

# UCUENCA

## Universidad de Cuenca

Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación

Carrera de Ciencias de la Educación en Cultura Física

**Prevalencia del Síndrome de Burnout en Árbitros Profesionales de Fútbol de la Provincia del Azuay**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciado en Ciencias de la Educación en Cultura Física

**Autor:**

Lenin Ricardo Brito Criollo

**Director:**

Jorge Eduardo Brito Parra

ORCID:  0000-0003-2660-2874

**Cuenca - Ecuador.**

2024-11-22

### Resumen

**Antecedentes:** Los profesionales en arbitraje se encuentran en el colectivo que más estrés acumula durante las competencias deportivas debido a las funciones que ejecutan. Este estrés puede llegar a provocar efectos psicológicos y somáticos negativos para la salud; por tanto, pueden experimentar el síndrome de Burnout. Esta patología es un factor común al espectro psicopatológico de las profesiones caracterizadas por la interacción humana, y está definida por el agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal (Martínez, 2014). **Objetivo:** Determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout en árbitros de fútbol profesionales de la provincia del Azuay, Cuenca 2023. **Metodología:** Estudio cuantitativo, diseño descriptivo de corte transversal; muestreo no probabilístico por conveniencia; la población de estudio está constituida por los árbitros de fútbol profesionales de la provincia del Azuay. Se aplicó la prueba Maslach Burnout Inventory (MBI), mide la frecuencia y la intensidad con que se sufre Burnout, está constituido por 22 ítems afirmativos acerca de los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo; para el análisis estadístico se utilizó el programa estadístico IBM SPSS versión 25. **Resultados:** El nivel Alto de Burnout es de 28,9% afecta a 11 participantes de la población investigada.

*Palabras clave del autor:* estrés laboral, deporte competitivo, arbitraje de fútbol



El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Cuenca ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por la propiedad intelectual y los derechos de autor.

**Repositorio Institucional:** <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

### Abstract

**Background:** Refereeing professionals are among the group that accumulates the most stress during sports competitions due to the functions they perform. This stress can cause negative psychological and somatic effects on health; therefore, they may experience Burnout syndrome. This pathology is a common factor in the psychopathological spectrum of professions characterized by human interaction, and is defined by emotional exhaustion, depersonalization, and low personal fulfillment (Martínez, 2014). **Objective:** Determine the prevalence of Burnout Syndrome in professional soccer referees in the province of Azuay, Cuenca 2023. **Methodology:** Quantitative study, descriptive cross-sectional design; non-probabilistic convenience sampling; The study population is made up of professional soccer referees from the province of Azuay. The Maslach Burnout Inventory (MBI) test was applied; it measures the frequency and intensity with which Burnout is suffered. It consists of 22 affirmative items about the professional's feelings and attitudes in their work; For the statistical analysis, the IBM SPSS statistical program version 25 was used. **Results:** The High level of Burnout is 28.9%, affecting 11 participants of the investigated population.

*Author keywords:* work stress, competitive sport, football refereeing



The content of this work corresponds to the right of expression of the authors and does not compromise the institutional thinking of the University of Cuenca, nor does it release its responsibility before third parties. The authors assume responsibility for the intellectual property and copyrights.

**Institutional Repository:** <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

## Índice de contenido

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| Resumen.....                                                           | 2  |
| Abstract.....                                                          | 3  |
| Dedicatoria.....                                                       | 7  |
| Agradecimiento.....                                                    | 8  |
| Capítulo I.....                                                        | 9  |
| 1.1 Introducción .....                                                 | 9  |
| 1.2 Planteamiento del problema .....                                   | 9  |
| 1.3 Justificación .....                                                | 10 |
| 1.4 Objetivos de investigación .....                                   | 11 |
| 1.4.1 Objetivo general: .....                                          | 11 |
| 1.4.2 Objetivos específicos.....                                       | 11 |
| Capítulo II: Marco teórico .....                                       | 13 |
| 2.1 Síndrome de Burnout.....                                           | 13 |
| 2.1.1 Historia.....                                                    | 13 |
| 2.1.2 Definición .....                                                 | 14 |
| 2.1.3 Etiología .....                                                  | 15 |
| 2.1.4 Fases del Burnout.....                                           | 16 |
| 2.1.5 Síntomas del Burnout .....                                       | 17 |
| 2.2 El burnout y el deporte .....                                      | 18 |
| 2.3 El burnout en árbitros .....                                       | 19 |
| 2.3.1 Variables predictoras del burnout en el contexto deportivo. .... | 22 |
| 2.3 Estrategias de prevención:.....                                    | 23 |
| Capítulo III: Metodología .....                                        | 24 |
| 3.1 Diseño de Investigación .....                                      | 24 |
| 3.2 Enfoque.....                                                       | 24 |
| 3.3 Universo y muestra .....                                           | 24 |
| 3.4 Criterios de inclusión y exclusión .....                           | 24 |
| Criterios de inclusión .....                                           | 24 |

|                                                                                                 |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Criterios de exclusión.....                                                                     | 24 |
| 3.5    Variables de estudio.....                                                                | 25 |
| 3.6 Técnicas e instrumentos .....                                                               | 25 |
| 3.7 Procedimiento .....                                                                         | 26 |
| 3.8 Implementación de ética .....                                                               | 26 |
| 3.9 Plan de análisis y tabulación de datos .....                                                | 26 |
| Capítulo IV .....                                                                               | 28 |
| 4.1 Resultados.....                                                                             | 28 |
| 4.2 Discusión .....                                                                             | 35 |
| Capítulo V .....                                                                                | 37 |
| 5. Conclusiones .....                                                                           | 37 |
| 5.2    Recomendaciones.....                                                                     | 37 |
| Referencias.....                                                                                | 39 |
| ANEXOS .....                                                                                    | 44 |
| Anexo A: Operacionalización de la Variables.....                                                | 44 |
| Anexo B: Consentimiento Informado.....                                                          | 46 |
| Anexo C: Formulario de recolección de datos y Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI)..... | 47 |
| ANEXO D: Oficios de autorización .....                                                          | 51 |

**Índice de tablas**

|                |    |
|----------------|----|
| Tabla 1 .....  | 31 |
| Tabla 2 .....  | 31 |
| Tabla 3 .....  | 32 |
| Tabla 4 .....  | 32 |
| Tabla 5 .....  | 33 |
| Tabla 6 .....  | 33 |
| Tabla 7 .....  | 34 |
| Tabla 8 .....  | 35 |
| Tabla 9 .....  | 36 |
| Tabla 10 ..... | 37 |

### Dedicatoria

Dedico este trabajo a mi familia, por su amor incondicional y su constante apoyo en cada momento de mi vida. Sin ellos, este logro no habría sido posible. A mis padres, por enseñarme el valor del esfuerzo y la perseverancia, y a mis hermanos, por su comprensión y ánimo en los momentos de duda.

A mis profesores y mentores, quienes me guiaron y me inspiraron a lo largo de mi formación académica. Su sabiduría y paciencia han sido fundamentales en mi desarrollo profesional y personal.

Finalmente, a todos los árbitros que, día a día, enfrentan desafíos físicos y emocionales en su labor. Esta investigación sobre el Burnout en su profesión es un pequeño homenaje a su dedicación y esfuerzo, con la esperanza de contribuir a mejorar su bienestar y calidad de vida.

Con gratitud y aprecio,

Lenin

## Agradecimiento

"No hay mayor satisfacción que alcanzar una meta sabiendo que no se llegó solo a ella, sino con el apoyo de quienes confían en uno"

Quiero agradecer profundamente a todas las personas que han sido parte de esta travesía:

Mi familia que ha sido mi fuerza para seguir adelante.

A mis profesores, especialmente al Lic. Jorge Brito, por sus enseñanzas han sido una guía invaluable en mi formación académica y personal.

A los árbitros que participaron en esta investigación, gracias por su tiempo y disposición. Su colaboración ha sido esencial para este estudio, y espero que los resultados contribuyan a mejorar su bienestar.

Con todo mi cariño,

Lenin

## Capítulo I

### 1.1 Introducción

En la actualidad el ser humano se enfrenta a condiciones prolongadas de activación ante la lucha o huida, como es el caso del estrés generado por las condiciones laborales. En este contexto, se describe el llamado “Síndrome de Burnout” (SB), que consiste en un trastorno adaptativo crónico, asociado con el inadecuado afrontamiento a las demandas psicológicas del trabajo, que altera la calidad de vida de las personas, el SB ha sido estudiado prácticamente en todas las profesiones. El porcentaje de personas que han sido identificadas por presentar la sintomatología clásica depende del tipo de profesión de que se trate, de las demandas que se ejercen en el trabajo, de la percepción que tienen los trabajadores sobre su propia realización personal, entre otras variables que ejercen influencia (Lovo, 2021).

La presente investigación busca identificar la prevalencia de SB en el campo deportivo, específicamente en la figura del árbitro profesional de fútbol de nuestro contexto. Para lo cual se presenta una recopilación teórica científica sobre el tema, así como los resultados encontrados en el grupo poblacional investigado.

### 1.2 Planteamiento del problema

El estudio del SB en el ámbito deportivo ha recibido gran atención por parte de la comunidad científica, en los últimos años se han desarrollado nuevas perspectivas de investigación. Con los datos disponibles, se estima que la prevalencia del SB en el contexto deportivo se sitúa entre el 1 y el 9 %; obteniéndose unos resultados muy similares al utilizarse distintos instrumentos de evaluación. En el contexto deportivo, el SB se ha definido como la presencia de un agotamiento físico y emocional originado por una elevada exigencia en el entorno competitivo; una baja realización personal debida a una falta de éxito y de crecimiento profesional y a una devaluación del deporte que puede causar una pérdida de interés por la propia actividad (Arbinaga, Fernández, Herrera y Vela, 2019).

El SB ha sido incluido entre los principales problemas de salud mental y en la antesala de muchas de las patologías psíquicas derivadas de un escaso control y de la carencia de una prevención primaria de este síndrome. La OMS 2021 incluye al desgaste profesional

en la clasificación del CIE 11. Entre los signos y síntomas más comunes de agotamiento se destacan: la alienación de las actividades relacionadas con el trabajo: las personas que experimentan agotamiento ven sus trabajos como cada vez más estresantes y frustrantes. Adoptan conductas inadecuadas en su trabajo frente a objetos como a personas. También pueden distanciarse emocionalmente y comenzar a sentirse adormecidos por su trabajo. (Juárez, 2020)

Los árbitros, desde el punto de vista psicológico, deben tomar decisiones complejas, debido a su papel en el juego y el rápido proceso de toma de decisiones. Su papel es clave en el deporte organizado e imprescindible para el normal desarrollo de la competición. Sus decisiones tienen influencia durante el desarrollo de algunos deportes, así como sobre el resultado final alcanzado. Durante los partidos, los jugadores, árbitros y entrenadores necesitan multitud de variables, técnico-tácticas-físicas y psicológicas para afrontar la competencia. (Martínez, Ibáñez y Sánchez, 2020)

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.

