

Detección del síndrome de fatiga crónica y estresores en seleccionados de fútbol de la Asociación de la Universidad Veracruzana

Detection of the syndrome of chronic fatigue and stressors in selected of soccer of Association of the Veracruzana University

*Profesor de Tiempo Completo de la Facultad de Educación Física de la Universidad Veracruzana
Líder del Cuerpo Académico Educación Física y Salud UV-CA-292
**Colaborador del Cuerpo Académico Educación Física y Salud UV-CA-292
LEF egresado de la Facultad de Educación Física de la Universidad Veracruzana
***Colaborador del Cuerpo Académico Educación Física y Salud UV-CA-292. Profesor de Tiempo Completo de la Facultad de Educación Física de la Universidad Veracruzana
****Colaborador del Cuerpo Académico Educación Física y Salud UV-CA-292. Profesor Técnico Académico de la Facultad de Educación Física de la Universidad Veracruzana
*****Colaboradora del Cuerpo Académico Educación Física y Salud UV-CA-292. LEF egresado de la Facultad de Educación Física de la Universidad Veracruzana y Estudiante del Posgrado en Ciencias Aplicadas a la Actividad Física

Julio Alejandro Gómez Figueroa*
Jorge Samuel Chávez Guiot**
Sergio Hernández López***
Luis Quintana Rivera****
Alma Rosa Rivera Girón*****
alexjking@hotmail.com
(México)

Resumen

El presente estudio lleva por objetivo evaluar la presencia del síndrome de fatiga crónica y los agentes de estrés en universitarios que practican fútbol asociación en la Universidad Veracruzana, los cuales fueron seleccionados por conveniencia en la fase de competencia interna de la universidad nacional 2014. Se les administraron dos instrumentos, el primero para detectar los niveles de fatiga mental, despersonalización y la sensación de falta de éxito, así como el inventario de estresores en el deporte. La aplicación se realizó antes de iniciar su fase de competencia bajo la autorización de sus entrenadores y su voluntad de proporcionar la información que se les solicitó. Dentro de los resultados obtenidos se encuentra que; los jugadores de las diversas regiones tienen comportamientos diferentes en relación a la presencia de las dimensiones del síndrome de fatiga crónica así como agentes de estrés homogéneos. Concluyendo que es eminentemente necesario establecer programas de intervención mental para reforzar el rendimiento deportivo mostrado en las fases de competencia Regional y Nacional.

Palabras Clave: Fútbol. Estresores. Fatiga mental.

Abstract

This study carried out to evaluate the presence of chronic fatigue syndrome and stress agents practicing in college football association at the Universidad Veracruzana, which were selected by convenience at the stage of internal competition of the National University 2014. They administered two instruments, the first to detect the levels of mental fatigue, depersonalization and shortness of success as well as the inventory of stressors in sport. The application was performed before starting competition phase under the authority of his coaches and under his willingness to access the information they requested. Among the results obtained is that; players of different regions have different behavior in relation to the presence of the dimensions of chronic fatigue syndrome and homogeneous stress agents. Concluding that is eminently necessary to establish mental intervention programs to enhance athletic performance shown in the phases of Regional and National competition.

Keywords: Soccer. Stressors. Mental fatigue.

Recepción: 29/04/2015 - Aceptación: 24/05/2015

EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 20 - N° 204 - Mayo de 2015. <http://www.efdeportes.com/>

1 / 1

Introducción

La psicología del deporte es una ciencia dedicada fundamentalmente al estudio del comportamiento del ser humano antes, durante y después de la práctica deportiva, sobre todo en la situación de competición, donde los deportistas tratan de aprovechar al máximo sus recursos mentales y su potencial físico (Gómez y Sánchez, 2014).

Esta especialidad de la psicología también se ocupa de la investigación y del abordaje de todos aquellos problemas psicológicos asociados a la práctica deportiva que representan dificultades de interacción sana con los demás, tanto en lo que se refiere a la percepción del mundo, las actitudes hacia uno mismo, la tensión psíquica o el control del estrés, así como a la incapacidad para alcanzar las metas propuestas al inicio de la temporada, la insatisfacción personal o las dificultades para manejarse convenientemente en el contexto deportivo en el que el individuo se desarrolla.

