

Síndrome de Burnout en Árbitros de Élite: La Liga de Fútbol Profesional Española (LFP) a Estudio

Burnout Syndrome in Elite Referees: The Spanish Professional Soccer League (LFP) under Analysis

Ignacio Pedrosa¹ y Eduardo García-Cueto²

Resumen

Hasta la fecha, el síndrome de burnout no ha sido específicamente analizado en el colectivo arbitral, aun conociendo sus importantes consecuencias físicas y emocionales. En el presente trabajo se evalúa, mediante el Athlete Burnout Questionnaire, la totalidad de árbitros de 1ª y 2ª División de la LFP (n=123). Además, se estudia la relación del síndrome en este colectivo con el estrés, ansiedad y apoyo social. Los resultados muestran una prevalencia del síndrome del 2.44%. Aunque, en general, no existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones del síndrome en función de la División, rol (árbitro principal o asistente) y experiencia arbitral, existe una tendencia a que los árbitros principales, de 1ª División y más experimentados presenten mayor riesgo de desarrollar el síndrome. Finalmente, se confirma la relación del estrés, ansiedad y apoyo social con el burnout en este colectivo ($r = .78$).

Palabras clave: síndrome de burnout, fútbol, árbitros, prevalencia, estrés

Abstract

To date, the burnout syndrome has not been specifically assessed in referees, knowing its important physical and emotional consequences. In this paper, all soccer referees from 1st and 2nd Division (n=123) of the Professional Spanish Soccer League (LFP) are assessed through Athlete Burnout Questionnaire. Furthermore, the relationship between the syndrome in referees and stress, anxiety and social support is examined. Results display a prevalence of burnout of 2.44%. Although, in general, no statistically significant differences have found in the dimensions of burnout syndrome according to the Division, role (head referee or assistant) and refereeing experience, there is a tendency for the head referees from 1st Division and more expertise report a higher risk of developing the syndrome. Finally, the relationship between stress, anxiety and social support and the syndrome is confirmed in this group ($r = .78$).

Keywords: burnout syndrome, soccer, referees, prevalence, stress

Investigación financiada por el Programa de Formación de Personal Universitario del Ministerio de Educación (AP2010-1999).

¹ Doctor en Psicología. Becario de investigación. Universidad de Oviedo. Facultad de Psicología. Pz/ Feijóo, s/n, 33003 Oviedo. España. Teléfono: 985104162. Email: npedrosa@cop.es

² Doctor en Psicología. Catedrático de Metodología. Universidad de Oviedo. Facultad de Psicología. Pz/ Feijóo, s/n, 3003 Oviedo. España. Teléfono: 985104162. Email: cueto@uniovi.es

Introducción

El notable interés por el estudio del síndrome de burnout se debe a que, como señalan diferentes meta-análisis (Alarcon, 2011; You, Huang, Wang, & Bao, 2015), éste constituye un importante problema social en cualquier ámbito profesional.

Aunque el síndrome de burnout fue definido originariamente por Freudenberger (1974), los diferentes trabajos desarrollados posteriormente derivaron en una reformulación de dicho planteamiento hasta alcanzar la definición tridimensional elaborada por Maslach & Jackson (1984). Según estos autores, el síndrome se caracterizaría por un cansancio o agotamiento emocional, una baja realización personal y una despersonalización hacia el usuario. A partir de este modelo tridimensional, los estudios sobre el síndrome en diversos contextos se han incrementado de manera significativa con la finalidad de elaborar modelos explicativos, desarrollar instrumentos que permitan su evaluación y analizar la relación que el síndrome presenta respecto a otras variables (e.g. Harris & Watson, 2014; Worley, Vassar, Wheeler, & Barnes, 2008).

En este sentido, se ha demostrado la estrecha relación existente entre el desarrollo del síndrome y los diferentes eventos estresantes a los que la persona se enfrenta diariamente (e.g. Mikolajewska, 2014; Pienaar & Willemse, 2009). Específicamente, la percepción de los eventos estresantes y la capacidad para afrontarlos se define como una variable mediadora entre el propio síndrome y diversas variables psicológicas como perfeccionismo, sintomatología depresiva o bienestar emocional, entre otras (D'Souza, Egan, & Rees, 2011; Gómez-López, Granero-Gallegos, & Isorna Folgar, 2013; Steinhardt, Smith-Jaggars, Faulk, & Gloria, 2011).

La ansiedad, tanto física como cognitiva, también ha mostrado una alta relación con el síndrome de burnout, de tal manera que elevados niveles de ansiedad se consideran síntomas precursores del síndrome (Weinberg & Gould, 2007; Wiggins, Cremades, Lai, Lee, & Erdmann, 2006). Incluso, más específicamente, algunos autores señalan la ansiedad cognitiva como un

predictor de la baja realización personal (Cremades, Wated, & Wiggins, 2013).

