



Análisis psicométrico del Inventory de Burnout para Atletas - Revisado (IBD-R) en deportistas de alto rendimiento de Uruguay

Psychometric analysis of the Burnout Inventory for Athletes - Revised (IBD-R) in high performance athletes from Uruguay

Autores

Verónica Tutte-Vallarino ¹
 Enrique J. Garcés de Los Fayos ²
 Mónica Serpée ³
 Estefanía Malán-Ernst ⁴
 Ana Peinado-Portero ⁵
 Lindsey W. Vilca ⁶
 Regina Brandão ⁷
 Mario Reyes-Bossio ⁸

¹ Universidad Católica del Uruguay (Uruguay)

² Universidad de Murcia (España)

³ Universidad Adventista del Plata (Argentina)

⁴ Universidad Católica del Uruguay (Uruguay)

⁵ Universidad de Murcia (España)

⁶ Universidad Señor de Sipán (Perú)

⁷ Universidad São Judas Tadeu (Brasil)

⁸ Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (Perú)

Autor de correspondencia:
 Verónica Tutte-Vallarino
 vtutte@ucu.edu.uy

Recibido: 15-08-25

Aceptado: 30-09-25

Cómo citar en APA

Tutte-Vallarino, V., Garcés de Los Fayos, E. J., Serpée, M., Malán-Ernst, E., Peinado-Portero, A., Vilca, L. W., Brandão, R., & Reyes-Bossio, M. (2025). Análisis psicométrico del Inventory de Burnout para Atletas - Revisado (IBD-R) en deportistas de alto rendimiento de Uruguay. *Retos*, 73, 973-986. <https://doi.org/10.47197/retos.v73.117409>

Resumen

Introducción: El burnout y la ansiedad precompetitiva son fenómenos interrelacionados que afectan el bienestar y rendimiento de los deportistas de élite. Contar con instrumentos válidos para evaluar estos constructos resulta esencial.

Objetivo: Validar el Inventory de Burnout en deportistas revisado (IBD-r) en población deportista uruguaya de alto rendimiento.

Metodología: Para ello se evaluó a 121 deportistas de alto rendimiento de Uruguay que participaron en los últimos Juegos Panamericanos, con edades comprendidas entre 14 y 52 años ($M = 24.01$; $DE = 6.2$). Se administró el Inventory de Burnout en Deportistas - Revisado (IBD-R; Garcés de Los Fayos et al., 2012), así como se empleó el Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2), desarrollado en una primera versión por Martens (1977).

Resultados: Los resultados encontrados, indicaron una consistencia interna global aceptable (.71) similar a la encontrada por Garcés de los Fayos et al., (2012) en el IBD-R, y por Maslach y Jackson (1981a) en el Maslach Burnout Inventory (MBI). Asimismo, el análisis factorial confirmatorio señaló un buen ajuste del modelo de tres dimensiones, demostrando una estructura psicométrica sólida.

Discusión: El IBD-R es una herramienta válida y confiable para evaluar el burnout en el alto rendimiento. Además, la ansiedad precompetitiva se confirma como un predictor significativo del burnout, lo que resalta la necesidad de intervenciones psicológicas preventivas.

Palabras clave

Atletas de alto rendimiento; burnout; confiabilidad; psicología deportiva; validez.

Abstract

Introduction: Burnout and pre-competition anxiety are interrelated phenomena that affect the well-being and performance of elite athletes. Valid instruments to assess these constructions are essential.

Objective: To validate the Athlete Burnout Inventory-Revised (IBD-r) in the Uruguayan high-performance athlete population.

Methodology: To this end, 121 high-performance athletes from Uruguay who participated in the recent Pan American Games, ranging in age from 14 to 52 years ($M = 24.01$; $SD = 6.2$), were evaluated. The Athlete Burnout Inventory-Revised (IBD-R; Garcés de Los Fayos et al., 2012) was administered, as well as the Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2), developed in an initial version by Martens (1977).

Results: The results indicated an acceptable overall internal consistency (.71), similar to that found by Garcés de los Fayos, De Francisco, and Arce (2012) with the IBD-R, and by Maslach and Jackson (1981) with the Maslach Burnout Inventory (MBI). Furthermore, confirmatory factor analysis indicated a good fit of the three-dimensional model, demonstrating a solid psychometric structure.

Discussion: The IBD-R is a valid and reliable tool for assessing burnout in high-performance individuals. Furthermore, pre-competitive anxiety was confirmed as a significant predictor of burnout, highlighting the need for preventive psychological interventions.

Keywords

High-performance athletes; burnout; reliability; sports psychology; validity.



Introducción

Son escasos los estudios relacionados a la ansiedad precompetitiva y el burnout en deportistas de alto rendimiento. Siendo que los resultados encontrados por algunas de estas investigaciones han mostrado una relación significativa entre la ansiedad precompetitiva y el burnout (Cresswell & Eklund, 2006; Gustafsson et al., 2017).

La ansiedad precompetitiva es una respuesta transitoria de activación física y mental que aparece en los momentos previos a una competición deportiva. Se manifiesta a través de síntomas cognitivos (preocupación, dudas sobre el rendimiento, pensamientos de amenaza), somáticos (activación fisiológica y síntomas corporales) y niveles variables de autoconfianza (Martens et al., 1990).

Por tanto, la presencia continua de altos niveles de ansiedad cognitiva y somática antes de las competiciones puede conducir al agotamiento emocional y físico (Cresswell & Eklund, 2006). Además, cuando los atletas perciben una discrepancia entre las demandas competitivas y sus recursos personales para afrontarlas, la vulnerabilidad al burnout aumenta considerablemente (Gustafsson et al., 2017).

La ansiedad cognitiva, en particular, puede contribuir al agotamiento emocional, mientras que la disminución de la autoconfianza puede impactar negativamente en el sentido de logro personal y en el rendimiento deportivo (Weinberg & Gould, 2019).

El estudio de la relación entre ambos constructos resulta relevante para diseñar estrategias preventivas y de intervención psicológica que promuevan el bienestar y el rendimiento sostenible del atleta, pues permite anticipar dificultades psicológicas y establecer intervenciones orientadas a la autorregulación emocional.

En concreto, la investigación sobre el burnout en el contexto deportivo ha mostrado una considerable y adversa repercusión en la salud y en la práctica deportiva de los deportistas (Goodger et al., 2007), ya que la prevalencia que arrojaban las distintas investigaciones comenzaba a ser muy significativa. El burnout deportivo se ha conceptualizado como una respuesta crónica al estrés prolongado que se vive en el contexto deportivo, especialmente cuando las demandas superan los recursos personales. Este síndrome incluye tres dimensiones principales: agotamiento físico y emocional, despersonalización (o desconexión deportiva) y reducción del logro personal (Maslach y Jackson, 1981a; Raedeke & Smith, 2001).

Por eso resulta fundamental comprender el síndrome de burnout aplicado al ámbito deportivo a fin de reducir la prevalencia de este en los deportistas (Nicholls et al., 2022).

Autores como De Francisco et al. (2014) y Olivares et al. (2018) hallaron que cerca del 4% de deportistas presentaban burnout. La prevalencia de este problema en deportistas fue calculada entre el 1% y el 9% por Gustafsson et al. (2007), mientras que en otros estudios se encontró que era del 10% o más (Dubuc-Charbonneau et al., 2014; Hodge et al., 2008; Malán-Ernst, 2024; Ziemanz et al., 2015).

La investigación respecto a la aparición y desarrollo de síntomas de burnout se ha ido incrementando progresivamente destinados a obtener más información acerca de este (Gomes et al., 2017; Goodger et al., 2007; Lundkvist et al., 2018; Marín et al., 2013; Reche et al., 2018; Wagstaff et al., 2018).

