burnout y sus dimensiones en función del intervalo generacional*

Dimensión	Categoría	Bajo Riesgo	Riesgo Moderado	Riesgo alto	Con burnout
RSL	18-25 años (Generación Z)	51.7	30.4	15.7	2.2
	26-41 años (Millennials)	53.7	26.9	17.9	1.5
	42-57 años (Generación X)	18.2	72.7	9.1	0
	58-76 años (Boomers)	0	0	100	0
DPD	18-25 años (Generación Z)	70	16.5	5.2	8.3
	26-41 años (Millennials)	55.2	32.8	6	6
	42-57 años (Generación X)	45.5	36.4	18.2	0
	58-76 años (Boomers)	100	0	0	0
AFE	18-25 años (Generación Z)	47.4	33	16.1	3.5
	26-41 años (Millennials)	52.2	22.4	22.4	3
	42-57 años (Generación X)	81.8	9.1	9.1	0
	58-76 años (Boomers)	100	0	0	0
Total	18-25 años (Generación Z)	59.6	26.1	10	4.3
	26-41 años (Millennials)	52.2	32.8	13.4	1.5
	42-57 años (Generación X)	54.5	27.3	9.1	9.1
	58-76 años (Boomers)	0	100	0	0

*Prevalencia del burnout en función del nivel competitivo*

Conforme la exigencia competitiva es mayor, la presencia del burnout en los jugadores de voleibol aumenta (Tabla 5). No obstante, tras realizar la prueba Chi-Cuadrado de Pearson, no se hallaron

evidencias de asociaciones significativas ( $p > .05$ ) entre el nivel competitivo y el índice de prevalencia del burnout ( $p = .598$ ), ni en ninguna de sus dimensiones (RSL:  $p = .207$ ; DPD:  $p = .130$ ; AFE:  $p = .077$ ).

## ¿Tienen *burnout* los jugadores de voleibol de Andalucía?

**Tabla 5**

*Porcentajes de burnout y sus dimensiones en función del nivel competitivo.*

Dimensión	Nivel competitivo	Bajo Riesgo	Riesgo Moderado	Riesgo alto	Con <i>burnout</i>
RSL	Regional/Local	63	25	10.2	1.9
	Autonómico	58.3	27.2	10.7	3.9
	Nacional/internacional	51	31.6	11.2	6.1
DPD	Regional/Local	41.7	37	19.4	1.9
	Autonómico	54.4	31.1	11.7	2.9
	Nacional/internacional	57.1	24.5	17.3	1
AFE	Regional/Local	66.7	23.1	7.4	2.8
	Autonómico	68	21.4	3.9	6.8
	Nacional/internacional	63.3	17.3	6.1	13.3
Total	Regional/Local	62	23.1	13	1.9
	Autonómico	44.7	35	16.5	3.9
	Nacional/internacional	41.8	31.6	22.4	4.1

*Prevalencia del burnout en función de la posición de juego*

El síndrome de *burnout* tuvo mayor índice de prevalencia en los colocadores (8.6%), y menor en

los opuestos, con un 2% (Tabla 6). Se halló existencia de una asociación significativa entre DPD y posición de juego ( $p = .014$ ); pero no en el resto (Total *burnout*:  $p = .610$ ; RSL:  $p = .876$ ; AFE:  $p = .180$ ).

