



## *Síndrome del Burnout en los árbitros profesionales de fútbol del Ecuador*

### *Burnout syndrome in professional soccer referees in Ecuador*

### *Síndrome de Burnout em árbitros de futebol profissional no Equador*

Francisco Rafael Cabrera-Gordillo <sup>I</sup>  
[francisco.cabrera.39@est.ucacue.edu.ec](mailto:francisco.cabrera.39@est.ucacue.edu.ec)  
<https://orcid.org/0009-0006-7501-4679>

Wilson Hernando Bravo-Navarro <sup>II</sup>  
[wilson.bravo@ucacue.edu.ec](mailto:wilson.bravo@ucacue.edu.ec)  
<https://orcid.org/0000-0003-3381-8063>

**Correspondencia:** [francisco.cabrera.39@est.ucacue.edu.ec](mailto:francisco.cabrera.39@est.ucacue.edu.ec)

Ciencias Técnicas y Aplicadas  
Artículo de Investigación

\* **Recibido:** 30 de octubre de 2023 \* **Aceptado:** 20 de noviembre de 2023 \* **Publicado:** 01 de diciembre de 2023

- I. Licenciado en Educación Física y Deportes, maestrante del programa de maestría en Educación Física y Entrenamiento Deportivo de la Universidad Católica de Cuenca Azogues, Ecuador.
- II. Magíster en Ciencias de la Educación Física, el Deporte y la Recreación, Licenciado en Educación Física y Deporte, Docente de la carrera Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, Universidad Católica de Cuenca, Azogues, Ecuador.

## Resumen

El síndrome de burnout es un trastorno psicológico que se caracteriza por un agotamiento emocional, despersonalización y una disminución del rendimiento laboral. El objetivo de la presente investigación fue analizar el síndrome de burnout y los niveles de ansiedad en árbitros de fútbol profesional de Ecuador a través de instrumentos validados para identificar el agotamiento emocional. Se utilizó un diseño no experimental con corte transversal, un enfoque cuantitativo y un alcance correlacional, se utilizó el test de Maslach Burnout Inventory adaptado al arbitraje y el Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R en su versión en español. La muestra estuvo conformada por 153 árbitros de fútbol profesional ecuatoriano, los mismos que fueron seleccionados por un muestreo no probabilístico por conveniencia, con edades comprendidas entre 15 y 49 años (M=25 años), 126 árbitros varones y 27 árbitros mujeres. Tras el análisis, quedó claro que existen múltiples factores que pueden provocar estrés en árbitros antes, durante y después de las actividades deportivas. Se identificó que los árbitros de tercera categoría presentan el valor más alto en la dimensión despersonalización. En la dimensión de autoconfianza los árbitros de primera categoría se ubicaron en el límite superior, lo que indica que los mismos tienen una mayor seguridad en lo que refiere a la toma de decisiones. También se encontró que el agotamiento emocional se correlaciona positivamente con la despersonalización, la ansiedad cognitiva y la ansiedad somática, mientras que no está relacionado con la realización personal y la confianza.

**Palabras Clave:** Síndrome de burnout; Estrés; Árbitro; Fútbol; Agotamiento mental.

## Abstract

Burnout syndrome is a psychological disorder characterized by emotional exhaustion, depersonalization, and decreased work performance. The objective of this research was to analyze burnout syndrome and anxiety levels in professional soccer referees in Ecuador through validated instruments to identify emotional exhaustion. A non-experimental design with a cross-sectional section, a quantitative approach and a correlational scope was used, the Maslach Burnout Inventory test adapted to arbitration and the Competitive Anxiety Inventory CSAI-2R in its Spanish version were used. The sample was made up of 153 Ecuadorian professional soccer referees, who were selected by a non-probabilistic convenience sampling, with ages between 15 and 49 years (M=25 years), 126 male referees and 27 female referees. After the analysis, it was clear that there are multiple factors that can cause stress in referees before, during and after sporting activities. It was

identified that third category referees present the highest value in the depersonalization dimension. In the self-confidence dimension, first-class referees were located at the upper limit, which indicates that they have greater security when it comes to decision-making. Emotional exhaustion was also found to be positively correlated with depersonalization, cognitive anxiety, and somatic anxiety, while unrelated to personal accomplishment and confidence.