### **1.3 Justificación**

El fútbol es uno de los deportes más populares y practicados a nivel mundial y como deportistas, los árbitros forman parte de él. El árbitro es una figura imprescindible para el buen desarrollo de la competencia, es responsable del cumplimiento de normas que exigen imparcialidad y equidad, siendo necesario una adecuada preparación tanto física, como mental que regule la conducta y comportamiento de los jugadores. En tal sentido, un árbitro debe poseer habilidades mentales óptimas para manejar factores estresantes, sin permitir que influyan negativamente en la ejecución de sus funciones en el terreno de juego (Estrada, Priego, Ros y Mora, 2022)

A pesar de la exposición a diferentes situaciones de stress al que se encuentran sometidos los árbitros profesionales, son escasos los estudios sobre este tema a nivel profesional y prácticamente nulos a nivel nacional, por lo tanto, abordar esta temática desde una visión deportivo-profesional aportará un punto de partida importante para la

---

futura toma de decisiones encaminadas a un mejor desempeño profesional del mencionado gremio.

Los beneficios de este proceso investigativo redundarán a futuro en el mejor manejo de las habilidades psicológicas en función del cuidado de la salud integral, aportando directamente a la buena salud mental de los agremiados, su círculo familiar y profesional. Los referís beneficiarios de esta investigación podrían prevenir con ello el sufrir agotamiento, tanto físico como emocional que produce el esfuerzo físico y mental que supone el sacrificio por intentar lograr algo que no siempre se consigue, como es el caso de desempeñarse correctamente para lograr mejoras en el desempeño y sus actividades laborales (De Francisco, Garcés de Los Fayos y Arce, 2014)

A partir de la información recopilada y expuesta, se ha seleccionado al colectivo de Árbitros Profesionales de Fútbol de la provincia del Azuay, para determinar la prevalencia del SB, haciendo un análisis del desgaste físico, emocional y mental que puedan padecer. Además del análisis de las diferencias en los niveles de cada una de las dimensiones que constituyen el SB (cansancio emocional, despersonalización y baja realización personal) en función de variables inherentes a la labor arbitral como son: la categoría a la que pertenecen, los años de experiencia arbitral y los factores sociodemográficos (edad, sexo, estado civil, nivel de instrucción).

## **1.4 Objetivos de investigación**

### **1.4.1 Objetivo general:**

Determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout en árbitros de fútbol profesionales de la provincia del Azuay.

### **1.4.2 Objetivos específicos**

- Caracterizar a la población de estudio de acuerdo con su género, edad, estado civil, nivel de instrucción, tipo de categoría y años de servicio.
- Establecer la prevalencia del nivel de Burnout en los árbitros profesionales de la provincia del Azuay.

- Determinar el grado de asociación entre el nivel de Burnout y las variables sociodemográficas: Género, edad, estado civil, nivel de instrucción, tipo de categoría, años de servicio.

## Capítulo II: Marco teórico

### 2.1 Síndrome de Burnout

El síndrome de Burnout (SB) o también conocido como síndrome de desgaste profesional, síndrome de sobrecarga emocional, síndrome del quemado o síndrome de fatiga en el trabajo fue declarado, en el año 2000, por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un factor de riesgo laboral, debido a su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida del individuo que lo sufre. Pero el problema va más allá: un individuo con SB posiblemente brindará un servicio deficiente sea cual fuese la actividad por ejecutar, será inoperante en sus funciones o tendrá un promedio mayor a lo normal de ausentismo, exponiendo a la organización a pérdidas económicas y fallos en la consecución de metas (Morales, Hidalgo. 2015).

A nivel general existen múltiples estresores que mantienen al organismo en un estado de hiperactivación, para dos reacciones: luchar o huir. Uno de los estresores más comunes en la actualidad de manera crónica, es el medio laboral. Cuando los mecanismos de adaptación son superados, se presentan distintas alteraciones, una de ellas es el llamado SB, compuesto por: agotamiento emocional, despersonalización y disminución de la realización personal, lo que genera una constelación de síntomas con múltiples consecuencias en la calidad de vida de las personas (Lovo, 2020).

Según la OMS, el Síndrome de desgaste ocupacional o SB es "resultado del estrés crónico en el lugar de trabajo que no se ha manejado con éxito" y aclara que "se refiere específicamente a los fenómenos en el contexto laboral y no debe aplicarse para describir experiencias en otras áreas de la vida" (Torres, 2022). Se considera una enfermedad descrita en el índice internacional CIE10: Z73.0, problemas relacionados con el agotamiento vital profesional, dentro de la categoría más amplia Z73 de "problemas relacionados con dificultades para afrontar la vida" (Casan, Ocampo, Brochero, Ibañez y Atala, 2018)

#### 2.1.1 Historia

El primer caso reportado de síndrome de desgaste profesional en la literatura fue hecho por Graham Greens en 1961, en su artículo "A burnout case" Luego, en 1974, el psiquiatra germano-estadounidense Herbert J. realizó la primera conceptualización de

este patología, a partir de observaciones que realizó mientras laboraba en una clínica para toxicómanos en New York y notó que muchos de sus compañeros del equipo de trabajo, luego de más de 10 años de trabajar, comenzaban a sufrir pérdida progresiva de la energía, idealismo, empatía con los pacientes, además de agotamiento, ansiedad, depresión y desmotivación con el trabajo.

En 1982, la psicóloga Cristina Maslach, de la Universidad de Berkeley, California y el psicólogo Michael Leiter, de la Universidad de Acadia Scotia, crearon el Maslach Burnout Inventory (MBI) que desde 1986 es el instrumento más importante en el diagnóstico de esta patología. Maslach en su descripción del síndrome, limitó el SB a los profesionales que interactúan con personas en su quehacer laboral (Quinceno, Vinaccia, 2007).

En 1988, Pines y Aronson expusieron nuevas evidencias con respecto al desgaste laboral incursionado por Maslach; ellos planean que cualquier tipo de profesional puede padecer el SB, aunque no brinde ayuda a otras personas, dado que, según ellos, es "el estado de agotamiento mental, físico y emocional producido por involucrarse crónicamente en el trabajo en situaciones emocionales demandantes" El hecho de enfrentarse y adaptarse a un ambiente laboral genera diferentes tipos de estresores que al superar los límites establecidos pueden generar conflictos que afecten la calidad de vida (Borda, Navarro, Aun, Berdejo, Racedo y Ruiz, 2007) Desde entonces, Diversos investigadores han señalado que puede aplicarse a trabajadoras y trabajadores de otras áreas, no necesariamente a quienes brindan un servicio de cuidado.

### **2.1.2 Definición**

El SB o desgaste emocional es un efecto psicológico negativo generado por condiciones de trabajo adversas, la OMS lo definió como: "un síndrome que resulta de estresores crónicos del trabajo que no han sido afrontados exitosamente. Se encuentra caracterizado por tres dimensiones: 1) sentimientos de deterioro de energía o agotamiento, 2) distanciamiento mental del trabajo o sentimientos negativos o indiferencia relacionada al trabajo; y 3) eficacia profesional reducida. El burnout se refiere específicamente a un fenómeno del contexto ocupacional" (WHO, 2022)

De acuerdo con Gutiérrez (2006) el "Síndrome de Burnout, consiste en un trastorno adaptativo crónico, asociado con el inadecuado afrontamiento a las demandas psicológicas del trabajo, que altera la calidad de vida de las personas" (p. 16). Por tanto,

---

Lenin Ricardo Brito Criollo

se usa el término de burnout para referirse al desgaste ocasionado por demandas crónicas y excesivas de un trabajo.

La definición clásica de burnout fue formulada por Maslach (1993), quien lo considera “Un síndrome psicológico, de agotamiento emocional, despersonalización y disminuida realización personal, que puede ocurrir en individuos normales”. Esto implica que, cuando decimos que un profesional está “quemado”, debe reflejar el hecho de que una situación (laboral, familiar o social) le ha sobrepasado, agotando su capacidad de reacción de manera adaptativa. Es el final de un proceso continuado. Así, la presentación de burnout es la secuencia predecible de la persistencia de un estresor dentro del ámbito laboral, seguido por un periodo de mal ajuste a los cambios que se harían necesarios para mantener la homeostasis psicológica del individuo (Lovo, 2020).

### **2.1.3 Etiología**

Se conoce que el SB se desencadena por un proceso multicausal y muy complejo, en donde (además del estrés) se ven involucradas variantes como el aburrimiento, crisis en el desarrollo de la carrera profesional, pobres condiciones económicas, sobrecarga laboral, falta de estimulación, pobre orientación profesional y aislamiento (Quinceno, Vinaccia. 2007).

A su vez se suman una serie de situaciones que pueden generar y desencadenar un mayor agotamiento emocional, estos son:

- Factores de riesgo personales como: la edad (relacionada con la experiencia), el género (las mujeres pueden sobrellevar mejor las situaciones conflictivas en el trabajo), variables familiares (la armonía y estabilidad familiar conservan el equilibrio necesario para enfrentar situaciones conflictivas), personalidad (por ejemplo las personalidades extremadamente competitivas impacientes, hiperexigentes y perfeccionistas), formación profesional (excesivos conocimientos teóricos, escaso entrenamiento en actividades prácticas y falta de aprendizaje de técnicas de autocontrol emocional).
- Factores laborales o profesionales: condiciones deficitarias en cuanto al medio físico, entorno humano, organización laboral, bajos salarios, sobrecarga de trabajo, escaso trabajo real de equipo.

- Factores sociales: la necesidad de ser un profesional de prestigio a toda costa, para tener una alta consideración social y familiar y así un alto estatus económico.
- Factores ambientales: cambios significativos de la vida como: muerte de familiares, matrimonios, divorcio, nacimiento de hijos.

Finalmente, ciertos investigadores resaltan factores de riesgo para desarrollo de SB en la población como: ser joven, tener hijos, trabajar más de 60 horas a la semana, recibir muchas llamadas fuera de horario, aumento de la carga de trabajo para pagar deudas.