**Tabla 6**

*Porcentajes de burnout y sus dimensiones en función de la posición de juego.*

Dimensión	Categoría	Bajo Riesgo	Riesgo Moderado	Riesgo alto	Con <i>burnout</i>
RSL	Opuesto/a	47.1	35.3	15.7	2
	Colocador(a)	48.3	31	19	1.7
	Central	50	38.2	10.3	1.5
	Receptor(a)	53.7	25.3	17.9	3.2
	Líbero	54.1	27	18.9	0
DPD*	Opuesto/a	72.5	19.6	3.9	3.9
	Colocador(a)	62.1	10.3	12.1	15.5
	Central	75	16.2	4.4	4.4
	Receptor(a)	55.8	31.6	4.2	8.4
	Líbero	73	18.9	5.4	2.7
AFE	Opuesto/a	51	31.4	11.8	5.9
	Colocador(a)	53.4	27.6	19	0
	Central	55.9	19.1	23.5	1.5
	Receptor(a)	48.4	33.7	14.7	3.2
	Líbero	35.1	40.5	16.2	8.1
Total	Opuesto/a	62.7	25.5	9.8	2
	Colocador(a)	50	29.3	12.1	8.6
	Central	66.2	25	5.9	2.9
	Receptor(a)	51.6	31.6	13.7	3.2
	Líbero	62.2	24.3	10.8	2.7

*Nota:* \* = Asociaciones significativas al nivel  $p < .05$ .

*Prevalencia del burnout en función del volumen de juego*

Para analizar esta variable, se dividió la muestra en cuatro intervalos, siguiendo los criterios de máxima distribución en la agrupación de las frecuencias, manteniendo paralelamente que estos intervalos se ajustaran a las diferentes realidades que se producen en el marco de este deporte en cuanto a la carga de entrenamiento, sin desvirtuarlas. De esta manera, los intervalos fueron los siguientes: (1) de 0 a 4 horas (deportistas que suelen practicar deporte en las competiciones inferiores, van a entrenar entre 1 y 2 días y llevan poco tiempo jugando a este deporte), (2) de 5 a 6 horas (deportistas que juegan normalmente federados, este deporte es una mera afición para ellos, suelen entrenar 3 días y competir a nivel

autonómico), (3) de 7 a 10 horas (jugadores que compiten a nivel nacional y semi-profesional, y entrenan 4 días en semana), (4) más de 10 horas (deportistas que compiten a nivel nacional o internacional, se dedican a este deporte profesionalmente y suelen entrenar 5 o 6 días por semana e incluso hacen doble sesión de entrenamiento algunos días).

Los jugadores de voleibol en los que este síndrome se presenta con mayor asiduidad son aquellos que entrenan de 5 a 6 horas (5.80%), mientras que desaparece en los que entrenan más de 10 horas. Realizando la prueba de Chi-Cuadrado de Pearson (Tabla 7), se detectó la existencia de una asociación significativa entre la dimensión AFE y el volumen de práctica del voleibol ( $p = .006$ ).

**Tabla 7**

*Porcentajes de burnout y sus dimensiones en función del volumen de práctica.*

Dimensión	Categoría	Bajo riesgo	Riesgo moderado	Riesgo alto	Con burnout
RSL	4 h o menos	39.1	39.1	18.5	3.3
	De 5 a 6 h	56.2	26.3	15.3	2.2
	De 7 a 10 h	50.9	31.6	17.5	0
	Más de 10 h	65.2	26.1	8.7	0
DPD	4 h o menos	57.6	23.9	9.8	8.7
	De 5 a 6 horas	62.8	23.4	5.8	8.0
	De 7 a 10 h	78.9	12.3	1.8	7.0
	Más de 10 h	87.0	13.0	0	0
AFE*	4 h o menos	62.0	20.7	15.2	2.2
	De 5 a 6 horas	45.3	38.7	13.9	2.2
	De 7 a 10 h	50.9	21.1	21.1	7.0
	Más de 10 h	26.1	34.8	34.8	4.3
Total	4 h o menos	51.1	32.6	14.1	2.2
	De 5 a 6 horas	58.4	26.3	9.5	5.8
	De 7 a 10 h	66.7	19.3	10.5	3.5
	Más de 10 h	56.5	39.1	4.3	0

*Nota: \* = Asociaciones significativas al nivel  $p < .05$ .*

*Prevalencia del burnout en función de los años de práctica*

Para analizar el *burnout* en función de esta variable, se ha fraccionado la muestra en base a criterios estadísticos (utilizando la mediana como punto de corte) creando 2 grupos: (1) los jugadores que llevan practicando este deporte de 1 a 8 años, y (2) los jugadores que llevan jugando más de 8 años.

