

## El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo

Maicon Carlin<sup>1</sup> y Enrique J. Garcés de los Fayos Ruiz<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Universidad de León

<sup>2</sup>Universidad de Murcia

**Resumen:** Estudios acerca del síndrome de burnout comenzaron a ser desarrollados a mediados de los años 70, por investigadores preocupados con la salud laboral de trabajadores que realizaban actividades demasiado exigentes. Estos conocimientos fueron trasladados al ámbito deportivo a principio de los años 80, con el objetivo de explicar el mal que afligía a una gran cantidad de deportistas. Aquellos individuos presentaban síntomas caracterizados por agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal. Esto, como consecuencia, llevaba a una disminución progresiva de sus niveles de rendimiento deportivo, hasta ocasionar una retirada prematura de la práctica deportiva. Años más tarde, fueron creados modelos teóricos con el objetivo de explicar determinados parámetros del síndrome de burnout en deportistas. En este trabajo se ofrece una revisión histórica acerca del burnout, desde el ámbito laboral al contexto deportivo.

**Palabras clave:** *Burnout*; contexto laboral; ámbito deportivo; evolución histórica.

**Title:** The burnout syndrome: Historical evolution since the employment context to the sports field.

**Abstract:** Studies conducted on the burnout Syndrome began to be developed in the mid-70s, researchers concerned with the occupational health of workers engaged too demanding. These skills were transferred to the sports field at the beginning of the 80s, to explain the evil that afflicted a large quantity of athletes. Those individuals without symptoms characterized by emotional exhaustion, depersonalization and reduced personal achievement. This consequently, led to a progressive decrease in their levels of athletic performance, to cause a premature withdrawal from the sport. Years later, theoretical models were created with the aim to explain certain parameters of the burnout Syndrome in athletes. This paper offers a historical review of the burnout, from labor to the sports context.

**Key words:** Burnout; employment context; sport field; historical evolution.

### 1. Introducción

En 1974, un médico psiquiatra llamado Herbert Freudenberger que trabajaba como asistente voluntario en la *Free Clinic* de Nueva York para toxicómanos, al igual que otros voluntarios jóvenes e idealistas, observó que al cabo de un periodo más o menos largo, entre uno y tres años, la mayoría sufría una progresiva pérdida de energía, desmotivación, falta de todo interés por el trabajo hasta llegar al agotamiento, junto con varios síntomas de ansiedad y de depresión (Míngote Adán, 1998; Moreno, González y Garrosa, 2001). Según Leiter (1991a), el tipo de trabajo que estas personas hacían se caracterizaba por carecer de horario fijo, contar con un número de horas muy alto, tener un salario muy escaso y un contexto social muy exigente, habitualmente tenso y comprometido. Freudenberger describió cómo estas personas se vuelven menos sensibles, poco comprensivas y hasta agresivas en relación con los pacientes, con un trato distanciado y cínico con tendencia a culpar al paciente de los propios problemas que padece.

Para describir este patrón conductual homogéneo, Freudenberger eligió la misma palabra *Burnout* (“estar quemado”, “consumido”, “apagado”) que se utilizaba también para referirse a los efectos del consumo crónico de las sustancias tóxicas de abuso. Esta era una palabra de uso común en la jerga atlética, deportiva y artística, que hacía referencia a aquellos sujetos que no conseguían los resultados esperados pese al esfuerzo realizado. La psicóloga social Cristina Maslach por aquel entonces, año 1976, estudiaba las respuestas

emocionales de los empleados de profesiones de ayuda a personas. Eligió también el mismo término que utilizaban de forma coloquial los abogados californianos para describir el proceso gradual de pérdida de responsabilidad y desinterés cínico entre sus compañeros de trabajo. *Burnout* era una expresión con gran aceptación social: los afectados se sentían fácilmente identificados con este feliz término descriptivo, no estigmatizador como los diagnósticos psiquiátricos (Maslach y Jackson, 1986).

En las primeras publicaciones realizadas, referentes a la implicación con distintos profesionales, tales como (médicos, enfermeras, trabajadores sociales, profesores, policías, etc.) así como en la divulgación de los medios de comunicación se destacaba más la importancia de las diferencias individuales, como la personalidad previa (perfeccionismo, idealismo, excesiva implicación en el trabajo), que la influencia de las condiciones objetivas de trabajo. Se popularizaron los sentimientos de prevención y de intervención dirigidas a su adecuado afrontamiento. Además, el término *burnout* perdió precisión conceptual, convirtiéndose en un “cajón de sastre”, o mejor aún, en un “cajón desastre” sin consistencia científica, que según Míngote Adán (1998) se asociaba al trabajo directo con personas, tras un tiempo prolongado de alta implicación emocional con el cliente, con alta demanda de exigencias adaptativas y bajas posibilidades de ejercer un control eficaz sobre esta situación, según el paradigma de la indefensión aprendida de Seligman. García-Izquierdo (1991) comenta que el *burnout* es un problema característico de los trabajos de “servicios humanos”, es decir, de aquellas profesiones que deben mantener una relación continua de ayuda hacia el “cliente”. Profesionales, sin duda, más expuestos a riesgos psico-emocionales, como analizaremos posteriormente.

\* Dirección para correspondencia [Correspondence address]: Enrique J. Garcés de los Fayos Ruiz. Facultad de Psicología. Universidad de Murcia. Campus Universitario de Espinardo. 30100 Murcia (España). E-mail: [garcés@um.es](mailto:garcés@um.es)

En la delimitación conceptual del término pueden diferenciarse dos perspectivas: la clínica y la psicosocial (Gil-Monte y Peiró, 1997). La perspectiva clínica lo considera como un estado al que llega el sujeto como consecuencia del estrés laboral, en esta dirección se encaminaron los primeros trabajos de Freudenberger (1974), y de Pines y Aaronson (1988). La perspectiva psicosocial lo considera como un proceso que se desarrolla por la interacción de características del entorno laboral y de orden personal, con manifestaciones bien diferenciadas en distintas etapas como se indica en los trabajos iniciales de Gil-Monte, Peiró y Valcárcel (1995), Golembiewski, Munzenrider y Carter (1983), Leiter (1988); Maslach y Jackson (1981), Schaufeli y Dierendonck (1993), entre otros.

Existe una diferencia clave entre el *burnout* como estado o como proceso, ya que el *burnout* como estado entraña un conjunto de sentimientos y conductas normalmente asociadas al estrés, que plantean un “etiquetamiento” (decir que alguien “está quemado” o *burn-out* sugiere un fenómeno estático, un resultado final), mientras que la concepción como proceso, lo aborda como un particular mecanismo de afrontamiento al estrés que implica fases en su desarrollo (Rodríguez-Marín, 1995; Gil-Monte y Peiró, 1997). Desde esta última perspectiva, el *burnout* podría ser entendido como una respuesta al estrés laboral cuando fallan las estrategias funcionales de afrontamiento habitualmente usadas por el sujeto, comportándose como variable mediadora en la relación estrés percibido y consecuencias.

Un nuevo problema surge paralelo a la definición de *burnout*, y es según Gil-Monte y Peiró (1997) el de diferenciarlo de otros estados con los que suele confundirse, como serían los estados de tedio, depresión, alienación, ansiedad, insatisfacción laboral, fatiga, etc. El proceso de *burnout* supone una interacción de variables afectivas, cognitivo-aptitudinales y actitudinales, que se articulan entre sí en un episodio secuencial. Estos autores señalan que más que un estado, es una particular respuesta a corto y medio plazo al estrés crónico en el trabajo. Y en relación con este último aspecto Farber (1984) señala que el estrés tiene efectos positivos y negativos para la vida pero el *burnout* siempre los muestra negativos.

## 2. Evolución histórica del síndrome de burnout en el contexto organizacional

Veamos en primer lugar, cómo se ha ido desarrollando el concepto de *burnout* desde su origen hasta nuestros días. Para facilitararlo, es importante hablar de las definiciones más significativas. Freudenberger (1974) define *burnout* como, sensación de fracaso y una existencia agotada o gastada que resultaba de una sobrecarga por exigencias de energías, recursos personales o fuerza espiritual del trabajador. Maslach (1976) lo describe cómo el proceso gradual de pérdida de responsabilidad personal, y desinterés cínico entre sus compañeros de trabajo. Pines y Kafry (1978) hablan de una experiencia ge-

neral de agotamiento físico, emocional y actitudinal. Spaniol y Caputo (1979) definieron el *burnout* como el síndrome derivado de la falta de capacidad para afrontar las demandas laborales o personales.

Edelwich y Brodsky (1980) plantean una pérdida progresiva del idealismo, energía y motivos vividos por la gente en las profesiones de ayuda, como resultado de las condiciones del trabajo. Estos autores proponen cuatro fases por las que pasa todo individuo que padece *burnout*: a) entusiasmo, caracterizado por elevadas aspiraciones, energía desbordante y carencia de la noción de peligro; b) estancamiento, que surge tras no cumplirse las expectativas originales, empezando a aparecer la frustración; c) frustración, en la que comienzan a surgir problemas emocionales, físicos y conductuales, con lo que esta fase sería el núcleo central del síndrome; y d) apatía, que sufre el individuo y que constituye el mecanismo de defensa ante la frustración.

Por su parte, Freudenberger (1980b) describe un estado de fatiga o frustración dado por la devoción a una causa, modo de vida o relación que no produce la recompensa deseada. Cherniss (1980) desde otra perspectiva, lo muestra como un proceso transaccional de estrés y tensión en el trabajo, en el que destacan tres momentos: a) desequilibrio entre demandas en el trabajo y recursos individuales (estrés), b) respuesta emocional a corto plazo, ante el anterior desequilibrio, caracterizada por ansiedad, tensión, fatiga y agotamiento, y c) cambios en actitudes y conductas (afrontamiento defensivo). Pines, Aaronson y Kafry (1981) lo asemejan a un estado de agotamiento físico, emocional y mental causado por estar implicada la persona durante largos periodos de tiempo en situaciones que le afectan emocionalmente.