En cuanto al entorno más próximo de la persona, el apoyo social percibido presenta igualmente un rol fundamental, pues la sensación de apoyo por parte del entorno más próximo reduce el síndrome una vez que se inicia una intervención psicológica (Singh & Suar, 2013). Así, quienes no cuentan con una red social adecuada son susceptibles de percibir mayor estrés, presentando un mayor riesgo de desarrollar alteraciones físicas y/o emocionales (González-Ponce, Sánchez-Miguel, Amado, Chamorro, & Pulido, 2012).

A pesar de que el síndrome de burnout ha sido un trastorno tradicional y ampliamente estudiado en diversas áreas, su estudio en el ámbito deportivo se ha iniciado de manera relativamente reciente (Gustafsson, Hancock, & Côté, 2014). Sin embargo, el número de trabajos desarrollados en los últimos años ha crecido significativamente debido a dos aspectos: su considerable prevalencia, cifrándola en un 1-5% (Gustafsson, Kenttä, & Hassmén, 2011; Pedrosa & García-Cueto, 2014); y las importantes consecuencias afectivas, cognitivas, motivacionales y comportamentales que origina (Goodger, Gorely, Lavallee, & Harwood, 2007), pudiendo llegar a degenerar en el abandono deportivo (Gustafsson, Hassmén, Kenttä, & Johansson, 2008).

En el ámbito deportivo, el síndrome de burnout se define como la presencia de un agotamiento físico y emocional, originado por unas exigencias elevadas en el entorno competitivo; una baja realización personal, debida a una falta de éxito y de crecimiento profesional; y una devaluación del deporte que causaría una pérdida de interés por la propia actividad (Raedeke, 1997).

En las últimas décadas, se han desarrollado diferentes modelos explicativos con objeto de comprender este trastorno en deportistas (Gustafsson et al., 2014), a partir de los cuales se han confirmado las relaciones que éste presenta respecto a las diferentes variables previamente expuestas (DeFreese & Smith, 2013; Gotwals, 2011; Isoard-Gauthier, Guillet-Descas, & Lemyre, 2012).

No obstante, si bien es cierto que el árbitro o juez deportivo constituye una figura clave en el deporte organizado para un desarrollo adecuado de la competición (Louvet, Gaudreau, Menaut, Genty, & Deneuve, 2009), destaca la notable falta de atención que éstos han recibido en cuanto al síndrome se refiere (Dosil, 2004; Gustafsson et al., 2014). De hecho, únicamente se ha analizado el efecto que diversas variables como el miedo a cometer errores o los conflictos interpersonales en competición ejercen sobre el síndrome, atribuyendo a éstas un rol estresor, y el posible abandono del arbitraje (Rainey, 1999; Rainey & Hardey, 1999). Sin embargo, teniendo en cuenta las elevadas demandas tanto físicas como psicológicas que los árbitros de élite deben afrontar, se entiende que éstos son perfectamente susceptibles de desarrollar dicho síndrome.

Así, por un lado, diferentes investigaciones han demostrado la elevada exigencia física a la que son sometidos, cifrándola en valores muy similares a cualquier deportista de alto nivel (Matkovic, Rupcic, & Knjaz, 2014).

Por otra parte, el arbitraje de élite supone una actividad donde las variables psicológicas juegan un papel fundamental (Weinberg & Richardson, 1990). En este sentido, diversos trabajos han confirmado cómo diversas variables como la percepción subjetiva del juego, la presión ejercida por el público, los jugadores y los propios entrenadores o el efecto de diferentes estresores relacionados con el entorno más próximo al árbitro ejercen un efecto directo sobre su bienestar emocional (Debien, Noce, Debien, & Costa, 2014; Louvet, et al., 2009; Pettersson-Lidbom & Priks, 2010).

Teniendo en cuenta todos estos aspectos, se considera entonces al árbitro como una figura absolutamente susceptible de desarrollar el síndrome al exponerse, de manera continuada, a situaciones muy similares a las que cualquier deportista de élite debe afrontar. Además, se ha señalado el abandono de la actividad, en este caso de la labor arbitral, como una de las posibles consecuencias del síndrome.

A partir de los datos previamente expuestos, se entiende la necesidad de evaluar la posible presencia de este síndrome, así como su prevalencia, en un colectivo tan específico dentro

del ámbito deportivo. Además, se pretenden analizar las diferencias en los niveles de cada una de las dimensiones que constituyen el síndrome en función de variables inherentes a la labor arbitral como son la categoría de competición, el rol en el campo y la experiencia arbitral.

Finalmente, se considera necesario analizar la relación entre un conjunto de variables como el estrés, la ansiedad y el apoyo social, las cuales han demostrado su efecto en diversos ámbitos profesionales, y las tres dimensiones que componen el síndrome de burnout.

