

Universidad Abierta Interamericana



Facultad de Psicología y Relaciones Humanas

Título para optar por el grado de Licenciada en Psicología

**CLIMA MOTIVACIONAL Y BURNOUT EN NADADORES PARTICIPANTES DEL
CAMPEONATO NACIONAL ARGENTINO**

Castro Martina

Lic. Marcelo Morillo

Tutor

Resumen

El objetivo del estudio fue examinar la relación entre la percepción de los nadadores sobre el Clima Motivacional generado por el entrenador y el Burnout con el fin de analizar el rol del entrenador en el contexto de la natación argentina. Para ello, participaron 165 nadadores argentinos de las categorías Juveniles y Juniors que compitieron en el “Campeonato Nacional Argentino 2024”. Los resultados mostraron que el Clima Motivacional Disempowering se asocia positivamente con el Burnout mientras que, el Clima Empowering evidenció una relación indirecta con este. Los niveles de Burnout de la muestra fueron moderados y en general, los nadadores percibieron que sus entrenadores promueven un alto nivel de Clima Empowering. Los nadadores tuvieron puntajes elevados en Reducida Sensación de Logro y Agotamiento Físico y Emocional. El estilo controlador no se asoció a la Reducida Sensación de Logro. Además, los nadadores Juniors presentaron mayor puntuación en Devaluación de la Práctica Deportiva, también obtuvieron una diferencia significativa en Clima Empowering, Apoyo a la Autonomía e Implicación a la tarea. Finalmente se encontró que aquellos que presentaban más de 14 horas semanales obtuvieron puntajes elevados en Burnout total. Este estudio, resalta la importancia del entrenador como figura significativa dentro del contexto deportivo y como sus conductas pueden asociarse al Burnout. Futuras líneas de investigación podrían estudiar sobre otros factores que pueden asociarse a los altos niveles en la Reducida Sensación de Logro y a los puntajes moderados de Burnout, con el fin de evitar el abandono de la práctica deportiva.

Palabras clave: Clima Motivacional, Burnout, nadadores.

Introducción

La natación es un deporte que cuenta con diferentes estilos de nado en el cual los nadadores quedan suspendidos de manera horizontal en un medio acuático y deben propulsar su cuerpo haciendo fuerza contra el agua, lo que implica mayor dificultad en comparación con los deportes practicados en tierra. (Maglischo, 2011). A partir de una revisión sistemática realizada por Costa (2019) se observa que nadadores de élite se desenvuelven en un ambiente altamente competitivo y en presencia de constantes demandas físicas y psicológicas. A través de diversas investigaciones recopiladas, como las llevadas a cabo por Bartholomew (2011) y Malheiro y Gouveia (2001), el entorno deportivo y las demandas inherentes al deporte pueden generar niveles elevados de estrés y ansiedad en los nadadores. Además, un estudio realizado por Brandao y colaboradores (2015) hizo hincapié en la sobrecarga de entrenamiento y los estados emocionales en nadadores revelando una relación positiva entre la carga de entrenamiento y la fatiga. Esto indica que a medida que aumenta la carga de entrenamiento los nadadores experimentan mayor fatiga. Por otro lado, en el contexto de la práctica deportiva se evidencia que el ambiente creado por otros significativos (entrenadores, padres, compañeros) puede afectar de manera favorable o desfavorable la calidad de la experiencia vivida por el deportista (Álvarez et al., 2021)

Esta investigación se centra específicamente en el Clima Motivacional que promueven los entrenadores ya que sus comportamientos y actitudes pueden influir positiva o negativamente en el deportista (Duda y Balaguer, 2007). Esta variable se conforma por dos teorías. Por un lado, la Teoría de las Metas de Logro (Ames, 1992; Dweck, 1999; Nicholls, 1989) sostiene que la forma en que las personas evalúan su competencia y definen el éxito influye en sus patrones motivacionales en el contexto de una actividad. En este sentido, hay dos dimensiones: Orientación a la Tarea, que se refiere a la búsqueda de adquirir maestría a través del esfuerzo y la mejora personal. En contraste, la Orientación al Ego se centra en demostrar superioridad sobre otros. Por otro lado, la Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 2017) indica que la motivación está definida por un impulso interno que conduce a realizar objetivos o actividades concretas. La misma clasifica a la motivación en tres categorías que varían en su grado de autodeterminación: la motivación intrínseca, con la cual el sujeto participa en la actividad porque le da satisfacción y disfruta hacerlo, la motivación extrínseca que se relaciona con recompensas externas a la

tarea (Ryan y Deci, 2000) y por último, la no motivación que se da cuando no hay razones que motiven a realizar la actividad (Deci y Ryan, 1985). Además, la Teoría de Autodeterminación defiende en su teorías que existen tres Necesidades Psicológicas Básicas que son innatas y universales, consideradas fundamentales si se satisfacen para el crecimiento, el bienestar y la salud psicológica del deportista, por el contrario, si se frustran producen síntomas de malestar y patologías psicológicas. Una de ellas es la necesidad de competencia, conceptualizada como sentirse capaz a la hora de interactuar con el ambiente, la autonomía se relaciona con que el individuo sea iniciador de sus propias acciones y tenga capacidad de elección, y por último, la necesidad de relación se define como sentirse valorado por los otros (Ryan y Deci, 2000).