El *burnout* se dio con mayor prevalencia en los sujetos con más de 8 años de práctica (6%), frente a los que llevaban 8 años o menos (1.9%) (Tabla 8). Existen asociaciones significativas ( $p < .01$ ) entre el número de años de práctica de esta modalidad deportiva y el nivel total de prevalencia del *burnout* ( $p = .004$ ), y con DPD ( $p = .001$ ).

## ¿Tienen *burnout* los jugadores de voleibol de Andalucía?

**Tabla 8**

*Porcentajes de burnout y sus dimensiones en función de los años de práctica*

Dimensión	Categoría	Bajo Riesgo	Riesgo Moderado	Riesgo alto	Con burnout
RSL	De 1 a 8	65.8	25.9	6.3	1.9
	Más de 8	49.0	29.8	15.2	6.0
DPD*	De 1 a 8	53.2	34.2	11.4	1.3
	Más de 8	48.3	27.8	21.2	2.6
AFE	De 1 a 8	75.3	17.7	2.5	4.4
	Más de 8	56.3	23.8	9.3	10.6
Total*	De 1 a 8	46.8	31.6	17.1	4.4
	Más de 8	53.0	27.8	17.2	2.0

Nota: \* = Asociaciones significativas al nivel  $p < .05$ .

### *Prevalencia del burnout en función del padecimiento del Covid-19*

Este síndrome tiene una mayor presencia en aquellos sujetos que han dado positivo en Covid-19 por una (4.8%) o dos veces (3.7%), frente a aquellos que no la han padecido (3%; Tabla 9). Se halló una

correlación significativa entre el número de veces diagnosticados positivo en Covid-19 y AFE ( $p = .001$ ), aunque no se encontraron en los niveles totales de *burnout* ( $p = .576$ ) ni en el resto de las dimensiones (RSL:  $p = .361$ ; DPD:  $p = .723$ ).

**Tabla 9**

*Porcentajes de burnout y sus dimensiones en función del padecimiento del Covid-19*

Dimensión	Número de veces positivo en Covid-19	Bajo riesgo	Riesgo moderado	Riesgo alto	Con burnout
RSL	0	43.3	32.8	21.6	2.2
	1	54.8	30.8	12.3	2.1
	2	63	25.9	11.1	0
	3	100	0	0	0
DPD	0	66.4	22.4	6	5.2
	1	67.8	18.5	4.8	8.9
	2	51.9	25.9	11.1	11.1
	3	100	0	0	0
AFE*	0	57.5	29.9	10.4	2.2
	1	43.2	32.2	21.2	3.4
	2	51.9	18.5	25.9	3.7
	3	0	0	50	50
Total	0	60.4	26.9	9.7	3
	1	57.5	28.1	9.6	4.8
	2	48.1	29.6	18.5	3.7
	3	0	50	50	0

Nota: \* = Asociaciones significativas al nivel  $p < .05$ .

## DISCUSIÓN

El presente estudio parte del objetivo principal de analizar el síndrome de *burnout* y su prevalencia en jugadores de voleibol de Andalucía en función de distintas variables sociodeportivas. Los resultados muestran cómo el índice total de prevalencia del

*burnout* (3.9%) se encuentra dentro del intervalo esperado (del 1 al 5 %) en consonancia con la del resto de deportistas europeos, la cual oscila entre el 1 y 5% según Pedrosa y García-Cueto (2014), y del 1 al 9% según Gustafsson et al. (2007).

Con respecto al efecto de las variables sociodeportivas, no se han observado diferencias significativas entre hombres y mujeres tal y como se preveía, confirmando el patrón hallado en investigaciones previas (De Francisco et al., 2014; De Orleans et al., 2014; Isorna et al., 2019; Olivares, 2021; Olivares et al., 2018; Sánchez-Alcaraz y Gómez-Mármol, 2014; Tutte-Vallarino et al., 2022). Es probable que el género no sea determinante, razón por la que Gustafsson no la incluye en su modelo integral en 2007 o que tenga un papel aún desconocido en el desarrollo del *burnout* como aseguran Ziemainz et al. (2015).