Tal y como lo declara Buceta (1998) que los factores psicológicos que interfieren en el ámbito del deportista joven, estarán influenciados por los sujetos cercanos al deportista como el entrenador, los padres y los amigos. Es por ello que el entorno deportivo se convierte en un medio de influencias socializadoras que juegan un papel destacado en la formación del niño y el joven (Torregrosa y Cruz, 2006). Y no solo para el desarrollo educativo, motriz y competitivo, sino en su actuación psicopedagógica, ya que es una de las variables críticas para lograr que los deportistas jóvenes continúen interesados en la práctica deportiva (Villar y Arroyo, 2003).

Gómez, López, y Martínez (2014) mencionan que hoy en día los estudios sobre el síndrome de fatiga crónica han dado la pauta para que la literatura acerca del Burnout en el contexto deportivo sea cada vez mas, por lo tanto el aumento de información en los últimos años ha sido recabada por los estudios empíricos que siguen siendo relativamente escasos (Goodger, Gorely, Lavallee y Harwood, 2007). Arce y cols. (2009) consideran que la explicación se encuentra en la falta de una definición operacional consistente del constructo del Burnout (Cresswell y cols., 2006) y en consecuencia, de un instrumento de medida universal (Raedeke y Smith, 2001).

El estudio es descriptivo y correlacional pues para Haag (2004) la investigación por correlación proyecta sus propósitos descriptivos. Se

quiere saber qué relación existe entre las variables de un ambiente complejo, que variables pueden ser determinantes para ciertos resultados en otras variables. Los análisis de correlación pueden guiar hacia una visión interna de situaciones complejas, en las cuales diferentes variables constituyen una red de relaciones. Con esta meta todas las correlaciones son calculadas entre todas las variables que juegan un rol, directa o indirectamente. La matriz obtenida de inter-correlaciones es el futuro estudiada o analizada matemáticamente para lograr una mejor comprensión de las interacciones de las variables. En esta fase exploratoria no es necesario tratar de identificar los factores casuales que influyen en estas relaciones; aunque sí se permite presuponer cuáles pueden ser estos.

En tal sentido la investigación por correlación puede considerarse un paso relativamente rápido y económico para investigaciones futuras. Las variables que no correlacionen con el resto no necesitan ser usadas luego, lo que sería importante en el proceso de eliminación de variables irrelevantes o medidas redundantes.

Así mismo las correlaciones pueden también proveer la evidencia para eliminar estas variables en futuras investigaciones diferenciales o experimentales. Las variables que correlacionan con otras pueden ser usadas posteriormente. Las correlaciones también pueden indicar la necesidad de controlar ciertas variables en análisis posteriores, para evitar confusiones eventuales o removerlas de la relación de interés. Estos efectos pueden evitarse al producir muestras homogéneas de estas variables confusas.

Participantes

Se aplicaron los instrumentos de evaluación del Burnout y Estresores en el Deporte a 52 jóvenes futbolistas de las 5 regiones de la Universidad Veracruzana los cuales son parte de los equipos representativos de dicha institución, con la finalidad de conocer el nivel y presencia de burnout así como identificar cuáles son las principales fuentes de estrés en los participantes, los cuales fueron invitados a contestar los instrumentos seleccionados con previa autorización de sus entrenadores.

Instrumento

El instrumento más utilizado es el MBI: Maslach Burnout Inventory. Mide tres aspectos del síndrome: el cansancio emocional, la despersonalización y la realización personal. Se trata de un instrumento de fácil y rápida aplicación (10-15 minutos) que consta de 22 ítems y ha sido adaptado a nuestro país, tiene una fiabilidad cercana a 0,9. Las tres dimensiones del síndrome resultan en tres subescalas bien definidas:

- Subescala emocional. Consta de 9 ítems. Valora la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del deporte. Puntuación máxima 54
- Subescala de despersonalización. Está formada por 5 ítems. Valora el grado en que cada uno reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento. Puntuación máxima 50 puntos.
- Subescala de realización personal. Se compone de 8 ítems. Evalúa los sentimientos de autoeficacia y realización personal en el deporte. Puntuación máxima 48.