A partir de los estudios desarrollados previamente, tanto en otros ámbitos como especialmente en el contexto deportivo, se espera que la prevalencia del síndrome se sitúe dentro del rango descrito por investigaciones precedentes en deportistas (Gustafsson, et al., 2011; Pedrosa & García-Cueto, 2014). Además, las variables evaluadas deberían presentar una alta relación con el posible desarrollo del síndrome. En último lugar, se entiende que aquellos árbitros de élite expuestos a mayores niveles de estrés (pertenecientes a la máxima categoría, árbitros principales y con menor experiencia) deberían presentar puntuaciones más elevadas en cada una de las dimensiones del síndrome, tanto por enfrentarse a un mayor número de estresores como por contar con menos estrategias de afrontamiento ante los mismos.

Así pues, se entiende que la presente investigación resulta novedosa tanto por evaluar el síndrome en un colectivo susceptible de padecerlo como por aportar baremos adaptados a árbitros de élite que permiten detectar la presencia del mismo.

Método

Participantes

En el presente estudio ha participado la totalidad de árbitros, tanto principales como asistentes, de las categorías de 1ª y 2ª División de la Liga de Fútbol Profesional (LFP) española.

En total, han participado 123 colegiados, todos ellos hombres, de los cuales el 47,2% pertenecían a 1ª División y el 52,8% ejercían el arbitraje en 2ª División. Además, el 33%

presentaban el rol de árbitros principales y el 67% eran asistentes.

Respecto a su edad, ésta se situó entre 23 y 45 años ($M=35,60$ y $DT=5,08$). La experiencia total en el arbitraje se situó entre 7 y 31 temporadas, con una experiencia media de 19,39 temporadas.

Instrumentos

La evaluación del síndrome de burnout se realizó mediante la adaptación al español del *Athlete Burnout Questionnaire* (ABQ; Pedrosa & García-Cueto, 2012), la cual, bajo el modelo tridimensional de Raedeke (1997), evalúa las dimensiones de agotamiento físico y emocional, baja realización personal y devaluación deportiva. A pesar de ser un instrumento creado específicamente para deportistas, éste fue seleccionado por entender que tanto el vocabulario empleado como las tareas y sensaciones a las que alude son más próximas a las empleadas por los deportistas que por cualquier otro profesional.

Para la medida del apoyo social se empleó la subescala de Creswell y Eklund (2004) en su versión adaptada al español (Pedrosa, García-Cueto, & Suárez, 2012).

La ansiedad se valoró a través de una escala de *screening* obtenida a partir de un estudio preliminar del ABQ en deportistas (Pedrosa, Suárez, Pérez Sánchez, & García-Cueto, 2011)

Además, se seleccionó la Escala de Estrés en el Ámbito Deportivo (EEAD; Pedrosa, Suárez-Álvarez & García-Cueto, 2012) para evaluar el nivel de sintomatología en este colectivo.

Finalmente, se solicitaron datos sociodemográficos en cuanto a rol en el campo, División y experiencia total en el arbitraje.

Procedimiento

La aplicación del conjunto de instrumentos se realizó en formato de papel y lápiz mediante una aplicación colectiva en dos sesiones, una por cada División. En ambos casos el aplicador fue el mismo y los participantes respondieron de manera voluntaria y anónima bajo unas instrucciones pautadas asegurando la confidencialidad de las respuestas.

La organización de los participantes para la aplicación se realizó a través del director técnico

del Comité Técnico de Árbitros de la Real Federación Española de Fútbol.

Análisis de datos

Teniendo en cuenta la variabilidad de la fiabilidad en función de las características muestrales (Muñiz, 1998), se llevó a cabo un estudio de la consistencia interna de cada uno de los instrumentos utilizados en el presente estudio.

Posteriormente, en base a los criterios establecidos en el manual original del ABQ (Raedeke & Smith, 2001) se establecieron los puntos de corte de cada una de las tres dimensiones del cuestionario con el objetivo de detectar aquellos participantes en alto riesgo de padecer el síndrome y determinar, de este modo, su prevalencia. Para ello a partir de la puntuación total de cada dimensión, ésta se fraccionó en tres tercios, estableciendo así los puntos de corte de cada tercio.

Además, se realizó un estudio de diferencias de medias en las puntuaciones de cada una de las tres dimensiones del síndrome en función de las variables sociodemográficas de División, rol en el campo y experiencia acumulada en el arbitraje. Debido al amplio rango de años de experiencia de los participantes, se decidió dividir a los mismos en cuatro categorías con tamaños muestrales similares: menos de 15 años de experiencia, 16-19 años, 20-23 años y más de 24 años en el arbitraje. En el caso de las variables División y rol se utilizó la prueba *t de Student*, mientras que para la experiencia se aplicó un ANOVA. Todos los análisis estadísticos se realizaron con un $NC=95\%$.