No hubo valores diferentes significativamente en *burnout* según el intervalo generacional en línea de otras investigaciones al respecto de la edad (De Francisco et al., 2014; Olivares, 2021). Sin embargo, si se estudiase la influencia de esta variable junto con el número de años de práctica al respecto de la dimensión DPD se perfila una relación con el modelo de *burnout* integral de Gustafsson et al. (2011): los sujetos de generaciones mayores, que a la vez suelen ser los más experimentados en el deporte, suelen haber superado su pico máximo de rendimiento. Si las expectativas internas y/o externas se mantienen, este hecho podría asociarse a síntomas precedentes al *burnout*, como el detrimento del rendimiento, la frustración por la falta de resultados, y la falta de motivación.

El nivel competitivo no parece influir en el nivel de *burnout* de la muestra estudiada. Solo en AFE se obtuvo una puntuación significativamente mayor en deportistas de niveles superiores con respecto a los de nivel local, al igual que ocurrió con respecto al volumen de horas de práctica. Este hallazgo concuerda con Olivares (2021), y probablemente se produzca porque, conforme indica Garcés de Los Fayos (2012), las exigencias y demandas crecen a medida que el nivel de juego aumenta, y cuanto más altas y enfocadas al rendimiento están, la probabilidad de sufrir agotamiento es mayor.

Con respecto a la posición de juego, solo se pudo contrastar la existencia de asociaciones significativas en la dimensión DPD. Los resultados obtenidos probablemente se hallen relacionados con la participación en el juego de los receptores, siendo los que notablemente intervienen en más acciones durante un partido. Por ende, conforme la

participación en el juego aumenta, también aumentan las oportunidades de sufrir frustración (Garcés de Los Fayos et al., 2012), ya que la frecuencia con la que se cometen errores es mayor, y la acumulación de los mismos se relaciona con el desarrollo de sensaciones y actitudes negativas hacia la práctica (Raedeke, 1997), conduciendo a la DPD en el deportista.

Aunque se esperaba que, a mayor volumen de entrenamiento, mayor sería el nivel de *burnout*, no se pudo confirmar esta suposición, tal y como lo demostraron los estudios de Olivares (2021) y Olivares et al. (2018). Sin embargo, se observó una asociación positiva significativa entre la dimensión AFE y el volumen de práctica, en concordancia con previos resultados obtenidos por De Francisco et al. (2014).

Analizando aisladamente los resultados obtenidos para la variable el tiempo de práctica, el hecho de que los jugadores de voleibol con menos años mostrasen valores significativamente mayores de *burnout* no discrepa de la literatura previa. De Orleans et al. (2014) no hallaron diferencias entre los distintos grupos de tenistas estudiados, salvo para AFE, donde los niveles de *burnout* fueron mayores para los que practicaban de 4 a 7 que de 1 a 4 años. Estas diferencias no se mantuvieron cuando los jugadores practicaban desde hace más de 8 años. La menor presión social y expectativas que los compañeros ejercen en los deportistas más experimentados y en deportes colectivos como el voleibol podría justificar estos resultados siguiendo el modelo de Coakley (1992) que sugirió cómo la estructura social del deporte puede “quemar” a los deportistas más noveles: relaciones sociales únicamente vinculadas al deporte, control que se ejerce sobre los deportistas, ausencia de criterios objetivos del por qué un deportista participa en el deporte y condiciones de los programas deportivos al respecto entrenamiento y planificación de las competiciones. Sin embargo, sorprende que junto con este resultado se observe que los jugadores con más años de práctica sufran DPD. Son escasos los estudios que analizan los años de práctica deportiva y además los datos son contradictorios. Giusti et al., (2022) informaron de que deportistas en su tercer, cuarto o quinto año de elegibilidad para participar en deportes de nivel universitario en Estados Unidos (National Collegiate Athletic Association) mostraron niveles

## ¿Tienen *burnout* los jugadores de voleibol de Andalucía?

significativamente más altos de devaluación del deporte que los que se encontraban en su primer o segundo año. Sin embargo, Pires et al., (2019) no encontraron relación entre el tiempo de práctica como futbolista federado y las dimensiones de *burnout*.