A partir de las teorías antes mencionadas, Duda (2013) define y conceptualiza el Clima Motivacional en dos dimensiones: Empowering y Desempowering. En la primera, los entrenadores promueven un Clima Motivacional con implicación a la tarea y desarrollan un estilo de apoyo a la autonomía y a la relación con sus pares. Por el contrario, la segunda está caracterizada por entrenadores que promueven orientación en el ego y tienen un estilo controlador. En este sentido, para la evaluación del Clima Motivacional en esta investigación se utilizará el modelo propuesto por Duda (2013).

En un estudio llevado a cabo por Pineda - Espejel y sus colaboradores (2020) se evaluaron a deportistas que compitieron individualmente y en conjunto. Los resultados evidenciaron que aquellos participantes que tenían un entrenador que les brindaba apoyo a la autonomía satisfacía la necesidad de competencia reducía la desmotivación y la ansiedad. Por el contrario, los entrenadores con un estilo controlador frustraron la necesidad de competencia con niveles elevados de ansiedad. La investigación no encontró diferencias significativas entre sexo y edad, lo que podría indicar que los efectos del entrenador son consistentes a través de diferentes grupos. Siguiendo con esta línea, una investigación con 651 deportistas mexicanos de élite, los autores López-Walle, Balaguer, Castillo y Tristán (2011) encontraron que cuando los deportistas perciben un ambiente centrado en la tarea se sienten más motivados y con mayor autoestima, mientras que aquellos que percibían un ambiente centrado en la competencia, comparación y resultados se sentían menos motivados.

Para introducir el concepto de Burnout, Malasch y Jackson (1981) lo definen como un estado de agotamiento físico y mental que puede experimentar una persona cuando se encuentra sometido a un nivel alto y prolongado de estrés. Se caracteriza por sentirse emocionalmente agotado, perder el interés y la motivación por lo que se hace y experimentar una disminución en el rendimiento o la calidad de la

actividad. El Burnout puede afectar negativamente la salud, el bienestar y el rendimiento de una persona. En la validación de su instrumento, Arce y col. (2010) caracterizan las tres dimensiones fundamentales del Burnout en contexto deportivo. En primer lugar describen el Agotamiento Emocional y Físico que se manifiesta a través de una sensación abrumadora de cansancio, tanto emocional como físico, donde los deportistas enfrentan cargas intensas de entrenamiento, el estrés de las competencias y un escaso período de descanso. Otra de las dimensiones descritas es la Reducida Sensación de Logro, la cual es una disminución en la percepción del propio desempeño deportivo. Los deportistas tienden a ver sus logros de manera negativa, lo que puede llevar a una baja autoestima y una pérdida de confianza en sus habilidades. Y por último, la Devaluación de la Práctica Deportiva, relacionada con la percepción del propio deportista sobre su falta de interés en seguir practicando el deporte. Los deportistas experimentan que han perdido la pasión y la motivación por su actividad deportiva.

Un estudio evaluó el síndrome de Burnout en nadadores competitivos de entre 14 y 19 años, dividiéndolos según género y categoría de competición. Los resultados mostraron que el 24,5% de los nadadores presentó Burnout total, con mayor prevalencia en agotamiento físico y emocional y reducción del sentido del logro deportivo. No se encontraron diferencias significativas entre género y categoría (Costa, et al. 2014). En otro estudio, De Francisco, De los Fayos & Arce (2014) evaluaron a 442 deportistas que realizaban diferentes deportes. Se examinó la prevalencia del síndrome de Burnout y su relación con variables deportivas. Los resultados indicaron una prevalencia del síndrome de alrededor del 4%. Se descubrió que aquellos deportistas con más de siete horas y media a la semana practicando la actividad experimentaron un mayor agotamiento emocional.

Diferentes investigaciones han mostrado como el clima motivacional se relaciona con el Burnout como en el estudio de Álvarez (2021), evidencia una relación significativa y positiva entre el estilo controlador del entrenador, la motivación controlada, la desmotivación y el Burnout. Barbosa - Luna y colaboradores (2017) investigaron a deportistas mexicanos, aquellos que percibían un clima motivacional centrado en la tarea se asoció con una menor incidencia del Burnout, mientras que el clima motivacional centrado en el ego se relaciona con síntomas de agotamiento emocional y psicológico, y reducida sensación de logro.

En el mismo sentido, un estudio a futbolistas españoles de categoría infantil y cadetes demostró que aquellos que percibían un estilo controlador en su entrenador tuvieron mayores niveles de frustración de sus necesidades de competencia, autonomía y relación, esto se asocia con mayores niveles de afectos

negativos, síntomas de malestar físico y psicológico. Sin embargo, no hubo diferencias significativas entre los grupos (Mars, Castillo, López-Walle y Balaguer; 2017).

Frente a estas demandas físicas y psicológicas, es de vital importancia poder comprender cuál es el Clima Motivacional que generan los entrenadores ya que este impacta directamente en el compromiso, satisfacción y bienestar con el deporte. Así también, se relaciona con la presencia de Burnout y riesgo de abandono. A la luz de la literatura existente, se aprecia una carencia de estudios que analicen las variables mencionadas en nadadores argentinos. Debido a este motivo, el bienestar de los deportistas y la importancia del rendimiento; el objetivo principal de este trabajo es conocer si el Clima Motivacional percibido por los nadadores se relaciona con el Burnout. Consideramos que, la identificación temprana de estos indicadores es esencial para la implementación de estrategias de prevención y apoyo.