#### 2.1.4 Fases del Burnout

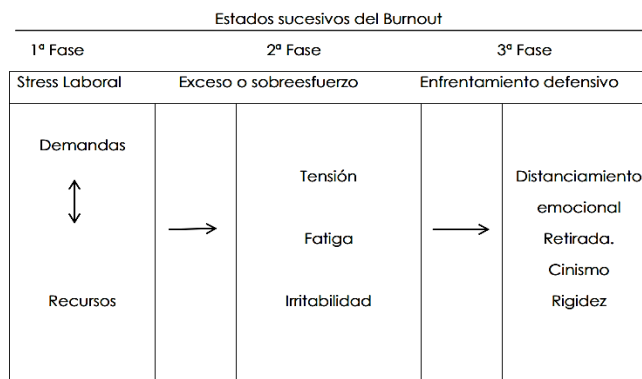
El SB, es una condición que lleva un proceso continuo o sistemático, su aparición no surge de manera súbita, va evolucionando con un incremento severo mientras progresa, por tal motivo se distinguen las siguientes fases:

**Primera fase**, aquí las demandas laborales exceden los recursos materiales y humanos dándose una situación de estrés.

**Segunda fase**, hace referencia al exceso o sobreesfuerzo en la que la persona daría una respuesta emocional a ese desajuste, apareciendo signos de ansiedad, fatiga, etc. La situación exige a la persona una adaptación psicológica.

**Tercera fase**, enfrentamiento defensivo; se producen un cambio de actitudes y de conductas con el fin de defenderse de las tensiones experimentadas.

De acuerdo con las fases mencionadas según Álvarez y Fernández (2011) el burnout propiamente dicho aparece en la fase final como una respuesta a una situación intolerable.



**Fuente:** Álvarez y Fernández (2011)

### 2.1.5 Síntomas del Burnout

En la clasificación de la OMS (2022) el burnout tiene tres dimensiones sintomáticas:

- I. Sentimientos de falta de energía o agotamiento. Sentirse constantemente con cansancio, incluso al iniciar el día.
- II. Aumento de la distancia mental con respecto al trabajo o sentimientos negativos, también con respecto al trabajo. Es decir, no sentir compromiso con las propias actividades ni con las de las demás personas.
- III. Sensación de ineficacia y falta de realización.

También son considerados síntomas físicos como:

- Jaquecas, gastritis, aumento de la presión arterial y mayor incidencia de colon irritable, menor eficacia del sistema inmune, taquicardia, sudoración, temblor corporal, tics nerviosos, obesidad y sobrepeso, pérdida del cabello y aparición de la caspa, menstruación irregular, enfermedades cardíacas, presión de dientes y mandíbula (bruxismo), manos y pies fríos, tensión muscular, diarrea o estreñimiento, insomnio, tartamudeo, alteraciones de la piel

Y algunos síntomas psicológicos como:

- Dificultad para concentrarse, aumento en los errores, menos capacidad de toma de decisiones, disminución de la memoria, ansiedad, preocupación en exceso, pensamiento catastrófico y lento, cambio en el estilo de vida, propensión a tener accidentes, inquietud, miedo o pánico, preocupación excesiva, irritabilidad, reducción del deseo sexual, disminución de la autoestima y constantes cambios de humor que, si no son tratados a tiempo, pueden ser causa de depresión y desestabilidad emocional.

Si bien la Organización Mundial de la Salud instauró el 2022 como el año en que empezaría a diagnosticarse como enfermedad, parece que los investigadores están tratando de acelerar ese proceso porque durante el 2020, con la pandemia de COVID-19, se agudizaron los casos del síndrome de desgaste profesional sobre todo en los países latinoamericanos.

## 2.2 El burnout y el deporte

Los deportes en general conllevan altos niveles de estrés y agotamiento emocional, caracterizados por las intensas demandas físicas, cognitivas y emocionales, lo cual da lugar a la aparición del SB (Gorczynski, Coyle y Gibson. 2017). En deportistas y/o atletas se escucha la jerga “estar quemado” que describe una situación en la que, en contra de las expectativas de la persona, esta no logra obtener los resultados esperados por más intenso entrenamiento que realice (Guzmán, 2013).

La práctica de la actividad física se destaca por los beneficios para la salud que trae consigo en la persona que lo practica, sin embargo, en el deporte de competición las condiciones de estrés constantes y la sobrecarga psíquica en los deportistas puede poner en riesgo su salud mental si no son manejadas de forma adecuada, originando diversos padecimientos asociados al estrés como el SB (Barbosa, Urrea, 2018).

Pines, Aronson y Kafry (1981) sustentan que el SB impacta a individuos que son más idealistas y entusiastas; señalan que los deportistas por lo general cumplen con estos dos aspectos, por lo tanto, están más predispuestos por las circunstancias deportivas como: intensidad de la competencia, percepción de presiones estresantes en el contexto deportivo; actitudes propias, del entrenador y/o familiares. El rol del entrenador deportivo según Smith (1986) es decisivo ya que hay quienes son autócratas pudiendo generar altos niveles de stress con ello la tendencia al abandono real del deporte.

El burnout deportivo es definido como "una reacción a los estresores de la competición deportiva caracterizada por agotamiento emocional, actitud impersonal hacia los sujetos de su entorno deportivo y disminución del rendimiento deportivo" (Fender, 1989). Raedeke (1997) lo caracteriza por el agotamiento emocional/físico, la devaluación deportiva y la reducida sensación de logro. La dimensión devaluación aplicada frecuentemente en la práctica deportiva, no se encuentra relacionada directamente con la dimensión despersonalización utilizada habitualmente en el ámbito laboral.

Para Gustafsson, Hancock y Cote (2014) y Rivera, Segarra y Valverde (2018) el SB en deportistas es un proceso sistemático en el cual un atleta es consumido al no tener la capacidad de lidiar con el estrés, lo que tiene un impacto negativo significativo en su autopercepción, resultando en un daño emocional seguido de un deterioro de la condición física, reducción de la motivación y un abandono de la carrera deportiva. Consecuencias

---

tan negativas que puede acarrear para los deportistas, a nivel cognitivo, fisiológico y conductual, siendo una de las más preocupantes la retirada deportiva (García, De Francisco, Garcés. 2016)

De acuerdo con la investigación de Valadez (2014) cuyo objetivo fue identificar los índices de Burnout de los entrenadores deportivos del estado de Yucatán, México; así como determinar las diferencias por sexo; participaron 81 entrenadores de los cuales el 67.9% (55) fueron hombres y el 32.1% (26) mujeres. A todos los participantes se les administró el Inventario de Burnout de Maslach y los resultados encontrados permiten concluir que la presencia de burnout en esta población se manifiesta principalmente en una reducida realización personal, sin embargo, en las mujeres se presenta predominantemente en un mayor agotamiento emocional. Respecto al estilo de afrontamiento mayormente utilizado es el centrado en el problema, no encontrando diferencias significativas respecto al sexo.

Desde esta problemática, conociendo que las investigaciones del SB en deportistas son escasas en comparación con las líneas de investigación que se han planteado en otras profesiones, podemos apreciar que el SB es el mayor problema que tienen que afrontar muchos deportistas y sus entrenadores.

### **2.3 El burnout en árbitros**

De acuerdo con Pedrosa y García (2016) en el deporte organizado el árbitro es un deportista más, que debe participar obligatoriamente si se quiere entender el deporte adecuadamente. Emite juicios y sanciona acciones deportivas basándose en la interpretación situacional de las reglas. Desde un punto de vista normativo, es una persona responsable y de gran autoridad, en la que predomina el sentido de la justicia y la integridad, cumple un marco legal de un reglamento y las normas del deporte en cuestión.

Guardo y Fleitas (2004) sustentan que en los deportes por anotación tanto colectivos como individuales se requiere la figura de un árbitro quien toma decisiones; donde, como es obvio, está implícito la acción de juzgar, valoran y penalizan las trasgresión de las normas, mediante la apreciación de las diferentes acciones que dan valor efectivo o no a las anotaciones y, por tanto, se da un predominio de la acción de arbitrar sobre la de juzgar, así mismo se comparan aptitudes del ser humano y se define la revelación máxima de estas.

En cuanto al fútbol se ha experimentado una gran evolución desde sus comienzos. Si bien su origen como deporte se sitúa en el siglo XIX, cuenta con un gran número de antecedentes o influencias hasta su definitiva creación. Este deporte colectivo, por su naturaleza de enfrentar a dos equipos con el objetivo de ganar, teniendo que respetar una serie de reglas, necesita de una figura que ponga orden ante dichos conflictos y que haga cumplir esas reglas para que lo que se practique sea fútbol. (Campos, 2017)

El papel tan importante que ha adquirido el fútbol en la sociedad actual hace que el arbitraje tenga que evolucionar constantemente y adaptarse, ya sea a través de nuevos materiales para la práctica, como de nuevos métodos para el entrenamiento y perfeccionamiento de su labor a nivel tanto físico, como técnico y psicológico. Los árbitros de fútbol trabajan diferentes factores para mejorar su rendimiento, los cuales, se encuadran en cuatro aspectos: i) la preparación física necesaria para aguantar los partidos; ii) el entrenamiento de la estrategia a seguir en los partidos (la táctica para los árbitros); iii) el conocer y saber aplicar el reglamento (la técnica para los árbitros); y el último, y no por ello menos importante, iv) el entrenamiento psicológico. (González y Díaz 2007)

Los árbitros de fútbol son quienes asumen la presión social a la que les someten deportistas, entrenadores, público, prensa o directivos, lo que da lugar a un posible aumento de las variables que influyen en la aparición del SB. Si además observamos que es muy frecuente la incomprensión por parte de personas significativas del contexto del árbitro, los potenciales “amortiguadores” del burnout desaparecen, generando una “debilidad psicológica” que sitúa esta profesión en el grupo de colectivos especialmente predispuestos a padecer SB (Garcés, Reyes y Olmedilla, 2014).

En la investigación de Guaña (2020) realizada a Árbitros Profesionales de Pichincha respecto al nivel de estrés, según el índice de Burnout el análisis descriptivo determinó que la gran mayoría de individuos de dicha población se encuentra con un nivel moderado de estrés con el 88.7%, destaca que existen situaciones generadoras de estrés tanto dentro como fuera de un encuentro deportivo.

Al-Haliq, Altahayneh y Oudat (2014) exponen en su estudio que los árbitros se encuentran entre los que más estrés acumulan durante las competiciones y/o eventos deportivos debido a las situaciones que tienen que cubrir. Este estrés puede llegar a provocar

efectos psicológicos y somáticos negativos en la salud personal que pueden ser desde una menor satisfacción hasta diferentes niveles de agotamiento. Los árbitros están expuestos a sufrir altas cantidades de estrés, tanto crónico como agudo, siendo las variables mentales como: el manejo del estrés, la toma de decisiones, el manejo de factores sociales y la concentración (Martínez, Ibáñez y Sánchez, 2020).

