

Síndrome de burnout y frecuencia de lesiones deportivas en futbolistas de clubes profesionales del Perú

Burnout syndrome and the frequency of sports injuries in peruvian soccer players

Miguel A. Figueroa-Solórzano ^{1,a}, Katuska V. Patiño-Bautista ^{1,b}, Karen F. Arteaga-Cisneros ^{1,c}, Alvaro M. Ñaña-Cordova ^{1,2,d}, Betzy C. Torres-Zegarra ^{1,2,e}, Xiomara C. Benavente-Chalco ^{1,2,f}, Fernando M. Runzer-Colmenares ^{1,g}

¹ Facultad de Ciencias de la Salud. Carrera de Medicina Humana, Universidad Científica del Sur. Lima, Perú.

² Sociedad Científica de Estudiantes de Medicina de la Universidad Científica del Sur. Lima, Perú.

^a Médico cirujano. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7067-675X>

^b Médico cirujano. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8567-3260>

^c Estudiante de medicina. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9090-0701>

^d Estudiante de medicina. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1556-0954>

^e Estudiante de medicina. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5958-0754>

^f Estudiante de medicina. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1104-0062>

^g Médico especialista en geriatría. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4045-0260>

An Fac med. 2023;84(3):370-371. / DOI: <https://doi.org/10.15381/anales.v84i3.25698>

Correspondencia:

Fernando M. Runzer Colmenares
frunzer@cientifica.edu.pe

Recibido: 3 de julio 2023

Aprobado: 23 de julio 2023

Publicación en línea: 28 de septiembre 2023

Conflictos de interés: Los autores declaran no tener conflictos de interés

Fuente de financiamiento: Fondo Semilla Beca Cabieses 2020 de la Universidad Científica del Sur, Lima, Perú.

Citar como: Figueroa-Solórzano M, Patiño-Bautista K, Arteaga-Cisneros K, Ñaña-Córdova A, Zegarra-Torres B, Benavente-Chalco X, et al. Síndrome de burnout y frecuencia de lesiones deportivas en futbolistas de clubes profesionales del Perú. An Fac med. 2023;84(3):370-371. DOI: <https://doi.org/10.15381/anales.v84i3.25698>

Sr. Editor,

Las lesiones deportivas son un riesgo habitual en los futbolistas. La lesión y el periodo de recuperación pueden causar la pérdida de actividad en competencias. En el sexo masculino las contusiones son más frecuentes que en el sexo femenino, presentándose una mayor cantidad de lesiones en miembros inferiores, sobre todo en ligamentos y músculos ⁽¹⁾. El desarrollo de estas lesiones trae como consecuencia falta de motivación, sentimientos de preocupación, y generación de cuestionamientos sobre el retorno a la participación deportiva debido al riesgo de volver a lesionarse y el miedo a no alcanzar el estado físico previo a la lesión. Esto a su vez provoca alteraciones del sueño, problemas de estudio y autoculpa. Por lo descrito, la práctica del deporte en la alta competencia podría provocar en el deportista desgaste profesional y síndrome de burnout, que puede ser evaluado mediante escalas de agotamiento, despersonalización y logro personal ⁽²⁾. Además, el burnout se caracteriza porque puede aparecer sin antecedentes de psicopatología debido a que su principal causa es el estrés.

En Suecia se encontró que un 37% de los deportistas presentaron un síndrome de sobreentrenamiento, estancamiento y agotamiento en alguna oportunidad hallándose resultados muy similares tanto en atletas masculinos como femeninos con 35% y 38%, respectivamente. Asimismo, un estudio en Inglaterra reportó que un 29% de deportistas tuvo síndrome de burnout alguna vez en sus carreras. Del mismo modo, en Latinoamérica, Fagundes ⁽³⁾ encontró que la motivación y sobreentrenamiento estuvieron asociadas con el síndrome de burnout y la ansiedad pre-competitiva en futbolistas ⁽⁴⁾.

Durante el 2019-2020 se realizó un estudio observacional, retrospectivo y analítico para determinar la asociación entre lesiones deportivas y síndrome de burnout en futbolistas inscritos en la Federación Peruana de Fútbol (FPF). Se elaboró una entrevista presencial con todos los deportistas inscritos en la FPF en el momento de la recolección de datos y se excluyeron a aquellos que no desearon participar o que se encuentran fuera de la ciudad durante la evaluación. La entrevista fue de elaboración propia y fue aprobada por el comité de ética de la Universidad Científica del Sur.

Se definió el síndrome de burnout con el "Athlete Burnout Questionnaire" (ABQ) que tiene un punto de corte de 30 puntos, este debe ser mayor del promedio calculado en la población estudiada⁽⁵⁾. Asimismo, las lesiones deportivas se definieron como aquellas que ocurrieron durante la práctica de los partidos oficiales. Se evaluaron síntomas depresivos mediante el CESD-7 y las zonas del cuerpo con lesión.

Se revisaron datos de 98 hombres (58%) y 70 mujeres (42%). El 29,2% (n = 49) presentó síndrome de burnout y 44,6% (n = 75) tuvieron alguna lesión durante un partido oficial. El lugar de lesión más frecuente fue los miembros inferiores (36,3%). Respecto al análisis bivariado, la ausencia del síndrome de burnout en deportistas que consideran que el deporte influye positivamente en su salud (86,6%) fue mayor a comparación de los que no lo consideraban positivo (13,5%). El síndrome de burnout fue más frecuente en los que jugaban en posiciones de defensa (23,5%) o ataque (31,1%).