Para los estresores en el deporte se utilizó el diseñado por Reynaga (2006) que consta de 21 oraciones que expresan situaciones de estrés en el deporte, donde el participante tiene que elegir el grado de acuerdo o desacuerdo con la idea.

Resultados

Al término de la intervención y de la captura de los datos, se continuó con la presentación de los resultados, los cuales se muestran en tablas, en ellas se realizó un análisis de estadísticos descriptivos y análisis correlacionales a través de la prueba r de Pearson.

En la tabla 1 se observan los resultados de la región Córdoba-Orizaba, siendo el equipo con promedio de edad más joven con 20.43 ± 1.90 , al igual que en los semestres que están cursando los jugadores, ya que el máximo es el 7º semestre y el mínimo el 1º de sus respectivas carreras. Sin embargo es el equipo presenta el mayor promedio Fatiga Mental entre sus jugadores con un 25.00 ± 7.14 . Por otro lado tienen una menor percepción en la falta de éxito con 20.43 ± 6.35 .

Tabla 1. Estadísticos Descriptivos de los Seleccionados de la Región Córdoba-Orizaba

	Edad	Semestre	Fatiga Mental	Despersonalización	Falta de Éxito
Media	20.43	3.14	25.00	12.29	20.43
Error típico	0.72	0.83	2.70	1.58	2.40
Mediana	20	3	25	14	21
Moda	22	1	33	14	28
Desviación estándar	1.90	2.19	7.14	4.19	6.35
Coefficiente de Variación	0.09	0.70	0.29	0.34	0.31
Curtosis	-1.87	0.19	-2.18	-0.56	-1.69
Coefficiente de asimetría	0.15	0.94	-0.01	0.25	0.04
Rango	5	6	17	12	16
Mínimo	18	1	16	7	12
Máximo	23	7	33	19	28
Cuenta	7	7	7	7	7

En la tabla 2 se logra revisar que el equipo de Veracruz es el de mayor promedio de edad con 22.33 ± 0.71 y segundo en semestres cursados por sus jugadores 6.67 ± 2.83 . Tienen una alta valoración en la Fatiga Mental con 24.89 ± 3.52 al igual que la Despersonalización con 13.89 ± 1.90 , siendo el más veterano entre los equipos representativos. Sin embargo la región Veracruz es el equipo con menor percepción de Falta de Éxito con 21.00 ± 2.69 .

Tabla 2. Estadísticos Descriptivos de los Seleccionados de la Región Veracruz

	Edad	Semestre	Fatiga Mental	Despersonalización	Falta de Éxito
Media	22.33	7.22	20.22	12.44	19.78
Error típico	0.53	0.86	1.42	1.07	1.79
Mediana	23	8	19	14	20
Moda	23	9	17	14	22
Desviación estándar	1.58	2.59	4.27	3.21	5.36
Coefficiente de Variación	0.07	0.36	0.21	0.26	0.27
Curtosis	1.54	-0.97	-0.01	3.57	0.28
Coefficiente de asimetría	-1.19	-0.26	0.49	-1.87	-0.34
Rango	5	8	14	10	18
Mínimo	19	3	14	5	10
Máximo	24	11	28	15	28
Cuenta	9	9	9	9	9

En la Tabla 3 se observa que la región de Coahuila de Zaragoza presenta resultados similares a los de la región Veracruz, con un promedio de edad de 22.33 ± 1.58 , los semestres cursados son de 7.22 ± 2.59 , siendo el mínimo de 3º y al máximo de 11º, es decir un rango de 8 periodos, en relación a las dimensiones del síndrome tenemos que; la fatiga mental es media, pues califican con 20.22 ± 4.27 , la despersonalización tiene niveles bajos con un 12.44 ± 3.21 y la sensación de falta de éxito es media con 19.78 ± 5.36 .