Maslach y Jackson (1981) más tarde lo definieron como respuesta al estrés laboral crónico que conlleva la vivencia de encontrarse emocionalmente agotado, el desarrollo de actividades y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja (actividades de despersonalización), y la aparición de procesos de devaluación del propio rol profesional. Entienden que el *burnout* se configura como un síndrome tridimensional caracterizado por: a) agotamiento emocional, b) despersonalización y c) reducida realización personal. Smith y Nelson (1983a y 1983b) concluyeron que no es posible ofrecer una definición concisa del fenómeno, reseñando la complejidad del síndrome que se intenta concretar.

Brill (1984) conceptúa un estado disfuncional y disfórico relacionado con el trabajo, en una persona que no padece otra alteración psicopatológica mayor, en un puesto de trabajo en el que antes ha funcionado bien, tanto a nivel de rendimientos objetivos como de satisfacción personal, y que luego ya no puede conseguirlo de nuevo, si no es por una intervención externa de ayuda, o por un reajuste laboral: y que está en relación con las expectativas previas. Cronin-Stubbs y Rooks (1985) proponen una respuesta inadecuada, emocional y conductual a los estresores ocupacionales. Smith, Watstein y Wuehler (1986) concluyen que el *burnout* describe un frágil patrón de síntomas, conductas y actitudes

que es único para cada persona, haciendo muy difícil que se pueda aceptar una definición global del síndrome.

Garden (1987) muestra la idea de que una definición de *burnout* es prematura pues existe una ambigüedad en la realidad del síndrome que la investigación hasta el momento no ha permitido esclarecer. Shirom (1989) lo define como consecuencia de la disfunción de los esfuerzos de afrontamiento, de manera que al descender los recursos personales aumenta el síndrome, por lo que la variable de afrontamiento sería determinante en la comprensión del *burnout*. Hiscott y Connop (1989 y 1990) sencillamente entienden el *burnout* como un indicador de problemas de estrés relacionados con el trabajo. Moreno, Oliver y Aragonese (1991) hablan de un tipo de estrés laboral que se da principalmente en aquellas profesiones que suponen una relación interpersonal intensa con los beneficios del propio trabajo. Leiter (1992) lo asemeja a una crisis de autoeficacia. Distanciando así el *burnout* del estrés laboral.

Burke y Richardsen (1993) proponen un proceso que ocurre a nivel individual como una experiencia psicológica envuelta de sensaciones, actitudes, motivos y expectativas, y es una experiencia negativa que da lugar a problemas de *discomfort*. Leal Rubio (1993) resalta una sintomatología depresiva que surge ante lo que el individuo siente como fracaso de sus intervenciones, pérdida de autoestima por la vivencia de que su trabajo y esfuerzo que no son útiles. Garcés de Los Fayos (1994) señala que el *burnout* puede ser similar al estrés laboral o consecuencia de éste. Schaufeli y Buunk (1996) interpretan el *burnout* en términos de comportamiento negativo en la organización, que afectaría no solamente al individuo, sino también a ésta.

Gil-Monte y Peiró (1997) defienden una respuesta al estrés laboral crónico y una experiencia subjetiva interna que agrupa sentimientos, cogniciones y actitudes, y que tiene un cariz negativo para el sujeto al implicar alteraciones, problemas y disfunciones psicofisiológicas con consecuencias nocivas para la persona y para la institución. Mingote Adán (1998) realiza una síntesis de los factores comunes a la mayoría de las definiciones de *burnout*: a) predominan los síntomas disfóricos, y sobre todo, el agotamiento emocional, b) destacan las alteraciones de conducta referentes al modelo asistencial o despersonalización de la relación con el cliente, c) se suelen dar síntomas físicos de estrés psico-fisiológico, como cansancio hasta el agotamiento, malestar general, junto con técnicas paliativas reductoras de la ansiedad residual, como son las conductas adictivas, que a su vez, median en deterioro de la calidad de vida, d) se trata de un síndrome clínico-laboral que se produce por una inadecuada adaptación al trabajo, aunque se dé en individuos considerados presuntamente “normales”, y e) se manifiesta por un menor rendimiento laboral, y por vivencias de baja realización personal, de insuficiencia e ineficacia laboral, desmotivación y retirada organizacional.

Gil-Monte y Peiró (2000) desde la perspectiva psicossocial, consideran el síndrome de *burnout* como un proceso en el que intervienen componentes cognitivo-aptitudinales (baja

realización personal en el trabajo), emocionales (agotamiento emocional) y actitudinales (despersonalización). Peris (2002) enfatiza un trastorno caracterizado por la sobrecarga, y/o desestructura de tareas cognitivas por encima del límite de la capacidad humana. Cuando el estrés laboral sobrepasa las capacidades del individuo a la hora de afrontarlas, puede llegar un periodo de agotamiento extremo que impida realizar las tareas asignadas de un modo correcto. Si además de este bajo rendimiento ocurre un agotamiento emocional, un aumento del sentimiento de despersonalización o cinismo, y baja el sentimiento de eficacia profesional, estaríamos ante el denominado síndrome de *burnout*, “estar quemado” o “desgaste psíquico”. El término *burnout* no es sinónimo de estrés laboral, ni de fatiga ni de alienación o de depresión (Iacovides, Fountoulakis, Kaprinis y Kaprinis, 2003) además de haberse denominado de diversas maneras (ver Gil-Monte, 2005) para una completa lista de nombres para el *burnout*.

Más recientemente, el *burnout* se ha descrito como un síndrome defensivo (mecanismo de defensa) que se manifiesta en las profesiones de ayuda. El riesgo en estas profesiones es que suelen tener una misión ambiciosa y un ideal utópico. La confrontación entre los ideales (conscientes o no) y la realidad laboral pueden conducir a *burnout* (Jaoul, Kovess y Mugen, 2004). Según Aranda (2006) la palabra *burnout* es un término anglosajón que significa estar quemado, desgastado, exhausto, donde se pierde la ilusión por el trabajo. Actualmente, Molina Linde y Avalos Martínez (2007) definen el síndrome de *burnout* como la paradoja de la atención en salud: el profesional de salud se enferma en la misma medida que éste sana a los pacientes. Maslach y Leiter (2008) relacionan el *burnout* especialmente con las características del trabajo, incluyendo alto volumen de trabajo, conflicto y ambigüedad de rol, baja previsibilidad, falta de participación y apoyo social, y experiencia de injusticia.

Como elementos diferenciadores de las distintas definiciones, encontramos por una parte autores que destacan la relación del *burnout* con el estrés laboral, otros que comentan la importancia de los estados disfuncionales asociados al síndrome, los que lo relacionan con una sobrecarga cognitiva para el individuo o por último quienes lo llevan al plano personalizado como crisis de auto-eficacia. Con todo esto, podríamos señalar la inadecuada adaptación al estrés laboral, por cualquiera de los aspectos comentados anteriormente, como factor inherente al desarrollo del *burnout*. De ahí la importancia que adquiere la descripción de los diferentes estresores laborales, de los que la presencia de unos u otros llevarán a la persona, dependiendo de factores individuales, especialmente cognitivos, y de la escasez de recursos de afrontamiento, a desarrollar el síndrome de *burnout*.

Del recorrido histórico anterior podríamos extraer, como conclusión, que el *burnout* sería consecuencia de eventos estresantes que disponen al individuo a padecerlo. Estos eventos podrán ser de carácter laboral, fundamentalmente, ya que la interacción que el individuo mantiene con los diversos condicionantes del trabajo son la clave para la aparición del *burnout*. Es necesaria la presencia de unas “interac-

ciones humanas” trabajador-cliente, intensas y/o duraderas para que el síndrome aparezca. En este sentido, se conceptualiza el *burnout* como un proceso continuo que va surgiendo de una manera paulatina (Arthur, 1990; Ayuso y López, 1993) y que se va “instaurando” en el individuo hasta provocar en éste los sentimientos propios del síndrome. No hay acuerdo unánime en igualar los términos *burnout* y estrés laboral, pero sí cierto consenso en asumir la similitud de ambos conceptos; sin embargo, definiciones como las de Freudenberger (1974), Maslach y Jackson (1981) o Pines *et al.* (1981) parecen indicar que existen matices que les hace difícilmente iguales. De hecho, Singh, Goolsby y Rhoads (1994) concluían que *burnout* y estrés laboral son constructos claramente diferentes.

Al igual que resulta imposible obviar la influencia del estrés diario en nuestras vidas (bien sea positivo o negativo), del mismo modo es imposible hacerlo con el estrés laboral por lo que creemos que el *burnout* no deja de ser más que un problema adaptativo, por inadaptación, a uno o varios estresores laborales que conducen a padecer este síndrome o a desarrollar cualquier otra patología somática o psicopatológica. La inadaptación al estrés de la vida diaria puede conducirnos a una ruptura de pareja, a conflictos familiares, a depresión, etc. Si la inadaptación es al desarrollo de nuestro trabajo nos conducirá, de igual manera, a los trastornos emocionales y psicológicos derivados de las respuestas necesarias para nuestro trabajo, tales como la despersonalización, el cinismo, el agotamiento o fatiga emocional, precursores, o bien resultado, de una falta de realización personal de nuestro trabajo.

A partir de estas conclusiones podemos señalar que: existen diferencias individuales a la hora de percibir el estrés; un mismo individuo en diferentes ocasiones y ante el mismo estresor puede sentirse afectado por él o no; los recursos de afrontamiento pueden ser aprendidos y por supuesto “olvidados” o arrinconados; el individuo puede, o no, poner en práctica todos sus recursos; y, por último, la afectación de esos estresores puede ser crónica o aguda. Determinamos como novedad incluir la variable estrés agudo, dado que a pesar de la cronicidad aparente del síndrome, éste puede “activarse” también tras un estresor agudo importante como, por ejemplo, cambios de servicio o de ambiente de trabajo en profesionales diversos, contacto demasiado próximo a la muerte o al sufrimiento humano, etc., lo que conllevaría al desarrollo del síndrome de una forma más rápida, o al menos de alguna de las dimensiones que lo componen.