Arias, Tubay, Chang y Briones (2021) manifiestan que el árbitro enfrenta un ambiente laboral estricto y exigente, desde el tema de la edad que debe ser adecuada tanto para ingresar como para mantenerse en la profesión y contar con todo el tiempo disponible para la constante preparación física teniendo altas probabilidades de ser afectado por SB.

De acuerdo con Ramón (2017) se advierte que en el árbitro el aspecto psicológico es un proceso muy importante que se debe trabajar, pues; dirigir un encuentro deportivo equivale a enfrentarse a algo de peligro potencial, ya que implica afrontar las críticas, amenazas, agresión verbal de todo un colectivo, más las expectativas propias de desempeño arbitral, u otras situaciones propias de la naturaleza humana, se convierten en factores generadores de ansiedad, tensión y estrés, que sin un control adecuado puede llegar a provocar graves consecuencias en la salud.

La capacidad de decisión es uno de los principales recursos con los que el árbitro cumple su tarea, que debe contar además con una buena capacidad de concentración, atención, seguridad, tolerancia a la frustración, perseverancia, control emocional, entre otras cualidades que hagan del árbitro una persona con personalidad definida. La objetividad en la decisión arbitral es proporcional al estado anímico y mental. Arias, Tubay, Chang y Briones (2021) ratificaron que las estrategias psicoterapeutas que se realicen ayudará a controlar y enfrentar situaciones que consideren estresante permitiéndose revertir estas en positivas, optimizando el nivel de preparación física, académica y mental de cada uno de ellos y de la misma forma a familia o pareja del árbitro, la cual será una base para fortalecer todo un conjunto de demandas que se desarrolla día tras día.

En el trabajo de Niebla (2021) se destaca que el SB causa el efecto del abandono de la actividad arbitral, se menciona un porcentaje de abandono anual cercano al 30% que se ha mantenido estable en la última década, así como, una duración media de carrera relativamente corta siendo un 51,9% el número de árbitros que abandonan antes del quinto año (Soriano 2018). Se debe considerar a las personas profesionales del arbitraje

como figuras susceptibles de desarrollar el SB de forma sostenida en el tiempo en situaciones similares a las de cualquier deportista.

### **2.3.1 Variables predictoras del burnout en el contexto deportivo.**

Variables que, de alguna manera, desencadenan el síndrome o inciden en su proceso, incrementando o disminuyendo su impacto. En el caso de los árbitros son todas las que se han presentado en los diferentes estudios científicos analizados desde el origen del interés por este síndrome (Garcés, Jara y Vives, 2002).

- Interacción con los compañeros. Como ocurre en el desarrollo de otro tipo de trabajo, cuando en el árbitro se dan interacciones intensas y/o negativas con compañeros de trabajo aumenta la probabilidad de aparición del burnout.
- Presión de los deportistas. Las personas que más pueden influir en el desarrollo directo del trabajo del árbitro son los futbolistas con los que comparte el espacio físico de dicho trabajo; cuando las interacciones con éstos son muy intensas y negativas puede aparecer burnout.
- Presión del público. La singularidad del trabajo del árbitro es la observación minuciosa de su trabajo por parte de una gran multitud de personas; cuando esta multitud no está de acuerdo con el trabajo desarrollado y comienza a presionar personal y profesionalmente al árbitro, éste pasa a aumentar sus posibilidades de sufrir el síndrome.
- Relación con los directivos arbitrales. Los directivos arbitrales son, como ocurre en multitud de empresas, los responsables de que un árbitro tenga mayores facilidades para desarrollar su trabajo o, por el contrario, mayores dificultades para dicho desarrollo; cuando la relación del árbitro con sus directivos no es adecuada puede aparecer burnout.
- Patrón de personalidad ansiógeno. Como pasaba con el entrenador, un árbitro que muestre un patrón de personalidad tendente a la ansiedad presenta también mayores posibilidades de padecer burnout.
- Percepción de poco apoyo social. Finalmente, la falta de apoyo en la comprensión del trabajo del árbitro, por parte de familiares, amigos, y/o colegio arbitral predispone de manera significativa a padecer el síndrome.

Las elevadas demandas tanto físicas como psicológicas que los árbitros deben afrontar, los hace susceptibles de desarrollar SB. Diferentes investigaciones han demostrado la elevada exigencia física a la que son sometidos, cifrándola en valores muy similares a cualquier deportista de alto nivel en quienes las variables psicológicas juegan un papel fundamental.

### **2.3 Estrategias de prevención:**

Los estudios en cuanto a las estrategias de prevención analizan los factores personales que están mediando en esta situación. Las intervenciones psicológicas, tanto a nivel individual como de grupo, parecen ser eficaces para reducir el agotamiento, al menos desde una perspectiva a corto plazo. Pero si no se hace nada sobre los antecedentes del burnout, lo más probable es que sus síntomas vuelvan a aparecer (Carlin, Garcés de Los Fayos y De Francisco, 2012)

Hoar, Kowalski, Gaudreau y Crocker (2006), mencionan que los deportistas tienen que aprender a manejar una variedad de funciones en varios dominios de la vida, mediante el uso de estrategias de afrontamiento; que hacen referencia a: recursos psicológicos que el sujeto pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes. Por tanto, se requiere de un “esfuerzo” cognitivo y conductual que debe realizar un individuo para manejar esas demandas externas (ambientales, estresores) o internas (estado emocional) y que son evaluadas como algo que excede los recursos de la persona (Lazarus y Folkman, 1984).

## Capítulo III: Metodología

### 3.1 Diseño de Investigación

El tipo de investigación es observacional de carácter descriptivo, de corte transversal y correlacional, pues la recolección de datos se llevó a efecto por la aplicación del instrumento, se realizó en un solo momento, en el contexto de la Federación de Árbitros Profesionales del Azuay.

### 3.2 Enfoque

El presente trabajo fue diseñado bajo la metodología del enfoque cuantitativo, debido a que, a partir de la medición de variables cuantitativas, se da a conocer la prevalencia de SB en los Árbitros Profesionales del Azuay.

### 3.3 Universo y muestra

Los sujetos que se analizaron pertenecen a la Asociación de Árbitros de Fútbol del Azuay, cuyas edades comprenden de 15 a 42 años, sumando un total de 38 árbitros constituidos por 32 hombres y 6 mujeres tanto de primera, segunda, tercera y cuarta categoría.

Por las características de los participantes, el muestreo fue no probabilístico por conglomerados a conveniencia, tomando en cuenta que serán partícipes todos los árbitros de la provincia.

### 3.4 Criterios de inclusión y exclusión

#### Criterios de inclusión

- Los árbitros en el rango de edad de 15 a 42 años.
- Aquellos que dieron su consentimiento para ser parte de la investigación.

#### Criterios de exclusión

- Los árbitros que no se encontraron en el rango de edad señalado.
- Aquellos que no desearon ser parte del estudio.

### 3.5 Variables de estudio

- **Variable dependiente:** Nivel de Burnout.
- **Variables de clasificación:** sexo, edad, estado civil, nivel de instrucción, tipo de categoría y años de servicio.

### 3.6 Técnicas e instrumentos

a) *Prueba Maslach Burnout Inventory (MBI)*, mide la frecuencia y la intensidad de Burnout, constituida por 22 ítems afirmativos acerca de los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo (Torres, Sahili y Gonzáles, 2019). Su estructura factorial evalúa tres dimensiones del síndrome: i) Agotamiento o Cansancio Emocional (C.E) evalúa la vivencia de estar exhausto emocionalmente por la demanda del trabajo, preguntas: 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20, puntuación máxima es 54., ii) Despersonalización (D) evalúa el grado actitudes de frialdad y distanciamiento, preguntas: 5, 10, 11, 15, 22, puntuación máxima 30, y Reducida Realización Personal (R.P) valora los sentimientos de autosuficiencia y realización personal en el trabajo, preguntas: 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21, puntuación máxima 48. Tiene una alta consistencia interna y una fiabilidad cercana al 90%.

| RANGOS DE MEDIDA DE LA ESCALA     |
|-----------------------------------|
| 0 = Nunca.                        |
| 1 = Pocas veces al año o menos.   |
| 2 = Una vez al mes o menos.       |
| 3 = Unas pocas veces al mes.      |
| 4 = Una vez a la semana.          |
| 5 = Unas pocas veces a la semana. |
| 6 = Todos los días.               |

**Burnout Alto** cuando el agotamiento emocional se encuentra entre (27-54), despersonalización entre (10-30) y realización personal entre (0-33). **Burnout Bajo** cuando agotamiento emocional está (0-18), despersonalización (0-5) y realización personal entre (40-56). En este contexto si una de las dimensiones está afectada marca para esta puntuación (Torres, Sahili y Gonzáles, 2019)

Las altas puntuaciones en las dos primeras subescalas y bajas en la tercera definen el síndrome de Burnout. Sin embargo; hay que analizar de manera detallada las tres dimensiones para determinar el grado del SB, que puede ser más o menos severo dependiendo de si los indicios aparecen en uno, dos o tres ámbitos; y de la mayor o menor diferencia de los resultados con respecto a los valores de referencia que marcan los indicios del síndrome.

|                      | BAJO   | MEDIO   | ALTO    |
|----------------------|--------|---------|---------|
| Cansancio emocional  | 0 – 18 | 19 – 26 | 27 – 54 |
| Despersonalización   | 0 – 5  | 6 – 9   | 10 – 30 |
| Realización personal | 0 – 33 | 34 – 39 | 40 – 56 |

b) *Formulario de Recolección de Datos*, anexo a la prueba de Burnout cuidando los aspectos bioéticos que exige la investigación.

### 3.7 Procedimiento

A partir de la aprobación del diseño de titulación, se solicitó el permiso respectivo a los directivos de la Asociación de Árbitros del Azuay, se socializó la investigación, se entregó el consentimiento informado, el documento contó con información certera, confiable, garantizando que los participantes expresen voluntariamente su intención de participar o no. Se realizó la recolección de datos sociodemográficos y la aplicación del cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) bajo la guía y asesoramiento del investigador. Se elaboró la base de datos en el software estadístico IBM SPSS v22 compatible para Windows, con la información obtenida.

### 3.8 Implementación de ética

Para el inicio de la evaluación se obtuvo el consentimiento informado por parte de los profesionales del arbitraje con la respectiva firma para la ejecución de las pruebas.