El tamaño del efecto fue calculado mediante la *g* de Hedges por tener en cuenta el influjo de las diferencias en el tamaño muestral (Hedges, 1982). En cuanto a las pruebas *a posteriori*, teniendo en cuenta las diferencias entre las varianzas y tamaños muestrales, se aplicó el contraste de Games y Howell (Morales Vallejo, 2011).

En último lugar, con el fin de analizar la relación existente entre las variables estrés, ansiedad y apoyo social y las tres dimensiones del síndrome, se llevó a cabo un Análisis de Correlación Canónica (ACC), tomando las dimensiones que definen el síndrome como variable criterio. De este modo es posible obtener

un coeficiente de correlación global entre ambos conjuntos de variables (Härdle & Simar, 2007).

Resultados

Análisis de la consistencia interna de las escalas

Debido a la dependencia muestral que la fiabilidad de los instrumentos presenta, ésta fue estimada para cada una de las escalas empleadas mediante el coeficiente α de Cronbach.

El ABQ mostró valores de .91 para la dimensión de baja realización personal, .89 en cuanto al agotamiento físico y emocional y de .91 para la devaluación del deporte.

Respecto al resto de instrumentos, se obtuvieron coeficientes α de .86 para la escala de apoyo social, .97 en la escala de ansiedad y de .95 en la EEAD.

Establecimiento de baremos del ABQ y estudio de prevalencia del síndrome

Con la finalidad de elaborar baremos del ABQ adaptados a la población de árbitros de élite y, especialmente con el objetivo de analizar la prevalencia del síndrome en este colectivo, se establecieron los puntos de corte de cada una de las dimensiones siguiendo el procedimiento expuesto de Raedeke y Smith (2001). Así, como se puede observar en la Tabla 1, aquellas puntuaciones que superan el punto de corte del tercio superior (eneatipos 7-9) implican un alto nivel de burnout; las puntuaciones del tercio medio (eneatipos 4-6) indican un nivel de burnout moderado; y, finalmente, las inferiores al último punto de corte (eneatipos 1-3) reflejan un bajo nivel del síndrome.

A partir de dichos puntos de corte y seleccionando aquellos participantes con puntuaciones dentro del tercio superior en cada una de las dimensiones, la prevalencia del síndrome en este colectivo se cifra en un 2.44%.

Estudio de diferencias de medias en el síndrome de burnout

Una vez conocido la prevalencia del síndrome en la muestra, se aplicaron diferentes pruebas de diferencias de medias en función de la División, la posición o rol ocupada en el campo y la experiencia acumulada en el arbitraje en cada una de las dimensiones que componen el síndrome.

Para ello, en primer lugar, se aplicó una prueba *t de Student* en función de la División, tomando a los árbitros de Primera y Segunda División como grupos 1 y 2, respectivamente (Tabla 2).

Posteriormente, se aplicó una nueva prueba *t de Student*, en este caso, en función del rol en el campo, tomando a los árbitros principales y asistentes como grupos 1 y 2, respectivamente (Tabla 3).

En ambos casos no se hallaron diferencias estadísticamente significativas en ninguna de las dimensiones del ABQ obteniendo, además, tamaños del efecto reducidos.

Respecto a las puntuaciones medias en cada dimensión, en ambos casos el patrón es idéntico, de forma que son los árbitros de 1ª División los que muestran una tendencia a puntuar de manera más elevada en las dimensiones de devaluación y baja realización personal, mientras que tienden a presentar menores puntuaciones en cuanto al agotamiento físico y emocional.

Tabla 1. Baremos de las dimensiones del ABQ en el colectivo arbitral

Eneatipo	Agotamiento físico y emocional	Devaluación deportiva	Baja Realización Personal
	Puntuación Directa	Puntuación Directa	Puntuación Directa
1	5	5	5
2	6	6	6-7
3	7	7	8-9
4	8	8	10
5	9	9-10	11
6	10-12	11-12	12-13
7	13-15	13-14	14-16
8	16-17	15-16	17
9	18-25	17-25	18-25

Tabla 2. Diferencia de medias en las dimensiones del ABQ en función de la División

Dimensión	Media ₁	Media ₂	t	gl	Sig. (bilat)	Tamaño o efecto (g)
Agotamiento	8.26	8.64	-.613	120	.541	.11
Devaluación	7.18	6.71	.781	120	.436	.13
Realización Personal	7.26	6.83	.932	121	.353	.17

Tabla 3. Diferencia de medias en las dimensiones del ABQ en función del rol en el campo

Dimensión	Media ₁	Media ₂	t	gl	Sig. (bilat)	Tamaño efecto (g)
Agotamiento	8.33	8.52	-.263	107	.793	.05
Devaluación	7.06	6.67	.579	106	.564	.12
Realización Personal	7.31	6.93	.711	107	.479	.15

De manera paralela, se utilizó un ANOVA para estudiar las diferencias en función de la experiencia en el arbitraje (Tabla 4), en base a los cuatro grupos definidos previamente (hasta 15 años de experiencia, de 16 a 19, de 20 a 23 y más de 24 años), los cuales se tomaron como grupos del 1 al 4, respectivamente, para el análisis estadístico.