Tabla 3. Estadísticos Descriptivos de los Seleccionados de la Región Coahuila de Zaragoza

	Edad	Semestre	Fatiga Mental	Despersonalización	Falta de Éxito
Media	22.33	6.67	24.89	13.89	21.00
Error típico	0.24	0.94	1.17	0.63	0.90
Mediana	22	8	25	14	21
Moda	23	9	25	13	21
Desviación estándar	0.71	2.83	3.52	1.90	2.69
Coefficiente de Variación	0.03	0.42	0.14	0.14	0.13
Curtosis	-0.29	-1.79	1.00	-0.49	0.25
Coefficiente de asimetría	-0.61	-0.67	0.92	0.20	-0.49
Rango	2	6	11	6	9
Mínimo	21	3	21	11	16
Máximo	23	9	32	17	25
Cuenta	9	9	9	9	9

En la Tabla 4 se expresan los resultados de la región de Poza Rica, los cuales presentan un promedio de edad y semestres cursados de 21.55 ± 2.25 y 5.82 ± 3.37 respectivamente, a pesar de tener al jugador con mayor edad entre los participantes (25 años), tienen el menor promedio en Fatiga Mental 18.00 ± 5.16 y Despersonalización 10.18 ± 2.56 , sin embargo poseen la mayor percepción de falta de éxito entre los representativos con 13.55 ± 5.50 .

Tabla 4. Estadísticos Descriptivos de los Seleccionados de la Región Poza Rica

	Edad	Semestre	Fatiga Mental	Despersonalización	Falta de Éxito
Media	21.55	5.82	18.00	10.18	13.55
Error típico	0.68	1.02	1.56	0.77	1.66
Mediana	21	7	19	10	13
Moda	20	7	19	9	9
Desviación estándar	2.25	3.37	5.16	2.56	5.50
Coefficiente de Variación	0.10	0.58	0.29	0.25	0.41
Curtosis	-1.16	-1.13	0.05	0.29	1.32
Coefficiente de asimetría	0.57	-0.61	0.37	-0.46	1.12
Rango	6	9	18	9	18
Mínimo	19	1	10	5	8
Máximo	25	10	28	14	26
Cuenta	11	11	11	11	11

Tabla 5. Estadísticos Descriptivos de los Seleccionados de la Región Xalapa

	Edad	Semestre	Fatiga Mental	Despersonalización	Falta de Éxito
Media	20.63	4.63	20.88	11.56	17.69
Error típico	0.42	0.80	1.47	0.85	1.41
Mediana	20.5	4	21.5	12.5	16.5
Moda	19	7	20	8	11
Desviación estándar	1.67	3.20	5.86	3.39	5.63
Coefficiente de Variación	0.08	0.69	0.28	0.29	0.32
Curtosis	-0.52	-1.57	-0.60	-1.42	-0.83
Coefficiente de asimetría	0.39	0.22	-0.07	-0.27	0.38
Rango	6	9	20	10	19
Mínimo	18	1	11	6	10
Máximo	24	10	31	16	29
Cuenta	16	16	16	16	16

En la Tabla 5 junto con Córdoba, el selectivo de Xalapa es uno de los más jóvenes 20.63 ± 1.67 y 4.63 ± 3.20 en cuanto a los semestres cursados, ellos obtienen promedio de Falta de Éxito, tan alto como el de otros equipos con 17.69 ± 5.63 y tienen un promedio de Despersonalización bajo 11.56 ± 3.39 , con respecto a la Fatiga Mental se ubican en un nivel medio en comparación con los demás representativos con 20.88 ± 5.86 .