Objetivos

Objetivo principal

Indagar si existe una relación significativa entre el Clima Motivacional y el Burnout en los nadadores que participaron en el torneo Nacional Argentino del año 2024.

Objetivos específicos

Describir el clima motivacional percibido por los nadadores.

Describir el nivel de Burnout que tiene la muestra.

Identificar si las dimensiones del Burnout tienen relación significativa con las dimensiones del Clima Motivacional.

Comparar las dimensiones del Clima Motivacional según categoría y sexo.

Comparar las dimensiones del Burnout según categoría, horas de entrenamiento semanal, horas en pileta de los nadadores.

Metodología

Diseño

En cuanto al diseño metodológico de la presente investigación, se llevó a cabo un estudio de naturaleza cuantitativa, no experimental. De alcance correlacional y corte transversal (Sampieri, 2018).

Participantes



El muestreo fue no probabilístico, de tipo intencional, seleccionando a los participantes en función de los objetivos de la presente investigación (Sampieri, 2018). La muestra quedó conformada por un total de 165 nadadores argentinos que participaron en la competencia “Campeonato Nacional Argentino” en los meses de mayo y junio del año 2024, de los cuales 104 eran hombres y 61 mujeres. La muestra se dividió en dos categorías: Juveniles (N= 118) y Juniors (N = 47). La media de entrenamientos por semana de los sujetos de la muestra fue de más de cinco días a la semana ($M= 5,93$; $DT=0,250$), la media de sesiones de entrenamiento en el agua fueron superiores a tres horas diarias ($M= 3,78$; $DT=0,094$) y dos horas de entrenamiento en seco como promedio ($M= 2,18$; $DT=0,848$). Por último, el 89,1% entrenaba con cinco o más compañeros.

Instrumentos

Cuestionario socio demográfico: Con el propósito de obtener un panorama integral y contextualizado de los nadadores, se diseñó un cuestionario socio demográfico para recopilar información sobre diversas variables. Se incluyeron preguntas relativas al sexo de los participantes, y se analizaron las diferencias según la categoría deportiva, lo que permitió obtener datos sobre la etapa de la carrera deportiva y el nivel de competencia. Asimismo, se recabó información acerca del número de horas y días dedicados al entrenamiento semanal, con el objetivo de comprender la carga de entrenamiento a la que están sometidos

los deportistas, considerando tanto las horas dentro como fuera de la piscina. Adicionalmente, se examinó el tamaño del grupo de entrenamiento, evaluando si los nadadores entrenan individualmente o en grupo.

El Athlete Burnout Questionnaire (ABQ; Raedeke y Smith, 2001) es un instrumento adaptado al contexto deportivo para evaluar el síndrome de Burnout en atletas. La adaptación española del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) en su versión reducida, realizado por De Francisco (2015). Es un cuestionario de 9 ítems que mide tres componentes del Burnout en deportistas: agotamiento físico/emocional, reducida sensación de logro y devaluación de la práctica deportiva. El ABQ utiliza un formato de respuesta tipo Likert de cinco puntos, donde los puntajes van de 1 a 5, donde (1) significa “Casi nunca”, (2) significa “Pocas veces”, (3) significa “Algunas veces”, (4) significa “A menudo” y (5) significa “Casi siempre”. Cada ítem se puntúa de acuerdo con esta escala, y luego se suman los puntajes para cada dimensión del Burnout: Agotamiento Físico y Emocional, Reducida Sensación de Logro y Devaluación de la práctica deportiva. Un puntaje total entre 9 y 21 indica un nivel bajo de Burnout, mientras que valores entre 22 y 33 reflejan un nivel moderado, y entre 34 y 45 corresponden a un nivel alto de Burnout. En relación con las subdimensiones, los puntajes entre 3 y 6 se consideran bajos, entre 7 y 11 se clasifican como moderados y entre 12 y 15 puntos representan un nivel alto.

El análisis de los ítems y la consistencia interna de los factores indicaron una buena relación entre los ítems y los factores en las dimensiones de agotamiento físico/emocional ($\alpha = .80$), reducida sensación de logro ($\alpha = .64$) y devaluación de la práctica deportiva ($\alpha = .77$).

EDMCQ-C (Empowering Disempowering Motivational Climate Questionnaire – Coach; Appleton et al., 2016). El instrumento EDMCQ-C se ha adaptado para evaluar el clima motivacional en el contexto deportivo mexicano y ofrece una herramienta importante para comprender cómo los entrenadores influyen en la experiencia de los deportistas (Guitierrez García; et al. 2022). Consta de 34 ítems que evalúan diferentes dimensiones relacionadas con los climas motivacionales creados por entrenadores en el deporte.

El EDMCQ-C evalúa tres dimensiones del Clima Empowering: Apoyo a la autonomía, Implicación en la tarea y Apoyo social. Además, mide dos dimensiones del Clima Disempowering: Estilo controlador e Implicación en el ego.

Los participantes responden a los ítems del EDMCQ-C utilizando una escala de tipo Likert de cinco opciones, donde (1) corresponde a “Totalmente en desacuerdo”, (2) corresponde a “En desacuerdo”, (3)

corresponde a “Ni de acuerdo ni desacuerdo” (4) corresponde a “De acuerdo” y (5) corresponde a “Totalmente de acuerdo”.