**Keywords:** Students; Sport; Talent selection; Test.

### Resumo

A síndrome de Burnout é um distúrbio psicológico caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e diminuição do desempenho no trabalho. O objetivo desta pesquisa foi analisar a síndrome de burnout e os níveis de ansiedade em árbitros de futebol profissional no Equador através de instrumentos validados para identificar a exaustão emocional. Utilizou-se um desenho não experimental com corte transversal, abordagem quantitativa e escopo correlacional, utilizou-se o teste Maslach Burnout Inventory adaptado para arbitragem e o Competitive Anxiety Inventory CSAI-2R em sua versão espanhola. A amostra foi composta por 153 árbitros de futebol profissional equatoriano, selecionados por amostragem não probabilística de conveniência, com idades entre 15 e 49 anos (M=25 anos), sendo 126 árbitros homens e 27 árbitras. Após a análise, ficou claro que existem múltiplos fatores que podem causar estresse nos árbitros antes, durante e após as atividades esportivas. Identificou-se que os árbitros de terceira categoria apresentam o maior valor na dimensão despersonalização. Na dimensão autoconfiança, os árbitros de primeira linha situaram-se no limite superior, o que indica que possuem maior segurança na hora de tomar decisões. Descobriu-se também que a exaustão emocional está positivamente correlacionada com a despersonalização, a ansiedade cognitiva e a ansiedade somática, embora não esteja relacionada com a realização pessoal e a confiança.

**Palavras-chave:** Alunos; Esporte; Seleção de talentos; Teste.

### Introducción

Según Pines et al. (1981), el síndrome de burnout es una condición psicológica marcada por agotamiento emocional, despersonalización y disminución del desempeño laboral. También se caracteriza por fatiga, sensación de impotencia y desesperanza, vacío emocional y la aparición de una serie de actitudes desfavorables hacia el trabajo, la vida y otras personas. Por ello, los autores

citados anteriormente la definen como el componente de fatiga física con una mayor propensión a enfermedades, dolores de espalda, accidentes, postración, así como una combinación de fatiga y trastornos del sueño. El síndrome "Burn Out" o síndrome de agotamiento profesional, (Ramírez, 2001).

Sin embargo, Ramón (2017) destaca que la capacidad de tomar decisiones es una de las principales herramientas que utiliza el árbitro para el desempeño de sus funciones y que además debe estar centrado, atento, seguro, tolerante a la frustración, persistente y emocionalmente estable. La objetividad de la decisión del árbitro está inversamente correlacionada con el estado emocional y mental del sujeto. Cualquier persona que esté constantemente bajo estrés y presión, incluidos los árbitros de fútbol ecuatoriano en su calidad profesional, es susceptible a este síndrome.

Ya que si se vive el caso y se supera el nivel de estrés, puede generar problemas en la toma de decisiones en el campo, provocando que el árbitro cometa errores, sea víctima de provocaciones con insultos o agresiones en situaciones de conflicto, tenga un bajo nivel físico, exhausto por las exigencias del juego, además de demostrar que el árbitro corre durante dos períodos de 45 minutos cada uno, 16 a 18 km en diversas direcciones y ritmos., además dar a conocer que el árbitro en cada partido cuenta con asesor que califican su desenvolvimiento en el terreno de juego en tres aspectos: control del juego, condición física -posicionamiento y trabajo en equipo e individual.