Tabla 6. Estadísticos Correlacionales de los Seleccionados de la Región Córdoba-Orizaba

	E-Bajo Rendimiento	E-Necesidad Económica	Edad	Semestre	Fatiga Mental	Despersonalización	Falta de Éxito
Bajo Rendimiento	1						
Necesidad Económica	-0.013	1					
Edad	-0.263	-0.217	1				
Semestre	-0.742	0.017	0.742	1			
Fatiga Mental	-0.638	-0.454	0.074	0.468	1		
Despersonalización	-0.484	-0.128	-0.039	0.430	0.891	1	
Falta de Éxito	-0.686	-0.355	-0.004	0.474	0.989	0.903	1

A continuación se presentan los resultados del análisis correlacional donde tenemos en la tabla 6 se puede observar como la variable del semestre cursado de los jugadores de la región Córdoba-Orizaba se correlaciona de manera significativa con la variable de de Fatiga Mental, obteniendo una $r = 0.468$, la dimensión Despersonalización obtiene una $r = 0.430$ y la Falta de Éxito $r = 0.474$, a diferencia de la variable de la edad, la cual no se comporta de forma dependiente con ninguna dimensión del síndrome de fatiga mental, otra variable que arroja resultados con variables independientes en los jugadores de la región de Córdoba-Orizaba es, el semestre que cursan con el estresor del Bajo Rendimiento de los jugadores con $r = -0.742$, a su vez, este estresor se correlaciona significativamente con la dimensión de Fatiga Mental con una $r = -0.638$, así como con la Despersonalización $r = -0.484$ y falta de Éxito $r = -0.686$. Por último encontramos que en la región Córdoba-Orizaba hay una correlación negativa entre el estresor de la Necesidad Económica y la Fatiga Mental siendo de $r = -0.454$.

En la tabla 7 se muestran los datos de las correlaciones que existen de forma negativa de los jugadores de la Región Veracruz, en la cual se observa que existe una independencia entre las variables del semestre que cursan los jugadores con la dimensión de la Fatiga Mental con una $r = -0.457$, así como también se correlacionan negativamente con la sensación de Bajo Rendimiento $r = -0.550$, mientras que el estresor de la Necesidad Económica se correlaciona negativamente con el semestre que cursan con una $r = -0.639$, del mismo modo hay una correlación positiva entre el Bajo Rendimiento con la dimensión de Fatiga Mental con la $r = 0.459$ y con las Necesidades Económicas $r = 0.668$ de los jugadores, al igual que existe una correlación entre esta última y la Falta de Éxito $r = -0.432$.

Tabla 7. Estadísticos Correlacionales de los Seleccionados de la Región Veracruz

	Bajo Rendimiento	Necesidad Económica	Edad	Semestre	Fatiga Mental	Despersonalización	Falta de Éxito
Bajo Rendimiento	1						
Necesidad Económica	0.668	1					
Edad	0.068	-0.183	1				
Semestre	-0.550	-0.639	0.313	1			
Fatiga Mental	0.459	0.165	0.017	-0.457	1		
Despersonalización	-0.021	-0.068	0.031	-0.287	0.709	1	
Falta de Éxito	0.053	-0.432	-0.066	-0.230	0.541	0.611	1

En la tabla 8, apreciamos entre los resultados una correlación en la que el semestre cursado se comporta de forma independiente con la Despersonalización con una $r = -0.496$ así como con el estresores de la Necesidad Económica, con una $r = -0.620$, de igual manera, la edad sigue comportándose de forma independiente el estresores de la Necesidad Económica con una $r = -0.634$ y el Bajo Rendimiento percibido $r = -0.580$, este último se correlaciona con las Necesidades Económicas de los jugadores de la región Coatzacoalcos con una $r = 0.462$ y su Despersonalización $r = 0.461$.

Tabla 8. Estadísticos Correlacionales de los Seleccionados de la Región Coatzacoalcos

	Bajo Rendimiento	Necesidad Económica	Edad	Semestre	Fatiga Mental	Despersonalización	Falta de Éxito
Bajo Rendimiento	1						
Necesidad Económica	0.462	1					
Edad	-0.580	-0.634	1				
Semestre	-0.398	-0.620	0.805	1			
Fatiga Mental	0.201	-0.219	0.321	-0.073	1		
Despersonalización	0.461	-0.167	-0.255	-0.496	0.668	1	
Falta de Éxito	0.339	-0.150	-0.034	-0.348	0.807	0.844	1