Al mismo tiempo se observó la necesidad de contar con instrumentos de evaluación precisos que permitieran continuar con la investigación acerca de la relación entre estas variables.

El IBD se ha utilizado en muchos estudios para evaluar el síndrome en atletas de varios países hispanohablantes (Berengüí et al., 2013; Medina & García Ucha, 2002; Reynaga-Estrada et al., 2017; Tutte-Vallarino et al., 2006; Tutte-Vallarino et al., 2010). Sin embargo, Garcés de los Fayos et al. (2012) realizaron una revisión del instrumento con el fin de mejorar sus propiedades psicométricas. Tras esta revisión, el Inventory of Burnout in Athletes - Revisado (IBD-R), quedó configurado por 19 ítems, mostrando unas propiedades psicométricas adecuadas y con una estructura que facilita su administración, logrando mejores resultados que el IBD.

El IBD-R se ha utilizado en varios trabajos de investigación y en diferentes grupos deportivos, como los realizados en árbitros (Arbinaga et al., 2019), las intervenciones psicológicas (Olivares et al., 2018) o los estudios sobre el burnout y su conexión con otras variables psicológicas en atletas, por ejemplo la inteligencia emocional (González et al., 2014), la resiliencia (Arbinaga et al., 2019; Malán-Ernst, 2024; Tutte-



Vallarino et al., 2022) y el optimismo (Malán-Ernst, 2024; Malán-Ernst et al., 2025; Reche et al., 2014; Tutte-Vallarino et al., 2022).

Es en este contexto teórico es que proponemos la adaptación del IBD-R en población deportista uruguaya, relacionando en esta oportunidad el burnout con la ansiedad precompetitiva, a partir de antecedentes hallados en otros estudios (Arbinaga et al., 2019). Allí se encontró una correlación negativa entre la ansiedad y el bienestar psicológico y una correlación positiva entre la autoconfianza y la toma de decisiones asertivas (Fadare et al., 2022).

El uso combinado del Competitive State Anxiety Inventory-2 (SCAI-2, Martens et al., 1990) y el Inventory de Burnout Deportivo revisado (IBD-R de Garcés de los Fayos et al., 2012) permite una aproximación integral al estudio del bienestar psicológico de los deportistas. Mientras el SCAI-2 ofrece una mirada hacia el impacto emocional anticipado de la competición, el IBD-R facilita la identificación de procesos de desgaste crónico.

Creemos, además, se aporta como valor añadido el hecho de haber podido evaluar a más del 80% de la población a la que va dirigida esta adaptación, lo que permite que las conclusiones y futuras aplicaciones del instrumento presenten un elevado nivel de eficiencia.

En este marco, resulta necesario disponer de instrumentos psicométricamente válidos y fiables para evaluar el burnout en deportistas de alto nivel. Aunque el IBD-R ha demostrado propiedades adecuadas en población general de deportistas (Garcés de los Fayos et al., 2012), no ha sido específicamente validado en población de alto rendimiento. La presente investigación busca validar y adaptar el IBD-R en esta población, y estudiar su relación estructural con las dimensiones de la ansiedad precompetitiva, medidas a través del CSAI-2.

En función de la literatura previa, se plantearon las siguientes hipótesis:

H1: El IBD-R presentará una estructura trifactorial (Agotamiento Emocional, Despersonalización y Reducida Realización Personal) con adecuados índices de fiabilidad y validez en deportistas de alto rendimiento.

H2: El Agotamiento Emocional se asociará positivamente con las dimensiones de Ansiedad cognitiva y somática, y negativamente con la Autoconfianza.

H3: La Despersonalización y la Reducida Realización Personal mostrarán relaciones débiles o no significativas con la Ansiedad precompetitiva, dado que reflejan procesos más crónicos de desgaste psicológico.

Método

Participantes

Se evaluaron a 121 deportistas de alto rendimiento de Uruguay que participaron en los Juegos Panamericanos. Las edades estuvieron comprendidas entre 14 y 52 años ($M = 24.01$; $DE = 6.2$). Los deportistas pertenecían a un total de 20 disciplinas deportivas, de las cuales 15 eran individuales (e.g: Atletismo, Ciclismo, Fisicoculturismo, Fitness, Gimnasia artística, Halterofilia, Karate, Levantamiento de pesas, Natación, Paleta con pelota, Patín artístico, Pelota vasca, Remo y Tiro) y 5 colectivas (e.g: Basketball, Hockey sobre césped, Rugby, Beach tennis y Beach handball). En cuanto a la distribución de los atletas, 72 (59.5%) competían en deportes individuales y 49 (40.5%) en deportes colectivos. En relación con el género, 53 deportistas eran de género femenino (43.8%) y 68 masculino (56.2%). (Ver Tabla 1).

El tipo de muestreo utilizado fue no probabilístico por conveniencia, pues existieron criterios de inclusión que eran requisitos fundamentales para asegurar que se tratara de deportistas de alto rendimiento. Los criterios de inclusión tomados en consideración para ser participante de esta investigación fueron: -estar Federados (es decir participar en un tipo de deporte con representación legal a través de una Federación reconocida por el Comité Olímpico Uruguayo y por la Secretaría Nacional de Deportes); encontrarse preseleccionado para participar en dos de los tres eventos de mayor trascendencia en el ciclo Olímpico (estar clasificado o en proceso de clasificación para los Juegos Panamericanos y/o Juegos Olímpicos); entrenar con una frecuencia mínima de 5 veces a la semana. Cumpliéndose con todos estos criterios, los deportistas que expresen su voluntad podrían participar en esta investigación.



Es importante aclarar que esta muestra representa prácticamente el total de los deportistas que participaron de estos juegos, siendo un total de 142. Es decir, la muestra evaluada representa el 85% del total de la población que participó en estos Juegos.

En la Tabla 1, se pueden observar las características de la muestra en relación con la edad, el género, el tipo de deporte, los años de experiencia y las horas de entrenamiento por semana.

Tabla 1. Características de la muestra

	N	%
Edad (M ± DS)	23.9	6.26
Sexo		
Femenino	53	43.8%
Masculino	68	56.2%
Tipo de deporte		
Deporte individual	72	59.5%
Deporte colectivo	49	40.5%
Años de experiencia		
Hasta 5 años	20	17.9%
Entre 6 a 10 años	28	25%
Más de 10 años	64	57.1%
Horas de entrenamiento (M ± DS)	14.1	7.02

Instrumentos

Para la presente investigación se emplearon diversos instrumentos psicométricos que permitieron evaluar las variables centrales del estudio, asegurando tanto la validez de los constructos como la fiabilidad de las mediciones. A continuación, se describen de manera detallada.

Inventario de Burnout en Deportistas – Revisado (IBD-R)

Con respecto al Burnout deportivo se aplicó el Inventario de Burnout en Deportistas – Revisado (IBD-R), desarrollado por Garcés de los Fayos et al., (2012). El IBD-R es la revisión del IBD original y se fundamenta en el modelo del MBI para el ámbito deportivo. La versión revisada contiene 19 ítems distribuidos en tres dimensiones: Agotamiento Emocional (AE), Despersonalización (D) y Reducida Realización Personal (RRP). En su estudio de validación, el cuestionario mostró consistencias internas aceptables ($\alpha_{AE} = .73$; $\alpha_D = .72$; $\alpha_{RRP} = .70$; $\alpha_{total} = .75$) y buenos índices de ajuste para el modelo de 19 ítems ($\chi^2/gf = 2.04$; $RMSEA = .05$, $SRMR = .06$, $CFI = .94$, $NNFI = .93$, $GFI = .92$), lo que respalda su estructura trifactorial en deportistas. Estudios previos han mostrado adecuados índices de fiabilidad y evidencias de validez convergente y discriminante en poblaciones de deportistas de alto rendimiento en España y Latinoamérica.