Por lo que se refiere a aquellos resultados y consecuencias que han sido detallados por diferentes autores; entre los que cabe destacar a Browning, Ryan, Greenberg y Rolniak, (2006), Firth y Britton (1989), Gil-Monte (2003), Gil-Monte *et al.* (2005), Jackson y Schuler (1983), Kahill (1988), Lewin y Sager (2007), Maslach y Jackson (1981), Maslach, Jackson y Leiter (1996), Melamed, Kushnir y Shirom (1992), Moreno y Peñacoba (1999), Moreno *et al.* (2001), Nowack y Pentkowski (1994), O'Brien (1998), Pines y Maslach (1978), Quatrocchi-Tubin, Jones y Breedlove (1982), Reader, Cuthbertson y

Decruyenaere (2008), Schwab, Jackson y Schuler (1986), Shirom (1989); y Parkes (2001), y sólo a modo de listado, podemos finalizar señalando los principales síntomas que en el contexto organizacional se han propuesto:

- **Síntomas Emocionales:** Depresión, indefensión, desesperanza, irritación, apatía, desilusión, pesimismo, hostilidad, falta de tolerancia, acusaciones a los clientes/pacientes, supresión de sentimientos.
- **Síntomas Cognitivos:** Pérdida de significado, pérdida de valores, desaparición de expectativas, modificación de auto-concepto, pérdida de autoestima, desorientación cognitiva, pérdida de la creatividad, distracción cinismo, criticismo generalizado.
- **Síntomas Conductuales:** Evitación de responsabilidades, absentismo laboral e intenciones de abandonar la organización, desvalorización, auto-sabotaje, desconsideración hacia el propio trabajo, conductas inadaptadas, desorganización, sobre-implicación, evitación de decisiones, aumento del uso de cafeína, alcohol, tabaco y drogas.
- **Síntomas Sociales:** Aislamiento y sentimientos de fracaso, evitación de contactos, conflictos interpersonales, mal-humor familiar, formación de grupos críticos, evitación profesional.
- **Síntomas Psicósomáticos:** Cefaleas, dolores osteomusculares, quejas psicósomáticas, pérdida de apetito, cambios de peso, disfunciones sexuales, problemas de sueño, fatiga crónica, enfermedades cardiovasculares, alteraciones gastrointestinales, aumento de ciertas determinaciones analíticas (colesterol, triglicéridos, glucosa, ácido úrico, etc.).

### 3. Síndrome de *burnout* en deportistas

Desde que Flippin (1981) presentara el primer trabajo centrado en el estudio del *burnout* en deportistas han pasado algo más de 25 años y la consolidación teórica de este constructo en el ámbito de la psicología del deporte es cada vez más evidente. En el ámbito del deporte se han formulado pocas definiciones específicas de *burnout* debido, muy probablemente, a que la mayoría de autores han asumido y adaptado la proveniente del marco teórico general que propusieron Maslach y Jackson (1981). Plantearon un modelo tridimensional del síndrome, según el cual el *burnout* supone la manifestación de agotamiento emocional, despersonalización y reducida realización personal. Esta perspectiva ha encontrado un fuerte apoyo en otros ámbitos, y también ha recibido algún apoyo en el contexto deportivo (Budgett, 2000; Cresswell y Eklund, 2006a, 2007; Maslach, Schaufeli y Leiter, 2001). A partir de éste modelo, Fender (1989) hizo una primera traslación desde el ámbito organizacional al contexto deportivo.

En el ámbito del deporte, sin duda la mayor preocupación en el estudio sistemático del *burnout* ha sido la relación existente entre el padecimiento del síndrome y el abandono de la práctica deportiva, puesto de manifiesto desde la perspectiva motivacional por Garcés de Los Fayos y Cantón (1995). Este interés ha sido más de carácter aplicado que de

investigación básica, nada sorprendente sabiendo que la psicología del deporte es un campo con estos componentes de aplicación. En todos los casos, se entiende que se trata de un problema psicológico realmente importante cuando el deportista se plantea abandonar la práctica de la que tanto disfruta. De hecho, Feigley (1984) establecía que las circunstancias que dan lugar al estrés laboral y las que aparecen en el estrés deportivo muestran características similares, siendo razonables según el autor que dicha similitud también pudiera establecerse cuando analizamos el *burnout* en los contextos deportivos.

En la definición de *burnout* también se ha considerado el síndrome como un “fuego interno” que consume la motivación de los deportistas. Recordemos que una traducción al castellano podría ser “estar quemado” o “estar carbonizado” (Garcés de Los Fayos y Medina, 2002). May (1992) encontró entre los problemas psicológicos tratados en las Olimpiadas de Barcelona, el *burnout* en deportistas olímpicos, que son quizás los deportistas que más profesionalmente entienden su “trabajo”. En otro trabajo, Feigley (1984) hizo referencia a que el síndrome se podía apreciar en deportistas desde la edad de los 10 años. También Cohn (1990) comprueba que las presiones intensas experimentadas durante la infancia efectivamente pueden dar lugar a *burnout*, no sólo en el contexto deportivo sino, por ejemplo, en el escolar.

Una vez consensuada la definición del *burnout*, buena parte de los trabajos de investigación (Garcés de Los Fayos, Jara y Vives, 2006) se han centrado en detectar aquellas variables predictoras del síndrome. Aunque se analizan en el siguiente apartado, se debe recordar que las mismas se han agrupado en tres contextos próximos al deportista: social-familiar, deportivo y personal (interno). Como fue señalado en un trabajo anterior (Garcés de los Fayos y Medina, 2002), Pines *et al.*, (1981) mantenían que “trágicamente el *burnout* impacta precisamente en aquellos individuos que son más idealistas y entusiastas”. Es probable que el deportista, por las circunstancias especiales que vive en su contexto de “trabajo”, tienda a ser “víctima propiciatoria” de este trastorno, entre otras cuestiones porque reúne dos de las características que citaban los autores: idealismo y entusiasmo.

Con relación a las consecuencias asociadas al *burnout*, las complejas interacciones de las variables predictoras anteriormente citadas, su intensidad y frecuencia, así como la percepción más o menos aversiva que el deportista tenga de ellas, provocarán un estado emocional en el deportista que puede facilitar la ocurrencia de *burnout*. En este sentido, Loehr (1990) plantea tres fases en el desarrollo de las consecuencias del síndrome, que se van sucediendo de manera inequívoca: en primer lugar, el sentimiento de entusiasmo y energía empieza a disminuir; en segundo lugar, aparece abandono y angustia, y en tercer lugar, pérdida de confianza y autoestima, depresión, alienación y abandono. Garcés de Los Fayos (1999) recoge las consecuencias del *burnout* que Smith (1986) planteaba en dos grupos diferentes: consecuencias fisiológicas y consecuencias conductuales. Posteriormente, Gould, Tuffey, Udry y Loehr (1996), siguiendo a

éste último autor, indican aquellos aspectos que caracterizan al deportista con *burnout*: problemas físicos (enfermedades y lesiones), insatisfacción con su rol relacionado con el deporte, expectativas incumplidas, disminución de la diversión original, problemas de concentración, negativas sensaciones y componentes afectivos, y sentimientos de aislamiento.

Por último, y en cuanto a la evolución del síndrome de *burnout*, Garcés de Los Fayos (1994 y 1999) llevó a cabo una adaptación del MBI en una muestra de deportistas, apoyándose en el convencimiento que mostraban Caccese y Mayerberg (1984) según los cuales el instrumento más utilizado en el ámbito organizacional, el *Maslach Burnout Inventory* (Maslach y Jackson, 1981), es aplicable al deporte. Se concluyó que, con las pertinentes adaptaciones, el MBI es el instrumento de elección para evaluar la presencia de *burnout* en deportistas, dándose otro nexo de unión para el síndrome en ambos contextos: laboral y deportivo.

Además de lo planteado anteriormente, los datos de diferentes trabajos empíricos de corte descriptivo apuntan a que la importancia del síndrome en deportistas es muy elevada. Jiménez, Jara y García (1995) cifraban la frecuencia del *burnout* en deportistas en el 6%, Garcés de Los Fayos (1999) la situaba en el 7.62%, y recientemente, Medina y García Ucha (2002) la establecen en el 10%. Gustafsson, Kenttä, Hassmén y Lundqvist (2007) encontraron en su estudio con muestra de adolescentes suecos entre 1% y 2%. Aunque poca investigación se ha llevado a cabo para establecer la veracidad de estas conclusiones, un rudimentario análisis basado en un número limitado de estudios, indican que entre el 1% y el 7% de los deportistas de elite pueden sufrir de altos niveles de la condición, mientras que un 15% puede experimentar síntomas moderados (Gould y Dieffenbach, 2002). Son datos que deben conducir, entre otros aspectos, al desarrollo de un modelo teórico que ayude a comprender el origen y desarrollo posterior de este síndrome, y que justifican por sí mismos el hecho de que actualmente los trabajos, en gran medida, se estén orientando a las siguientes cuestiones relacionadas con el síndrome:

1. Desarrollo de estrategias de prevención de la ocurrencia del *burnout* (Lemyre, Matt, Roberts, Stray-Gundersen y Treasure, 2004; McDonald, 2005).
2. Niveles motivacionales asociados a la aparición del síndrome (Cresswell y Eklund, 2005; Harlick y McKenzie, 2000; Lemyre, Roberts y Treasure, 2006).
3. Clima existente en el grupo de referencia y apoyo social general del deportista y existencia de *burnout* (Chen y Chi, 2003; Cresswell y Eklund, 2004; Raedeke y Smith, 2004).