### 3.9 Plan de análisis y tabulación de datos

Análisis descriptivo, presentación de los resultados obtenidos, utilizando el software estadístico IBM SPSS v22 compatible para Windows. Análisis de las variables descriptivas, se señala la opción estadísticos descriptivos y frecuencias; Se comparó los

---

Lenin Ricardo Brito Criollo

resultados de los test con género, edad, estado civil, nivel de instrucción, tipo de categoría y años de servicio de los participantes, los datos obtenidos fueron expresados en tablas estadísticas con análisis de las variables en número y porcentaje. Los productos del estudio son:

- Análisis de la información obtenida a través de una base de datos con información estadística sociodemográfica de los árbitros participantes, el nivel de Burnout encontrado para comprender la dinámica de que se ejerce en el grupo de estudio referente al SB.
- Recopilación bibliográfica científica que servirá de apoyo a los directivos del arbitraje del fútbol azuayo y del país para poder desarrollar planes encaminados a mejorar la salud integral de los árbitros de fútbol. Así también será un material de apoyo para continuar con investigaciones referentes a esta línea de investigación.

## Capítulo IV

### 4.1 Resultados

**Tabla 1**

*Caracterización de la población, según género*

| Género    | F  | %     |
|-----------|----|-------|
| Masculino | 32 | 84,2  |
| Femenino  | 6  | 15,8  |
| TOTAL     | 38 | 100,0 |

**Nota.** Fuente: formulario de recolección de datos.

En la presente tabla se observa un predominio de árbitros de género masculino con 32 (84.2%), en comparación del género femenino con 6 (15.8%).

**Tabla 2**

*Caracterización de la población, según edad*

| Edad en grupos | F  | %    |
|----------------|----|------|
| 15 – 25        | 13 | 34,2 |
| 26 – 35        | 23 | 60,5 |
| 36 – 42        | 2  | 5,3  |
| TOTAL          | 38 | 100  |

**Nota.** Fuente: formulario de recolección de datos.

La tabla 2 nos indica tres grupos de edades por años, el grupo de árbitros de 26 a 35 años predomina con 23 integrantes representando el 60,5% de la población, seguido por el grupo de 15 a 25 años con el 34,2%, finalmente el grupo de 36 a 42 años con 2 integrantes representando el 5,3%.

**Tabla 3***Caracterización de la población, según estado civil*

| Estado civil | F  | %    |
|--------------|----|------|
| Soltero/a    | 25 | 65,8 |
| Casado/a     | 12 | 31,6 |
| Unión libre  | 1  | 2,6  |
| TOTAL        | 38 | 100  |

**Nota.** Fuente: formulario de recolección de datos.

La tabla expresa, que de acuerdo con el estado civil de la población investigada 25 árbitros son solteros representando el 65,8%, seguido del 31,6% que son casados es decir 12 y 1 árbitro en unión libre (2,6%). Es preciso mencionar que el programa estadístico no analizo los estados civiles: divorciado/a y viudo/a ya que no hay participantes en los mismos.

**Tabla 4***Caracterización de la población, según nivel de instrucción*

| Nivel de instrucción | F  | %    |
|----------------------|----|------|
| Bachillerato         | 9  | 23,7 |
| Superior             | 26 | 68,4 |
| Posgrado             | 3  | 7,9  |
| TOTAL                | 38 | 100  |

**Nota.** Fuente: formulario de recolección de datos.

La tabla 4 indica, que 26 árbitros (68,4%) tienen instrucción superior, seguido por 9 (23,7%) con instrucción Bachillerato y 3 (7,9%) con instrucción en posgrado.

**Tabla 5***Caracterización de la población, según tipo de categoría*

| Tipo de categoría | F  | %    |
|-------------------|----|------|
| Primera           | 8  | 21,1 |
| Segunda           | 13 | 34,2 |
| Tercera           | 11 | 28,9 |
| Cuarta            | 6  | 15,8 |
| TOTAL             | 38 | 100  |

**Nota.** Fuente: formulario de recolección de datos.

En la tabla verificamos que 13 árbitros (34,2%) pertenecen o están ubicados en segunda categoría, 11 árbitros (28,9%) están en tercera categoría, 8 (21,1%) pertenecen a primera categoría y 6 (15,8%) ubicados en cuarta categoría.

**Tabla 6***Caracterización de la población, según años de servicio*

| Años de servicio | F  | %    |
|------------------|----|------|
| 1 – 5            | 20 | 52,6 |
| 6 – 10           | 8  | 21,1 |
| 11 – 15          | 8  | 21,1 |
| 16 – 20          | 2  | 5,3  |
| TOTAL            | 38 | 100  |

**Nota.** Fuente: formulario de recolección de datos.

En la tabla 6 se han agrupado en rangos los años de servicio, se verifica que de la población investigada 20 (52,6%) árbitros tienen de 1 a 5 años de servicio, 8 (21,1%) árbitros de 6 a 10 años de servicio, al igual 8 (21,1%) árbitros en el grupo de 11 a 15 años de servicio y 2 (5,3%) árbitros con 16 a 20 años de servicio.

**Tabla 7**

*Resultados prevalencia del nivel de Burnout en los árbitros profesionales de la provincia del Azuay*

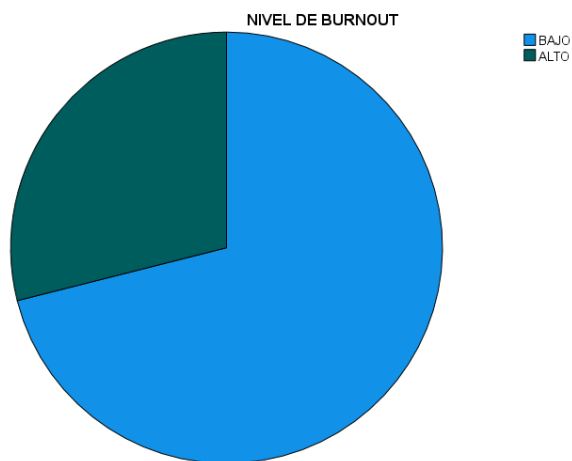
| Nivel de burnout | F  | %     |
|------------------|----|-------|
| Bajo             | 27 | 71,1  |
| Alto             | 11 | 28,9  |
| TOTAL            | 38 | 100,0 |

**Nota.** Fuente: Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI).

En la tabla 7 se verifica 27 (71,1%) árbitros presentan un Nivel Bajo de Burnout, y del total de la población investigada 11 árbitros que representan el 28,9% de la población presenta un Nivel de Burnout Alto.

**Figura****1**

*Nivel de Burnout en los Árbitros Profesionales de la Provincia del Azuay*



**Nota:** Elaboración propia

La figura nos evidencia la representación gráfica del porcentaje para cada Nivel de Burnout.

**Tabla 8**

*Grado de asociación entre el nivel de Burnout de los árbitros profesionales de la provincia del Azuay y las variables sociodemográficas: sexo, edad, estado civil y nivel de instrucción.*

|                      |              |  | Bajo    |      | Alto  |      | Total |      |
|----------------------|--------------|--|---------|------|-------|------|-------|------|
|                      |              |  | F       | %    | F     | %    | F     | %    |
| Género               | Masculino    |  | 23      | 60,5 | 9     | 23,7 | 32    | 84,2 |
|                      | Femenino     |  | 4       | 10,5 | 2     | 5,3  | 6     | 15,8 |
| Total                |              |  | 27      | 71   | 11    | 29   | 38    | 100  |
|                      |              |  |         |      |       |      |       |      |
| Edad                 | 15 – 25 años |  | 6       | 15,8 | 7     | 18,4 | 13    | 34,2 |
|                      | 26 – 35 años |  | 19      | 50   | 4     | 10,5 | 23    | 60,5 |
|                      | 36 – 42 años |  | 2       | 5,3  | 0     | 0    | 2     | 5,3  |
| Total                |              |  | 27      | 71,1 | 11    | 28,9 | 30    | 100  |
| CHI                  | 6,227/GI2    |  | Valor p |      | 0,044 |      |       |      |
| cuadrado/GL          |              |  |         |      |       |      |       |      |
|                      |              |  |         |      |       |      |       |      |
| Estado civil         | Soltero      |  | 16      | 42,1 | 9     | 23,7 | 25    | 65,8 |
|                      | Casado       |  | 10      | 26,3 | 2     | 5,3  | 12    | 31,6 |
|                      | Unión libre  |  | 1       | 2,6  | 0     | 0    | 1     | 2,6  |
| Total                |              |  | 27      | 71,1 | 11    | 28,9 | 38    | 100  |
|                      |              |  |         |      |       |      |       |      |
| Nivel de instrucción | Bachillerato |  | 7       | 18,4 | 2     | 5,3  | 9     | 23,7 |
|                      | Superior     |  | 17      | 44,7 | 9     | 23,7 | 26    | 68,4 |
|                      | Posgrado     |  | 3       | 7,9  | 0     | 0    | 3     | 7,9  |
| Total                |              |  | 27      | 71,1 | 11    | 28,9 | 38    | 100  |

**Nota.** Fuente: Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI).

En la tabla se verifica la relación del **Nivel de Burnout** con las siguientes variables: **Género**, del total de la población investigada 9 (23,7) integrantes varones y 2 (5,3%) integrantes mujeres presentan un Nivel de Burnout Alto.

En lo referente a la **Edad** del rango de 15 a 27 años 7 (18,4%) y 4 (10,5%) del rango de edad de 26 a 35 años presentan un nivel de burnout alto, con respecto a la asociación

Nivel de Burnout y Edad se destaca el resultado estadísticamente significativo para el valor de p inferior a 0,05 en este caso se obtuvo 0,044.

En **Estado civil** los resultados para Burnout alto son 9 (23,7%) casos para el grupo de soltero/a y 2 (5,3%) para la opción casado/a.

Finalmente, en la variable **Nivel de instrucción** 9 (23,7%) del grupo de educación superior y 2 (5,3%) de Bachillerato se enmarcan en el grupo de nivel de Burnout alto.

**Tabla 9**

*Grado de asociación entre el nivel de Burnout de los árbitros profesionales de la provincia del Azuay y las variables: tipo de categoría y años de servicio*

|                   |              |  | Bajo |      | Alto |      | Total |      |
|-------------------|--------------|--|------|------|------|------|-------|------|
|                   |              |  | F    | %    | F    | %    | f     | %    |
| Tipo de categoría | Primera      |  | 8    | 21,1 | 0    | 0    | 8     | 21   |
|                   | Segunda      |  | 8    | 21,1 | 5    | 13,2 | 13    | 34,3 |
|                   | Tercera      |  | 7    | 18,4 | 4    | 10,5 | 11    | 28,9 |
|                   | Cuarta       |  | 4    | 10,5 | 2    | 5,3  | 6     | 15,8 |
| Total             |              |  | 27   | 71,1 | 11   | 28,9 | 38    | 100  |
| Años de servicio  | 1 – 5 años   |  | 14   | 36,8 | 6    | 15,8 | 20    | 52,6 |
|                   | 6 – 10 años  |  | 5    | 13,2 | 3    | 7,9  | 8     | 21,1 |
|                   | 11 – 15 años |  | 6    | 15,8 | 2    | 5,3  | 8     | 21,1 |
|                   | 16 – 20 años |  | 2    | 5,3  | 0    | 0    | 2     | 5,3  |
| Total             |              |  | 27   | 71,1 | 11   | 28,9 | 38    | 100  |

**Nota.** Fuente: Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI).

De acuerdo con lo que se observa en la tabla 9, la asociación entre el **Nivel de Burnout** de los árbitros profesionales de la provincia del Azuay y el **Tipo de categoría** al que pertenece existen 5 (13,2%) de segunda categoría, 4 (10,5%) de tercera categoría y 2 (5,3%) de cuarta categoría tienen Burnout alto, mientras los que pertenecen a la primera categoría marcan un 0% para este nivel.