En este caso únicamente se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la dimensión de devaluación deportiva ($p = .031$). Teniendo en cuenta las pruebas *post hoc*, las diferencias se obtienen exclusivamente entre los grupos de hasta 15 temporadas respecto a los de 20-23 temporadas. Concretamente, es el grupo con mayor experiencia quien presenta puntuaciones más elevadas. Respecto al resto de comparaciones, la devaluación crece de manera paralela a la experiencia acumulada, un patrón que se repite en cuanto a la baja realización personal, con la única salvedad de que, en este caso, es el grupo de 20-23 temporadas quien, nuevamente, presenta una mayor puntuación.

En cuanto a los tamaños del efecto obtenidos, éstos se muestran de manera independiente,

debido al elevado número de comparaciones múltiples realizadas (Tabla 5).

De la totalidad de resultados, destaca el elevado tamaño del efecto obtenido en las dimensiones del agotamiento y devaluación, siendo éste reducido respecto a la realización personal.

Análisis de correlación canónica

Para analizar la relación entre los dos conjuntos de variables (las tres dimensiones del síndrome y, por otra parte, las puntuaciones en estrés, ansiedad y apoyo social), se llevó a cabo un ACC, tomando este segundo conjunto como variables predictoras del síndrome. El ACC mostró un coeficiente de correlación $r = .78$, siendo estas tres variables estadísticamente significativas. De manera específica, las mayores correlaciones de las variables predictoras sobre el síndrome se dieron en el apoyo social ($r = .94$) y el estrés ($r = .78$), siendo la correlación negativa en el caso de la ansiedad ($r = -.57$).

Discusión y conclusiones

Los coeficientes de fiabilidad obtenidos en los instrumentos de evaluación empleados, ligados a las evidencias mostradas en sus respectivas adaptaciones, confirman la adecuación de su empleo en la evaluación de árbitros de élite. En este sentido, destaca especialmente el ABQ el cual, aunque fue diseñado específicamente para deportistas, ha demostrado ser un instrumento fiable en el colectivo arbitral, mostrando índices de consistencia interna muy superiores a los de la adaptación y la propia versión original (Pedrosa & García-Cueto, 2012; Raedeke & Smith, 2001).

Los baremos elaborados permiten detectar a aquellos colegiados en riesgo de desarrollar el síndrome, pudiendo así llevar a cabo una evaluación continuada con la finalidad de prevenir la aparición del mismo.

Tabla 4. Diferencia de medias en función de la experiencia acumulada

Dimensión	Media ₁	Media ₂	Media ₃	Media ₄	F	gl	Sig. (bilat)
Agotamiento	7.57	8.48	8.14	9.60	1.894	3	.134
Devaluación	5.60	6.64	7.52	7.93	3.058	3	.031
Realización Personal	6.63	6.94	7.48	7.13	0.570	3	.636

Tabla 5. Tamaños del efecto en las comparaciones a posteriori para las dimensiones del ABQ en función de la experiencia arbitral

Dimensión	GC M	g	Dimensión	GCM	g	Dimensión	GCM	g
Agotamiento físico y emocional	1-2	0.27	Devaluación deportiva	1-2	0.42	Realización Personal	1-2	0.15
	1-3	0.23		1-3	0.78		1-3	0.16
	1-4	0.59		1-4	0.67		1-4	0.22
	2-3	0.10		2-3	0.29		2-3	0.19
	2-4	0.27		2-4	0.33		2-4	0.08
	3-4	0.42		3-4	0.10		3-4	0.11

Nota: GCM=Grupos de Comparación Múltiple; g=Tamaño del efecto (g de Hedges)

En cuanto a la prevalencia del síndrome, cifrada en un 2.44%, ésta resulta muy similar a la hallada en otros estudios con deportistas (Gustafsson, et al., 2011; Pedrosa & García-Cueto, 2014).

Este resultado, por un lado, confirma la hipótesis inicial sobre la susceptibilidad de este colectivo a sufrir el síndrome y, por otra parte, obliga a prestar atención a las causas y efectos que el síndrome puede generar en un colectivo que no ha sido evaluado hasta la fecha.