#### 4. Modelos teóricos: Desarrollo y evolución del síndrome de *burnout* en deportistas

Partiendo de los resultados y datos aportados por las distintas investigaciones, que se han resumido en el apartado anterior, y apoyado en una búsqueda exhaustiva desde 1980 (año anterior al primer trabajo existente sobre *burnout* en deportistas) hasta la actualidad, a continuación (Garcés de Los Fayos

y Cantón, 2007), proponen un modelo teórico de carácter tentativo, sin olvidar la existencia de las aportaciones que, en este sentido, se han realizado para, aún parcialmente, explicar parte del proceso del síndrome de *burnout*. Cuatro han sido las propuestas teóricas que han intentado aportar claridad a la comprensión del síndrome:

1. Smith (1986). En su trabajo, el autor parte de una concepción del *burnout* en este ámbito, como la reacción exacerbada ante una situación de estrés crónico. Dado que el deportista percibe su actividad como un balance de costes y beneficios, el *burnout* se originaría cuando dicho balance se percibe desequilibrado y piensa que el aumento de los costes no los va a poder afrontar, siendo los beneficios poco atractivos para que compensen el esfuerzo que tendría que realizar. Según su propuesta, existirían determinados desencadenantes (entre los que podemos destacar dificultades existentes con el entrenador, apoyo social deficiente, excesivas demandas competitivas, o altas demandas de tiempo y energía), que serían valorados cognitivamente por los deportistas de forma negativa, lo que conduciría a una serie de respuestas conductuales, fisiológicas y sociales que derivarían finalmente en la aparición del síndrome de *burnout*.
2. Silva (1990). Ha desarrollado un modelo con un fuerte énfasis en los factores físicos y de entrenamientos, si bien ha reconocido la importancia de los aspectos psicológicos. Este modelo establece que el *burnout* es un producto del entrenamiento excesivo, y que las cargas de entrenamientos pueden tener efectos positivos y negativos. Si se lleva a cabo una adaptación positiva a la carga de entrenamiento esto conducirá a un mejor desempeño, que es el objetivo del entrenamiento, pero un resultado negativo de adaptación eventualmente puede dar lugar al *burnout* o a la retirada de la práctica del deporte. Según Silva, la adaptación negativa se puede describir en un continuo que llevaría a un fracaso inicial de adaptación del cuerpo en afrontar el estrés psicofisiológico llamado sobreentrenamiento, que se manifiestan en “disfunciones psicofisiológicas, caracterizadas fácilmente por los cambios observados en la orientación mental y en el rendimiento físico de los atletas”. El paso final es el *burnout*, que Silva ha definido como “una exhaustiva respuesta psicofisiológica expuesta como resultado de los frecuentes, y a veces extremos, pero en general ineficaces esfuerzos por cumplir, un excesivo entrenamiento y/o las demandas competitivas.
3. Schmidt y Stein (1991). Los autores realizan una propuesta basada en el compromiso deportivo, como variable moduladora tanto del bienestar psicológico como de la aparición del *burnout*. Desde esta perspectiva, lo que pretenden es diferenciar a los deportistas que siguen con su práctica habitual (con niveles de salud psicológica razonables), de aquellos que abandonan (los que no pueden soportar la presión estresante y se retiran), y de aquellos que sufren *burnout* (que seguirían, pero con niveles de problemática psicológica evidente). Es obvio que, en este caso, el compromiso que pueda llegar a sentir el deportista (compromiso motivacional, emocional y conductual) es una variable relevante. Según su propuesta, conforme el compromiso que presenta el deportista sea similar al de las personas significativas de su entorno, más fácil es que se mantengan el equilibrio del balance entre costes y beneficios que el deportista percibe. Si, por el contrario, empieza a percibirse desequilibrio, la tendencia predominante será la propensión a abandonar la práctica deportiva e incluso el abandono definitivo. Si el desequilibrio empieza a ser especialmente significativo (descenso de las recompensas, altos costes, disminución de la satisfacción, descenso de las alternativas al deporte y un aumento evidente de la inversión) las probabilidades de que aparezca *burnout* serán muy elevadas.
4. Coakley (1992). Por último, este autor realiza una propuesta que incide en lo esencial en los procesos sociales que caracterizan el deporte. Entiende que existe una serie de consecuencias de tipo social que estarían en el origen del *burnout*, por lo que este planteamiento se sitúa en un plano superior al individuo, sociológico, a la hora de comprender por qué suceden síndromes como el que nos ocupa. Así, sería la estructura social del deporte la que hace que el contexto del deportista predisponga a experimentar este problema, afectando psicológicamente a la persona. De esta forma, son para el autor las inadecuadas relaciones sociales asociadas al deporte, el negativo control que se ejerce sobre los jóvenes deportistas en cuanto a su vida dentro y fuera del deporte, la ausencia de criterios positivos que poseen los deportistas para valorar por qué participan en el deporte, y la negativa organización de los programas deportivos de alto rendimiento las que facilitarán la ocurrencia del *burnout*. En consecuencia, este síndrome sería un fenómeno social que se da en la competición deportiva debido fundamentalmente a dos factores: por una parte, al deportista le obligan a desarrollar un auto-concepto unidimensional relacionado exclusivamente con el deporte y, por otra parte, se le impide establecer dentro y alrededor del deporte, relaciones que se alejen del control al que está siendo sometida su vida, distanciándose de forma muy evidente de las dos propuestas teóricas descritas anteriormente.
5. Garcés de Los Fayos y Cantón (2007). El modelo teórico tentativo del síndrome de *burnout* en deportistas supera la propuesta realizada hace unos años por Garcés de Los Fayos y Vives (2003), en tanto que ya no existe una dependencia directa con los modelos anteriormente descritos, sino que es un planteamiento novedoso que espera servir de inicio ante lo que deben ser futuras investigaciones que ajusten, asienten y contrasten este modelo. Siguiendo a sus autores, se desprenden los siguientes parámetros para la comprensión del *burnout*: A) Tres grupos de variables predictoras en el origen del síndrome. A lo largo de esta propuesta, recogidas también recientemente en Garcés de Los Fayos (2004), se ha partido de la concepción triple en cuanto a la aparición de variables

predictoras. No es fácil determinar qué grupo tiene una mayor incidencia en el origen del *burnout*, pero sí parece claro que la confluencia de los tres facilita que el desarrollo agudo del mismo afecte de manera considerable al deportista. Trabajos empíricos que permitan análisis multivariados quizás nos permitan establecer el peso diferencial de cada variable y sus interacciones. Desde esta perspectiva, se han destacado las variables de índole familiar/social, las de índole deportivo y las de índole personal, y que dan lugar a situaciones negativas como son el aumento de la percepción de estrés o la falta de satisfacción con el apoyo social, tal como han destacado Raedeke y Smith (2004), o el empeoramiento en la percepción del clima motivacional que señalan autores como Chen y Chi (2003). B) Aparición de las tres dimensiones del *burnout*, de acuerdo a un orden temporal. Garcés de Los Fayos y Jara (2002) parten de la asunción de que son las anteriores variables predictoras las que pueden ocasionar la aparición del *burnout*. Sin embargo, también asumen que esta aparición sigue un cierto desarrollo lógico, puesto que se trata de un proceso (al igual que el estrés) que se produce a lo largo de un continuo temporal. Así, lo primero que va a manifestar el deportista será el agotamiento emocional propio de la dinámica agobiante que supone hacer frente a situaciones que valora como difícilmente superables. Cuando este agotamiento emocional ya está consolidado en el sujeto, la siguiente manifestación evidente será la presencia de la despersonalización. Esta inadecuada estrategia de afrontamiento dará paso al tercer momento del síndrome: nos referimos a la sensación de incapacidad en cuanto a realización personal en el contexto deportivo y que es la "puerta" a la definición concreta de la existencia de *burnout* real y aparente en el deportista. C) Mediación de las variables de personalidad en la incidencia del síndrome. Es evidente que para que se establezca una relación directa entre las variables que están en el origen del síndrome y la aparición de éste, serán las variables de personalidad las que jueguen un papel clave no sólo en dicha relación sino, y quizás sea lo más importante, en el transcurso del *burnout* en cada deportista. En este sentido, Garcés de Los Fayos (1999) ya destacaba las características de personalidad que mejor facilitaban la ocurrencia del mismo, siendo el patrón de personalidad ansiógeno el más característico en los deportistas con este problema. D) Aparición de las consecuencias observables del desarrollo del *burnout*. Tal como indicaban recientemente Garcés de Los Fayos *et al.* (2006), el proceso descrito conducirá a una serie de consecuencias, que podemos observar en los tres grandes ámbitos del deportista: el directamente deportivo, el relacionado con el entorno más inmediato, y por último, el relacionado con componentes personales. En todos los casos, la calidad de vida y la salud, se encontraría mediada por esta forma de experimentar la actividad (Cantón, 2002). E) Casuística singular del abandono. Por último, y dentro de las consecuencias se ha

destacado el final habitual de muchos de los deportistas afectados por *burnout*, cómo ya señalaban hace algún tiempo, Garcés de Los Fayos y Cantón (1995) al abandonar prematuro del deporte. De acuerdo con Cresswell y Eklund (2005) existe una relación directa entre la disminución de la motivación por el deporte, provocada por este síndrome, y aparición de cierto nivel de propensión al abandono definitivo. De igual forma, nos preocupa especialmente cuando esta relación se produce en los deportistas más jóvenes (niños y adolescentes), tal como señalan Lemyre *et al.* (2006), Martin (2004) o Wolf (2003).