Ledesma (2018) enfatiza que la exageración del nivel de estrés ocurre cuando el árbitro puede percibir la situación como estresante, por ejemplo; cometer un error en un laudo arbitral. Cuando el trance se interpreta como estresante y se prolonga en el tiempo aparece el llamado estrés crónico, que afecta gravemente el rendimiento del deportista e incluso deriva en la negativa a practicar deporte sin un adecuado trabajo psicológico. También es importante señalar que el árbitro está sujeto a la presión social de los jugadores, el cuerpo técnico, los medios de comunicación, los directivos y los asistentes a los partidos de fútbol, lo que puede generar críticas constantes y elevar los niveles de ansiedad. , dos factores importantes en el árbitro que pueden contribuir a la aparición del síndrome de burnout.

Los árbitros de fútbol profesionales deben tomar medidas para disminuir el estrés, la ansiedad y la presión social si quieren evitar desarrollar el síndrome de agotamiento. Esto podría implicar el uso de técnicas de relajación como la meditación o la respiración profunda, así como pedir apoyo emocional a amigos y/o familiares. Un buen equilibrio entre el trabajo y la vida personal puede ayudar a reducir el estrés y la ansiedad, por lo que los árbitros deben asegurarse de tenerlo.

En este estudio, los árbitros de fútbol ecuatorianos que se desempeñan profesionalmente son evaluados por sus niveles de ansiedad y síndrome de burnout. Es por esto que el objetivo de la presente investigación fue analizar el síndrome de burnout y los niveles de ansiedad en árbitros de fútbol profesional de Ecuador a través de instrumentos validados para identificar el agotamiento emocional.

El síndrome de burnout se manifiesta en síntomas como fatiga crónica, irritabilidad, ansiedad, depresión y falta de concentración. Estos síntomas pueden afectar el rendimiento de los árbitros; y, en última instancia su carrera. Los árbitros que sufren de síndrome de burnout pueden perder la pasión por su trabajo y comenzar a cometer errores (Ramírez, 2001).

### **Concepciones sobre la preparación psicológica de los árbitros de fútbol**

De acuerdo con Weinberg y Richardson (1990), Cruz (1997) y Valdés y Brandao (2003) el arbitraje deportivo debería convertirse en un campo aparte de la investigación en psicología del deporte, ya que el comportamiento de los árbitros tiene una gran influencia no sólo en el rendimiento de los jugadores Philippe et al., (2009), sino que también cambia inadvertidamente el resultado final de un partido o competencia (Guillén y Jiménez, 2001).

Buscetta et al. (1999); Weinberg y Richardson (1990) vieron al árbitro como otro atleta que necesita entrenamiento mental porque debe rendir al más alto nivel en situaciones potencialmente estresantes. Los árbitros deben estar preparados para las altas exigencias del fútbol. Aunque la FIFA invierte en la formación física, técnica y táctica de los árbitros a través de la CONMEBOL, cabe señalar que la organización presta poca atención al estado mental o emocional de los árbitros. En todas las disciplinas, este es un componente clave para el éxito en un juego o competencia y ayuda a mejorar su capacidad para dirigir, controlar y comprender el juego (Ponce et al., 2018).

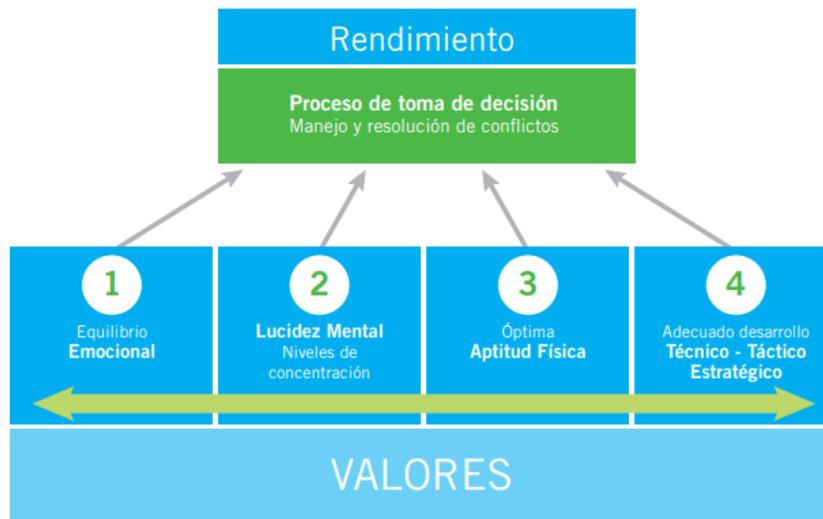
### **Pilares de rendimiento arbitral**

Es necesario trabajar en el desarrollo de cuatro aspectos o pilares de desempeño para ubicar a los árbitros en las mejores posiciones posibles para este propósito como se indica en la figura 1.