Respecto al estudio de diferencias, no se han hallado diferencias en función del rol y la División. Por el contrario, destaca cómo a pesar de existir diferencias estadísticamente significativas en un único caso en función de la experiencia, se encuentran tamaños del efecto elevados en las dimensiones de agotamiento físico y emocional y devaluación. Estos datos parecen indicar la relevancia que la experiencia presenta sobre ambas dimensiones, presentando un efecto mínimo sobre la realización personal.

Así pues, de manera general, no parecen existir diferencias en el conjunto arbitral en cuanto a la División y el rol desempeñado en el campo, con lo que tanto el manejo de las diferentes habilidades psicológicas como el efecto que las exigencias que su labor implican, no difieren de manera significativa en estos casos. A pesar de ello, las tendencias indican que los árbitros principales de 1ª División presentan un mayor riesgo de sufrir el síndrome. Estos resultados son acordes con otros estudios en torno a diferentes estresores (Louvet, et al., 2009; Pettersson-Lidbom & Priks, 2010).

Sin embargo, esta tendencia se invierte en la dimensión de agotamiento, siendo los árbitros

asistentes de 2ª División los que tienden a presentar mayor agotamiento.

En el caso de la experiencia, los tamaños del efecto son relativamente elevados, por lo que parece que los árbitros con más experiencia son los que presentan un mayor riesgo de padecer el síndrome.

Estos resultados contradicen los datos aportados por otros estudios en el ámbito laboral, los cuales mantienen que aquellos trabajadores más experimentados cuentan con más estrategias de afrontamiento, implicando así un menor nivel de burnout (Hamama, 2012). En este caso, quizás el hecho de acumular tantas temporadas esté generando una devaluación generalizada que sería importante reducir con el objetivo de incrementar su motivación y evitar una retirada prematura. A esto hay que añadir el hecho de que el deporte competitivo demanda un proceso de comparación social constante (Granero-Gallegos, Gómez-López, Baena Extremera, Abalde, & Rodríguez-Suárez, 2012), por lo que el hecho de autoimponerse esta comparación durante períodos temporales más largos puede derivar en síntomas asociados al síndrome de burnout relacionados especialmente con el agotamiento mental.

Finalmente, los resultados derivados del ACC confirman los datos aportados por otros trabajos (e.g. DeFreese & Smith, 2013; González-Boto, et al., 2008) en cuanto a la relevancia de las variables estrés, ansiedad y apoyo social sobre el padecimiento del síndrome de burnout, mostrando una elevada correlación ($r = .78$).

En conclusión, se cuenta con un instrumento válido y fiable que permite evaluar el síndrome de burnout en árbitros de élite. Además, se aportan baremos adaptados a este colectivo, permitiendo así detectar a aquellos profesionales en riesgo de

desarrollar el síndrome. Por otro lado, ha sido posible confirmar la existencia del síndrome en este colectivo cifrando su prevalencia en un 2.44%. En función de las características sociodemográficas, existe una tendencia general a que el riesgo de padecer el síndrome sea mayor en árbitros principales, de 1ª División y con más experiencia. Por último, se confirma la relación entre el síndrome y las variables de estrés, ansiedad y apoyo social ya confirmada en trabajos precedentes (Gustafsson & Skoog, 2012; Gustafsson, Skoog, Podlog, Lundqvist, & Wagnsson, 2013).

Como principal aspecto a destacar, se considera el muestreo representativo de los árbitros de élite de fútbol profesional español, habiendo evaluado a la totalidad de la población, lo que invita a pensar que los resultados pueden ser generalizables a diferentes colectivos que presenten características similares. En este sentido, la prevalencia obtenida (2.44%) es un aspecto a tener en cuenta por las diferentes consecuencias que este trastorno provoca, afectando tanto al propio profesional como a su entorno más cercano y pudiendo llegar incluso, en algunos casos, a provocar la retirada del arbitraje profesional si el trastorno es suficientemente severo y mantenido en el tiempo. Por ello, quizás una evaluación en profundidad del trastorno permitiría reducir al máximo su incidencia, pudiendo evitar una posible retirada anticipada y promoviendo un bienestar psicológico que evite entender la labor como una carga por la que el árbitro no recibe unos beneficios acordes al esfuerzo realizado. Por ello, se considera necesario implementar un programa de intervención que dote a los árbitros en riesgo de un mayor número de habilidades necesarias para afrontar los diferentes estresores a los que se exponen y reducir así la probabilidad de desarrollar el trastorno.

Por contra, la falta de datos referidos a otras variables susceptibles de afectar al síndrome que permitan confirmar su efecto en árbitros, así como la falta de información sobre el sueldo percibido, el cual se entiende como un importante amortiguador psicológico que podría reducir los efectos emocionales (Mostert, Peeters, & Rost, 2011), suponen las principales limitaciones.