Inventario de Ansiedad Competitiva en el Deporte-2 (SCAI-2)

En el presente estudio se utilizó el Sport Competition Anxiety Inventory-2 (SCAI-2; Martens et al., 1990) en su versión española. Este cuestionario consta de 27 ítems con un formato de respuesta tipo Likert de 4 puntos (1 = nada a 4 = mucho) y evalúa tres dimensiones: ansiedad cognitiva, asociada a preocupaciones y pensamientos negativos previos a la competición; ansiedad somática, vinculada a la activación fisiológica (frecuencia cardíaca, tensión muscular, respiración, etc.); y autoconfianza, entendida como la percepción positiva de las propias capacidades. La versión española ha demostrado adecuadas propiedades psicométricas en contextos deportivos hispanohablantes, lo que respalda su uso en la presente investigación (Andrade et al., 2007b). Se ha evaluado su fiabilidad y validez en muestras de deportistas españoles, siendo el coeficiente Alpha de Cronbach para ansiedad somática de .76, para autoconfianza de .72 y para ansiedad cognitiva de .81.

Se ha empleado con éxito tanto en deportes individuales como colectivos, lo que garantiza su pertinencia en el presente estudio.

Ficha sociodemográfica



Por último, se administró un Cuestionario Sociodemográfico y Deportivo. Se diseñó un cuestionario ad hoc para recabar información relativa a las características sociodemográficas (edad, sexo, nivel educativo) y deportivas (años de práctica, disciplina, nivel competitivo). Estos datos complementarios permitieron contextualizar la muestra y facilitar el análisis de posibles diferencias en función de variables de control.

Procedimiento

El tipo de estudio que se utilizó estuvo orientada a la adaptación del cuestionario que evalúa la variable burnout y presenta un diseño de tipo Instrumental (León & Montero, 2020). Asimismo, se describen las variables y se comparar con variables sociodemográficas como lo son el género, el tipo de deporte, los años de experiencia y la carga horaria de entrenamiento semanal.

Para la recolección de datos, se solicitó autorización a la Secretaría Nacional de Deportes y se presentó el proyecto al Comité de Ética de la Universidad Católica del Uruguay, contando con la aprobación de este. Posteriormente, se pidió a los deportistas su autorización a través de un consentimiento informado. En caso de que los deportistas fueran menores de edad, se solicitó autorización a través del Asentimiento del Menor y se envió el consentimiento informado a sus padres. El cuestionario fue entregado en formato papel por el equipo de psicólogos que integraron la investigación y aplicado de manera colectiva, de tal forma que, si era necesario despejar dudas o aclarar ítems, los integrantes del equipo podrían responder y explicar de manera individual a aquellos que lo necesitaran.

La duración total de la administración fue de aproximadamente de una hora, pues esperamos a contar con el número total de deportistas (teníamos previamente los consentimientos) y allí se detalló el objetivo de la investigación y se explicaron las consignas de cada uno de los cuestionarios a utilizar. Posteriormente, los atletas cumplimentaron la prueba de forma individual y voluntaria, sin recibir compensación económica. Finalmente, en un periodo no mayor a los 15 días, cada deportista, recibió en su correo electrónico un informe individual, con los resultados obtenidos, la explicación de estos y una serie de sugerencias, que cumplían la función de indicar posibles acciones de mejora.

Análisis de datos

Los datos se procesaron con el software estadístico BM SPSS Statistics para Windows, versión 28.0 (IBM Corp., 2021), JASP Team (2022) y R (R Core Team, 2019; RStudio Team, 2018).

Para llevar adelante los análisis psicométricos del instrumento de Burnout, se realizó el Análisis Factorial exploratorio (AFE) y posteriormente el análisis factorial confirmatorio (AFC) a través del estimador Diagonally Weighted Least Squares with Mean and Variance corrected (WLSMV). Para evaluar el ajuste del modelo se utilizaron los índices χ^2/gl , CFI, TLI, RMSEA y SRMR. Se consideraron adecuados valores de CFI y TLI $\geq .90$, RMSEA $\leq .08$ y SRMR $\leq .08$, de acuerdo con criterios recomendados por Hu y Bentler (1999) y Kline (2015).

Posteriormente, se llevó adelante el Análisis de fiabilidad con alfa de Cronbach (Cronbach, 1951) y omega de McDonald (McDonald, 1999).

En relación con la fase de Análisis relacional y estructural, se hicieron correlaciones de Pearson entre las dimensiones del CSAI-2 y del IBD-R.

Por último, se utilizó el Modelo de Ecuaciones Estructurales (SEM) mediante software lavaan (Rosseel, 2012), para analizar los efectos de las tres dimensiones del burnout sobre las tres dimensiones de la ansiedad precompetitiva.

En este modelo se plantea que los factores Agotamiento Emocional, Despersonalización y Reducida Realización Personal tienen un impacto significativo sobre los niveles de ansiedad cognitiva, somática y autoconfianza. Para estimar el modelo se utilizó el estimador MLR y se tomaron en cuenta los mismos indicadores de ajuste realizados en el análisis factorial confirmatorio (AFC).

Además del análisis factorial confirmatorio y el modelo de ecuaciones estructurales, se realizaron análisis descriptivos complementarios con el objetivo de explorar las asociaciones entre variables sociodemográficas, burnout y ansiedad precompetitiva. Para ello, las dimensiones de burnout se categorizaron en con síntomas y sin síntomas, y las de ansiedad se reagruparon en bajo y moderado/alto, a fin de



asegurar frecuencias adecuadas. Las comparaciones se llevaron a cabo mediante la prueba χ^2 de Pearson, considerándose un nivel de significación de $p < .05$.

Resultados

Se realizaron estadísticas descriptivas para los 19 ítems del IBD-R. El ítem con mayor puntuación promedio fue el ítem 16 ("Creo que consigo muchas cosas valiosas en esta actividad deportiva"), lo que sugiere una percepción positiva de logro por parte de los atletas. En contraste, el ítem 12 ("Realmente no me importa lo que les ocurra a las personas que me rodean en mi actividad deportiva") obtuvo la media más baja, reflejando un bajo nivel de despersonalización. Todos los ítems presentaron valores de asimetría y curtosis dentro de los rangos aceptables ($As < \pm 2$; $Ku < \pm 7$), lo que indica una distribución adecuada. Sin embargo, la prueba de Kolmogorov-Smirnov mostró ausencia de normalidad ($p < .05$) en la mayoría de los ítems.