En lo concerniente a **Nivel de Burnout** y **Años de servicio**, 6 (15,8%) del rango de 1 a 5 años de servicio, 3 (7,9%) rango 6 a 10 años de servicio y 2 (5,3%) rango 11 a 15 años de servicio están en el grupo de Burnout Alto.

**Tabla 10**

Subniveles del cuestionario Maslach Burnout Inventory, aplicado a los árbitros profesionales de la provincia del Azuay

|                      |       | F  | %    |
|----------------------|-------|----|------|
| Cansancio emocional  | Bajo  | 34 | 89,5 |
|                      | Medio | 4  | 10,5 |
|                      | TOTAL | 38 | 100  |
| Despersonalización   | Bajo  | 13 | 34,2 |
|                      | Medio | 9  | 23,7 |
|                      | Alto  | 16 | 42,1 |
|                      | TOTAL | 38 | 100  |
| Realización personal | Bajo  | 17 | 44,7 |
|                      | Medio | 9  | 23,7 |
|                      | Alto  | 12 | 31,6 |
|                      | TOTAL | 38 | 100  |

**Nota.** Fuente: Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI).

Se determinó que en 4 (10,5%) árbitros presentan un nivel medio en Cansancio Emocional, para la subescala Despersonalización hay 9 (23,7%) se encuentran en el nivel medio y 16 (42,1%) en el nivel alto. En la subescala Realización Personal 17 (44,7%) se encuentran con puntuaciones bajas y 9 (23,7) en nivel medio. Se aclara de acuerdo con el cuestionario aplicado se deben considerar también las puntuaciones en las subescalas de forma separada e individual para considerar a quienes están en riesgo de pasar del Nivel bajo a nivel alto de Burnout y así establecer las señales de alarma para el apoyo oportuno.

## 4.2 Discusión

Los objetivos de la presente investigación responden a determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout en árbitros de fútbol profesionales de la provincia del Azuay. Para lo cual en primera instancia se buscó caracterizar a la población de estudio de acuerdo con: Género, edad, estado civil, nivel de instrucción, tipo de categoría y años de servicio. Esto con el fin de establecer la dinámica de la población de estudio. Luego con apoyo del cuestionario Maslach Burnout Inventory se obtuvo el nivel de Burnout de cada participante. Por último, se hizo una correlación entre las variables independientes con la dependiente.

Para el apartado de la discusión se cumple el proceso con escasas investigaciones, ya que como se mencionó en la justificación, no existen estudios similares al que se desarrolló, lo cual no resta valor alguno pues se cumplió con todos los pasos que exige la investigación científica, a continuación, se destaca:

Con respecto a la correlación Nivel de Burnout y género en el estudio existe un porcentaje de 23,7% para la categoría masculino con niveles alto de Burnout, frente a un 5,3% para la categoría mujeres. Lo que se contrapone con la investigación de Guaña y Rivera (2020) en la que el mayor porcentaje con niveles de Burnout bajo va a la categoría hombre con el 89,9% en contraposición con la categoría mujeres que obtuvo un porcentaje nulo para el nivel bajo de Burnout evidenciando así que, las mujeres presentan mayores niveles de agotamiento emocional que los hombres. Mientras que en el estudio de Olivares (2020) no se hallaron diferencias estadísticamente significativas según el género de los deportistas para el síndrome de Burnout.

De acuerdo con el Nivel de Burnout y la Edad; se destaca a los jóvenes del rango de 15 a 27 años con el 18,4% presentan un nivel de burnout alto, lo que se relaciona con el estudio de Guaña y Rivera (2020) en donde al hacer un análisis del perfil edad, se obtiene que la mayor concentración del total de los sujetos de análisis se encuentra en una edad de 19 a 25 años de los cuales el 85% se posiciona con niveles de estrés moderado. Cabe destacar que se encontró asociación estadísticamente significativa entre el Nivel de Burnout y la edad ( $p= 0,044$ )

En lo referente a Nivel de Burnout y el Estado civil, el 23,7% de la categoría soltero/a presenta altos niveles de Burnout. En concordancia con el estudio de Guaña y Rivera

---

Lenin Ricardo Brito Criollo

(2020) en el cual la categoría soltero/a predomina con el 59,4% y del total de estos el 82,3% presenta resultados moderados de Burnout.

Según el Nivel de Burnout y nivel de instrucción, Guaña y Rivera (2020) expresan que el 63,2% de árbitros están bajo una instrucción superior, de ellos el 90% presenta un nivel de stress moderado. Mientras que el presente estudio el 23,7% del grupo de educación superior se enmarcan en el grupo de nivel de Burnout alto.

Con respecto a Nivel de Burnout y el Tipo de categoría al que pertenece existen 13,2% de segunda categoría, 10,5% de tercera categoría tienen Burnout alto, mientras los que pertenecen a la primera categoría marcan un 0% para este nivel. En el estudio de Guaña y Rivera (2020) predomina la tercera categoría con niveles de stress moderado representado por el 85% de esta población.

En lo concerniente a Nivel de Burnout y Años de servicio, el 15,8% del rango de 1 a 5 años de servicio, están en el grupo de Burnout Alto. En Guaña y Rivera (2020) con respecto al tiempo al que pertenece a la asociación de árbitros predomina el rango 2 a 5 años con el 47%, de los cuales el 79% presenta stress moderado.

## Capítulo V

### 5. Conclusiones

- Del total de la población investigada (38) árbitros de fútbol profesionales de la provincia del Azuay el 28,9% presentó un Nivel de Burnout Alto y el 71,1% un Nivel Bajo de Burnout.
- De acuerdo con la caracterización de la población de estudio la variable género estuvo conformada por el 84,2% para el género masculino.
- En la Variable edad el rango predominante fue de 15 a 25 años con el 34,2%
- En cuanto al estado civil predomina la categoría soltero/a con el 65,8%
- En nivel de instrucción del árbitro el mayor porcentaje para el grupo de educación superior con el 68,4%
- En el tipo de categoría de arbitraje al que pertenece el participante el 34,2% se agrupa en la segunda categoría
- Con respecto a la variable años de servicio el 52,6% pertenece al rango 1 a 5 años de servicio en la Asociación de Árbitros Profesionales del Azuay.
- Existe asociación estadísticamente significativa entre la variable Nivel de Burnout y la edad del participante con un valor de  $p=0,044$ .
- Con respecto al análisis individual de las subescalas del Burnout se destaca que el 10,5% presentan un nivel medio en Cansancio Emocional. El 42,1% presenta nivel alto en la subescala de Despersonalización. Y el 44,7% presenta puntuación baja para la subescala Realización Personal dando señales de alarma para el nivel alto de SB.

### 5.2 Recomendaciones

- Concientizar a los estudiantes de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte sobre el uso de estrategias de prevención al Burnout.
- Realizar el cuestionario cada cierto tiempo con el fin de identificar posibles señales de alerta en cada una de las subescalas del cuestionario Maslach Burnout Inventory
- Implementar programas dirigidos a reducir los niveles del SB, fomentando estilos de vida saludable.

- Capacitar a los árbitros de fútbol sobre temas del manejo del estrés con la finalidad de que estos reconozcan los síntomas y aprendan a manejar y buscar ayuda de un profesional.
- Continuar con investigaciones en el contexto deportivo sobre el cuidado de la salud mental (SB)

### Referencias

- Álvarez, E., Fernández, L. (2011) El síndrome de burnout o el desgaste profesional. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría. Vol. 11. N39.
- Al-Haliq, M., Altahayneh, Z. y Oudat, M. (2014). Levels of burnout among sports referees in Jordan. Journal of Physical Education and Sport, 14(1), 47.
- Arbinaga, F., Fernández E., Herrera, P., Vela, D. (2019) Síndrome de burnout y resiliencia en árbitros de fútbol y baloncesto. Revista de Psicología del Deporte/Journal of Sport Psychology Vol. 28. N2, pp. 23–32. Universidad de Almería / Universitat Autònoma de Barcelona. ISSN 1132–239X ISSN 1988–5636
- Arias, M., Tubay, W., Chang, Z., y Briones, H. (2021) Estrés laboral y salud mental de los árbitros de fútbol profesionales, provincia de Los Ríos. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4914808>
- Ayoze, P. (2021) Gestión emocional, gestión de conflictos y síndrome de burnout en árbitros/as de baloncesto. Universidad de la Laguna. España
- Barbosa, S., Urrea, A. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. Revista Katharsis, N 25, enero-junio 2018, pp.141-159.
- Borda, M., Navarro, E., Aun, E., Berdejo, H., Racedo, K. y Ruiz, J. (2007). Síndrome de Burnout en estudiantes de internado del Hospital Universidad del Norte. Salud Uninorte, 23, 1, 43-51. Barranquilla.
- Carlin, M., Garcés de Los Fayos, E. y De Francisco, C. (2012) El síndrome de burnout en deportistas: nuevas perspectivas de investigación. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte. Vol.7, nº 1
- Casan, E., Casan, M., Ocampo, M., Brochero, G., Ibañez, C. y Atala, L. (2018) El Síndrome de Burnout en Estudiantes de la Facultad Odontología de la Universidad Nacional de Córdoba.[Online].; <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/RevFacOdonto/article/download/18839/pdf>