Ante la ausencia de asociación significativa entre el *burnout* y el padecimiento del Covid-19, parece lógico pensar que el virus no ha tenido influencia en sufrir el síndrome a nivel general. Sin embargo, los resultados significativos obtenidos en AFE podrían indicar que el contagio con el virus podría ser un antecedente para desarrollar un elevado índice de prevalencia de ésta. Quizás, el período de cuarentena y el desentrenamiento que acompaña al padecimiento de la enfermedad podría traducirse en una bajada del rendimiento que implicase esforzarse más (junto con el síntoma propio de Covid-19 de cansancio general), aumentando la posibilidad de desarrollar un alto nivel de AFE a medida que el número de veces que se contrae la enfermedad es mayor.

Los resultados presentados deberían interpretarse con cautela con respecto a los/las voleibolistas ya que una de las limitaciones de este estudio se encuentra vinculada a la falta de equipos de voleibol de Andalucía que jueguen en categorías superiores. Por consiguiente, apenas se pudo contar con deportistas profesionales en esta área, siendo la mayoría de la muestra de nivel nacional/internacional de categorías semiprofesionales como Superliga 2 o 1ª División Nacional (3ª liga). Además, la creciente participación de jugadores menores de edad (franja no contemplada en este estudio) en competiciones absolutas ha hecho que el tamaño de la muestra se reduzca notablemente. Adicionalmente, la recogida de datos se realizó durante los meses de abril y mayo, fechas en las que una buena parte de la muestra seguía compitiendo, mientras otros sujetos ya habían finalizado su temporada. Este hecho podría influir los resultados de la investigación, así como el cumplimiento o no de los objetivos marcados individual y colectivamente.

Por ello, investigaciones futuras sobre el síndrome de *burnout* en voleibol deberían tomar en cuenta estos aspectos y también incluir variables enfocadas al estudio del contexto sociocultural y del entorno del deportista. Se recomienda: realizar estudios similares a nivel nacional que abarquen un tamaño de muestra mayor y deportistas de todas las edades y niveles, desarrollar estudios de carácter longitudinal sobre el

*burnout* a lo largo de una temporada y averiguar el perfil de jugador de voleibol con más riesgo de sufrir *burnout*.

### APLICACIONES PRÁCTICAS

El presente estudio ha establecido una base de conocimiento para prevenir el desarrollo de experiencias, sentimientos y actitudes negativas hacia la práctica deportiva en jugadores de voleibol que, en último término, pudieran provocar el abandono de este deporte. Así, en función de los resultados se podrían diseñar programas de intervención (o al menos medidas preventivas) teniendo en cuenta las siguientes premisas: a) los jugadores con menos de 8 años de práctica son los más propensos a padecer el síndrome, b) los deportistas con más de 8 años de práctica y receptores presentan altos niveles de DPD, y c) los jugadores que entrenan de 7 a 10 horas son más proclives de sufrir AFE, al igual que los que han padecido tres veces el Covid-19.

Por último, la ausencia de diferencias en los niveles totales de *burnout* en función de las variables estudiadas frente al hallazgo de estas en algunos subdimensiones del síndrome invita a reflexionar sobre la posible influencia distintiva de los tres pilares que conforman el *burnout* en voleibol en comparación con otros deportes.