En la tabla 9 se presentan los resultados de las correlaciones realizadas con las variables de los jugadores de la región Poza Rica, observando las que se comportan de forma dependiente e independiente, tal es el caso de las variables del estresor del Bajo Rendimiento de los jugadores con la edad $r = -0.454$, la cual son independientes, así como el semestre que cursan los jugadores de esta región con la dimensión de fatiga mental con una $r = -0.506$. Por ultimo, apreciamos la existencia de una correlación positiva entre la edad promedio de los jugadores con la Despersonalización, encontrando una $r = 0.518$ y con la dimensión de Falta de Éxito con una $r = 0.498$.

Tabla 9. Estadísticos Correlacionales de los Seleccionados de la Región Poza Rica

	E-Bajo Rendimiento	E-Necesidad Económica	Edad	Semestre	Fatiga Mental	Despersonalización	Falta de Éxito
Bajo Rendimiento	1						
Necesidad Económica	0.014	1					
Edad	-0.454	0.138	1				
Semestre	-0.502	0.096	0.647	1			
Fatiga Mental	-0.027	-0.034	-0.241	-0.506	1		
Despersonalización	-0.396	-0.069	0.518	0.039	0.643	1	
Falta de Éxito	-0.144	-0.182	0.498	-0.097	0.543	0.829	1

Por ultimo en la tabla 10 se observan los resultados de la selección de la Región Xalapa, en la cual existe una correlaciones significativas entre el estresor del Bajo Rendimiento con las Necesidades Económicas encontrado una $r = 0.613$, así como con la Fatiga Mental con una $r = 0.463$ y con la Despersonalización $r = 0.533$, todas teniendo un nivel de dependencia significativo.

Tabla 10. Estadísticos Correlacionales de los Seleccionados de la Región Xalapa

	Bajo Rendimiento	Necesidad Económica	Edad	Semestre	Fatiga Mental	Despersonalización	Falta de Éxito
Bajo Rendimiento	1						
Necesidad Económica	0.613	1					
Edad	0.035	-0.256	1				
Semestre	-0.098	-0.323	0.671	1			
Fatiga Mental	0.463	0.235	0.227	0.218	1		
Despersonalización	0.533	0.343	0.075	0.156	0.857	1	
Falta de Éxito	0.350	0.120	0.193	-0.037	0.710	0.762	1

Discusión

En el análisis de los datos arrojados en el estudio y tras ser analizados estadísticamente y mostrados en las tablas, lo más notorio es que en todos los equipos la sensación que tienen los jugadores de un bajo rendimiento personal se ve afectada por su despersonalización, lo cual puede deberse a que al sentir un mal desempeño personal busquen la manera de mejorar de manera individual, dejando atrás el trabajo del equipo y solo se enfoquen en sí mismos, como lo detectó también Garcés de los Fayos en su

estudio Incidencia del síndrome de burnout en el perfil cognitivo en jóvenes deportistas de alto rendimiento (2004), en donde llegó a la conclusión de que los deportistas con mayor incidencia de burnout presentan un menor control del estrés, una menor motivación y les resulta con mayor dificultad poner en práctica su habilidad mental para aumentar su rendimiento en el deporte que practican.

A su vez la sensación de bajo rendimiento afecta, en la mayoría de los equipos a la fatiga mental y las necesidades económicas, lo cual nos puede indicar que el sentirse bajos de su nivel deportivo por un tiempo prolongado les llega a producir un cansancio mental, a la vez que, el pensar en los gastos económicos que pueden surgir con el andar de su carrera (renta, comida, vestimenta etc.) y los relacionados con la práctica deportiva (indumentaria y equipamiento de marca) pueden afectar su rendimiento, lo que podemos llegar a comparar con lo encontrado por Pedrosa y García en su artículo Estudio del síndrome de burnout en deportistas: prevalencia y relación con el esquema corporal donde concluyen que; existe una relación entre el síndrome de agotamiento crónico y una percepción negativa del esquema corporal.