Tabla 2. Análisis descriptivo de los ítems

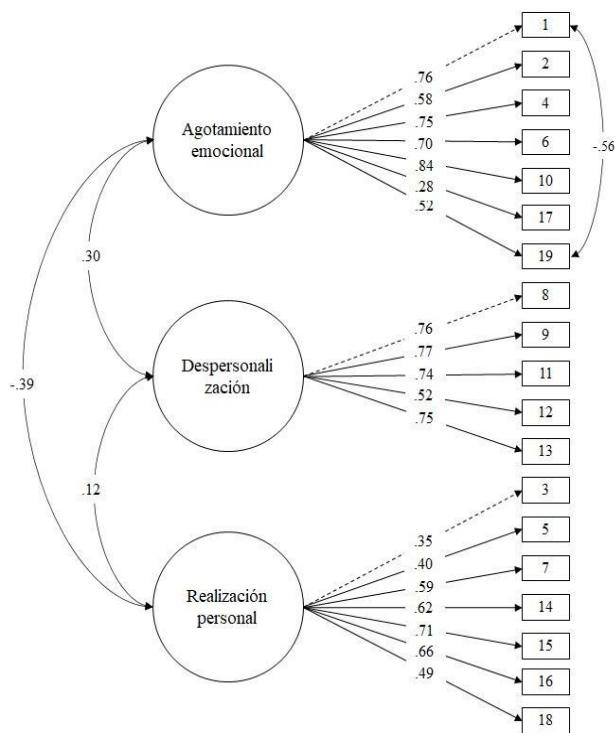
Ítems	Min	Max	M	SD	Asimetría	Curtosis	S-W[p]
1. Estoy emocionalmente defraudado con el trabajo deportivo que realizo.	1	5	1.93	0.98	1.30	1.78	.376 [.000]
2. Cuando me levanto por las mañanas y me enfrento con otro entrenamiento o competición me siento fatigado/a.	1	5	2.58	1.05	0.29	-0.71	.449 [.000]
3. Comprendo fácilmente a las personas que me rodean en el ámbito deportivo.	1	5	4.26	0.98	-1.52	2.10	.322 [.000]
4. Cuando me planteo seguir con mi práctica deportiva (entrenamientos o competición) me encuentro muy desganado/a.	1	5	1.63	0.81	1.39	1.79	.245 [.000]
5. Soy efectivo/a tratando los problemas de las personas que me rodean en el ámbito deportivo.	1	5	3.60	1.00	-0.28	-0.51	.332 [.000]
6. Mi actividad me está desgastando excesivamente.	1	5	2.01	0.92	0.84	0.42	.447 [.000]
7. Influyo positivamente en las vidas de otras personas a través de mi actividad deportiva.	1	5	3.72	1.21	-0.69	-0.44	.232 [.000]
8. Me he hecho más duro/a con la gente.	1	5	2.23	1.19	0.45	-0.99	.157 [.000]
9. Me preocupa que esta actividad deportiva me esté endureciendo emocionalmente.	1	5	1.40	0.73	1.77	2.35	.230 [.000]
10. Estoy frustrado/a en mi actividad deportiva.	1	5	1.64	0.85	1.21	0.72	.376 [.000]
11. Con la práctica deportiva me he dado cuenta de que hay que ser duro/a con las personas.	1	5	1.53	0.81	1.39	1.00	.449 [.000]
12. Realmente no me importa lo que les ocurra a las personas que me rodean en mi actividad deportiva.	1	5	1.35	0.74	2.28	4.57	.322 [.000]
13. Mi práctica deportiva me ha endurecido emocionalmente para tratar con las personas.	1	5	1.68	0.88	1.08	0.17	.245 [.000]
14. Puedo crear con facilidad un clima agradable en mi actividad deportiva.	1	5	4.04	0.99	-0.97	0.45	.332 [.000]
15. Despues de haber realizado mi actividad deportiva con quienes me rodean en el ámbito deportivo me siento estimulado/a.	1	5	4.41	0.78	-1.10	0.34	.447 [.000]
16. Creo que consigo muchas cosas valiosas en esta actividad deportiva.	1	5	4.72	0.56	-1.92	2.71	.232 [.000]
17. Me encuentro al límite de mis posibilidades.	1	5	2.00	0.98	0.77	-0.10	.157 [.000]
18. En el ámbito de mi actividad deportiva los problemas emocionales son tratados de forma adecuada.	1	5	3.12	1.28	-0.12	-0.99	.230 [.000]
19. Llevar una disciplina de trabajo en mi actividad deportiva me agota emocionalmente.	1	5	2.18	1.02	0.61	-0.29	.376 [.000]

Se llevó a cabo un análisis factorial confirmatorio (AFC) del IBD-R bajo un modelo de tres factores (Agotamiento emocional, Despersonalización y Realización personal). Los índices de ajuste obtenidos fueron adecuados: $\chi^2 (148) = 214.91$, CFI = .91, TLI = .90, RMSEA = .064 [IC90% .044, .082], SRMR = .111. A pesar de que el SRMR fue levemente superior al valor recomendado (.10), el resto de los indicadores apoyan la validez del modelo.

En la Figura 1 se presentan las cargas factoriales de cada ítem según su dimensión. Las cargas fueron moderadas a altas, con valores superiores a .50 en la mayoría de los casos, lo que indica una adecuada representación de los ítems para cada constructo. La correlación negativa entre los errores de los ítems 1 y 19 (-.59) fue teóricamente sustentada, dado que ambos se vinculan con el agotamiento emocional.



Figura 1. análisis factorial confirmatorio de la escala



En relación con la fiabilidad de la escala, la consistencia interna de las subescalas fue satisfactoria: Agotamiento emocional ($\alpha = .75$; $\omega = .82$), Despersonalización ($\alpha = .72$; $\omega = .78$) y Realización personal ($\alpha = .66$; $\omega = .68$). Estos valores respaldan la fiabilidad del instrumento en la muestra estudiada.

Posteriormente, se llevaron a cabo regresiones lineales para explorar las relaciones entre las dimensiones del burnout y las dimensiones de la ansiedad precompetitiva (cognitiva, somática y autoconfianza) que se presentan en la Tabla 3.

- En el Modelo 1 (Ansiedad cognitiva), el único predictor significativo fue Agotamiento Emocional ($\beta = .42$; $p < .01$), con un coeficiente de determinación de $R^2 = .14$.
- En el Modelo 2 (Ansiedad somática), Agotamiento Emocional ($\beta = .43$; $p < .01$) y Reducida Realización Personal ($\beta = .31$; $p < .01$) predijeron significativamente la variable dependiente ($R^2 = .20$).
- En el Modelo 3 (Autoconfianza), las dimensiones del burnout Agotamiento Emocional ($\beta = -.34$; $p < .01$) y Reducida Realización Personal ($\beta = .18$; $p = .048$) resultaron predictores significativos ($R^2 = .15$) de la variable dependiente Autoconfianza.

Por tanto, los modelos explicaron un 14% de la varianza en ansiedad cognitiva, un 20% en ansiedad somática y un 15% en autoconfianza ($R^2 = .14$, $.20$ y $.15$, respectivamente).

Tabla 3. Modelos de regresión lineal entre las variables

	β	t	P	R^2	p
Modelo 1: Ansiedad cognitiva				.14	.000
Agotamiento emocional	.424	4.54	.000		
Despersonalización	-.098	-1.07	.286		
Reducida realización personal	.035	.38	.699		
Modelo 2: Ansiedad somática				.20	.000
Agotamiento emocional	.438	4.85	.000		
Despersonalización	-.060	-.67	.500		
Reducida realización personal	.314	3.55	.001		
Modelo 3: Autoconfianza				.15	.000
Agotamiento emocional	-.340	-3.67	.000		
Despersonalización	.016	.17	.863		
Reducida realización personal	.182	2.00	.048		

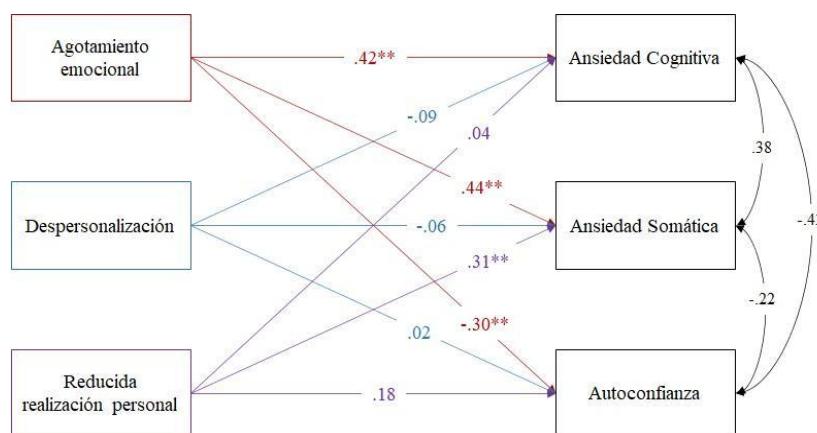


Para integrar las variables en un modelo explicativo, se realizó un Modelo de Ecuaciones Estructurales (SEM) que examinó la influencia simultánea de las tres dimensiones del burnout sobre las dimensiones de Ansiedad precompetitiva. El modelo mostró un ajuste excelente: $\chi^2 (12) = 110.69$, RMSEA = .000, CFI = 1.00, TLI = 1.00.