- De Francisco, C., Garcés de Los Fayos, E., & Arce, C. (2014). Burnout en deportistas: Prevalencia del síndrome a través de dos medidas. Cuadernos de Psicología del deporte, 14(1), 29-38.
- Estrada, X., Priego, A., Ros, M., Mora, C. (2022) Relationship between emotional intelligence, burnout and health perception in a sample of football Spanish referees Universidad de Lérida España.
- Fender, L.K. (1989). Athlete burnout: Potential for research and intervention strategies. Sport Psychologist, 3(1), 63-71.
- Freudenberger, H. (1974). Staff burn-out. Journal of social issues, 30(1), 159-165. doi: doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x
- García, N., González, J., y Garcés de los Fayos, E. (2016). Estado actual del estudio del síndrome de burnout en el deporte. Cuadernos de Psicología del Deporte, 16(2), 21–28.
- Garcés de Los Fayos, R., Jara, E., y Vives, L. (2002). Variables motivacionales y emocionales implicadas en el síndrome de burnout en el contexto deportivo. Revista REME, Vol. 5. N 11-12. Universidad de Murcia (Spain)
- Garcés de Los Fayos, R., Reyes, S. y Olmedilla, A. (2014) Creación de un instrumento de medida de burnout en árbitros de fútbol. Universidad Catolica de Murcia.
- González-Oya, J. L. y Díaz, J. (2007). La psicología del árbitro de fútbol. A Coruña: Toxosoutos.
- Gorczynski, P., Coyle, M. y Gibson, K. (2017) Síntomas depresivos en deportistas de alto rendimiento y no deportistas: un metanálisis comparativo. PubMed. doi: 10.1136/bjsports-2016-096455. Epub 2017 2 de marzo.
- Guaña (2020) Evaluación del nivel de estrés de los Árbitros Profesionales de Futbol de Pichincha a través de la combinación del análisis factorial de correspondencias múltiple y un análisis de conglomerados. Universidad Central del Ecuador.
- Guardo, M., y Fleitas, I. (2004) Hacia una teoría del arbitraje deportivo: introducción. Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 68

- Gutiérrez, G., Celis, M., Moreno, S., Farías, F. y Suárez, J. (2006). Síndrome de burnout. Archivos de neurociencias, 11(4), 305-309.
- Guillén, F. (2003). Psicología del arbitraje y el juicio deportivo. Barcelona, España: INDE.
- Gustafsson, H., Hancock, DJ y Côté, J. (2014). Describiendo las estructuras de citas en la literatura sobre el agotamiento deportivo: un análisis de red de citas. Psicología del Deporte y el Ejercicio, 15 (6), 620–626. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.07.001>
- Guzmán, G. (2013). Estrés y Burnout en la policía de tránsito de Cuenca. Cuenca, Ecuador, Universidad del Azuay.
- Hoar, S., Kowalski, C., Gaudreau, P. y Crocker, R. (2006). A review of coping in sport. En S. Hanton y S. Mellalieu (Eds.), Literature reviews in sport psychology (pp. 47-91). New York, NY: Nova Science Publishers.
- Juárez, A. (2020) Síndrome de burnout en personal de salud durante la pandemia COVID-19: un semáforo naranja en la salud mental. Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud, vol. 52, núm. 4, pp. 432-439. Universidad Industrial de Santander
- Lovo, J. (2020) Síndrome de burnout: Un problema moderno. Revista Entorno, enero 2021, número 70, ISSN: 2218-3345, pp. 110-120. Universidad de El Salvador.
- Niebla, A. (2021) Gestión Emocional, Gestión de Conflictos y Síndrome de Burnout en Árbitros de Baloncesto. Universidad de la Laguna. España.
- Martínez, A., Ibáñez, R., y Sánchez, C. (2020). Leadership, stress, and burnout among basketball referees. Journal of Human Sport and Exercise, in press. doi: <https://doi.org/10.14198/jhse.2021.161.08>
- Morales, L., Hidalgo, L. (2015) Síndrome de Burnout. Revista Med. leg. Costa Rica vol.32 n.1 Heredia.
- Olivares, E. (2020) Síndrome de Burnout en Deportistas: Análisis de Variables Psicológicas y Psicopatológicas. Tesis Doctoral. Universidad de Murcia.

- Pedrosa, I., García, E. (2013). Estudio del síndrome de burnout en deportistas: prevalencia y relación con el esquema corporal. Universidad de Oviedo, España.
- Pedrosa, I., García, E. (2016) Síndrome de Burnout en Árbitros de Élite: La Liga de Fútbol Profesional Española. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - y Avaliação Psicológica, vol. 2, núm. 42, págs. 59-68.
- Pines, A., Aronson, E. y Kafry, D. (1981). Burnout: From tedium to personal growth. En C. Cherniss (Ed.), Staff burnout: Job stress in the human services. Nueva York: The Free Press.
- Quinceno, J. y Vinaccia, S. (2007). Burnout: Síndrome de quemarse en el trabajo. Acta Colombiana de Psicología, 10, 117-125.
- Ramón, F. (2017). Actualidad arbitral. Obtenido de <https://www.actualidadarbitral.com>: <http://www.actualidadarbitral.com/2017/02/la-psicologia-y-el-arbitraje.html>
- Rivera, Á., Segarra, J., Valverde, G. (2018) Síndrome de Burnout en docentes de instituciones de educación superior. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, vol. 38, núm. 2.
- Smith, R. (1986). Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. Journal of Sport Psychology, 8(1), 36-50.
- Soriano, G. (2018). La experiencia de ser árbitro de futbol: fuentes de estrés y apoyo organizacional. Universitat Autònoma de Barcelona.
- Torres, E., Sahili, L., Gonzáles, V. (2019) Análisis del "Burnout" y sus escalas de medición. Revista Praxis Investigativa. SSN-e 2007-5111, Vol. 11, N. 20, págs. 106-124
- Torres, Y. (2022) OMS oficializa el Síndrome de Burnout como una enfermedad de trabajo. Medicina y Salud Pública. <https://medicinaysaludpublica.com/noticias/salud-publica/oms-oficializa-el-sindrome-del-burnout-como-una-enfermedad-de-trabajo/12348>
- Valadez, E. (2014) Burnout y estilos de afrontamiento en el entrenador deportivo: propuesta de un programa de intervención. Universidad Autónoma de Yucatán.

World Health Organization (WHO). International Classification of Diseases (ICD-11) - Mortality and Morbidity Statistics. World Health Organization, <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/129180281>

## ANEXOS

### Anexo A: Operacionalización de la Variables

| Variable                                     | Concepto                                                                                                                                                | Dimensión            | Indicador                          | Escala                                                                                                                  |
|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Género</b>                                | Características fisiológicas con las que nacen y se distinguen hombres de mujeres.                                                                      | Fenotipo             | Cédula de Identidad.               | Cualitativa Nominal:<br>- Masculino<br>- Femenino                                                                       |
| <b>Edad</b>                                  | Tiempo de vida de una Persona tomada desde Su nacimiento                                                                                                | Años Cumplidos       | Cédula de Identidad                | Cuantitativa:<br>- Juventud (18 - 26 años)<br>- Adultez (27 años en adelante)                                           |
| <b>Estado civil</b>                          | Situación actual de una persona determinada por sus relaciones de familia, ya sean matrimoniales o de parentesco, lo que constituye derechos y deberes. | Registro Civil       | Cédula de Identidad                | Cualitativa nominal:<br>- Soltero<br>- Casado<br>- Divorciado<br>- Viudo<br>- Unión libre                               |
| <b>Nivel de instrucción</b>                  | Nivel académico alcanzado                                                                                                                               | Académica            | Formulario de recolección de datos | Cualitativa nominal:<br>- Sin instrucción<br>- Educación Básica<br>- Bachillerato<br>- Educación Superior<br>- Posgrado |
| <b>Tipo de categoría y años de servicio.</b> | Categoría a la que pertenece de acuerdo con los méritos obtenidos                                                                                       | Escalafón de la FEF. | Formulario de recolección de       | Cualitativa nominal:<br>- Primera<br>- Segunda<br>- Tercera                                                             |

|                          |                     |                                | datos                 | - Cuarta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------|---------------------|--------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nivel de Burnout.</b> | Síndrome de Burnout | Estado de salud psicobiológico | Cuestionario- Burnout | <p>Cualitativa Nominal:</p> <p>- <b>Burnout alto:</b> Cuando Agotamiento emocional se encuentra entre (27-54)</p> <p>Despersonalización entre (10-30)</p> <p>Realización personal entre (0-33).</p> <p>- <b>Burnout bajo:</b> Cuando Agotamiento emocional esta entre (0-18),</p> <p>Despersonalización entre (0-5)</p> <p>Realización personal entre (40-56)</p> |

## Anexo B: Consentimiento Informado

|                                                                                   |                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <b>FACULTAD DE FILOSOFÍA</b><br><b>Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y el Deporte</b> |
|                                                                                   | <b>CONSENTIMIENTO INFORMADO</b><br><b>Código: UC-FF-CIP-08</b>                                  |
| <b>Elaborado por:</b><br>Unidad de Titulación                                     | <b>Revisado por:</b>                                                                            |

### Propósito

Usted está invitado a participar en la investigación: “PREVALENCIA DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN ÁRBITROS PROFESIONALES DE FÚTBOL DE LA PROVINCIA DEL AZUAY”. El estudio se realizará como trabajo de graduación, requisito exigido previo a la obtención del título de Licenciado en Cultura Física en la carrera de Cultura Física de la Universidad de Cuenca.

### Explicación del estudio

Se procederá a desarrollar una reunión con los participantes y el investigador, en la cual se dará a conocer el propósito y la estructuración de todo el proyecto, asimismo, se procederá a firmar los consentimientos informados por parte de los árbitros profesionales.

Posteriormente se realizarán los test, como parte de la toma inicial de datos (tiempo aproximado: 10 a 15 minutos por persona), en este proceso se recolectará información básica sobre género, edad, estado civil, nivel de instrucción, tipo de categoría y años de servicio.

### Riesgos

Los riesgos que pueden presentarse en el estudio son mínimos ya que los datos serán llevados únicamente por el investigador así se evitará que la información se filtre.

### Beneficios

- Se determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout en árbitros de fútbol profesionales de la provincia del Azuay. Lo que sin duda servirá para estructurar formas de apoyo integral a los profesionales del arbitraje.
- Se debe recalcar que los profesionales no realizarán ningún gasto durante el proceso, ni percibirán ningún beneficio económico.

**Confidencialidad** Toda la información que se obtenga en el estudio será completamente confidencial a la que el investigador y la Institución podrá acceder a ella, además se tomaran las medidas necesarias para mantener en confidencia su identidad.

Es muy importante mantener siempre su privacidad, por lo tanto, una vez que los datos hayan sido registrados e ingresados a un computador, se aplicarán las medidas Lenin Ricardo Brito Criollo

necesarias, para que nadie conozca su identidad, ni tenga acceso a sus datos personales, así:

- La información que nos proporcione se identificará con un código que reemplazará su nombre y se guardará en un lugar seguro donde solo el investigador y el co-investigador de ser necesario tendrán acceso.
- La información obtenida de usted a través del test será utilizada solo para esta.
- Su nombre no será mencionado en los reportes o publicaciones.
- La Universidad de Cuenca podrá tener acceso a sus datos en caso de que surgieran problemas en cuando a la seguridad y confidencialidad de la información o de la ética en el estudio.