## 5. Discusión

Cómo se ha podido observar en esta revisión bibliográfica, el estudio sobre el síndrome de *burnout* se ha desarrollado a lo largo de estos últimos 35 años, tanto en el contexto laboral como en el ámbito deportivo. Pero los problemas relacionados a él continúan cada vez más actuales y evidentes en distintas poblaciones (trabajadores y deportistas). Es cierto, que todas las actividades laborales que necesiten de una gran dedicación por parte de los implicados, donde las exigencias físicas y psicológicas sean constantes, pueden contribuir para que los síntomas clásicos del *burnout* (agotamiento emocional, despersonalización y reducida realización personal) estén presentes (Ahola, Toppinen-Tanner, Huuhtanen, Koskinen y Väänänen, 2009; Conrad y Kellar-Guenther, 2006). Originalmente explorado con el objetivo de ayudar a los profesionales en sus labores, el *burnout* no es un nuevo fenómeno en el estudio del comportamiento humano. Se ha estudiado en una multitud de profesiones, donde las exigencias son las más variadas como en médicos, enfermeros y profesionales sanitarios (Girgis, Hansen y Goldstein, 2009; Ozyurt, Hayran y Sur, 2006; Rosenberg y Pace, 2006), servicios humanos (Ben-Zur y Michael, 2007; Plummer *et al.*, 2008), bomberos, policías y profesiones de salvamento (Burke y Mikkelsen, 2006; Morren, Dirkzwager, Kessels y Yzermans, 2007), abogados, ingenieros y contables (Chan, 2007; Kumar, 2007; Johnson, 2006), tele-operadores de comunicación (Noronha y D'Cruz, 2007), entre otras.

Sin embargo, sólo ha sido durante las dos últimas décadas que los profesionales de la psicología del deporte, han llevado a cabo un aumento en el número de investigaciones en este ámbito. Algunos investigadores han sugerido incluso que el *burnout* se ha convertido en sinónimo de deportistas (Lai y Wiggins, 2003). A través de estos nuevos estudios, la investigación del *burnout* deportivo se ha dirigido hacia una variedad de poblaciones incluyendo entrenadores deportivos (Kania, Meyer y Ebersole, 2009; Kassing y Pappas, 2007; Tashman, Tenenbaum y Eklund, 2009), funcionarios deportivos (O'Connor y Bennie, 2006; Schulz y Auld, 2006) y jóvenes atletas (Baker, 2003; Spray, Wang, Biddle y Chatzisarantis, 2006; Wall y Coté, 2007). La investigación se extiende a una población de atletas olímpicos (Kjormo y Halvari, 2002), y también el papel de las lesiones en el deporte

(Brenner, 2007; Steffen, Pensgaard y Bahr, 2008). Una reciente tendencia en la investigación de atletas como un medio para comprender el *burnout*, ha implicado la utilización de la teoría de metas de logro (Chi y Chen, 2003; Harris y Smith, 2008; Wyner, 2005) y de la teoría de la auto-determinación (Cresswell y Eklund, 2005a, 2005b, 2005c; Lemyre, Treasure y Roberts, 2005). Además, la investigación ha identificado una correlación de *burnout* en atletas que incluye una pérdida de la motivación y el disfrute, fuentes internas y externas de presión, agotamiento físico y mental, cambios de humor, aumento de la ansiedad, sentimientos de baja realización en el deporte, y la apatía hacia la participación en su deporte (Goodger, Gorely, Lavallee y Harwood, 2007; Raedeke y Smith, 2001).

Son numerosos los modelos que intentan teorizar sobre la base conceptual del *burnout* laboral, definiendo las variables que influyen en la aparición de este síndrome y en su mantenimiento. Los modelos teóricos del estrés laboral son el modelo demanda-control (Karasek y Theorell, 1990), el modelo de crisis de gratificación en el trabajo (Siegrist, 1996) y el modelo de la Escuela de Michigan (French y Khan, 1962). Modelos basados en enfoques salutogénicos de salud como el modelo de personalidad resistente *hardy personality* o *hardiness* de Kobasa (1979, 1982) y el modelo de sentido de la coherencia de Antonovsky (1979). Modelos basados en la teoría socio-cognitiva del yo, dentro de este grupo se encuentran el modelo de competencia social de Harrison (1983) y el modelo de Cherniss (1993), a este grupo también pertenece el modelo de Thompson, Page y Cooper (1993). Modelos basados en las teorías del intercambio social como el modelo de comparación social de Buunk y Schaufeli, 1993) o de la teoría de la conservación de recursos (modelo de Hobfoll y Freedy, 1993). Modelos basados en la teoría organizacional son representados por el modelo de Golembiewski, Munzenrider y Carter (1983), el modelo de Cox, Kuk y Leiter (1993), el modelo de Winnubst (1983) y el modelo de Mintzberg (1979). Modelo transaccional del estrés (Lazarus, 1985, 1993, 1999) que presenta cierta similitud con el modelo de RRG de Antonovsky (1979).

En otra esfera, varias teorías de *burnout* en el ámbito deportivo han desempeñado un papel fundamental, en orientar la investigación hacia la comprensión del agotamiento y la influencia de las variables en ellos. Estas teorías han adoptado una perspectiva cognitivo-afectiva (Smith, 1986), una respuesta negativa a la formación de opinión del estrés (Silva, 1990), un punto de vista de atrapamiento del compromiso deportivo (Raedeke, 1997; Schmidt y Stein, 1991), un enfoque del fenómeno social (Coakley, 1992), y el desarrollo temporal del proceso hasta sus consecuencias finales (Garcés de Los Fayos y Cantón, 2007). Partiendo de estas ideas, se propone la posibilidad de diseñar una mejora de los modelos teóricos planteados, basándonos en lo que se ha estudiado hasta la actualidad, y que tenga en cuenta las aportaciones históricas y procesuales señaladas por diversos estudios. Para eso, pensamos que es necesario apoyarse en el entorno social, y en constructos relacionados con el mismo,

tales como la motivación, donde se espera contribuir con contenidos teóricos adicionales, así como con las relaciones sociales motivadoras.

De hecho, las relaciones sociales que los deportistas presentan con otras personas del entorno (padres, entrenadores y compañeros), son extremadamente importantes en la evolución y adherencia en la práctica deportiva. De modo, que cuanto más favorable sea el ambiente deportivo y familiar (clima motivacional), más elevados serán los logros obtenidos por los sujetos. En otros casos, representan un fuerte factor de estrés e influencias negativas en todo el proceso deportivo, contribuyendo en la aparición de *burnout*. Cuando no se consigue mantener un ambiente favorable en la práctica deportiva, se puede decir que esta no está cumpliendo su papel por completo. No obstante, de toda la rivalidad y hostilidad que el deporte proporciona, la práctica deportiva crea un ambiente donde las demandas físicas y mentales son exploradas al máximo, incluso en algunos casos, por la propia presión impuesta por los familiares de los deportistas. Así, de forma precoz, los padres influyen en las decisiones de los hijos cuando practican deporte, hay estudios que demuestran que si los individuos han sido socializados desde la familia en uno o varios deportes, y estos deportes han sido premiados, dicho deporte es más probable que sea incorporado en las generaciones subsiguientes (Smith y Smoll, 2007). Además, si los miembros valorados de los grupos de referencia se encuentran inmersos en una práctica deportiva, estos modelos puede que sean fomentados, aunque a éstos no le sea representativo en el futuro.

En los estudios que comparan familia, pares e influencia del deporte, se sugiere que la familia es más influyente que los pares o la práctica. Los estudios, además, muestran correlaciones positivas entre las percepciones de los hijos de la cantidad de vinculación o interés de los padres hacia el deporte, y los niveles de participación deportiva de los hijos (Conroy y Coatsworth, 2006; Gallimore y Tharp, 2004). El interés hacia el deporte de alguno de los padres parece ser particularmente importante para los hijos de su mismo género (Torregrosa y Cruz, 2006). A partir de la adolescencia parece que la influencia de la familia comienza a declinar y el grupo de pares se vuelve muy importante, especialmente los iguales del mismo género (Duda y Balaguer, 2007; Smith y Smoll, 2007). A este respecto, los trabajos realizados por Smith, Balaguer y Duda (2006) y Weis y Smith (2002) destacan la importancia del grupo de iguales en la práctica, y en la motivación deportiva. Estas investigaciones parecen confirmar que el grupo de iguales en la adolescencia proporciona apoyo, y sirve como fuente de reconocimiento social. Además, la influencia de los procesos de socialización de los compañeros se hace más notoria en esta fase (Weiss y Williams, 2004).

Los entrenadores son un ejemplo clásico de influencia psicológica en los resultados de los atletas, además se pone de manifiesto que los entrenadores con credibilidad (Jansen y Dale, 2002), que generan más clima de implicación a la tarea tienen un estilo de comunicación basado en el apoyo,

las instrucciones y la cantidad relativamente baja de punición. Dichos entrenadores determinan que los jóvenes se diviertan más y estén más comprometidos con la práctica deportiva, reduciendo así el riesgo potencial de incidencia de *burnout* (Wuerth, Lee y Alfermann, 2004). Jóvenes deportistas que perciben niveles altos de clima motivacional de implicación a la tarea, y significativamente superiores a los niveles de clima motivacional de implicación al ego, presentan mejor relación con el grupo de compañeros. Lo que demuestra que, aun en los niveles altos de rendimiento como es el caso de la práctica deportiva de competición, la percepción de un clima de implicación a la tarea no es contradictoria con la búsqueda del rendimiento (Smith, Balaguer y Duda, 2006).

Es decir, un clima de implicación a la tarea alta se relaciona con un entrenador que da muchas instrucciones y apoya a sus deportistas, mientras que un clima de implica-

ción al ego alto, se relacionaría con entrenadores que castigan mucho y dan poco apoyo. Para que los jóvenes se diviertan y tengan menores niveles de estrés, es necesario que se genere un clima de implicación basado en el esfuerzo y la auto-referencia, evitando que el clima de implicación se base exclusivamente en el resultado y en superar a los demás. Además, es importante que los entrenadores en los entrenamientos y competiciones apoyen bastante a sus deportistas (Smith, Smoll y Cumming, 2007). Queda para los padres, directivos y entrenadores, crear estrategias para que los jóvenes deportistas desarrollen sus habilidades técnicas, evolucionen en el deporte, y sobre todo se diviertan, además de sentirse libres para retirarse de esta práctica, cuando sientan que esta no les trae más beneficios, y esta será, muy probablemente, una línea de investigación futura necesaria de abordar.