El Agotamiento emocional fue el predictor más robusto. Predijo significativamente mayores niveles de Ansiedad cognitiva ($\beta = .42$; $p < .01$) y somática ($\beta = .44$; $p < .01$), y menores niveles de Autoconfianza ($\beta = -.30$; $p < .01$). Reducida Realización Personal predijo únicamente la ansiedad somática ($\beta = .31$; $p < .05$), mientras que Despersonalización no mostró asociaciones significativas.

Estos hallazgos sugieren que el Agotamiento Emocional es el componente del burnout con mayor impacto en la vivencia de Ansiedad precompetitiva en deportistas de alto rendimiento. El modelo explicó el 16% de la varianza en Ansiedad cognitiva, el 22% en Ansiedad somática y el 17% en Autoconfianza, lo que respalda su relevancia explicativa en este contexto psicológico. La Figura 2 permite apreciar estos resultados.

Figura 2. Modelo predictivo de la escala IBD-R



Análisis descriptivos complementarios

Además del análisis factorial confirmatorio y el modelo de ecuaciones estructurales, se realizaron análisis descriptivos complementarios para explorar la relación entre variables sociodemográficas, burnout y ansiedad precompetitiva. Con este fin, las dimensiones de burnout (Agotamiento Emocional, Despersonalización y Realización Personal Reducida) se categorizaron en con síntomas y sin síntomas, mientras que las de ansiedad (Cognitiva, Somática y Autoconfianza) se reagruparon en dos niveles (bajo vs. moderado/alto). Estas asociaciones se evaluaron mediante la prueba χ^2 de Pearson, cuyos resultados se presentan en la Tabla 4.

Tabla 4. Resultados de χ^2 entre variables sociodemográficas, burnout y ansiedad

Variable sociodemográfica	Burnout AE	Burnout DP	Burnout RRP	Ansiedad Cognitiva	Ansiedad Somática	Autoconfianza
Género (F/M)	0.05, 1, .815	0.86, 1, .354	0.21, 1, .647	0.39, 1, .531	7.11, 1, .008*	0.01, 1, .908
Tipo de deporte (Ind/Col)	0.00, 1, 1.000	1.60, 1, .206	3.88, 1, .049*	0.00, 1, 1.000	0.00, 1, 1.000	0.00, 1, 1.000
Edad (≤ 20 , 21-30, > 30)	5.76, 2, .056	2.47, 2, .290	0.33, 2, .848	4.93, 2, .085	0.65, 2, .722	1.79, 2, .409
Horas de entrenamiento (≤ 10 , 11-20, > 20)	8.83, 2, .012*	3.91, 2, .141	3.20, 2, .202	1.05, 2, .592	3.66, 2, .160	0.90, 2, .638

Nota. χ^2 = Chi-cuadrado de Pearson; gl = grados de libertad. * $p < .05$.

Los análisis descriptivos complementarios mostraron algunas diferencias estadísticamente significativas en función de las variables sociodemográficas. En primer lugar, se observó una mayor proporción de síntomas de Ansiedad somática en las mujeres en comparación con los hombres ($\chi^2 (1) = 7.11$, $p = .008$). Asimismo, el tipo de deporte se asoció con la dimensión de Reducida Realización Personal, siendo más frecuente la presencia de síntomas en los deportes colectivos ($\chi^2 (1) = 3.88$, $p = .049$). Por último,



se identificaron diferencias en Agotamiento Emocional según las horas de entrenamiento semanal, con mayor proporción de síntomas en quienes entrenaban más de 20 horas ($\chi^2 (2) = 8.83$, $p = .012$). En contraste, no se hallaron asociaciones significativas entre las demás dimensiones de burnout y ansiedad y las variables sociodemográficas analizadas.

Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo principal validar el Inventory de Burnout Deportivo Revisado (IBD-R) en una muestra de deportistas de alto rendimiento uruguayos y, de manera complementaria, analizar la relación estructural entre las dimensiones del burnout y la ansiedad precompetitiva. En función de ello, se plantearon tres hipótesis que orientaron el análisis. Los resultados confirmaron parcialmente estas expectativas: en primer lugar, se corroboró la H1, dado que el IBD-R mostró una estructura trifactorial con adecuados índices de fiabilidad y validez, respaldando su utilidad diagnóstica en este contexto. Asimismo, los hallazgos apoyaron la H2, puesto que el Agotamiento Emocional se asoció de forma significativa y positiva con la Ansiedad cognitiva y somática, y negativamente con la Autoconfianza. Finalmente, la H3 fue también consistente con los datos, ya que tanto la Despersonalización como la Reducida Realización Personal no mostraron asociaciones significativas con la Ansiedad precompetitiva, en línea con la concepción de estas dimensiones como indicadores más crónicos de desgaste psicológico.

Los resultados obtenidos permiten afirmar que el IBD-R presenta propiedades psicométricas adecuadas, tanto en términos de estructura factorial como de consistencia interna, lo cual respalda su aplicabilidad en contextos deportivos de élite.

En cuanto a la estructura interna, el modelo tridimensional obtuvo indicadores de ajuste aceptables, coherentes con estudios previos (De Francisco et al., 2014; Garcés de los Fayos et al., 2012). Aunque el valor del SRMR fue levemente superior al criterio sugerido, los demás indicadores (CFI, TLI y RMSEA) confirmaron un ajuste adecuado. Las cargas factoriales desde moderadas a altas refuerzan la validez de constructo del instrumento, permitiendo su uso para evaluar el burnout en este tipo de población. Se sugiere que en futuros estudios se pueda indagar los índices de modificación y analizar la factibilidad de agregar covarianzas entre errores u otros ajustes arrojados por estos índices para evaluar si disminuye este valor del SRMR (Cortez-Saldarriaga et al., 2022). Cabe destacar también que este índice es sensible al tamaño de la muestra, por ejemplo, para estudios de menos de 250 observaciones se exigiría un valor por debajo de 0.1 (Doral et al., 2018); y justamente nuestro estudio presenta un $n = 121$, y el valor que arroja el SRMR es de 0.111, muy próximo al valor deseado.

Respecto a la fiabilidad, los coeficientes alfa y omega (McDonald, 1999) de las tres dimensiones fueron satisfactorios, en especial para Agotamiento Emocional y Despersonalización. Aunque la subescala de Realización Personal presentó índices algo menores, estos se encuentran dentro de parámetros aceptables y son consistentes con investigaciones previas (De Francisco et al., 2015; Garcés de Los Fayos et al., 2012; Reynaga-Estrada, et al., 2017). Esto sugiere que el instrumento mantiene un rendimiento sólido, incluso ante las particularidades de la muestra (rango etario amplio, variedad de disciplinas deportivas).

En cuanto a la relación entre el Burnout y la Ansiedad precompetitiva, el modelo de ecuaciones estructurales (SEM) reveló asociaciones significativas y diferenciadas. El Agotamiento Emocional se posicionó como el predictor más potente y es el factor del Burnout más estrechamente vinculado con la Ansiedad precompetitiva. Esta dimensión predijo niveles más altos de Ansiedad cognitiva y somática, así como niveles más bajos de autoconfianza. Estos hallazgos coinciden con lo propuesto por Cho et al. (2019) y Sánchez-Narváez & Velasco-Orozco (2017), quienes señalan que el agotamiento emocional debilita los recursos psicológicos del individuo, afectando su capacidad de concentración, su percepción de eficacia y su regulación emocional.