Otro de los aspectos más importantes que se observan es que, las cuestiones académicas que conlleva el semestre que cursan los jugadores, afecta principalmente a los dos equipos con mayor promedio de edad, esto puede ser debido a que, conforme van avanzando en sus licenciaturas las exigencias se vuelven mayores psicológica y económicamente, por lo que puede afectar en su rendimiento deportivo, como lo demuestran también Reynaga y Pando en su estudio "Relación del síndrome de agotamiento crónico (Burnout) con el trastorno psicológico potencial en jóvenes deportistas" (2005), encontrando que el SAC está relacionado significativamente con el tiempo en que el deportista universitario lleva practicando ese deporte.

Conclusiones

Por lo analizado anteriormente se puede concluir que no existe la presencia de Burnout en los jugadores de los equipos representativos de fútbol asociación de la Universidad Veracruzana, ya que sus dimensiones no califican en niveles medios y altos así como los principales agentes de estrés son; la falta de recursos económicos para su manutención y el bajo nivel de competencia, sin embargo es una población vulnerable y propensa a sufrir este padecimiento por diversos agentes de estrés que rodean la vida de un universitario y si a esto se le agrega la práctica extracurricular del deporte como seleccionado, puede llegar a desarrollar mayores índices en las dimensiones del Síndrome de Fatiga Crónica.

Una de las soluciones que puede evitar este problema, basándonos en los datos analizados sería implementar un programa de estímulos económicos, alimenticios, deportivos o académicos, para que los jóvenes que forman parte de las selecciones en su respectivas regiones, o en su defecto a los integrantes del selectivo estatal Halcones UV, siendo este un medio de incentivación para los universitarios. Por último es eminentemente necesario establecer programas de intervención mental para reforzar el rendimiento deportivo mostrado en las fases de competencia Regional y Nacional.

Bibliografía

- Arce C., y Cols. (2009). Adaptación Española del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) para la medida del Burnout en Futbolistas. España: Universidad de Santiago de Compostela.
- Buceta, J. (1998). Cuestiones actuales en la aplicación de la psicología al deporte de competición. Madrid: Dyckinson.
- Cresswell, S.L., y Cols. (2006). The nature of player burnout in rugby: key characteristics and attributions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18(3), 219-239.
- Garcés de Los Fayos, E.J. (1993). Frecuencia de burnout en deportistas jóvenes: Estudio exploratorio. *Revista de Psicología del Deporte*, 4, 55-63.
- Gómez J. y Sánchez M. (2014). Estado actual de las habilidades psicológicas de jugadores de baloncesto del nivel bachillerato. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Año 19 - Nº 192. <http://www.efdeportes.com/efd192/habilidades-psicologicas-de-jugadores-de-baloncesto.htm>
- Gómez J., López A., y Martínez F. (2014). Influencia de las cargas físicas de la pre-temporada, sobre la presencia de burnout en futbolistas de tercera división *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Año 18, Nº 190, Marzo. <http://www.efdeportes.com/efd190/cargas-fisicas-sobre-burnout-en-futbolistas.htm>
- Goodger, K., Gorely, T., Lavallee, D., y Harwood, C. (2007). Burnout in sport: a systematic review. *The Sport Psychologist*, 1(2), 127-151.

- Haag, H. (2004). Metodología de la Investigación para el Deporte y la Ciencia del Ejercicio. Mérida, Venezuela: Edit. Universidad Pedagógico Experimental Libertador.
- Maslach, C., y Jackson, S.E. (1984). Burnout in organizational settings. En S. Oskamp (Ed.): Applied Social Psychology Annual: Applications in organizational settings (Vol. 5, pp. 133-153). Beverly Hills, CA: Sage.
- Raedeke, T.D., y Smith, A.L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. Journal of Sport and Exercise Psychology, 23(4), 281-306.
- Torregrosa, M. y Cruz, J. (2006). El deporte de iniciación como base de la carrera deportiva de adultos activos y deportistas de élite. Psicología y Deporte, pp. 585-602.
- Villar, A. y Arroyo, M. (2003). El entrenador deportivo. Manual práctico para su desarrollo y formación. Barcelona: Inde.