El instrumento se puntúa calculando las respuestas de los participantes en cada dimensión y obteniendo las puntuaciones finales al sumar los ítems correspondientes a cada una. En las escalas totales de Clima Empowering o Disempowering, un puntaje entre 17 a 39 indica un nivel bajo, mientras que valores entre 40 a 63 muestra un nivel moderado, y entre 64 a 85 corresponden a un nivel alto. Respecto a las subescalas, un puntaje entre 1 a 2,33 se considera bajo, entre 2,34 a 3,66 se clasifica como medio y entre 2,67 a 5 representan un nivel alto.

Esta versión del instrumento EMDCQ-C ha demostrado tener adecuados indicadores de fiabilidad y validez. La consistencia interna de todas las escalas fue apropiada, los valores de alfa de Cronbach y fiabilidad compuesta igual o por encima de .70, específicamente, fueron valores entre .75 y .94.

Procedimiento

Para el presente estudio, la recolección de datos se realizó de manera presencial. Se acudió a los natatorios durante las fechas de torneo estipuladas para la temporada, donde se recopilaron los contactos de los nadadores. Posteriormente, se les proporcionó de manera virtual un enlace a un formulario de Google Forms, a través del cual se les informó sobre la confidencialidad de sus respuestas y se les solicitó la firma del consentimiento informado. En dicho enlace, los participantes respondieron a los instrumentos previamente descritos que fueron utilizados en esta investigación.

Análisis estadístico

Los datos fueron exportados de un archivo Excel al software IBM-SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), versión .21, luego fueron procesados por dicho programa estadístico.

Resultados

La consistencia interna de las escaladas, medida mediante el Alpha de Cronbach, fue satisfactoria. Los valores obtenidos fueron los siguientes: Clima Empowering ($\alpha = .876$) y Clima Disempowering ($\alpha = .824$). En cuanto las subdimensiones del Burnout, se observaron los siguientes niveles de fiabilidad: Reducida sensación de Logro ($\alpha = .800$), Agotamiento Físico y Emocional ($\alpha = .770$) y Devaluación de la Práctica ($\alpha = .748$). Todos los coeficientes superaron el valor .70., indicando una adecuada fiabilidad.

En la tabla 1 se detallan los estadísticos descriptivos. En general, los participantes percibieron que sus entrenadores promueven un alto nivel de Clima Empowering y un nivel medio de Clima Disempowering. De manera consistente, todas las subdimensiones de Clima Empowering tuvieron puntuaciones altas: Implicación a la Tarea, Apoyo a la Autonomía y Apoyo Social. Las subdimensiones del Clima Disempowering tuvieron un puntaje moderado: Estilo Controlador e Implicación al Ego.

Respecto al Burnout Total, los niveles reportados fueron moderados. Al analizar las subdimensiones, se encontraron puntuaciones bajas en Devaluación de la Práctica Deportiva y puntuaciones moderadas, cercanas a valores altos, en Agotamiento Físico y Emocional y Reducida Sensación de Logro.

Tabla 1.

	Media	Mediana	Desv. Tip.	Rango	Mínimo	Máximo
ClimaEmpowering	69,22	70	9,02	46	39	85
ClimaDisempowering	42,3	43,00	10,65	66	3	69
Implicación Tarea	4,13	4,22	0,54	2,33	2,67	5
Apoyo Autonomía	3,9	4	0,56	3,4	1,6	5
Apoyo Social	4,16	4,33	0,83	4	1	5
Implicación Ego	2,53	2,57	0,76	3,57	1	4,57
Estilo Controlador	2,48	2,5	0,57	2,9	1	3,9
Burnout Total	25,76	25	3,93	27	16	43
AFE	9,61	10	2,74	12	3	15
RSL	10,64	11	2,54	12	3	15
DPD	5,52	5	2,8	12	3	15

Nota: AFE = Agotamiento Físico y Emocional; RSL = Reducida Sensación de Logro; DPD = Devaluación de la Práctica Deportiva

Se realizó una prueba de normalidad de las variables a través del estadístico Kolmogórov-Smirnov. La prueba indicó que las variables presentan una distribución no paramétrica. Por ello, se procedió a hacer un análisis correlacional a través del estadístico Rho de Spearman.

En la tabla 2 se presentan los coeficientes de correlación bivariado de Spearman. Los resultados muestran relaciones significativas entre el Burnout y el Clima Motivacional. El Burnout se asocia de manera directa y positiva con el Clima Disempowering, mientras que la relación con el Clima Empowering es negativa.

Al analizar las subdimensiones, se encontraron relaciones significativas en la mayoría de las dimensiones del Clima Motivacional y del Burnout. La Implicación a la Tarea, Apoyo a la Autonomía y Apoyo social se relacionaron de forma negativa con las dimensiones del Burnout. La relación más fuerte se observó entre Apoyo a la Autonomía y Agotamiento Físico y Emocional. En cuanto al Clima Disempowering no se encontraron relaciones significativas entre el Estilo Controlador del entrenador y la Reducida Sensación de Logro, tampoco entre Implicación al Ego y Devaluación de la Práctica Deportiva. Sin embargo, se identificaron relaciones más fuertes y significativas entre Implicación al Ego y Agotamiento Físico y Emocional. Además, aunque con menos fuerza, se observó una relación entre Estilo Controlador, Agotamiento Físico y Emocional y Devaluación de la Práctica Deportiva.