## Referencias

- Ahola, K., Toppinen-Tanner, S., Huuhtanen, P., Koskinen, A. y Väänänen, A. (2009). Occupational burnout and chronic work disability: An eight years cohort study on pensioning among Finnish forest industry workers. *Journal of Affective Disorders*, 115, 150-159.
- Antonovsky, A. (1979). *Health, stress and coping*. San Francisco: Jossey Bass.
- Aranda, C. (2006). Diferencias por sexo, Síndrome de burnout y manifestaciones clínicas, en los médicos familiares de dos instituciones de salud, Guadalajara, México. *Revista Costarricense de Salud Pública*, 15, 1-7.
- Arthur, N. M. (1990). The assessment of burnout: A review of three inventories useful for research and counselling. *Journal of Counselling and Development*, 69 (2), 186-189.
- Ayuso, J. L. y López, J. (1993). Síndrome de burnout y SIDA. *Cuadernos de Medicina Psicosomática*, 27, 42-46.
- Baker, J. (2003). Early specialization in youth sport: A requirement for adult expertise? *High Ability Studies*, 14, 85-94.
- Ben-Zur, H. y Michael, K. (2007). Burnout, social support, and coping at work among social workers, psychologists, and nurses: The role of challenge/control appraisals. *Social Work in Health Care*, 45(4), 63-82.
- Brenner, J. S. (2007). Overuse injuries, overtraining, and burnout in child and adolescent athletes. *Pediatrics*, 119(6), 1242-1245.
- Brill, P. L. (1984). The need for an operational definition of burnout. *Family and Community Health*, 6, 12-24.
- Browning, L., Ryan, C. S., Greenberg, M. S. y Rolniak, S. (2006). Effects of cognitive adaptation on the expectation-burnout relationship among nurses. *Journal of Behavioral Medicine*, 29(2), 139-150.
- Budgett, R. (2000). Overtraining and chronic fatigue: The Unexplained Underperformance Syndrome (UPS). *International Sportmed Journal* (Champaign, Ill.); August, vol. 1.
- Burke, R. J. y Mikkelsen, A. (2006). Burnout among Norwegian police officers: Potential antecedents and consequences. *International Journal of Stress Management*, 13(1), 64-83.
- Burke, R. J. y Richardsen, A. M. (1993). Psychological burnout in organizations. En R. T. Golembiewski (Ed.), *Handbook of organizational behaviour* (pp. 263-299). New York: Marcel Dekker.
- Buunk, B. P. y Schaufeli, W. B. (1993). Burnout: A prospective from social comparison theory. En W. B. Schaufeli, C. Maslach y T. Marek (Eds.), *Professional burnout: Recent developments in theory and research* (pp. 53-69). London: Taylor y Francis.
- Caccese, T. M. y Mayerberg, C. K. (1984). Gender differences in perceived burnout of college coaches. *Journal of Sport Psychology*, 6, 279-288.
- Cantón, E. (2002). Deporte, salud, bienestar y calidad de vida. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 1, 27-38.
- Chan, D. W. (2007). Burnout, self-efficacy, and successful intelligence among Chinese prospective and in-service school teachers in Hong Kong. *Educational Psychology*, 27(1), 33-49.
- Chen, Y. L. y Chi, L. (2003). The relationships of goal orientation and perceived motivational climate to burnout tendency among elite basketball players. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 40-41.
- Cherniss, C. (1980). *Staff Burnout*. London: Sage Publications.
- Cherniss, C. (1993). The role of professional self-efficacy in the etiology of burnout. En W. B. Schaufeli, C. Maslach y T. Marek (Eds.), *Professional burnout: Recent developments in theory and research* (pp. 135-149). London: Taylor y Francis.
- Chi, L. y Chen, Y. L. (2003). The relationship of goal orientation and perceived motivational climate to burnout tendency among elite basketball players [Abstract]. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 25(suppl. 1), S40-S41.
- Coakley, J. J. (1992). Burnout among adolescent athletes: A personal failure or social problem? *Sociology of Sport Journal*, 9, 271-285.
- Cohn, P. J. (1990). An exploratory study on sources of stress and athlete burnout in youth golf. *Sport Psychologist*, 4, 95-106.
- Conrad, D. y Kellar-Guenther, Y. (2006). Compassion fatigue, burnout, and compassion satisfaction among Colorado child protection workers. *Child Abuse & Neglect*, 30, 1071-1080.
- Conroy, D. E. y Coatsworth, J. D. (2006). Coach training as a strategy for promoting youth social development. *The Sport Psychologist*, 20, 128-144.
- Cox, T., Kuk, G. y Leiter, M. (1993). Burnout, Health, Work Stress and Organizational Healthiness. En W. B. Schaufeli, C. Maslach y T. Marek (Eds.), *Professional Burnout: recent developments in theory and research*. London: Taylor & Francis.
- Cresswell, S. L. y Eklund, R. C. (2004). The athlete burnout syndrome: Possible early signs. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 7, 481-487.
- Cresswell, S. L. y Eklund, R. C. (2005a). Motivation and burnout among top amateur rugby players. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 37, 469-477.
- Cresswell, S. L. y Eklund, R. C. (2005b). Motivation and burnout in professional rugby players. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 76, 370-376.
- Cresswell, S. L. y Eklund, R. C. (2005c). Changes in athlete burnout and motivation over a 12-week league tournament. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 37, 1957-1966.
- Cresswell, S. L. y Eklund, R. C. (2006a). The nature of player burnout in rugby: Key characteristics and attributions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18, 219-239.
- Cresswell, S. L. y Eklund, R. C. (2007). Athlete burnout: A longitudinal qualitative study. *The Sport Psychologist*, 21, 1-20.
- Cronin-Stubbs, D. y Rooks, C. (1985). The stress, social support, and burnout of critical care nurses. *Heart and Lung*, 14, 31-39.
- Duda, J. L. y Balaguer, I. (2007). Coach-created motivational climate. En S. Jowet y D. Lavallee (Eds.), *Social Psychology in Sport* (pp. 117-130). Champaign, IL: Human Kinetics.