La relación observada entre Reducida Realización Personal y Ansiedad somática también aporta evidencia relevante. Una percepción reducida de logros personales podría incrementar el estrés fisiológico ante situaciones competitivas, al aumentar la sensación de ineeficacia. En este sentido, la ansiedad somática actuaría como un marcador fisiológico de vulnerabilidad psicológica, como también ha sido documentado por Rodríguez et al. (2018).



Por el contrario, la dimensión de Despersonalización no mostró asociaciones significativas con la Ansiedad precompetitiva. Este resultado es consistente con la literatura que sitúa la Despersonalización como un indicador de distanciamiento interpersonal, cinismo y desconexión afectiva característicos de procesos de desgaste crónico (García-Mas et al., 2011; Maslach & Jackson, 1981b; Maslach et al., 1996), más que como un correlato de la respuesta ansiosa inmediata previa a la competición. En esta línea, estudios longitudinales en deportistas han evidenciado que la Despersonalización tiende a emerger e intensificarse con la exposición prolongada a cargas de entrenamiento y contextos estresantes, reflejando un deterioro motivacional y relacional más que un estado situacional (Cresswell & Eklund, 2006, 2007). Esto explicaría su escasa vinculación con la experiencia ansiosa transitoria que caracteriza a los momentos precompetitivos.

En conjunto, los hallazgos respaldan la utilidad del Inventory de Burnout Deportivo Revisado (IBD-R) como herramienta diagnóstica en contextos de deporte de alto rendimiento. Asimismo, el modelo de ecuaciones estructurales (SEM) refuerza la centralidad del Agotamiento Emocional como variable crítica, dado su rol en el inicio y progresión del síndrome, así como en el deterioro del bienestar psicológico y del rendimiento competitivo (Gustafsson et al., 2017; Raedeke & Smith, 2001). Estos resultados enfatizan la necesidad de implementar programas de prevención e intervención centrados en la autorregulación emocional, la recuperación psico-fisiológica y la percepción de autoeficacia, componentes señalados en la literatura como factores protectores frente al burnout deportivo (Isoard-Gauthier et al., 2016; Lundkvist et al., 2018).

Hallazgos de algunas de las investigaciones hacen referencia a que los deportistas de alto rendimiento podrían estar sometidos a un gran agotamiento mental y ansiedad que los podría alejar justamente de su salud y bienestar (Hoare, et al., 2022; Rice et al., 2016; Santana et al., 2024; Williams et al., 2020).

Es por eso por lo que la gestión de la Ansiedad precompetitiva se considera una habilidad fundamental, ya que afecta tanto el rendimiento físico como mental de los atletas. La relación entre el control de la ansiedad y el uso de estrategias de afrontamiento es notable, destacando su rol protector al modular las emociones antes de una competición y que se ve influenciado cuando está presente sintomatología de burnout, específicamente la aparición de Agotamiento Emocional (Trujillo-Torrealva & Reyes-Bossio, 2019).

Desde una perspectiva explicativa, estos resultados sugieren que la ansiedad precompetitiva puede actuar como un factor de vulnerabilidad en atletas que experimentan síntomas de burnout, mientras que la autoconfianza podría funcionar como variable protectora, amortiguando los efectos negativos del estrés competitivo (Martens et al., 1990; Nicholls et al., 2009). Esto refuerza la importancia de monitorear estos indicadores de forma integrada y contextualizada.

En términos aplicados, los hallazgos respaldan la necesidad de implementar intervenciones psicológicas preventivas, especialmente orientadas a reducir el Agotamiento Emocional. Programas basados en mindfulness, aceptación y compromiso (ACT), reestructuración cognitiva o entrenamiento en habilidades de afrontamiento han mostrado eficacia en contextos similares (Klockare et al., 2022; Reyes-Bossio et al., 2022). Estas estrategias podrían ser clave durante ciclos competitivos intensos, donde la vulnerabilidad psicológica aumenta y se requiere contar con un entrenamiento mental que permita el uso de recursos psicológicos para hacer frente a la adversidad (Batista -Espinosa, 2022; Córdova-Castillo et al., 2023).

Además, esta investigación representa un aporte metodológico relevante al validar un instrumento específico como el IBD-R en una muestra altamente representativa (85% de los atletas uruguayos que participaron en los Juegos Panamericanos), lo que permite extender con mayor seguridad la aplicabilidad del cuestionario a contextos deportivos de élite de la región.

Adicionalmente, los análisis descriptivos complementarios permitieron observar diferencias sociodemográficas relevantes. Las mujeres presentaron mayor proporción de síntomas de Ansiedad somática, en línea con trabajos que señalan una mayor sensibilidad a las manifestaciones fisiológicas de la ansiedad en deportistas femeninas (Andrade et al., 2007a; Martens et al., 1990). Asimismo, los deportes colectivos mostraron una mayor prevalencia de síntomas de Reducida Realización Personal, lo que coincide con investigaciones que destacan el impacto de las dinámicas grupales en la percepción de eficacia individual (De Francisco et al., 2016; Garcés de los Fayos et al., 2012). Finalmente, el hallazgo de un mayor Agotamiento Emocional en quienes entran más de 20 horas semanales refuerza la evidencia



sobre el papel de la sobrecarga en el desgaste psicológico de los atletas (Gustafsson et al., 2017). Aunque estos resultados deben interpretarse con cautela por su carácter complementario, aportan información útil sobre posibles factores diferenciales de riesgo en la experiencia de burnout y ansiedad en deportistas de élite

Entre las limitaciones del estudio se encuentra el diseño transversal, que impide establecer relaciones causales. Asimismo, aunque la muestra es representativa del alto rendimiento, la generalización de los resultados debe hacerse con cautela en otros niveles deportivos o contextos culturales. Existe por tanto una limitación metodológica relevante en relación con que los índices de ajuste perfectos obtenidos en el SEM ($RMSEA = .000$; $CFI/TLI = 1.00$) deben interpretarse con precaución. Este patrón puede explicarse por el tamaño muestral reducido y por las características del modelo, que en determinadas condiciones tienden a inflar artificialmente los índices de ajuste (Kline, 2015). En este sentido, se complementó la interpretación considerando el valor de χ^2 y otros parámetros, reconociendo esta restricción para la generalización de los hallazgos.

Se sugiere en investigaciones futuras realizar estudios longitudinales y comparativos, así como integrar variables mediadoras o moderadoras que permitan ampliar la comprensión del vínculo entre estas variables y sus dimensiones. También se recomienda explorar la eficacia de programas de intervención psicológica y evaluar el impacto de diferentes perfiles psicológicos en la aparición y evolución del burnout deportivo.

Conclusiones

El presente estudio valida el IBD-R como un instrumento fiable para medir el burnout en deportistas de alto rendimiento, confirmando su estructura factorial y consistencia interna. Además, se evidenció que el Agotamiento Emocional es el principal predictor de la Ansiedad precompetitiva, especialmente en sus componentes cognitivo, somático y de autoconfianza.

Los hallazgos destacan la relevancia de incluir evaluaciones psicológicas en el entrenamiento, y promueven el desarrollo de intervenciones orientadas a la gestión emocional y la prevención del desgaste psíquico. Esta validación, basada en una muestra representativa, refuerza la utilidad del IBD-R para el monitoreo del bienestar psicológico en el deporte de élite.