## Tiempo de participación estimado

Explicación del consentimiento: cinco minutos

Test Físico: 10 minutos (Participante)

Derechos e información acerca de su consentimiento

Usted no tiene obligación de participar en este estudio, su participación debe ser voluntaria. Usted no perderá nada si decide no participar. Además, puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin que ello afecte los beneficios de los que goza en este momento, únicamente deberá notificarlo al supervisor o persona que esté a cargo del estudio. Si usted decide participar en el estudio todos los gastos serán asumidos por el proyecto usted no deberá pagar por participar en el estudio.

El investigador principal es: Lenin Ricardo Brito Criollo, teléfono celular 0995113471

Yo (escriba su nombre completo) \_\_\_\_\_  
comprendo mi participación en este estudio, así como los riesgos y beneficios de esta investigación. He tenido el tiempo suficiente para revisar este documento y el lenguaje del consentimiento fue claro y comprensible. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me han entregado una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en este estudio de investigación.

Fecha: .....

.....

Firma del Participante

.....

Lenin Ricardo Brito Criollo (Investigador)

**Anexo C:** Formulario de recolección de datos y Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI).

**FACULTAD DE FILOSOFÍA**

---

Lenin Ricardo Brito Criollo

Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y el Deporte

## **“PREVALENCIA DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN ÁRBITROS PROFESIONALES DE FÚTBOL DE LA PROVINCIA DEL AZUAY”**

RECOLECCIÓN DE DATOS:

FORMULARIO: -----

1. Género

MASCULINO \_\_\_\_\_

FEMENINO \_\_\_\_\_

2. Edad: en años cumplidos \_\_\_\_\_

3. Estado civil

SOLTERO/A \_\_\_\_\_

CASADO/A \_\_\_\_\_

DIVORCIADO/A \_\_\_\_\_

UNIÓN LIBRE \_\_\_\_\_

VIUDO/A \_\_\_\_\_

4. Nivel de instrucción

EDUCACIÓN BÁSICA \_\_\_\_\_

BACHILLERATO \_\_\_\_\_

SUPERIOR \_\_\_\_\_

POSGRADO \_\_\_\_\_

5. Tipo de categoría

PRIMERA \_\_\_\_\_

SEGUNDA \_\_\_\_\_

TERCERA \_\_\_\_\_

CUARTA \_\_\_\_\_

6. Años de servicio: \_\_\_\_\_

## CUESTIONARIO – BURNOUT

|    |                                                                                                 |  |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 1  | Me siento emocionalmente agotado/a por mi trabajo.                                              |  |
| 2  | Cuando termino mi jornada de trabajo me siento vacío                                            |  |
| 3  | Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado.     |  |
| 4  | Siento que puedo entender fácilmente a los deportistas (jugadores).                             |  |
| 5  | Creo que estoy tratando a algunos deportistas (jugadores) como si fueran objetos impersonales.  |  |
| 6  | Siento que trabajar todo el día con deportistas (jugadores) supone un gran esfuerzo y me cansa. |  |
| 7  | Siento que trato con mucha eficacia los problemas de los deportistas (jugadores).               |  |
| 8  | Siento que mi trabajo me está desgastando. Me siento quemado por mi trabajo.                    |  |
| 9  | Siento que estoy influyendo positivamente en la vida de otras personas a través de mi Trabajo   |  |
| 10 | Siento que me he hecho más duro con la gente.                                                   |  |
| 11 | Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente.                               |  |
| 12 | Me siento con mucha energía en mi trabajo.                                                      |  |
| 13 | Me siento frustrado/a en mi trabajo.                                                            |  |
| 14 | Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo                                                 |  |
| 15 | Siento que realmente no me importa lo que les ocurra a los deportistas (jugadores).             |  |
| 16 | Siento que trabajar en contacto directo con la gente me cansa.                                  |  |
| 17 | Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con los deportistas (jugadores).        |  |
| 18 | Me siento motivado después de trabajar en contacto con los deportistas (jugadores).             |  |
| 19 | Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo.                                         |  |
| 20 | Me siento acabado en mi trabajo, al límite de mis posibilidades.                                |  |

|    |                                                                                   |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------|--|
| 21 | Siento que en mi trabajo los problemas emocionales son tratados de forma adecuada |  |
| 22 | Me parece que los deportistas (jugadores) me culpan de alguno de sus problemas    |  |

El presente cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) está constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo y su función es medir el desgaste profesional. Este test pretende medir la frecuencia y la intensidad con la que se sufre el Burnout.

**Señale la respuesta que crea oportuna sobre la frecuencia con que siente los enunciados:**

**0**= NUNCA.

**1**= POCAS VECES AL AÑO.

**2**= UNA VEZ AL MES O MENOS.

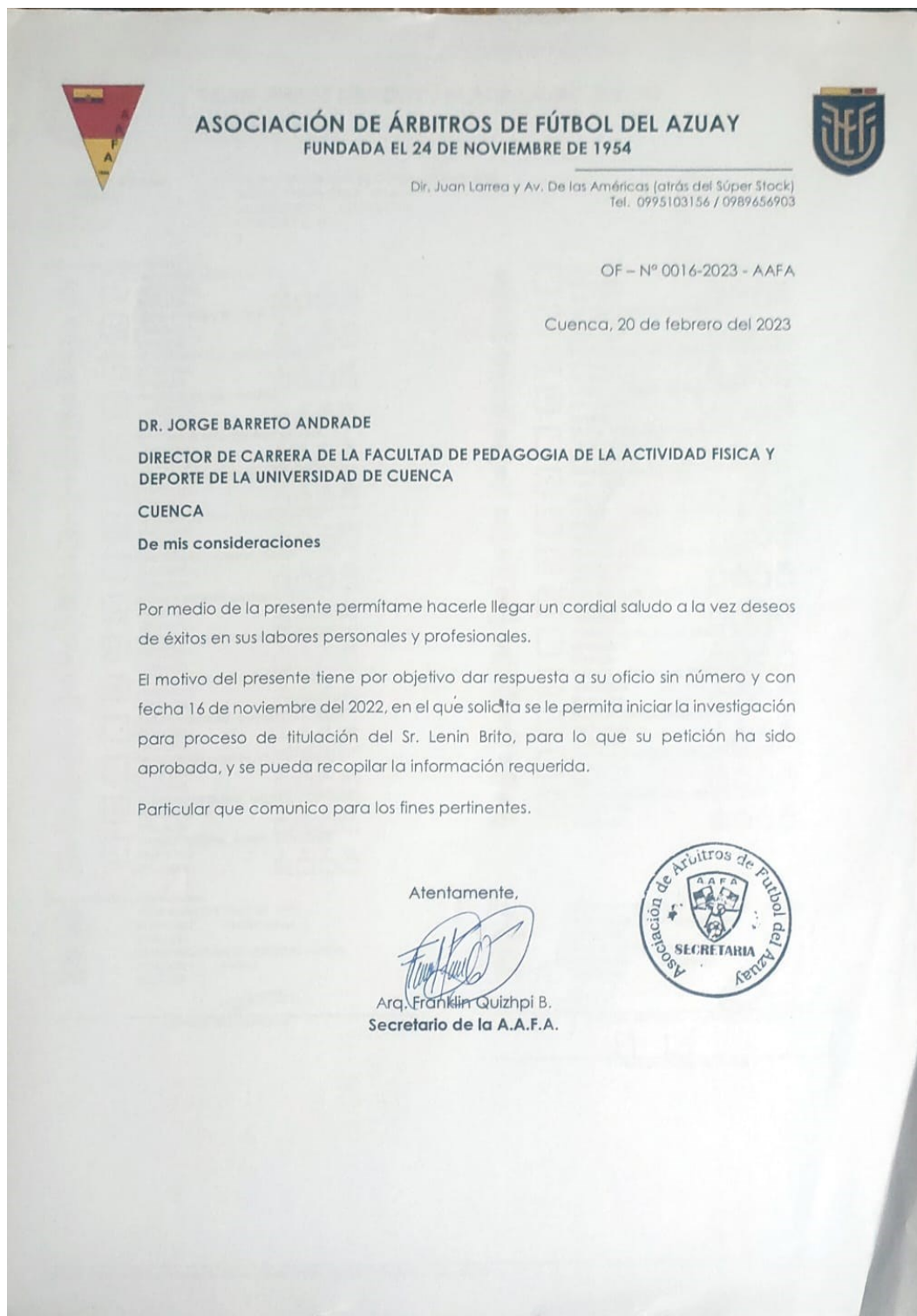
**3**= UNAS POCAS VECES AL MES.

**4**= UNA VEZ A LA SEMANA.

**5**= UNAS POCAS VECES A LA SEMANA.

**6**= TODOS LOS DÍAS.

## ANEXO D: Oficios de autorización



## UCUENCA

Cuenca, 16 de noviembre 2022

Mg. Edwin Paul Bravo Gutiérrez  
**PRESIDENTE DE LA ASOCIACION DE ARBITROS DE FUTBOL DEL AZUAY.**  
Presente.

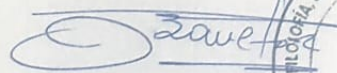
De mi consideración:

Reciba un atento y cordial saludo de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Universidad de Cuenca. La presente tiene el propósito solicitar comedidamente autorice el ingreso a la distinguida institución que acertadamente usted dirige, al estudiante Lenin Ricardo Brito Criollo, con la finalidad de iniciar la investigación de titulación **"PREVALENCIA DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN ÁRBITROS PROFESIONALES DE FÚTBOL DE LA PROVINCIA DEL AZUAY"**. En este contexto, las actividades a realizar por el estudiante son:

- Reunión introductoria con los árbitros sobre la importancia de la realización de esta investigación para mejorar su desenvolvimiento en su vida profesional.
- Firma de consentimientos informado a los sujetos a investigar.
- Creación de un grupo de WhatsApp para adjuntar información importante como fecha, lugares donde se llevará a cabo la presente investigación.
- Registro de información básica por medio de un cuestionario datos el: género, edad, categoría, lugar de residencia.
- Aplicación del Cuestionario de Burnout para poder estimar la prevalencia del mismo en los árbitros de la provincia de la Azuay.

Por la atención a la presente y apoyo a los estudiantes para la obtención de su título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, anticipamos nuestro agradecimiento.

Atentamente



Dr. Jorge Barreto Andrade  
DIRECTOR DE CARRERA

[www.ucuenca.edu.ec](http://www.ucuenca.edu.ec)