### REFERENCIAS

1. Appleton, P. R., y Hill, A. P. (2012). Perfectionism and Athlete *Burnout* in Junior Elite Athletes: The Mediating Role of Motivation Regulations. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 6(2), 129–145. <https://doi.org/10.1123/jcsp.6.2.129>
2. Ato, M., López, J. J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
3. Bošnjak, S. (2001). The Declaration of Helsinki-The cornerstone of research ethics. *Archive of Oncology* 9(3), 179-184.
4. Coakley, J. (1992). Burnout among Adolescent Athletes: A Personal Failure or Social Problem? *Sociology of Sport Journal*, 9(3), 271–285.

- <https://doi.org/10.1123/ssj.9.3.271>
5. De Francisco, C., Garcés de los Fayos, E. J. y Arce, C. (2014). Burnout en deportistas: prevalencia del síndrome a través de dos medidas. [Burnout in athletes: prevalence of the syndrome through two measures]. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(1), 29–38. <https://doi.org/10.4321/S1578-84232014000100004>
  6. De Francisco, C. (2015). Versión reducida del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ): Propiedades psicométricas preliminares. [Reduced version of the Athlete Burnout Questionnaire (ABQ): Preliminary psychometric properties]. *Revista de Psicología Del Deporte*, 24(1), 177–183.
  7. De Orleans, P., Andrade, A., Da Silveira, M. y Vasconcellos, D. I. (2014). Burnout em tenistas brasileiros infanto-juvenis. [Burnout in Brazilian junior tennis players]. *Motricidade*, 10(2), 60–71. [https://doi.org/10.6063/motricidade.10\(2\).2713](https://doi.org/10.6063/motricidade.10(2).2713)
  8. Díaz-Sarmiento, C., López-Lambraño, M. y Roncallo-Lafont, L. (2017). Entendiendo las generaciones: una revisión del concepto, clasificación y características distintivas de los baby boomers, X y millennials. [Understanding the generations: a review of the concept, classification and distinguishing characteristics of baby boomers, X, and millennials.]. *Clío América*, 11(22).
  9. Dimock, M. (2019). *Defining generations: Where Millennials end and Generation Z begins*. <https://doi.org/https://pewrsr.ch/2szqtJz>
  10. Fan, F., Chen, J., Chen, Y., Li, B., Guo, L., Shi, Y., Yang, F., Yang, Q., Yang, L., Ding, C. y Shi, H. (2023). How relationship-maintenance strategies influence athlete burnout: Mediating roles of coach–athlete relationship and basic psychological needs satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1104143>
  11. Freudemberger, H. J. (1974). Staff Burn-Out. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159–165. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
  12. Garcés de Los Fayos, E., De Francisco, C., Arce, C. (2012). Inventario de Burnout en Deportistas Revisado (IBD-R). [Inventory of Burnout in Athletes Revised (IBD-R)]. *Revista de Psicología Del Deporte*, 21(2), 271–278. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235126897007>
  13. Gerber, M., Gustafsson, H., Seelig, H., Kellmann, M., Ludyga, S., Colledge, F., Brand, S., Isoard-Gautheur, S. y Bianchi, R. (2018). Usefulness of the Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) as a screening tool for the detection of clinically relevant burnout symptoms among young elite athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 39(March), 104–113. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.08.005>
  14. Giusti, N., Carder, S., Wolf, M., Vopat, L., Baker, J., Tarakemeh, A., Bal, K., Randall, J. y Vopat, B. (2022). A measure of burnout in current NCAA student-athletes. *Kansas Journal of Medicine*, 15(3), 325–330. <https://doi.org/10.17161/kjm.vol15.17784>
  15. Gould, D., Dieffenbach, K. y Moffett, A. (2002). Psychological Characteristics and Their Development in Olympic Champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 172–204. <https://doi.org/10.1080/10413200290103482>
  16. Gustafsson, H., DeFreese, J. y Madigan, D. J. (2017). Athlete burnout: review and recommendations. *Current Opinion in Psychology*, 16, 109–113. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.05.002>
  17. Gustafsson, H., Kenttä, G. y Hassmén, P. (2011). Athlete burnout: an integrated model and future research directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 4(1), 3–24. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2010.541927>
  18. Gustafsson, H., Kenttä, G., Hassmén, P. y Lundqvist, C. (2007). Prevalence of burnout in competitive adolescent athletes. *Sport Psychologist*, 21(1), 21–37. <https://doi.org/10.1123/tsp.21.1.21>
  19. Harriss, D. J., MacSween, A. y Atkinson, G. (2019). Ethical Standards in Sport and Exercise Science Research: 2020 Update. *International Journal of Sports Medicine*, 40(13), 813-817. <https://doi.org/10.1055/a-1015-3123>
  20. Irfan, K. M. y Alparslan, K. M. (2022). Burnout Status of U18 Women’s National Ice Hockey