- Edelwich, J. y Brodsky, A. (1980). *Burnout: Stages of disillusionment in the helping professions*. Nueva York: Human Sciences Press.
- Farber, B. A. (1984). Stress and burnout in suburban teachers. *Journal of Educational Research*, 77(6), 325-331.
- Feigley, D. A. (1984). Psychological burnout in high-level athletes. *Physician and Sport Medicine*, 12, 109-119.
- Fender, L. K. (1989). Athlete burnout: Potential for research and intervention strategies. *Sport Psychologist*, 3, 63-71.
- Firth, H. y Britton, P. (1989). Burnout absence and turnover among British nursing staff. *Journal of Occupational Psychology*, 62(1), 23-28.
- Flippin, R. (1981). Burning out. *The Runner*, 32, 77-83.
- French, J. R. P. y Khan, R. L. (1962). A programmatic approach to studying the industrial environment and mental health. *Journal of Social Issues*, 18, 1-47.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.
- Freudenberger, H. J. (1980b). *Burnout: The high cost of high achievement*. Garden City, New York: Doubleday.
- Gallimore, R. y Tharp, R. (2004). What a coach can teach a teacher, 1975-2004: Reflections and reanalysis of John Wooden's teaching practices. *The Sport Psychologist*, 18, 119-137.
- Garcés de Los Fayos, E. J. (1994). *Burnout: Un acercamiento teórico-empírico al constructo en contextos deportivos*. Tesis de Licenciatura. Murcia: Universidad de Murcia.
- Garcés de Los Fayos, E. J. (1999). *Burnout en deportistas: Un estudio de la influencia de variables de personalidad, sociodemográficas y deportivas en el síndrome*. Tesis Doctoral. Murcia: Universidad de Murcia.
- Garcés de Los Fayos, E. J. (2004). *Burnout en deportistas: Propuesta de un sistema de evaluación e intervención integral*. Madrid: EOS.
- Garcés de Los Fayos, E. J. y Cantón, E. (1995). El cese de la motivación: El síndrome de burnout en deportistas. *Revista de Psicología del Deporte*, (7-8), 147-154.
- Garcés de Los Fayos, E. J. y Cantón, E. (2007). Un modelo teórico-descriptivo del burnout en deportistas: Una propuesta tentativa. *Información Psicológica*, (91-92), 12-22.
- Garcés de Los Fayos, E. J. y Jara, P. (2002). Agotamiento emocional y sobreentrenamiento: Burnout en deportistas. En A. Olmedilla, E. J. Garcés de Los Fayos y G. Nieto (Coord.), *Manual de Psicología del Deporte* (pp. 337-349). Murcia: Diego Marín.
- Garcés de Los Fayos, E. J., Jara, P. y Vives, L. (2006). Deporte y burnout. En E. J. Garcés de Los Fayos, A. Olmedilla y P. Jara (Coord.), *Psicología y Deporte*. Murcia: Diego Marín.
- Garcés de Los Fayos, E. J. y Medina, G. (2002). Principios básicos a aplicar en el desarrollo de programas de intervención y prevención en deportistas con el síndrome de burnout: Propuestas desde una perspectiva transnacional. *Revista de Psicología del Deporte*, 11(2), 259-267.
- Garcés de los Fayos, E. J. y Vives, L. (2003). Hacia un modelo teórico explicativo de burnout en deportistas: Una propuesta integradora. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2(2), 221-242.
- García Izquierdo, M. (1991). Burnout en profesionales de enfermería de centros hospitalarios. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 7 (18), 3-12.
- Garden, A. (1987). Depersonalization: A valid dimension of burnout? *Human Relations*, 40(9), 545-560.
- Gil-Monte, P. R. (2003). Sentimientos de culpa: Un síntoma relevante en el proceso del síndrome de quemarse por el trabajo (burnout). Trabajo presentado en el VIII Congreso de Psicología Social. Torremolinos: Málaga.
- Gil-Monte, P. R. (2005). *El Síndrome de Quemarse en el Trabajo (burnout)*. Madrid: Psicología Pirámide.
- Gil-Monte, P. R., Carretero, N., Roldán, M. D. y Núñez-Román, E. (2005). Prevalencia del síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) en monitores de taller para personas con discapacidad. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 21, 107-123.
- Gil-Monte, P. R. y Peiró, J. M. (1997). *Desgaste psíquico en el trabajo: El síndrome de quemarse*. Madrid: Síntesis.
- Gil-Monte, P. R. y Peiró, J. M. (2000). Un estudio comparativo sobre criterios normativos y diferenciales para el diagnóstico del síndrome de quemarse por el trabajo (Burnout) según el MBI-HSS en España. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 2(16), 135-149.
- Gil-Monte, P. R., Peiró, J. M. y Valcárcel, P. (1995). A causal model of burnout process development: An alternative to Golembiewski and Leiter Models. Trabajo presentado en el VII Congreso Europeo sobre Trabajo y Psicología Organizacional. Győr: Hungría.
- Girgis, A., Hansen, V. y Goldstein, D. (2009). Are Australian oncology health professionals burning out? A view from the trenches. *European Journal of Cancer*, 45, 393-399.
- Golembiewski, R. T., Munzenrider, R. y Carter, D. (1983). Phases of progressive burnout and their work site co-variants: Critical issues in OD research and praxis. *Journal of Applied Behaviour Science*, 19(4), 461-481.
- Goodger, K., Gorely, T., Lavalley, D. y Harwood, C. (2007). Burnout in sport: A systematic review. *The Sport Psychologist*, 21, 127-151.
- Gould, D. y Dieffenbach, K. (2002). Overtraining, under recovery, and burnout in sport. En M. Kellman (Ed.), *Enhancing recovery: Preventing underperformance in athletes* (pp. 25-35). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gould, D., Tuffey, S., Udry, E. y Loehr, J. (1996). Burnout in competitive junior tennis players: II. Qualitative analysis. *The Sport Psychologist*, 10, 341-366.
- Gustafsson, H., Kenttä, G., Hassmén, P. y Lundqvist, C. (2007). Prevalence of burnout in adolescent competitive athletes. *The Sport Psychologist*, 20, 21-37.
- Harlick, M. y McKenzie, A. (2000). Burnout in junior tennis: A research report. *New Zealand Journal of Sport Medicine*, 28, 36-39.
- Harris, B. S. y Smith, M. L. (2008). *The influence of motivational climate and goal orientation on burnout: An exploratory analysis among division I collegiate student-athletes*. Manuscript submitted for publication.
- Harrison, W. D. (1983). A social competence model of burnout. En B. A. Farber (Ed.), *Stress and burnout in the human services professions* (pp. 29-39). New York: Pergamon Press.
- Hiscott, R. y Connop, P. (1989). Job stress and occupational burnout. Gender differences among mental health professionals. *Sociology and Social Research*, 74(1), 10-15.
- Hiscott, R. y Connop, P. (1990). The health and wellbeing of mental health professionals. *Canadian Journal of Public Health*, 81, 422-426.
- Hobfoll, S. E. y Freedy, J. (1993). Conservation of resources: A general stress theory applied to burnout. En W. B. Schaufeli, C. Maslach y T. Marek (Eds.), *Professional burnout: Recent developments in theory and research* (pp. 115-129). London: Taylor y Francis.
- Iacovides, A., Fountoulakis, K. N., Kaprinis, S. T. y Kaprinis, G. (2003). The relationship between job stress, burnout and clinical depression. *Journal of Affective Disorders*, 75, 209-221.
- Jackson, S. E. y Schuler, R. S. (1983). Preventing employee burnout. *Personnel*, 60(2), 58-68.
- Jansen, J. y Dale, G. A. (2002). *The seven secrets of successful coaches*. Tucson, Az: Winning the Mental Game.
- Jaoul, G., Kovess, V. y Mugen, F. S. P. (2004). Le burnout dans la profession enseignante. *Annales Médico-Psychologiques*, 162, 26-35.
- Jiménez, G., Jara, P. y García, C. (1995). Variables relevantes en el contexto deportivo y síndrome de burnout. Estudio presentado en el V Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte. Valencia.
- Johnson, T. M. (2006). Burnout syndrome. *British Dental Journal*, 200(11), 600.
- Kahill, S. (1988). Symptoms of professional burnout: A review of the empirical evidence. *Canadian Psychology*, 29, 284-297.
- Kania, M. L., Meyer, B. B. y Ebersole, K. T. (2009). Personal and environmental characteristics predicting burnout among certified athletic trainers at national collegiate athletic association institutions. *Journal of Athletic Training*, 44(1), 58-66.
- Karasek, R. y Theorell, T. (1990). *Healthy work: stress, productivity, and the reconstruction of working life*. New York: Basic Books.
- Kassing, J. W. y Pappas, M. E. (2007). "Champions are built in the off-season": An exploration of high school coaches memorable messages. *Human Communication*, 10(4), 537-546.
- Kjormo, O. y Halvari, H. (2002). Relation of burnout with lack of time for being with significant others, role conflict, cohesion, and self-confidence, among Norwegian Olympic athletes. *Perceptual and Motor Skills*, 94, 795-804.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality and health. An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 31, 1-11.