Tabla 2.

Correlaciones entre las variables

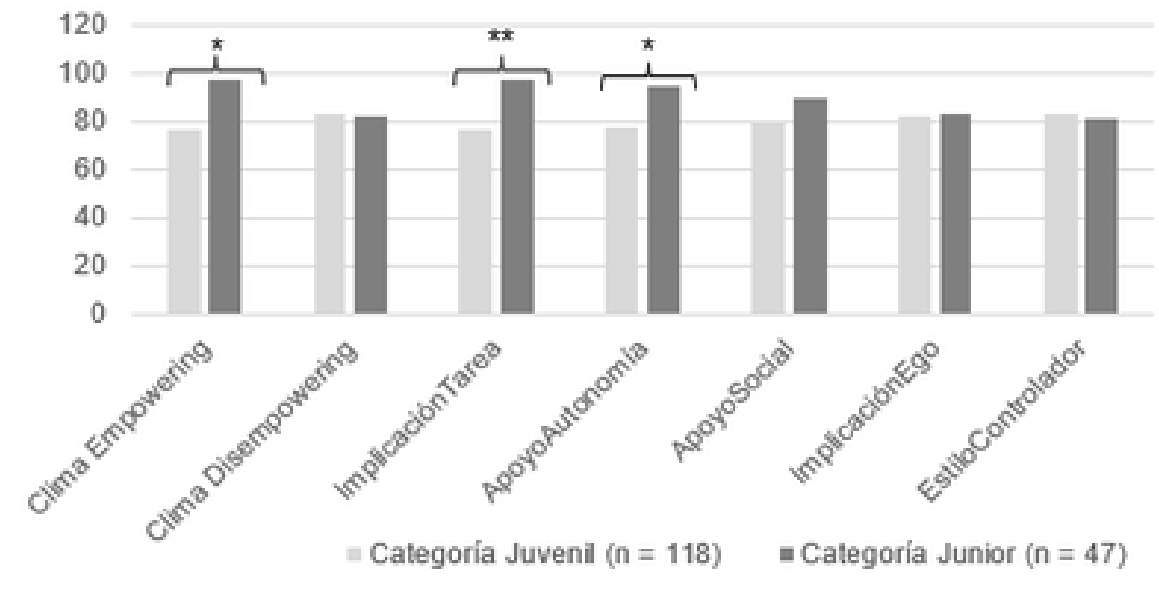
	BurnoutTOTAL	AFE	RSL	DPD
Clima Empowering	-,178*	-,300**	,334**	- ,236**
Clima Disempowering	,282**	,368**	-.184*	,146
ImplicaciónTarea	-,140	-,253**	,290**	-,178*
ApoyoAutonomía	-,212**	-,312**	,285**	-,232**
ApoyoSocial	-,155*	-,224**	,269**	-,234**
ImplicacionEgo	,324**	,462**	-,187*	,106
EstiloControlador	,251**	,259**	-,127	,184*

Nota: $p < 0,05$ *; $p < 0,01$ **. AFE= Agotamiento Físico y Emocional, RSL = Reducida Sensación de Logro, DPD = Devaluación de la Práctica Deportiva

Para el gráfico 1 se utilizó la prueba U de Mann-Withney con el objetivo de analizar si existen diferencias significativas entre el Clima Motivacional, Sexo y Categoría. Los resultados indican diferencias significativas en las variables Clima Empowering, Implicación a la Tarea y Apoyo a la Autonomía, siendo los nadadores Junior los que obtuvieron un puntaje más elevado. Por otro lado, no se encontraron diferencias significativas según sexo en ninguna variable.

Gráfico 1.

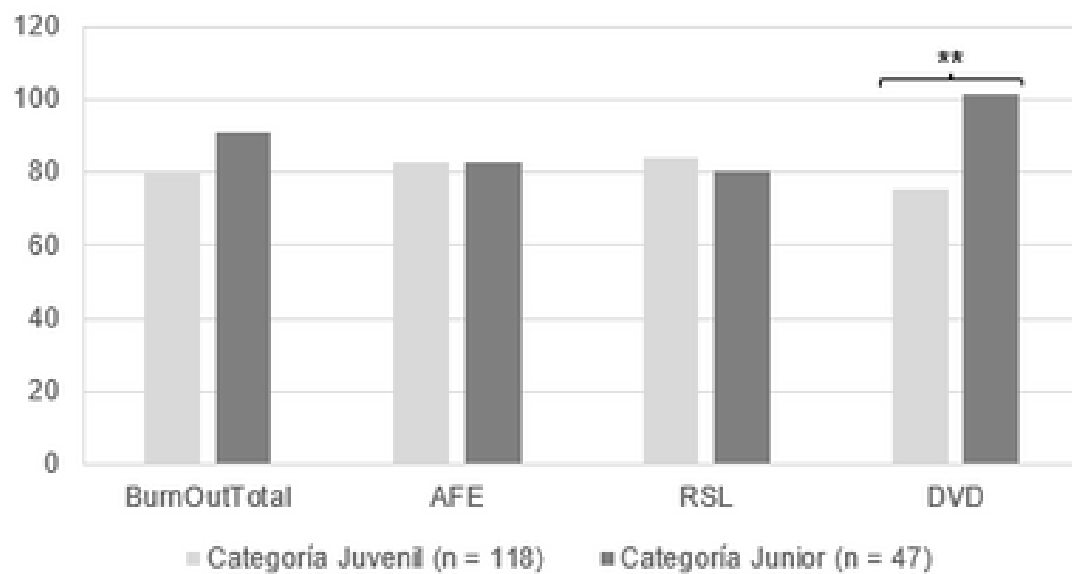
Clima Motivacional según categoría



Como se visualiza en el gráfico 2, se encontró una diferencia significativa en la dimensión Devaluación de la Práctica Deportiva, con los Juniors presentando mayores niveles en comparación con los Juveniles