## ¿Tienen *burnout* los jugadores de voleibol de Andalucía?

- Team Players in Turkey. *Education Quarterly Reviews*, 5(1), 81-89. <https://doi.org/10.31014/aior.1993.05.01.421>
21. Isoard-Gauthier, S., Guillet-Descas, E. y Gustafsson, H. (2016). Athlete burnout and the risk of dropout among young elite handball players. *Sport Psychologist*, 30(2), 123–130. <https://doi.org/10.1123/tsp.2014-0140>
22. Isorna, M., Vázquez, M. J., Pérez, I., Alias, A. y Vaquero, R. (2019). Síndrome de Burnout en piragüistas españoles de alto nivel: prevalencia en función de variables sociodemográficas y de la práctica deportiva. [Burnout syndrome in high-level Spanish canoeists: prevalence as a function of sociodemographic variables and sport practice]. *Psychology, Society and Education* 1(11), 83-97. <https://doi.org/10.25115/psye.v10i1.2070>
23. Koçak, Ç. V. (2019). The relationship between self-efficacy and athlete *burnout* in elite volleyball players. *Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems of Physical Training and Sports*, 23(5), 231–238. <https://doi.org/10.15561/18189172.2019.0504>
24. 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. <https://doi.org/10.1123/jsep.28.1.32>
25. Li, R., Guo, X., Liang, Y., An, Y., Xu, M. y Zhang, B. (2023). The relationship between cumulative family risk and athlete burnout among Chinese college athletes: the mediating role of negative affect. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1251663>
26. Lin, C. H., Lu, F. J. H., Chen, T.W. y Hsu, Y. (2021). Relationship between athlete stress and *burnout*: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1–21. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2021.1987503>
27. Liu M., Zhao, X. y Liu, Z. (2022). Relationship between Psychological Distress, Basic Psychological Needs, Anxiety, Mental Pressure, and Athletic Burnout of Chinese College Football Athletes during the COVID-19 Pandemic. *Sustainability*, 14(12), 7100. <https://doi.org/10.3390/su14127100>
28. Marcelino, R., Mesquita, I. y Afonso, J. (2008). The weight of terminal actions in Volleyball. Contributions of the spike, serve and block for the teams' rankings in the World League 2005. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 8(2), 1–7. <https://doi.org/10.1080/24748668.2008.11868430>
29. Olivares, E. M. (2021). Síndrome de Burnout en deportistas: Análisis de variables psicológicas y psicopatológicas (Burnout syndrome in athletes: Analysis of psychological and psychopathological variables) [Tesis doctoral]. Universidad de Murcia, Murcia. <https://digitum.um.es/digitum/handle/10201/107705>
30. Olivares, E. M., Garcés de los Fayos, E. J., Ortín, F. y De Francisco, C. (2018). Prevalencia de *burnout* a través de dos medidas y su relación con variables sociodeportivas. [Prevalence of *burnout* through two measures and its relationship with socio-sportive variables]. *Universitas Psychologica*, 17(3), 1–9. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy17-3.pbmr>
31. Oliveira, L. dos S., Moura, T. B. M. A., Rodacki, A. L. F., Tilp, M. y Okazaki, V. H. A. (2020). A systematic review of volleyball spike kinematics: Implications for practice and research. *International Journal of Sports Science y Coaching*, 15(2), 239–255. <https://doi.org/10.1177/1747954119899881>
32. Ortín-Montero, F. J. Borrego-Balsalobre, F. J. Álvarez-Arangua, S. Valdivia-Moral, P. y Morales-Baños, V. (2023). Relationship of indicators of ability and experience of military sports skydiving with the psychological state and performance in competition of elite jumpers. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 23(3), 168-183. <https://doi.org/10.6018/cpd.548801>
33. Pedrosa, I. y García-Cueto, E. (2014). Estudio del síndrome de *burnout* en deportistas: Prevalencia y relación con el esquema corporal. [Study of *burnout* syndrome in athletes: Prevalence and relationship with body schema]. *Universitas Psychologica*, 13(1), 135–144.