De cara a futuras investigaciones, se pretenden analizar las causas que generan el desarrollo del síndrome a fin de comprobar si existen aspectos particulares de este colectivo que resulten diferenciadores respecto a los deportistas. Además, sería necesario replicar el estudio en árbitros de élite de otros deportes, así como en mujeres con objeto de evaluar un posible efecto significativo de estas características sobre el síndrome.

Referencias

- Alarcon, G.M. (2011). A meta-analysis of burnout with job demands, resources, and attitudes. *Journal of Vocational Behavior*, 79(2), 549–562. doi:10.1016/j.jvb.2011.03.007.
- Cremades, J.G., Wated, G., & Wiggings, M.S. (2013). Multiplicative measurements of a Trait Anxiety Scale as predictors of burnout. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 15, 220–233. doi:10.1080/1091367X.2011.594356.
- Cresswell S.L., & Eklund R.C. (2004). The athlete burnout syndrome: Proposed early signs. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 7(4), 481–487.
- Debien, P.B., Noce, F., Debien, J.B., & Costa, V.T. (2014). Stress in rhythmic gymnastics refereeing: A systematic review. *Revista da Educação Física*, 25(3), 489–500. doi:10.4025/reveducfis.v25i3.22031.
- DeFreese, J.D., & Smith, A.L. (2013). Teammate social support, burnout, and self-determination motivation in collegiate athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 14, 258–265.
- Dosil, L. (2004). *Psicología de la actividad física & del deporte*. Madrid: McGraw-Hill.
- D'Souza, F., Egan, S.J., & Rees, C.S. (2011). The relationship between perfectionism, stress and burnout in clinical psychologists. *Behaviour Change*, 28(1), 17–28.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burnout. *The Journal of Social Issues*, 30, 159–166.
- Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., & Isorna Folgar, M. (2013). Análisis de los factores psicológicos que afectan a los piragüistas en el alto rendimiento. *Revista*

- Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 38(2), 11-29.
- González-Ponce, I., Sánchez-Miguel, P.A., Amado, D., Chamorro, J.M., & Pulido, J. (2012). Analysis of the motivational antecedents in basketball referees and its incidence on emotional burnout. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12, 27-30. doi:10.4321/s1578-84232012000300007.
- Goodger, K., Gorely, T., Lavallee, D. & Harwood, C. (2007). Burnout in sport: A systematic review. *The Sport Psychologist*, 21, 127-151.
- Gotwals, J.K. (2011). Perfectionism and burnout within intercollegiate sport: A person-oriented approach. *Sport Psychologist*, 25(4), 489-510.
- Granero-Gallegos, A., Gómez-López, M., Baena Extremera, A., Abraldes, J.A., & Rodríguez-Suárez, N. (2012). La motivación autodeterminada en el balonmano amateur. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 33(1), 147-171.
- Gustafsson, H., Hancock, D.J., & Côté, J. (2014). Describing citation structures in sport burnout literature: A citation network analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(6), 620–626. doi: 10.1016/j.psychsport.2014.07.001.
- Gustafsson, H., Hassmeén, P., Kentta, G., & Johansson, M. (2008). A qualitative analysis of burnout in elite Swedish sportsmen. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 800-816. doi:10.1016/j.psychsport.2007.11.004
- Gustafsson, H., Kenttä, G., & Hassmén, P. (2011). Athlete burnout: An integrated model and future research directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 4(1), 3-24.
- Gustafsson, H., & Skoog, T. (2012). The mediational role of perceived stress in the relation between optimism and burnout in competitive athletes. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 25(2), 183-199. doi: 10.1080/ 10615806.2011.594045.
- Gustafsson, H., Skoog, T., Podlog, L., Lundqvist, C., & Wagnsson, S. (2013). Hope and athlete burnout: Stress and affect as mediators. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(5), 640–649.
- Hamama, L. (2012). Burnout in social workers treating children as related to demographic characteristics, work environment, and social support. *Social Work Research*, 36(2), 113-125. doi:10.193/swr/svs003.
- Härdle, W., & Simar, L. (2007). Canonical correlation analysis. Applied multivariate statistical analysis. En *Applied Multivariate Statistical Analysis* (pp.321-330). Berlin; New York: Springer.
- Harris, B.S., & Watson, J.C. (2014). Developmental considerations in youth athlete burnout: a model for youth sport participants. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 8(1), 1-18. doi:10.1123/jcsp.2014-0009.
- Hedges, L.V. (1982). Fitting categorical models to effect sizes from a series of experiments. *Journal of Educational Statistics*, 7(2), 119-137.
- Isoard-Gauthier, S., Guillet-Descas, E., & Lemyre, P.N. (2012). A prospective study of the influence of perceived coaching style on burnout propensity in high level young sportsmen: Using a self-determination theory perspective. *Sport Psychologist*, 26(2), 282-298.
- Louvet, B., Gaudreau, P., Menaut, A., Genty, J., & Deneuve, P. (2009). Revisiting the changing and stable properties of coping utilization using latent class growth analysis: A longitudinal investigation with soccer referees. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 124-135.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1984). Burnout in organizational settings. *Applied Social Psychology Annual*, 5, 133-154.
- Matkovic, A., Rupcic, T., & Knjaz, D. (2014). Physiological load of referees during basketball games. *Kinesiology*, 14(2), 258-265.
- Mikolajewska, E. (2014). Work-related stress and burnout in physiotherapists - a literature review. *Medycyna Pracy*, 65(5), 693-701.
- Morales Vallejo, P. (2011). *Análisis de varianza para varias muestras independientes*. Universidad Pontificia Comillas: Madrid.
- Mostert, K., Peeters, M., & Rost, I. (2011). Work-home interference and the relationship with job characteristics and well-being: A South African study among employees in the construction industry. *Stress and Health*, 27(3), 238-251.