La frecuencia de lesiones deportivas en futbolistas con síndrome de burnout fue de 59,2% (29/49), mientras que en aquellos sin burnout la frecuencia de lesiones fue 38,7% (46/119). Se encontró que las lesiones deportivas se asocian con una probabilidad de 1,71 (IC95%: 1,04 a 2,82) veces de tener síndrome de burnout en un modelo ajustado por apoyo social, puntaje de evaluación de síntomas depresivos, dificultades para entrenar o jugar partidos por alguna lesión, zona de lesión, como considera su salud actualmente, posición que juega actualmente, como percibe los cambios en su salud, y si barrio donde vive es peligroso.

Encontramos que hay mayor probabilidad de tener burnout en deportistas con lesiones durante partidos oficiales. Existiría una relación entre el síndrome de burnout y las lesiones, tanto musculares como articulares, así como otros problemas de salud

y bajo rendimiento⁽⁶⁾. En efecto, también fue descrito en un estudio realizado en Reino Unido en futbolistas ingleses y japoneses hallándose una relación entre lesiones y el síndrome de burnout⁽⁷⁾.

Adicionalmente encontramos que en las personas con síndrome de burnout, las lesiones más frecuentes eran en miembros inferiores. Larruskain⁽⁸⁾ señala que las zonas más lesionadas son los miembros inferiores, entre ellas los muslos, las rodillas, piernas y tobillos, siendo lo más común la lesión muscular.

Según la escala de apoyo social relacionado al deporte, un buen entorno y soporte social en el deportista se asoció con una menor frecuencia de síndrome de burnout. El apoyo social en el ámbito deportivo profesional ha demostrado tener importante relación con aspectos psicológicos diversos como manejo de situaciones de estrés y la motivación permitiendo al deportista afrontar y superar diferentes situaciones antes las competiciones⁽⁹⁾. Además, se considera que un bajo nivel de apoyo social podría ser un factor para identificar de manera temprana a aquellos deportistas que se encuentran en situación de riesgo para desarrollar este síndrome⁽¹⁰⁾.

Con respecto a salud mental encontramos que, la frecuencia de síntomas depresivos en personas con burnout era alta, llegando a un 28,6%. El estudio de Markser⁽¹¹⁾ afirma que la depresión es uno de los trastornos mentales más comunes en el ámbito del deporte. Finalmente, se postula que la carga de trabajo previo a la competencia es similar para todas las posiciones de juego, además es probable que las demandas psicológicas asociadas con la etapa previa a la competencia sean similares para los defensores y delanteros, por lo que el agotamiento físico y emocional se deben probablemente al mayor grado de responsabilidad en determinados momentos decisivos en las competiciones⁽¹²⁾. La principal limita-

ción es que al ser un estudio transversal no explica una causalidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- López-Valenciano A, Ruiz-Pérez I, García-Gómez A, Vera-García FJ, De Ste Croix M, Myer GD, *et al.* Epidemiology of injuries in professional football: a systematic review and meta-analysis. *Br J Sports Med.* 2020; 54(12):711-8. DOI: 10.1136/bjsports-2018-099577.
- Gustafsson H, Madigan DJ, Lundkvist E. Burnout in Athletes. En: *Handbuch Stressregulation und Sport.* Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg; 2018. p. 489-504. DOI: 10.1007/978-3-662-49322-9_24.
- Yang J-H, Yang H-J, Choi C, Bum C-H. Systematic review and meta-analysis on burnout owing to perfectionism in elite athletes based on the multidimensional perfectionism scale (MPS) and athlete burnout questionnaire (ABQ). *Healthcare (Basel).* 2023;11(10):1417. DOI: 10.3390/healthcare11101417
- Koutsimani P, Montgomery A, Georganta K. The relationship between burnout, depression, and anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Front Psychol.* 2019;10. DOI:10.3389/fpsyg.2019.00284
- Dubuc-Charbonneau NM, Durand-Bush N. Exploring levels of student-athlete burnout at two Canadian universities. *Can J High Educ.* 2014;44(2):135-51. DOI: 10.47678/cjhe.v44i2.183864
- Budgett R. Fatigue and underperformance in athletes: the overtraining syndrome. *Br J Sports Med.* 1998;32(2):107-10. DOI: <http://dx.doi.org/10.1136/bjism.32.2.107>
- Tabei Y, Fletcher D, Goodger K. The relationship between organizational stressors and athlete burnout in soccer players. *J Clin Sport Psychol.* 2012;6(2):146-65. DOI: 10.1123/jcsp.6.2.146.
- Larruskain J, Lekue JA, Diaz N, Odriozola A, Gil SM. A comparison of injuries in elite male and female football players: A five-season prospective study. *Scand J Med Sci Sports.* 2018; 28(1):237-45. DOI: 10.1111/sms.12860.
- Pedrosa I, García-Cueto E, Suárez-Álvarez J, Pérez SB. Spanish adaptation of a perceived Social Support Scale in sportspeople. *Psicothema.* 2012;24(3). Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22748742/>
- Cresswell SL, Eklund RC. The athlete burnout syndrome: possible early signs. *J Sci Med Sport.* 2004;7(4):481-7. DOI: 10.1016/s1440-2440(04)80267-6
- Markser VZ. Sport psychiatry and psychotherapy. Mental strains and disorders in professional sports. Challenge and answer to societal changes. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci.* 2011;261(S2):182-5. DOI: 10.1007/s00406-011-0239-x
- Verardi C, Nagamine K, Neiva C, Pessôa Filho D, Domingos N, Ciolac E, *et al.* Burnout and playing position: a study of Brazilian soccer players. *J. Phys. Educ. Sport.* 2014; 14:324-30. DOI: 10.7752/jpes.2014.03049