Gráfico 2.

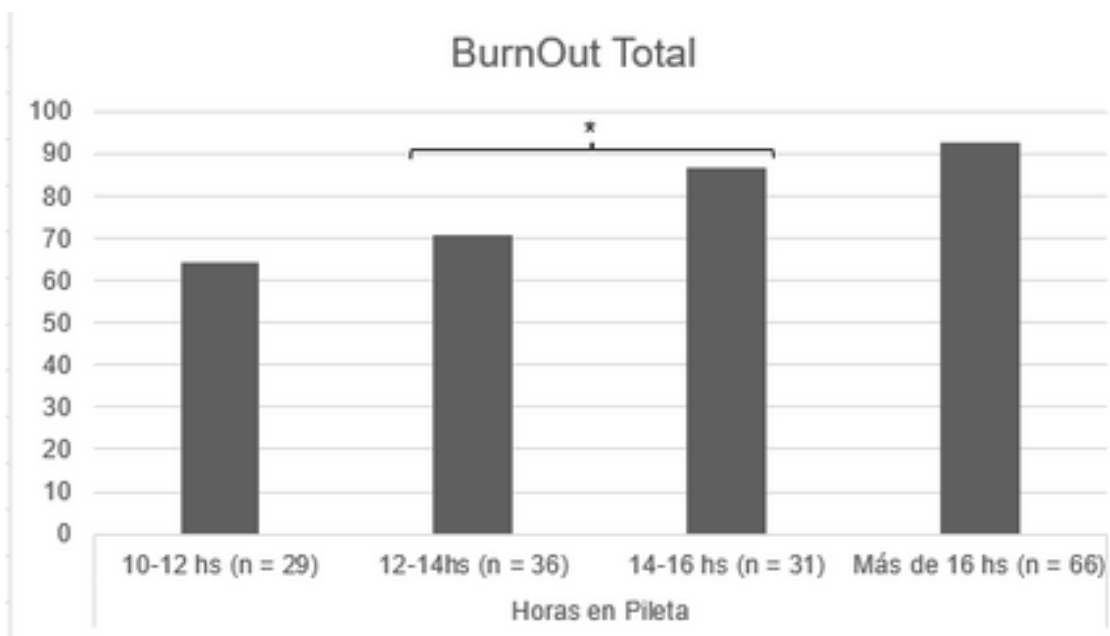
Burnout según categoría



En el gráfico 3, se evidenció una diferencia significativa en el Burnout total, con mayores niveles en quienes entrenan más de 14 horas semanales. Si bien no hay diferencias significativas, se observa una tendencia hacia un mayor Agotamiento Físico y Emocional, Reducida Sensación de Logro y Devaluación de la Práctica en los nadadores que entrenan más horas.

Gráfico 3.

Burnout según horas en pileta



Discusión

El propósito de este estudio consistió en analizar las relaciones entre el Clima Motivacional generado por los entrenadores y el Burnout en nadadores participantes del Campeonato Nacional Argentino 2024. Los resultados mostraron una relación positiva entre el Clima Motivacional Disempowering y el Burnout, mientras que el Clima Empowering presentó una relación negativa con este. Estos descubrimientos van en línea con el estudio de Álvarez (2021), reforzando la idea de que el Clima Motivacional generado por los entrenadores puede influir en la aparición de síntomas asociados al Burnout.

En cuanto a las subdimensiones, los resultados siguieron un patrón similar. La Implicación a la Tarea, el Apoyo a la Autonomía y Apoyo Social evidenciaron una asociación negativa con el Agotamiento Físico y Emocional y, así también, con la Devaluación de la Práctica deportiva. Contrariamente, con la Reducida Sensación de Logro dichas variables mostraron una relación positiva, esto podría indicar que aunque un Clima Motivacional Empowering está asociado con la motivación, el bienestar y el compromiso, no siempre garantiza una percepción de logro personal.

Por otro lado, la Implicación al Ego se relacionó positivamente con el Agotamiento Físico y Emocional, pero presentó una relación inversa con la Reducida Sensación de Logro. Estos resultados coinciden parcialmente con los hallazgos de Barbosa – Luna (2017), que señaló que los deportistas que percibían conductas orientadas al ego manifestaban síntomas de agotamiento físico y emocional, y reducida sensación de logro. Sin embargo, en el presente estudio, no se encontró esta última relación. Por el contrario, la Implicación al Ego se asocia de forma inversa con la Reducida Sensación de Logro. Este dato podría indicar que las conductas orientadas al ego actuarían como moderador para los nadadores entendiendo que estos se encuentran en un contexto competitivo donde el cronómetro, la superación de marcas y de rivales pueden brindar una sensación de éxito y logro, reforzando las conductas orientadas al ego.