- Muñiz, J. (1998). *Teoría clásica de los tests* (5ª edición). Madrid: Pirámide.
- Pedrosa, I., & García-Cueto, E. (2012). Adaptación al español del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) en una muestra española de deportistas. *Ansiedad & estrés*, 18(2-3), 155-166.
- Pedrosa, I., & García-Cueto, E. (2014). A study of the burnout syndrome in sportspeople: Prevalence and relationship to the body image. *Universitas Psychologica*, 13(1), 135-143.
- Pedrosa, I., García-Cueto, E., & Suárez, J. (2012). Adaptación española de una Escala de Apoyo Social percibido para deportistas. *Psicothema*, 24, 470-476.
- Pedrosa, I., Suárez-Álvarez, J., & García-Cueto, E. (2012). Creación de una Escala de valoración del Estrés en el Ámbito Deportivo (EEAD). *REMA. Revista Electrónica de Metodología Aplicada*, 17(2), 18-31.
- Pedrosa, I., Suárez, J., Pérez Sánchez, B., & García-Cueto, E. (2011). Adaptación preliminar al castellano del *Athlete Burnout Questionnaire* en futbolistas. *REMA. Revista Electrónica de Metodología Aplicada*, 16(1), 35-49.
- Pettersson-Lidbom, P., & Priks, M. (2010). Behavior under social pressure: Empty Italian stadiums and referee bias. *Economics Letters*, 108(2), 212-214. DOI 10.1007/s00181-007-0146-1.
- Pienaar, J., & Willemsse, S.A. (2009). Burnout, engagement, coping and general health of service employees in the hospitality industry. *Tourism Management* 29, 1053-1063. doi:10.1016/j.tourman.2008.01.006.
- Raedeke, T.D. (1997). Is burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19, 396-417.
- Raedeke, T.D., & Smith, A.L. (2001). *The Athlete Burnout Questionnaire Manual*. Fitness Information Technology. West Virginia University.
- Rainey, D.W. (1999). Sources of stress, burnout, and intention to terminate among basketball referees. *Journal of Sport Behavior*, 22(4), 797-806.
- Rainey, D.W., & Hardy, L. (1999). Sources of stress, burnout and intention to terminate among rugby union referees. *Journal of Sports Sciences*, 17(10), 797-806.
- Singh, P., & Suar, D. (2013). Health consequences and buffers of job burnout among indian software developers. *Psychological Studies*, 58(1), 20-32.
- Steinhardt, M.A., Smith-Jaggars, S.E., Faulk, K.E., & Gloria, C.T. (2011). Chronic work stress and depressive symptoms: Assessing the mediating role of teacher burnout. *Stress and Health*, 27(5), 420-429. doi:10.1002/smi.1394.
- Weinberg, R.S., & Gould, D. (2007). *Foundations of sport and exercise psychology* (4th ed.). Chapter 21: Burnout and Overtraining (pp. 489-509). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weinberg, R.S., & Richardson, P.A. (1990). *Psychology of officiating*. Champaign, IL: Leisure Press.
- Wiggins, M.S., Cremades, J.G., Lai, C., Lee, J., & Erdmann, J.B. (2006). Multidimensional comparison of anxiety direction and burnout over time. *Perceptual and Motor Skills*, 102, 788-790.
- Worley J.A, Vassar M., Wheeler D.L., & Barnes L.B. (2008). Factor structure of scores from the Maslach Burnout Inventory: A review and meta-analysis of 45 exploratory and confirmatory factor-analytic studies. *Educational and Psychological Measurement*, 68(5), 797-823 doi:10.1177/0013164408315268.
- You, X.Q., Huang, J., Wang, Y.S., & Bao, X.H. (2015). Relationships between individual-level factors and burnout: A meta-analysis of Chinese participants. *Personality and individual differences*, 74, 139-145. doi: 10.1016/j.paid.2014.09.048.