



Title: Resilient personality and coping strategies in college athletes in times of pandemic.

Authors: PONCE-CARBAJAL, Nancy, LUNA-VILLALOBOS, Brenda, JAENES-SÁNCHEZ, José Carlos and RAMÍREZ-NAVA, Rubén

Editorial label ECORFAN: 607-8695
BCIERMMI Control Number: 2022-01
BCIERMMI Classification (2022): 261022-0001

Pages: 15
RNA: 03-2010-032610115700-14

ECORFAN-México, S.C.
143 – 50 Itzopan Street
La Florida, Ecatepec Municipality
Mexico State, 55120 Zipcode
Phone: +52 1 55 6159 2296
Skype: ecorfan-mexico.s.c.
E-mail: contacto@ecorfan.org
Facebook: ECORFAN-México S. C.
Twitter: @EcorfanC

www.ecorfan.org

Holdings

Mexico	Colombia	Guatemala
Bolivia	Cameroon	Democratic
Spain	El Salvador	Republic
Ecuador	Taiwan	of Congo
Peru	Paraguay	Nicaragua

Las expectativas de que las masas practiquen deporte en beneficio de su salud son altas y una forma de hacerlo, es inspirarlos por medio de eventos masivos deportivos nacionales o internacionales, que la población conozca (**Pappous, 2011; Pappous y Hayday, 2015**).





El deporte aporta a la sociedad diversos beneficios y entre ellos, contribuye en la mejora de la calidad de vida, provee de un desarrollo integral a quienes lo practican (Romero, García-Mas y Brustad, 2009).

En los últimos años el interés sobre el síndrome de burnout en el deporte ha ido al alza, y a los investigadores cada vez más les llama la atención este tema (Gustafsson, Hancock y Côté, 2014; Cantú-Berrueto, 2015; Arbinaga (2019).





El síndrome de burnout o síndrome de estar quemado, es un concepto con el que el medio deportivo ha estado cada vez más presente en deportistas y entrenadores ya que la combinación de grandes cargas de entrenamiento, poca recuperación y el continuo estrés por las competencias, aumentan el riesgo de que los deportistas experimenten burnout, ya Gould y Dieffenbach (2002)

El burnout, es una exposición crónica al estrés psicosocial, cuyas consecuencias pueden ser retirarse psicológica y emocionalmente y en ocasiones físicamente de la actividad que con anterioridad le divertía y disfrutaba, debido al estrés crónico y la **insatisfacción**, para Weinberg y Gould en el 2007.

Satisfacción o interés con respecto de contextos deportivos definiendo la satisfacción intrínseca como el grado de diversión o aburrimiento

Introducción

Metodología

Resultados

Conclusiones

Referencias

El objetivo en esta investigación es identificar la relación existente entre el **burnout** y **la satisfacción** en deportistas de judo de alto rendimiento.

El **diseño** del estudio es no experimental, transversal y correlacional, la **muestra** son **53 atletas** participantes del **Judo Grand Prix 2018** que se llevó acabo en Cancún Quintana Roo, México, la edad de los participantes está en el rango de **30 a 70 años**, $M = 42.83$ $DT = 9.86$, donde **34 son hombres** (64%) y **19 mujeres** (35.8%).

Los **instrumentos** son 2, el primero es para medir el síndrome de burnout es el **Sports Burnout Questionnaire (Athlete Burnout Questionnaire; ABQ;** Cantú, 2016) en la versión mexicana, de **15 ítems** y tres variables: **Reducida sensación de logro (RSL), Agotamiento Físico y Emocional (AFE) y Devaluación de la Práctica Deportiva (DPD)**. Este instrumento ha sido utilizado en diversas investigaciones presentando una consistencia interna usualmente adecuada ($\alpha > 0,7$).

El segundo instrumento es la **Escala de Satisfacción intrínseca en el deporte (Duda y Nicholls, 1992; Castillo, Balaguer, y Duda, 2002)**, compuesta por **7 ítems** y 2 variables, **Satisfacción/Diversión** con 5 ítems (1, 4, 5, 6, y 7) y **Aburrimiento** con 2 ítems (1 y 5). La escala ha presentado adecuados niveles de fiabilidad ($\alpha > 0,7$). Las respuestas se recogen en una escala tipo Likert de 5 puntos que oscila desde muy en desacuerdo (1) a muy de acuerdo (5).