En contraste a los estudios previos realizados por Mars y col. (2017), no se encontraron relaciones significativas entre el Estilo Controlador, la Devaluación de la Práctica Deportiva y Reducida Sensación de Logro. Esto podría indicar que las conductas controladoras no tienen una asociación directa con estas dimensiones del Burnout en el contexto de la muestra evaluada.

Además, se encontró que los nadadores presentan un nivel moderado de Burnout siendo Agotamiento Físico y Emocional y Reducida Sensación de Logro las subdimensiones más prevalentes. Estos datos replican parcialmente los descubrimientos hechos por Costa (2014). Sin embargo, en la muestra de nadadores argentinos las subescalas se situaron entre niveles moderados y altos. Así también, DeFrancisco y sus colaboradores (2014) exponen que los deportistas que entrenaban más de 7 horas semanales evidenciaban mayor agotamiento físico y emocional. No se encontraron diferencias significativas en horas de entrenamiento y agotamiento físico y emocional, pero sí las hubo en el Burnout total, con puntajes más altos en los nadadores que entrenan más de 14 horas semanales.

La comparación entre categorías arrojó resultados diferentes a los propuestos por diversos autores. Pineda (2020) y Costa (2014), no encontraron diferencias significativas relacionadas con la edad de los deportistas. En cambio, en este estudio, los nadadores Junior mostraron mayores niveles en Clima Empowering, Implicación a la Tarea y Apoyo a la Autonomía. Si bien el puntaje total de la muestra es bajo, los Juniors puntuaron más alto en Devaluación de la práctica Deportiva. Esto podría estar asociado con la transición hacia niveles y categorías más exigentes.

Estos datos se relacionan con lo mencionado por Álvarez (2021) que expresa la vital importancia del clima motivacional generado por entrenadores ya que es una figura clave dentro del contexto deportivo.

Para trabajos futuros sería interesante agregar la percepción de los entrenadores sobre Clima Motivacional que estos generan en los deportistas, con el fin de conocer si existen discrepancias entre la percepción de los nadadores y la autovaloración de ellos mismos. También, sería relevante estudiar si la cantidad de tiempo que los nadadores llevan trabajando con el mismo entrenador influye en el Clima Motivacional percibido y el Burnout, esto permitirá conocer si los deportistas que estuvieron mayor tiempo con el mismo entrenador presentan mayores niveles de adaptación a su conducta o si por el contrario, la prolongación del vínculo puede generar factores estresantes.

Asimismo, en base los resultados obtenidos en esta investigación, sería de gran valor práctico profundizar en la natación argentina los factores contextuales que pueden modificar o alterar los niveles de Burnout. Además permitirá explorar si elementos como la presión asociada a las competencias, el impacto de la carga de entrenamiento, el apoyo recibido por las familias y los clubes se relacionan con la reducida sensación de logro y agotamiento físico y emocional que se evidenciaron en esta investigación, con el objetivo de diseñar estrategias de promoción y prevención más eficaces.

Referencias

Alvarez, O., Tormo-Barahona, L., Castillo, I., & Moreno-Murcia, J. A. (2021). Examining controlling styles of significant others and their implications for motivation, boredom and burnout in young swimmers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 5828.

<https://doi.org/10.3390/ijerph18115828>

Ames, C. (1995). Achievement goals, motivational climate, and motivational processes.

Appleton, P. R., Ntoumanis, N., Quested, E., Viladrich, C., & Duda, J. L. (2016). Initial validation of the coach-created Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire (EDMCQ-C). *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 53-65.

<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.05.008>

Arce, C., De Francisco, C., Andrade, E., Arce, I., & Raedeke, T. (2010). Adaptación española del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) para la medida del burnout en futbolistas. *Psicothema*, 22(2), 250-255.

<https://www.redalyc.org/pdf/727/72712496012.pdf>

Barbosa-Luna, A. E., Tristán, J. L., Tomás, I., González, A., & López-Walle, J. M. (2017). Climas motivacionales, motivación autodeterminada, afectos y burnout en deportistas: enfoque multinivel. *Acción Psicológica*, 14(1), 105-118.

<https://dx.doi.org/10.5944/ap.14.1.19266>

Benedicto, L. V., & de Los Fayos, E. J. G. (2004). Incidencia del síndrome de burnout en el perfil cognitivo en jóvenes deportistas de alto rendimiento. *Cuadernos de psicología del deporte*, 4.

<https://revistas.um.es/cpd/article/view/93661/90261>

Brandão, M. R. F., Leite, G. D. S., Gomes, S. S., Figueira Júnior, A., Oliveira, R. S. D., & Borin, J. P. (2015). Alteraciones emocionales y la relación con las cargas de entrenamiento en nadadores de alto rendimiento. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 37, 376-382.

<https://doi.org/10.1016/j.rbce.2015.08.009>

Costa, MSFD, Oliveira, SFMD, Farah, BQ, Guimarães, FJDSP y Santos, MAMD (2014). Síndrome de burnout entre nadadores jóvenes: frecuencias de sentimientos independientes del género y categoría de competición. *Revista de Educación Física/UEM* , 25 , 173-180

<https://doi.org/10.4025/reveducfis.v25i2.22177>

Costa, A. C. L. (2019). La natación de competición y la identidad física y psicológica del nadador: una revisión sistemática narrativa. *Corpoconsciência*, 85-96.