Referencias

- Andrade, E., Lois, G., & Arce, C. (2007a). Adaptación al español del CSAI-2. *Ansiedad y Estrés*, 13(2-3), 111-122.
- Andrade, E., Lois, G., & Arce, C. (2007b). Propiedades psicométricas de la versión española del CSAI-2 en deportistas. *Psicothema*, 19(1), 150-155.
- Arbinaga, F., Fernández, E., & Herrera, P.P. (2019). Síndrome de burnout y resiliencia en árbitros de fútbol y baloncesto. *Revista de Psicología del Deporte*, 28(2), 23-32.
- Batista-Espínosa, F.J. (2022). *Diseño y Validación del Cuestionario de Optimismo General (COG) y del cuestionario de Optimismo Deportivo (COD)*. (Tesis Doctoral No Publicada). Universidad Autónoma de Madrid. Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación. <http://hdl.handle.net/10486/702499>
- Berengüí, R., Garcés de los Fayos, E. J. G., Montero, F. J. O., de la Vega, R., & Gullón, J. M. L. (2013). Optimism and burnout in competitive sport. *Psychology*, 4(09), 13-18. <http://dx.doi.org/10.4236/psych.2013.49A2003>
- Cho, S., Choi, H., & Kim, Y. (2019). The Relationship between Perceived Coaching Behaviors, Competitive Trait Anxiety, and Athlete Burnout: A Cross-Sectional Study. *International journal of environmental research and public health*, 16(8), 1424. <https://doi.org/10.3390/ijerph16081424>
- Córdoba-Castillo, R., Brandão, R., Tutte-Vallarino, V., & Reyes-Bossio, M. (2023). Relación entre la ansiedad competitiva y resiliencia en practicantes de deportes acuáticos de alto rendimiento durante la COVID-19. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*, 8(2), Artículo e10. <https://doi.org/10.5093/rpadef2023a12>



- Cortez-Saldarriaga, M., Quiroz-Villarán, S., Caycho-Rodriguez, T., Hernandez-Mendo, A., Brandão, M. R. F., & Reyes-Bossio, M. (2022). Propiedades Psicométricas del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) en deportistas peruanos de Alto Rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 22(2), 115-135. <https://doi.org/10.6018/cpd.487641>
- Cresswell, S. L., & Eklund, R. C. (2006). Changes in athlete burnout and motivation over a 12-week league tournament. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 38(5), 816-824. <https://doi.org/10.1249/01.mss.0000176304.14675.32>
- Cresswell, S. L., & Eklund, R. C. (2007). Athlete burnout: A longitudinal qualitative study. *The Sport Psychologist*, 21(1), 1-20. <https://doi.org/10.1123/tsp.21.1.1>
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297-334. <https://doi.org/10.1007/BF02310555>
- De Francisco, C., Arce, C., Vílchez, M. P., & Vales, A. (2016). Antecedentes y consecuencias del burnout en deportistas: estrés percibido y depresión. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 16(3), 239-246. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2016.04.001>
- De Francisco, C., de Los Fayos, E. J. G., & Arce, C. (2015). La medida del síndrome de burnout en deportistas: una perspectiva multidimensional. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 10(2), 173-178.
- De Francisco, C., Garcés de Los Fayos, E. J., & Arce, C. (2014). Burnout en deportistas: Prevalencia del síndrome a través de dos medidas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(1), 29-38.
- Doral, F., Rodríguez, I., & Meseguer, A. (2018). Modelos de ecuaciones estructurales en investigaciones de ciencias sociales: Experiencia de uso en Facebook. *Revista de Ciencias Sociales*, 24(1), 22-40.
- Dubuc-Charbonneau, N., Durand-Bush, N., & Forneris, T. (2014). Exploring levels of student-athlete burnout at two Canadian universities. *Canadian Journal of Higher Education*, 44(2), 135-151.
- Fadare, A. S., Langoco, L. A., Canalija, C. V. J., Kabirun, C. A., & Abelarod-Sabandija, B. J. (2022). Athletes' Confidence and Anxiety Management: A Review in Achieving Optimal Sport Performance. *International Journal of Science and Management Studies*, 5(4), 311-318. <https://doi.org/10.51386/25815946/ijSMS-v5i4p133>
- Garcés de Los Fayos, E. J., De Francisco, C., & Arce, C. (2012). Inventario de Burnout en Deportistas Revisado (IBD-R). *Revista de Psicología del Deporte*, 21(2), 271-278.
- Garcia-Mas, A., Palou, P., Smith, R. E., Ponseti, X., Almeida, P., Lameiras, J., Jimenez, R., & Leiva, A. (2011). Performance anxiety and motivational climate in young competitive soccer players in relation to performance and skills perceived by their coaches. *Revista de Psicología Del Deporte*, 20(1), 197-207.
- Gomes, A. R., Faria, S., & Vilela, C. (2017). Anxiety and burnout in young athletes: The mediating role of cognitive appraisal. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 27(12), 2116-2126. <https://doi.org/10.1111/sms.12841>
- González, J., Ros, A., Jiménez, M. I., & Garcés de los Fayos, E. J. (2014). Análisis de los niveles de burnout en deportistas en función del nivel de inteligencia emocional percibida: el papel moderador de la personalidad. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(3), 39-48.
- Goodger, K., Gorely, T., Lavallee, D., & Harwood, C. (2007). Burnout in sport: A systematic review. *The Sport Psychologist*, 21(2), 127-151. <http://dx.doi.org/10.1123/tsp.21.2.127>
- Gustafsson, H., DeFreese, J. D., & Madigan, D. J. (2017). Athlete burnout: review and recommendations. *Current Opinion in Psychology*, 16, 109-113. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.05.002>
- Gustafsson, H., Kenttä, G., Hassmén, P., & Lundqvist, C. (2007). Prevalence of burnout in adolescent competitive athletes. *The Sport Psychologist*, 20(1), 21-37. <http://dx.doi.org/10.1123/tsp.21.1.21>
- Hoare, E., Couston, N., & Hall, K. (2022). Case Report: An application of Wellbeing Science for the Development of Adolescent High-Performance Athletes in the Australian Football League. *Frontiers in Psychology*, 13, art 856241. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.856241>
- Hodge, K., Lonesdale, C., & Ng, J. Y. (2008). Burnout in Elite Rugby: Relationships with Basic Psychological Needs Fulfilment. *Journal of Sports Sciences*, 26(8), 835-844. <https://doi.org/10.1080/02640410701784525>
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- IBM Corp. (2021). *IBM SPSS Statistics for Windows, Version 28.0*. Armonk, NY: IBM Corp