Introducción

Metodología

Resultados

Conclusiones

Referencias

Procedimiento

Análisis Estadísticos

Los análisis estadísticos realizados fueron descriptivos, frecuencias medias, desviación típica, fiabilidad del alfa Cronbach (α) y las correlaciones bivariadas con coeficientes de correlación de Spearman, con el paquete estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 25.

Introducción

Metodología

Resultados

Conclusiones

Referencias

Participantes

Tabla 1

Frecuencias de los países de los atletas participantes

País	Frecuencia	%
Estados Unidos	9	17.0
Francia	8	15.1
Brasil	8	15.1
Argentina	6	11.3
México	5	9.4
Italia	4	7.5
Chile	2	3.8
Alemania	1	1.9
Australia	1	1.9
Austria	1	1.9
Colombia	1	1.9
España	1	1.9
Japón	1	1.9
Noruega	1	1.9
Países bajos	1	1.9
Polonia	1	1.9
Reino unido	1	1.9
Rumania	1	1.9
Total	53	100.0

Tabla 2
Fiabilidad de las variables de los cuestionarios de burnout y satisfacción intrínseca en el deporte

Variable		α
Burnout	Reducida sensación de logro	0.70
	Agotamiento Físico y Emocional	0.77
	Devaluación de la Práctica Deportiva	0.85
Satisfacción intrínseca en el deporte	Satisfacción/Diversión	0.72
	Aburrimiento	0.78

Tabla 2
Fiabilidad de las variables de los cuestionarios de burnout y satisfacción intrínseca en el deporte

Variable		α
Burnout	Reducida sensación de logro	0.70
	Agotamiento Físico y Emocional	0.77
	Devaluación de la Práctica Deportiva	0.85
Satisfacción intrínseca en el deporte	Satisfacción/Diversión	0.72
	Aburrimiento	0.78

Los deportistas de alto nivel están cansados y no están consiguiendo los resultados esperados por lo que se encuentran en riesgo de abandono de su deporte por considerar que ya no están emocionante motivados como antes cayendo en el aburrimiento.

En el alto rendimiento deportivo el agotamiento emocional y físico, expone los verdaderos motivos de los deportistas en su ejecución ante los entrenamientos y las competencias, lo que podría mostrar vulnerabilidad, miedo, poca tolerancia, frustración y estrés, por cansancio

Los deportistas que llevan años detrás de un resultado que no se les da, los puede llevar a sentir que no tiene ya ningún sentido continuar o que se perciban no exitosos, cuando la verdad es que ya son, campeones nacionales en sus países, algunos medallistas mundiales y otros ya en estado en juegos olímpicos, pero no todos han llegado a la cuspide Mundial y Olímpica, y eso emocionalmente puede resultar agotador si prevalece por mucho tiempo.

Arbinaga, F., Fernández-Ozcorta, E., Herrera-Macías, P. P., y Vela-Calderón, D. (2019). Síndrome de burnout y resiliencia en árbitros de fútbol y baloncesto. *Revista de psicología del deporte*, 28(2), 0023-32. https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/revpsidep_a2019v28n2/revpsidep_a2019v28n2p23.pdf

Balaguer, I., Duda, J. L., Castillo, I., Moreno, Y., y Crespo, M. (2009). Interacciones entre las perspectivas situacionales y disposicionales de meta y el burnout psicológico de los tenistas junior de la élite internacional. *Acción Psicológica*, 6 (2), 63-75. <https://www.proquest.com/docview/1268718296/fulltextPDF/2DAC7EF08A4149BCPQ/1?accountid=38018>

Bauman, A., Bellew, B., y Craig, C. L. (2014). Did the 2000 Sydney Olympics increase physical activity among adult Australians?. *British Journal of Sports Medicine*, 49(4), 7-243. <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2013-093149>

Duda, J.L. y Nicholls, J.G. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology*, 84, 1-10. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.290>

Cantú Berrueto, A. (2016). *Estilo interpersonal del entrenador, procesos psicológicos mediadores, bienestar y malestar en deportistas universitarios mexicanos* (Doctoral dissertation, Universidad Autónoma de Nuevo León). <http://eprints.uanl.mx/22853/7/22853.pdf>