#### **Figura 1**

*Pilares que sostienen el rendimiento arbitral.*

**Nota.** Tomado de Silva, 2012, pág. 22.



Según Hernández (2005), es crucial enfatizar que los cuatro pilares antes mencionados se basan en un importante fundamento de valores positivos y, desde una perspectiva socioeducativa, se consideran lineamientos para la transformación del comportamiento humano o concepto abstracto. Logrado a nivel social y personal. Los valores son “las guías que guían el comportamiento y la vida de cada individuo y de cada grupo social”, por lo que estos pilares muchas veces se encuentran desequilibrados por factores como la ansiedad, la tensión y el estrés.

El desarrollo del pilar 3 (mejorar la condición física) fue sin duda el foco de los esfuerzos recientes en la preparación de los árbitros. Así lo demuestra la restricción a los árbitros de participar en competiciones regionales o internacionales y el uso de la evidencia física como único elemento evaluativo previo. En el pasado, los contenidos de los pilares 1 y 2 rara vez se trataban de manera sistemática, dejando gran parte de la preparación y el desempeño desprotegidos.

El síndrome de agotamiento, también conocido como síndrome de agotamiento ocupacional o profesional, es una condición que se desarrolla en respuesta a las presiones continuas que una persona experimenta debido a factores estresantes emocionales e interpersonales relacionados con el trabajo, según la OMS (2022). Cuando está presente tanto el nivel individual refiriéndose a su tolerancia al estrés y la frustración, entre otras, como las condiciones ambientales, es probable que se produzca el síndrome y a nivel organizativo deficiencias en la definición del puesto de trabajo, del lugar de trabajo, entre otros.

En términos generales, los factores antes mencionados pueden combinarse para causar agotamiento cuando el trabajo excesivo es la norma, el puesto o trabajo realizado está devaluado, hay un conflicto entre expectativas y prioridades en el trabajo, hay falta de seguridad laboral y hay un exceso de trabajo, compromiso con la responsabilidad profesional (Albee, 2000). Ahora se cree que los niveles altos de ansiedad son señales tempranas de advertencia del síndrome de agotamiento porque tanto la ansiedad física como la cognitiva han demostrado una fuerte asociación con la afección (Weinberg et al. 2006); Wiggins et al., 2007). Además, algunos autores afirman que la ansiedad cognitiva es un predictor de un desempeño laboral deficiente (Cremades et al., 2013).

### **Métodos**

Se utilizó un diseño no experimental con corte transversal, un enfoque cuantitativo y un alcance correlacional.

### **Muestra**

La muestra fueron 153 árbitros de fútbol profesional ecuatoriano de las provincias de Loja, Pichincha, Tungurahua, Guayas, Azuay, Esmeraldas, Santa Elena, Manabí, El Oro, Santo Domingo, Cañar, Cotopaxi y Chimborazo, los mismo que fueron seleccionados por un muestreo no probabilístico por conveniencia, con edades comprendidas entre 15 y 49 años ( $M=25$  años), 126 árbitros varones y 27 árbitros mujeres, que representan todas las categorías profesionales.

**Tabla 1**

*Número de árbitros según la categoría y sexo.*

<b>Categoría</b>	<b>M</b>	<b>F</b>	<b>T</b>
<b>Primera A Categoría</b>	8	0	8
<b>Primera B Categoría</b>	4	0	4
<b>Segunda Categoría</b>	31	17	48
<b>Tercera Categoría</b>	34	6	40
<b>Cuarta Categoría.</b>	49	4	53

En la tabla 1 se observa el número de árbitros, siendo las categorías inferiores las que mantienen el mayor número de árbitros. Siguiendo la tendencia de que a mejor categoría desciende el número de árbitros.