- Kobasa, S. C. (1982). The hardy personality: toward a social psychology of stress and health. En S. Sanders y J. Suls (Eds.), *Social psychology of health and illness*. Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Kumar, S. (2007). Burnout in psychiatrics. *World Psychiatry*, 6(3), 186-189.
- Lai, C. y Wiggins, S. (2003). Burnout perceptions over time in NCAA division I soccer players. *International Sports Journal*, 7, 120-127.
- Lazarus, R. S. (1985). *Stress, appraisal and coping capacities. A scientific debate: How to define stress research*. National Institute of Mental Health Center for Prevention Research. Washington, D.C.: US Department of Health and Human Services, Public Health Service.
- Lazarus, R. S. (1993). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual Review of Psychology*, 44, 1-21.
- Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotion: A new synthesis*. New York: Springer.
- Leal Rubio, J. (1993). Equipos comunitarios: ¿Un ilusión sin porvenir, un porvenir sin ilusión? En *Salud Mental y Servicios Sociales: El espacio comunitario*. Barcelona: Diputación de Barcelona.
- Leiter, M. P. (1988). Burnout as a function of communication patterns. *Group and Organization Studies*, 13(1), 111-128.
- Leiter, M. P. (1991a). Coping patterns as predictors of burnout: The function of control and escapist coping patterns. *Journal of Organizational Behaviour*, 9, 297-308.
- Leiter, M. P. (1992). Burnout as a crisis in self-efficacy-conceptual and practical implications. *Work and Stress*, 6(2), 107-116.
- Lemyre, P. N., Matt, K., Roberts, G. C., Stray-Gundersen, J. y Treasure, D. C. (2004). Overtraining and burnout in elite athletes: When physiology meets psychology. En V. Klisouras (Ed.), *Pre-Olympic Congress*. Tesalónica (Greece): Aristotle University of Thessaloniki.
- Lemyre, P. N., Roberts, G. C. y Treasure, D. C. (2006). Influence of variability in motivation and affect on elite athlete burnout susceptibility. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28, 32-48.
- Lemyre, P., Treasure, D. y Roberts, G. (2005). Influence of variability in motivation and affect on elite athlete burnout susceptibility. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28, 32-48.
- Lewin, J. E. y Sager, J. K. (2007). A process model of burnout among salespeople: Some new thoughts. *Journal of Business Research*, 60, 1216-1224.
- Loehr, J. (1990). *El Juego Mental*. Madrid: Tutor.
- Martin, J. (2004). Burnout ahead? For many youngsters, playing soccer has become(sic) a year-round commitment. *Soccer Journal*, 49, 7-8.
- Maslach, C. (1976). Burned-out. *Human Behavior*, 5, 16-22.
- Maslach, C. y Jackson, S. E. (1981). *Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto, California: Consulting Psychological Press.
- Maslach, C. y Jackson, S. E. (1986). *Maslach Burnout Inventory*, 2nd Ed. Palo Alto, California: Consulting Psychological Press.
- Maslach, C., Jackson, S. E. y Leiter, M. P. (1996). *The Maslach Burnout Inventory Manual*. Palo Alto, California: Consulting Psychological Press.
- Maslach, C. y Leiter, M. P. (2008). Early predictors of job burnout and engagement. *Journal of Applied Psychology*, 93, 498-512.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B. y Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
- May, J. R. (1992). Delivery of psychological services to the U.S. Olympic Team at the 1992 summer Olympic Games: Barcelona, Spain. *Revista de Psicología del Deporte*, 2, 47-52.
- McDonald, S. (2005). Avoiding and overcoming burnout. *Ultrarunning*, 25, 8-9.
- Medina, G. y García Ucha, F. (2002). Burnout, locus de control y deportistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2(2), 29-42.
- Melamed, S., Kushnir, T. y Shirom, A. (1992). Burnout and risk factors for cardiovascular diseases. *Behavior Medicine*, 18, 53-60.
- Mingote Adán, J. C. (1998). Síndrome de burnout o síndrome de desgaste profesional. *Formación Médica Continuada*, 5(8), 493-508.
- Mintzberg, H. (1979). *The structuring of organizations*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall.
- Molina Linde, J. M. y Avalos Martínez, F. (2007). Satisfacción laboral y desgaste profesional del personal de enfermería. *Revista Tesela*, 1(1). <<http://www.index-f.com/tesela/ts1/ts6327.php>> Consulta: 6 de Mayo de 2009.
- Moreno, B., González, J. L. y Garrosa, E. (2001). Desgaste profesional (burnout), personalidad y salud percibida. En J. Buendía y F. Ramos (Eds.), *Empleo, Estrés y Salud* (pp. 59-83). Madrid: Pirámide.
- Moreno, B., Oliver, C. y Aragonese, A. (1991). El burnout, una forma específica de estrés laboral. En G. Buela-Casal y V. E. Caballo (Eds.), *Manual de Psicología Clínica Aplicada* (pp. 271-285). Madrid: Siglo XXI de España Editores, S.A.
- Moreno, B. y Peñacoba, C. (1999). El estrés asistencial en los servicios de salud. En M. A. Simón (Ed.), *Manual de Psicología de la Salud. Fundamentos, metodología y aplicaciones* (pp. 739-741). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Morren, M., Dirkzwager, A. J. E., Kessels, F. J. M. y Yzermans, J. (2007). The influence of a disaster on the health of rescue workers: a longitudinal study. *Canadian Medical Association Journal*, 176(9), 1279-1283.
- Noronha, E. y D'Cruz, P. (2007). Reconciling dichotomous demands: telemarketing agents in Bangalore and Mumbai, India. *The Quality Report*, 12(2), 255-280.
- Novack, K. M. y Pentkowski, A. M. (1994). Lifestyle habits, substance use and prediction of job burnout in professional working women. *Work and Stress*, 8, 19-35.
- O'Brien, G. E. (1998). El estrés laboral como factor determinante de la salud. En J. Buendía (Ed.), *Estrés Laboral y Salud* (61-77). Madrid: Biblioteca Nueva.
- O'Connor, D. y Bennie, A. (2006). The retention of youth sport coaches. *Change: Transformations in Education*, 9(1), 27-38.
- Ozyurt, A., Hayran, O. y Sur, H. (2006). Predictors of burnout and job satisfaction among Turkish physicians. *QJM: An International Journal of Medicine*, 99, 161-169.
- Peiró, C. (1999). La teoría de las perspectivas de meta y la educación física: Un estudio sobre los climas motivacionales. *Revista de Psicología Social Aplicada*, 9 (1), 25-44.
- Peris, M. D. (2002). El número 7±2 como explicación cognitiva (LMCP) del síndrome de burnout y de PTSD. Ponencia presentada en la *Jornada de Debate Multidisciplinar sobre Mobbing*. Universitat Jaime I de Castellón.
- Pines, A. y Aronson, E. (1988). *Career Burnout: Causes and cures*. New York: Free Press.
- Pines, A., Aronson, E. y Kafry, D. (1981). Burnout: From tedium to personal growth. En C. Cherniss (Ed.), *Staff burnout: Job stress in the human services*. Nueva York: Free Press.
- Pines, A. y Kafry, D. (1978). Coping with burnout. Paper presented at the *Annual Convention of the American Psychology Association*. Toronto: Canada.
- Pines, A. y Maslach, C. (1978). Characteristics of staff burnout in mental health settings. *Hospital and Community Psychiatry*, 29, 233-237.
- Plummer, C. A., Ai, A. L., Lemieux, C. M., Richardson, R., Dey, S., Taylor, P., Spence, S. y Kim, H. J. (2008). Volunteerism among social work students during hurricanes Katrina and Rita: A report from the disaster area. *Journal of Social Service Research*, 34(3), 55-71.
- Quatrocchi-Tubin, S., Jones, J. W. y Breedlove, V. (1982). The burnout Syndrome in geriatric counsellor and service workers. *Activities, Adaptation and Aging*, 3, 65-76.
- Raedeke, T. D. (1997). Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 19(4), 396-417.
- Raedeke, T. D. y Smith, A. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 23, 281-306.
- Raedeke, T. D. y Smith, A. L. (2004). Coping resources and athlete burnout: An examination of stress mediated and moderation hypothesis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26, 525-541.
- Reader, T. W., Cuthbertson, B. H. y Decruyenaere, J. (2008). Burnout in the ICU: Potential consequences for staff and patient well-being. *Intensive Care Medicine*, 34, 4-6.
- Rodríguez-Marín, J. (1995). *Psicología Social de la Salud*. Madrid: Síntesis.
- Rosenberg, T. y Pace, M. (2006). Burnout among mental health professionals: special considerations for the marriage and family therapist. *Journal of Marital and Family Therapy*, 32(1), 87-99.
- Schaufeli, W. B. y Buunk, B. P. (1996). Professional burnout. En J. A. Schabracq; M. Winnubst y C. L. Cooper (Eds.), *Handbook of Work and Health Psychology*. Chichester: John Wiley & Sons, Ltd.
- Schaufeli, W. B. y Buunk, B. P. (2003). Burnout: An overview of 25 years of research and theorizing. En M. J. Schabracq, J. A. M. Winnubst, y C. L. Cooper (Eds.), *The handbook of work and health psychology* (2nd Ed., pp. 383-425). New York: John Wiley & Sons.

- Schaufeli, W. B. y Dierendonck, D. (1993). The construct validity of two burnout measures. *Journal of Occupational Behaviour*, 14, 631-647.
- Schmidt, G. W. y Stein, G. L. (1991). Sport commitment: A model integrating enjoyment, dropout, and burnout. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8, 254-265.
- Schulz, J. y Auld, C. (2006). Perceptions of role ambiguity by chairpersons and executive directors in Queensland Sporting Organizations. *Sport Management Review*, 9, 183-201.
- Schwab, R. L., Jackson, S. E. y Schuler, R. S. (1986). Educator burnout: sources and consequences. *Educational Research Quarterly*, 10(3), 14-30.
- Shirom, A. (1989). Burnout in work organization. En C. L. Cooper y I. Robertson (Eds.), *International Review of Industrial and Organizational Psychology*. New York: John Wiley and Sons.
- Siegrist, J. (1996). *Soziale Krisen und Gesundheit: eine Theorie der Gesundheitsförderung am Beispiel von Herz-Kreislauf-Risiken im Erwerbsleben*. Göttingen: Hogrefe.
- Silva, J. M. (1990). An analysis of the training stress syndrome in competitive athletics. *The Journal of Applied Sport Psychology*, 2, 5-20.
- Singh, J., Goolsby, J. R. y Rhoads, G. K. (1994). Behavioural and psychological consequences of boundary spanning burnout for customer service representatives. *Journal of Marketing Research*, 31, 558-569.
- Smith, A. L., Balaguer, I. y Duda, J. L. (2006). Goal orientation profile differences on perceived motivational climate, perceived peer relationships and motivation-related responses of youth athletes. *Journal of Sports Sciences*, 24, 1315-1327.
- Smith, N. y Nelson, V. (1983a). Burnout: A survey of academic reference librarians. *College and Research Libraries*, 44(3), 245-250.
- Smith, N. y Nelson, V. (1983b). Helping may be harmful: The implications of burnout for the special librarian. *Special Librarian*, 74(1), 14-19.
- Smith, N., Watstein, S. y Wuehler, A. (1986). *Burnout and social interest in librarians and library school students*. 21st Century Mountain Plains Library Association Academic Library Section Research Forum. Emporia State University. Kansas.
- Smith, R. E. (1986). "Toward a cognitive-affective model of athletic burnout". *Journal of Sport Psychology*, 8, 36-50.
- Smith, R. E. y Smoll, F. L. (2007). Social-cognitive approach to coaching behaviors. En S. Jowet y D. Lavallee (Eds.), *Social Psychology in Sport* (pp. 75-90). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Smith, R. E., Smoll, F. L. y Cumming, S. P. (2007). Effects of a motivational climate intervention for coaches on young athletes sport performance anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29, 39-59.
- Spaniol, L. y Caputo, G. (1979). *Professional burnout: a personal survival kit*. Levington, MA: Human Services Associates.
- Spray, C., Wang, C. K., Biddle, S. y Chatzisarantis, N. (2006). Understanding motivation in sport: An experimental test of achievement goal and self determination theories. *European Journal of Sport Science*, 6, 43-51.
- Steffen, K., Pensgaard, A. M. y Bahr, R. (2008). Self-reported psychological characteristics as risk factors for injuries in female youth football. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 12, 1-10.
- Tashman, L. S., Tenenbaum, G. y Eklund, R. (2009). The effect of perceived stress on the relationship between perfectionism and burnout in coaches. *Anxiety Stress and Coping*, 26, 1-18.
- Thompson, M. S., Page, S. L. y Cooper, C. L. (1993). A test of Caver and Scheier's self-control model of stress in exploring burnout among mental health nurses. *Stress Medicine*, 9, 221-235.
- Torregrosa, M. y Cruz, J. (2006). El deporte infantil como base de la carrera deportiva de adultos activos y deportistas de elite. En E. J. Garcés de los Fayos, A. Olmedilla y P. Jara (Eds.), *Psicología y deporte* (pp. 585-602). Murcia: Diego Marín.
- Wall, M. y Coté, J. (2007). Developmental activities that lead to dropout and investment in sport. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 12, 77-87.
- Weiss, M. R. y Smith, A. L. (2002). Friendship quality in youth sport: Relationship to age, gender, and motivation variables. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 24, 420-437.
- Weiss, M. R. y Williams, L. (2004). The why of youth sport involvement: A developmental perspective on motivational processes. En M. R. Weiss (Ed.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (pp. 223-268). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Winnubst, J. (1993). Organizational structure, social support and burnout. En W. B. Schaufeli, C. Maslach y T. Marek (Eds.), *Professional burnout: recent developments in theory and research*. London: Taylor & Francis.
- Wolf, R. (2003). Burnout takes out many young athletes: Sports can be a drag for weary athletes who see a chance to be with friends instead. *Sport Illustrated*, 99, 128.
- Wuerth, S., Lee, M. y Alfermann, D. (2004). Parental involvement and athlete's career in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 21-33.
- Wyner, D. R. (2005). Personal and situational factors associated with collegiate athlete burnout. An achievement goal theory perspective. (Doctoral dissertation, Emory University, 2003). *Dissertation Abstracts International*, 65, 4310.

(Artículo recibido: 28-5-2009; revisado: 31-7-09; aceptado: 16-9-2009)