Cantú-Berrueto, A., López-Walle, J. M., Castillo, I., Ponce, N. Álvarez, O. y Tomás, I. (2015). Burnout en el deporte. López, J. M., Rodríguez, M. P., Ceballos, O. y Tristán, J. A. (Eds.), *Psicología del deporte: conceptos y aplicaciones e investigación* (pp.55-60). Nuevo León: Universidad Autónoma de Nuevo León. https://www.researchgate.net/profile/Jeanette-Lopez-Walle/publication/296462153_Psicologia_del_Deporte_Conceptos_Aplicaciones_e_Investigacion/links/56d581db08aeac05933345ea/Psicologia-del-Deporte-Conceptos-Aplicaciones-e-Investigacion.pdf#page=49

Castillo, I., Balaguer, I., y Duda, J. (2002). Las perspectivas de meta de los adolescentes en el contexto deportivo. *Psicothema (Oviedo)*, 14(2), 280-287. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/5018/01720103009177.pdf?sequence=1>

Duda, J.L. y Nicholls, J.G. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology*, 84, 1-10. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.290>

Gould, D., y Dieffenbach, K. (2002). Overtraining, underrecovery, and burnout in sport. In M. Kellmann (Ed.), *Enhancing recovery: Preventing underperformance in athletes* (pp. 25-35). Champaign, IL: Human Kinetics. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-809324-5.05655-8>

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. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.07.001>

Pappous, A. (2011). Do the Olympic Games Lead to a Sustainable Increase in Grassroots Sport Participation?. A secondary analysis of Athens 2004. En J. Savery, and K. Gilbert, (Eds.), *Sustainability and Sport*, (pp. 81-87). Champaign: Common Ground. <https://kar.kent.ac.uk/31622/1/Book%20chapter.pdf>

Smith, R. E. (1986). Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. *Journal of Sport Psychology*, 8, 36-50. <https://doi.org/10.1123/jsp.8.1.36>

Weinberg, R. S., y Gould, D. (2007). *Foundations of sport and exercise psychology* (4th ed). Champaign, IL: Human Kinetics.

https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=ACBwDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=Foundations+of+sport+and+exercise+psychology++&ots=l89wMkDQJF&sig=IF_lhHssBd5ItVxUtWSKMEEbSNA#v=onepage&q=Foundations%20of%20sport%20and%20exercise%20psychology&f=false

Pappous, A. S., y Camps, A. (2013). Evaluación de hábitos saludables en la población donde se desarrollan grandes eventos deportivos. En J. Tabares (Ed.), *Educación Física, Deporte, Recreación y Actividad Física: construcción de ciudadanías* (pp. 166-175). Colombia: Funámbulos. https://scholar.google.es/scholar?cluster=11994756160383805772&hl=es&as_sdt=0,5&scioq=Overtraining,+underrecovery,+and+burnout+in+sport.

Romero, A. E., García-Mas, A. y Brustad, R. J. (2009). Estado del arte, y perspectiva actual del concepto de bienestar psicológico en psicología del deporte. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(2), 335-347. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342009000200012

Romero, A. E., Zapata, R., García-Mas, A., Brustad, R. J., Garrido, R., & Letelier, A. (2010). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en jóvenes tenistas de competición. *Revista de psicología del deporte*, 19(1), 117-133. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235116414008.pdf>



ECORFAN®

© ECORFAN-Mexico, S.C.

No part of this document covered by the Federal Copyright Law may be reproduced, transmitted or used in any form or medium, whether graphic, electronic or mechanical, including but not limited to the following: Citations in articles and comments Bibliographical, compilation of radio or electronic journalistic data. For the effects of articles 13, 162,163 fraction I, 164 fraction I, 168, 169,209 fraction III and other relative of the Federal Law of Copyright. Violations: Be forced to prosecute under Mexican copyright law. The use of general descriptive names, registered names, trademarks, in this publication do not imply, uniformly in the absence of a specific statement, that such names are exempt from the relevant protector in laws and regulations of Mexico and therefore free for General use of the international scientific community. BCIERMMI is part of the media of ECORFAN-Mexico, S.C., E: 94-443.F: 008- (www.ecorfan.org/booklets)