- <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-1.esbd>
34. Pedrosa, I., Suárez, J., Pérez, B. y García-Cueto, E. (2011). Adaptación preliminar al castellano del Athlete Burnout Questionnaire en futbolistas. [Preliminary adaptation to Spanish of the Athlete Burnout Questionnaire in football players]. *R.E.M.A. Revista Electrónica de Metodología Aplicada*, 16(1), 35–49.
35. Pires, D. A., Ferreira, R. W., de Vasconcelos, Â. S. B. y Penna, E. M. (2019). Dimensões de burnout, estratégias de coping e tempo de prática como atleta federado em jogadores profissionais de futebol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(2), 175-185. <https://doi.org/10.6018/cpd.340741>
36. 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. <https://doi.org/10.1123/jsep.19.4.396>.
37. Roy, I. (2018). *Burnout* syndrome: definition, typology and management. *Soins Psychiatrie*, 39(318), 12–19. <https://doi.org/10.1016/j.spsy.2018.06.005>
38. Sánchez-Alcaraz, B. J. y Gómez-Mármol, A. (2014). Prevalencia del síndrome de *burnout* en tenistas según su orientación motivacional. [Prevalence of *burnout* syndrome in tennis players according to their motivational orientation]. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y del Deporte*: 9(1), 111-122. <https://doi.org/10.1400/218740>
39. Tutte-Vallarino, V., Malán-Ernst, E., Reyes-Bossio, M., Peinado-Portero, A., de Álvaro, J. I., Ortín-Montero, F. J. y Garcés de Los Fayos, E. J. (2022). Relationship between resilience, optimism, and burnout in Pan-American athletes. *Frontiers in Psychology*, 13, 1048033. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1048033>
40. Tyebkhan, G. (2003). Declaration of Helsinki: the ethical cornerstone of human clinical research. *Indian journal of dermatology, venereology and leprology* 69(3), 245-247.
41. Woods, S., Dunne, S., Gallagher, P. y Harney, S. (2022). Is a pandemic as good as a rest? Comparing athlete *burnout* and stress before and after the suspension of organised team sport due to Covid-19 restrictions and investigating the impact of athletes' responses to this period. *Psychology of sport and exercise*, 60, 102168. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102168>
42. World Medical Association (2000). *World Medical Association Declaration of Helsinki. Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects*.
43. Zhao, L., Liu, Z. y Zhang, L. (2022). The effect of the perceived social support on mental health of Chinese college soccer players during the COVID-19 lockdown: The chain mediating role of athlete *burnout* and hopelessness. *Frontiers in Psychology*, 13, 1001020. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1001020>
44. Ziemainz, H., Drescher, A., Schipfer, M. y Stoll, O. (2015). An Explorative Study of Possible Demographic Variables, Sports-Related Situational Variables, and Social Variables as Predictors of Athlete *Burnout* and Its Core Dimensions among German Non-Elite Endurance Athletes. *Advances in Physical Education*, 05(01), 60–69. <https://doi.org/10.4236/ape.2015.51008>