

## Prevalencia del síndrome de burnout en entrenadores: diferencias de género

E. Olivares<sup>1</sup>, C. de Francisco<sup>2</sup>, E. Garcés de los Fayos<sup>1</sup>, F. Ortín<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universidad de Murcia, Avda Teniente Flomesta, 5, Murcia, [evamariaolivares@um.es](mailto:evamariaolivares@um.es)

<sup>2</sup> Universidad Católica San Antonio de Murcia, Campus de los Jerónimos, nº135, Guadalupe.

### INTRODUCCIÓN

Los entrenadores deportivos se encuentran sometidos a numerosas variables estresantes y altas expectativas, por lo que el estudio del síndrome de burnout es muy importante en este colectivo (Altfeld y Kellman, 2013). El objetivo de este estudio es evaluar la diferencia entre hombres y mujeres en la prevalencia del síndrome de burnout en entrenadores, y estudiar la relación existente entre éste y las variables sexo, edad, volumen de entrenamiento, tipo de deporte practicado, categoría competitiva y salario.

### MÉTODO

#### Participantes

Participantes: 275 entrenadores españoles, siendo el 70.9% varones y el 29.1% mujeres, con una edad media  $X=33.2$  años y  $DT=10.5$ . El 53.8% entrenan en deportes individuales y el 46.2% deportes de equipo. El 3.3% entrenan equipos que no compiten, 17.5% de nivel local, 42.5% de nivel autonómico, 31.6% de nivel nacional y 5.1% internacional. El volumen de entrenamientos es de  $X= 8.8$  horas semanales,  $DT=7.3$ , y el salario medio  $X=917.7$ ,  $DT=855.0$ .

#### Instrumentos:

MBI-GS, mide el síndrome de burnout laboral a través de tres dimensiones: Agotamiento(AG), Cinismo(CI) y Eficacia Profesional(EP), con una escala tipo Likert de 0 a 6.

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se obtuvieron medias bajas para la muestra total en AG ( $X=1.2$ ) y CI ( $X=1.4$ ), así como un valor medio-alto EP ( $X=4.2$ ). Los varones presentaban niveles más altos de EP que las mujeres ( $t=-3.03$ ,  $p<.05$ ), mientras que las mujeres presentaban niveles más altos de AG ( $t=-1.76$ ,  $p<.05$ ) y CI ( $t=-1.52$ ,  $p<.05$ ). No se encontraron diferencias estadísticamente significativas según las variables sociodemográficas.

### CONCLUSIONES

Al igual que en estudios anteriores, los entrenadores presentan niveles bajos del síndrome de burnout (Tashman, Tenenbaum y Eklund, 2010). Asimismo, las mujeres presentan niveles más altos de las subescalas del síndrome de burnout que los varones (Naugle et al., 2013).

Se propone continuar con esta línea de investigación con el fin de ampliar la muestra, así como aumentar el número de mujeres de la misma.

### REFERENCIAS

- Altfeld, S. & Kellman, M. (2013). Burnout in coaches. Nova Science Publishers, 223, 193-207.
- Naugle, K., Behar, L., Dodd, V., Tillman, M. & Borsa, P. (2013). Perceptions of wellness and burnout among certified athletic trainers: Sex differences. *Journal of Athletic Training*, 48(3), 424-430.

Tashman, L. (2010). The effect of perceived stress on the relationship between perfectionism and burnout in coaches. *Anxiety, Stress, And Coping*, 23 (2), 195-212.