<https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/9223>

De Francisco, C., de Los Fayos, E. J. G., & Arce, C. (2014). Burnout en deportistas: Prevalencia del síndrome a través de dos medidas. *Cuadernos de Psicología del deporte*, 14(1), 29-38.

<https://doi.org/10.4321/S1578-84232014000100004>

De Francisco Palacios, C., (2015). Versión reducida del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ): propiedades psicométricas preliminares. *Revista de Psicología del Deporte* , 24 (1), 177-183.

<https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=235139639021>

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of research in personality*, 19(2), 109-134.

[https://doi.org/10.1016/0092-6566\(85\)90023-6](https://doi.org/10.1016/0092-6566(85)90023-6)

Duda, J. L., & Balaguer, I. (2007). Coach-created motivational climate.

<https://psycnet.apa.org/doi/10.5040/9781492595878.ch-009>

Duda, J. L. (2013). The conceptual and empirical foundations of Empowering Coaching™: Setting the stage for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 311-318.

<https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839414>

Gutiérrez García, P., Castillo Jiménez, N., Balaguer, I., Tristán, J., Coronel Pérez, F. J., & López-Walle, J. M. (2022). Validación del Cuestionario de Climas Motivacionales empowering y disempowering en jóvenes deportistas mexicanos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 54, 120-129.

<https://doi.org/10.14349/rlp.2022.v54.14>

López Walle, J. M., Balaguer Solá, I., Castillo Fernández, I. M., & Tristán Rodríguez, J. L. (2011). Clima motivacional percibido, motivación autodeterminada y autoestima en jóvenes deportistas mexicanos. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 209-222.

http://eprints.uanl.mx/4560/1/Lopez-Walle_Balaguer_Castillo_Tristan_RPD_2011.pdf

Maglischo, E. W. (2011). *Natación: técnica, entrenamiento y competición*. Paidotribo.

[https://books.google.com.ar/books?](https://books.google.com.ar/books?hl=es&lr=&id=OVGRDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT13&dq=Maglischo,+E.+W.+(2011).+Nataci%C3%B3n:+t%C3%A9cnica,+entrenamiento+y+competici%C3%B3n.+Paidotribo.&ots=5qsI-)

[hl=es&lr=&id=OVGRDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT13&dq=Maglischo,+E.+W.+\(2011\).+Nataci%C3%B3n:+t%C3%A9cnica,+entrenamiento+y+competici%C3%B3n.+Paidotribo.&ots=](https://books.google.com.ar/books?hl=es&lr=&id=OVGRDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT13&dq=Maglischo,+E.+W.+(2011).+Nataci%C3%B3n:+t%C3%A9cnica,+entrenamiento+y+competici%C3%B3n.+Paidotribo.&ots=5qsI-)

[5qsI-](https://books.google.com.ar/books?hl=es&lr=&id=OVGRDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT13&dq=Maglischo,+E.+W.+(2011).+Nataci%C3%B3n:+t%C3%A9cnica,+entrenamiento+y+competici%C3%B3n.+Paidotribo.&ots=5qsI-)

Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior*, 2(2), 99-113.

<https://doi.org/10.1002/job.4030020205>

Mars, L., Castillo, I., López-Walle, J., & Balaguer, I. (2017). Estilo controlador del entrenador, frustración de las necesidades y malestar en futbolistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(2), 119-124.

<https://www.redalyc.org/pdf/2351/235152045017.pdf>

Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Harvard University Press

<https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=527696>

Pineda-Espejel, H. A., Morquecho-Sánchez, R., & Alarcón, E. (2020). Estilo interpersonal del entrenador, competencia, motivación, y ansiedad precompetitiva en deportistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(1), 10-24.

https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1578-84232020000100002&script=sci_arttext

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>

Ryan, R., & Deci, E. L. (2000). La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. *American psychologist*, 55(1), 68-78.

<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>

Ryan, R. M. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press

<https://books.google.com.pe/books?>

[id=Bc_DDAAAQBAJ&lpg=PP1&ots=QJibkbgP4h&dq=%20\(Deci%20y%20Ryan%2C%202017\)&lr&hl=es&pg=PP1#v=onepage&q=\(Deci%20y%20Ryan,%202017\)&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=Bc_DDAAAQBAJ&lpg=PP1&ots=QJibkbgP4h&dq=%20(Deci%20y%20Ryan%2C%202017)&lr&hl=es&pg=PP1#v=onepage&q=(Deci%20y%20Ryan,%202017)&f=false)

Sampieri, R. H. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill México.

<https://books.google.com.ar/books?>

[id=5A2QDwAAQBAJ&lpg=PP1&ots=TkVIYSUiL1&dq=sampieri%20metodolog%C3%ADa&lr&hl=es&pg=PP1#v=onepage&q=sampieri%20metodolog%C3%ADa&f=false](https://books.google.com.ar/books?id=5A2QDwAAQBAJ&lpg=PP1&ots=TkVIYSUiL1&dq=sampieri%20metodolog%C3%ADa&lr&hl=es&pg=PP1#v=onepage&q=sampieri%20metodolog%C3%ADa&f=false)