- Isoard-Gauthier, S., Guillet-Descas, E., & Gustafsson, H. (2016). Athlete Burnout and the Risk of Dropout Among Young Elite Handball Players. *The Sport Psychologist*, 30(2), 123-130. <https://doi.org/10.1123/tsp.2014-0140>
- JASP Team. (2022). JASP (Version 0.16.3) [Computer software]. <https://jasp-stats.org/>
- Kline, R. B. (2015). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (4th ed). The Guilford Press.
- Klockare, E., Olsson, L. F., Gustafsson, H., Lundqvist, C., & Hill, A. P. (2022). Sport psychology consultants' views on working with perfectionistic elite athletes. *The Sport Psychologist*, 36(3), 219-227. <https://doi.org/10.1123/tsp.2021-0055>
- León, O., & Montero, I. (2020). *Métodos de investigación en psicología y educación: las tradiciones cuantitativa y cualitativa* (5a. ed.). McGraw-Hill España.
- Lundkvist, E., Gustafsson, H., Davis, P., Holmström, S., Lemyre, N., & Ivarsson, A. (2018). The temporal relations across burnout dimensions in athletes. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 28(3), 1215-1226. <https://doi.org/10.1111/sms.13000>
- Malán-Ernst, E. (2024). *Resiliencia y optimismo como factores protectores ante la posibilidad de padecer burnout en deportistas de alto rendimiento en Uruguay*. Tesis Doctoral no publicada. Universidad Católica del Uruguay.
- Malán-Ernst, E., Imberón de Álvaro, J., Brandão, R., Reyes-Bossio, M., Pereira, H., Delgado-Campusano, M., Ortín-Montero, F., García-Mas, A., & Tutte-Vallarino, V. (2025). Optimismo y resiliencia: ¿el camino dorado hacia el rendimiento deportivo? *Retos*, 63, 348-364. <https://doi.org/10.47197/retos.v63.110056>
- Marín, E., Ortín, F. J., Garcés de Los Fayos, E. J., & Tutte, V. (2013). Análisis bibliométrico de burnout y optimismo en el deporte. *Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 2(1), 77-87.
- Martens, R. (1977). *Sport Competition Anxiety Test*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Martens, R., Burton, D., Vealey, R. S., Bump, L. A., & Smith, D. E. (1990). Desarrollo y validación del inventario de ansiedad del estado competitivo-2. En R. Martens, R. S. Vealey, & D. Burton (Eds.), *Competitive Anxiety in Sport* (pp. 117-190). Human Kinetics.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981a). *MBI: Maslach Burnout Inventory. Manual*. Universidad de California, Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981b). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2(2), 99-113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). *Maslach Burnout Inventory Manual* (3rd ed.). Consulting Psychologists Press.
- McDonald, R. P. (1999). *Test Theory: A Unified Treatment*. Taylor & Francis.
- Medina, G., & García Ucha, F. E. (2002). Burnout, locus de control y deportistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2(2), 29-42.
- Nicholls, A. R., Levy, A. R., Grice, A., & Polman, R. C. J. (2009). Stress appraisals, coping, and coping effectiveness among international cross-country runners during training and competition. *European Journal of Sport Science*, 9(5), 285-293. <https://doi.org/10.1080/17461390902836049>
- Nicholls, A. R., Madigan, D. J., & Earle, K. (2022). Multi-wave analyses of coping, athlete burnout, and well-being among FA Premier League academy players. *Frontiers in Psychology*, 13, 979486. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.979486>
- Olivares, E. M., Garcés de los Fayos, E. J., Ortín, F., & De Francisco, C. M. (2018). Prevalencia de burnout a través de dos medidas y su relación con variables sociodeportivas. *Universitas Psychologica*, 17(3), 1-9. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy17-3.pbm>
- R Core Team. (2019). *A language and environment for statistical computing* (R version 3.6.1). R Foundation for Statistical Computing. <http://www.r-project.org/>
- Raedeke, T. D., & Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23(4), 281-306. <https://doi.org/10.1123/jsep.23.4.281>
- Reche, C., De Francisco, C., Martínez-Rodríguez, A., & Ros-Martínez, A. (2018). Relationship among sociodemographic and sport variables, exercise dependence, and burnout: a preliminary study in athletes. *Anales de Psicología*, 34(2), 398-404. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.2.289861>
- Reche, C., Tutte, V., & Ortín, F. J. (2014). Resiliencia, optimismo y burnout en judokas de competición uruguayos. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9(2), 267-279.
- Reyes-Bossio, M., Corcuera-Bustamante, S., Veliz-Salinas, G., Villas Boas Junior, M., Delgado-Campusano, M., Brocca-Alvarado, P., Caycho-Rodríguez, T., Casas-Apayco, L., Tutte-Vallarino, V., Carbajal-



- León, C. & Brandão, R. (2022). Effects of psychological interventions on high sports performance: A systematic review. *Front. Psychol.* 13:1068376. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1068376>
- Reynaga-Estrada, P., Mena, D., Valadez, A., Rodriguez, A., & González, J. (2017). Síndrome de burnout en deportistas universitarios mexicanos. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(2), 209-214.
- Rice, S. M., Purcell, R., De Silva, S., Mawren, D., McGorry, P. D., & Parker, A. G. (2016). The mental health of elite athletes: A narrative systematic review. *Sports Medicine*, 46, 1333-1353. DOI: <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0492-2>
- Rodríguez, A. Y., Díaz Esquivel, A., Franco Granillo, J., Aguirre Sánchez, J., & Camarena Alejo, G. (2018). Prevalencia del síndrome de burnout en el personal de salud en áreas críticas y su asociación con ansiedad y depresión. *Anales Médicos de la Asociación Médica del Centro Médico ABC*, 63(4), 246-254.
- Rosseel, Y. (2012). lavaan: An R Package for Structural Equation Modeling. *Journal of Statistical Software*, 48(2), 1-36. <https://doi.org/10.18637/jss.v048.i02>
- RStudio Team. (2018). *RStudio: Integrated Development Environment for R*. RStudio, Inc. <http://www.rstudio.com/>
- Sánchez-Narváez, F., & Velazco-Orozco, J. J. (2017). Comorbilidad entre síndrome de Burnout, depresión y ansiedad en una muestra de profesores de Educación Básica del Estado de México. *Papeles de población*, 23(94), 261-286. <http://dx.doi.org/10.22185/24487147.2017.94.038>
- Santana, J. T. T., Morales, J. L. L., Romero, J. R., de Los Fayos, E. J. G., Munguia, H. Z., & Portero, A. I. P. (2024). Burnout, optimismo y resiliencia en jóvenes deportistas mexicanos. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 11(3), 23-27. doi: 10.21134/rpcna.2024.11.3.5
- Trujillo-Torrealva, D., & Reyes-Bossio, M. A. (2019). Programa de mindfulness para la reducción de la ansiedad precompetitiva en deportistas de artes marciales. *Retos*, 36, 418-426. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.66589>
- Tutte-Vallarino, V., Blasco, T., & Cruz Feliu, J. (2006). Evolución de los índices de burnout en un equipo femenino de baloncesto. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 6(1), 21-35.
- Tutte-Vallarino, V., Blasco, T., & Cruz, J. (2010). Perfiles de implicación en la práctica deportiva de jóvenes futbolistas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Deporte*. 5(2), 213-232.
- Tutte-Vallarino, V., Malán-Ernst, E., Reyes-Bossio, M., Peinado-Portero, A., de Álvaro, J. I., Ortín Montero, F. J., & Garcés de Los Fayos Ruiz, E. J. (2022). Relationship between resilience, optimism and burnout in Pan-American athletes. *Frontiers in Psychology*. 13, 1048033. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1048033>
- Wagstaff, C., Hings, R., Larner, R., & Fletcher, D. (2018). Psychological Resilience's Moderation of the Relationship Between the Frequency of Organizational Stressors and Burnout in Athletes and Coaches. *The Sport Psychologist*, 32(3), 178-188. <https://doi.org/10.1123/tsp.2016-0068>
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology* (7th ed.). Human Kinetics.
- Williams, T., Evans L., Robertson A., Hardy L., Roy S., Lewis D., & Glendinning F. (2020). The Role of Optimism and Psychosocial Factors in Athletes Recovery From ACL Injury: A Longitudinal Study. *Front. Sports Act. Living* 2:116. <https://doi.org/10.3389/fspor.2020.00116>
- Ziemainz, H., Drescher, A., Schipfer, M., & Stoll, O. (2015). An Explorative Study of Possible Demographic Variables, Sports-Related Situational Variables, and Social Variables as Predictors of Athlete Burnout and Its Core Dimensions among German Non-Elite Endurance Athletes. *Advances in Physical Education*, 5(1), 60-69. <http://dx.doi.org/10.4236/ape.2015.51008>

Datos de los/as autores/as y traductor/a:

Verónica Tutte-Vallarino	vtutte@ucu.edu.uy	Autora
Enrique J. Garcés de Los Fayos	garces@um.es	Autor
Mónica Serppe	monica.serppe@uap.edu.ar	Autora
Estefanía Malán-Ernst	piestefaniamalan@gmail.com	Autora
Ana Peinado-Portero	anaisabel.peinado@um.es	Autora
Lindsey W. Vilca	lwquiyo@gmail.com	Autor
Regina Brandão	mrfbrandao@gmail.com	Autora
Mario Reyes-Bossio	mario.reyes@upc.pe	Autor