## Instrumentos

Se utilizó el cuestionario de burnout de Maslach adaptado por Garcés de Los Fayos et al. (1994), para árbitros, el mismo que ha demostrado ser eficaz para medir el burnout en el deporte en términos de las tres dimensiones clásicas del burnout; agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Se trata de un cuestionario de 22 ítems con un formato de respuesta de 7 opciones: nunca, algunas veces al año o menos, una vez al mes o menos, algunas veces al mes y una vez a la semana, varias veces a la semana, una vez al día.

**Tabla 2**

*Rango de las dimensiones del Test de Maslach Burnout Inventory-Deporte*

<b>Rango</b>	<b>Agotamiento Emocional</b>	<b>Despersonalización</b>	<b>Realización Personal</b>
<b>Bajo</b>	0-18	0-5	0-33
<b>Medio</b>	19-26	6-9	34-39
<b>Alto</b>	27-54	10-39	40-56

El segundo instrumento utilizado fue la versión española del Competitive Anxiety Inventory CSAI-2R adaptado de Andrade et al. (2007), se trata de un cuestionario de 18 ítems que evalúa subescalas de ansiedad somática, ansiedad cognitiva y autoconfianza. El orden de los ítems se conservó en la revisión CSAI-2, siendo el ítem 18 el último. El formato de respuesta Likert también conserva cuatro opciones numerada del 1 nada al 4 ("mucho").

**Tabla 3**

*Rango de las dimensiones del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R.*

<b>Rango</b>	<b>Ansiedad Somática</b>	<b>Ansiedad Cognitiva</b>	<b>Autoconfianza</b>
<b>Bajo</b>	5-10	7-14	5-10
<b>Medio</b>	11-15	15-21	11-15
<b>Alto</b>	16 - 20	22 - 28	16 -20

## Procedimiento

Se solicitó el permiso a los dirigentes del arbitraje ecuatoriano; Delegados Zonales y Presidentes de las Asociaciones Provinciales, una vez obtenido el permiso se procedió a enviar los consentimientos informados a los árbitros, luego que aceptaron participar en el estudio, se aplicaron

los dos instrumentos a los árbitros de Primera A-B (PC), Segunda, Tercera (SC) y Cuarta Categoría (CC) a través de un enlace en forma de cuestionario realizado en el google forms. Para analizar los datos que los árbitros proporcionaron se utilizó el programa informático SPSS 26.

## Resultados

**Tabla 4**

*Resultados de los test Maslach Burnout Inventory-Deporte y del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R.*

<b>Categoría</b>	<b>Maslach Burnout Inventory-Deporte</b>			<b>Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R</b>		
	Cansancio Emocional	Despersonalización	Realización Personal	Ansiedad Cognitiva	Ansiedad Somática	Autoconfianza
<b>Primera Categoría</b>	9,42	4,67	38,67	10,50	13,17	15,00
<b>Segunda Categoría</b>	16,13	8,46	35,56	11,98	13,94	13,19
<b>Tercera Categoría</b>	16,72	10,39	36,33	13,89	15,56	13,50
<b>Cuarta Categoría</b>	12,85	7,10	35,55	12,90	14,30	13,55

En cuanto a lo que refiere al test del Burnout se evidencia en la tabla 4, los árbitros de primera categoría son los que presentan los mejores valores, seguido de segunda categoría, cuarta categoría y finalmente tercera categoría.

Todos los árbitros se ubicaron en un nivel bajo en la dimensión de agotamiento emocional, lo que indica que su carga psicológica era mínima. En esta dimensión, se discute algo más que la sobrecarga de trabajo; también se habla de cómo asume el árbitro el conflicto durante los partidos de fútbol, la asunción de responsabilidades dentro y fuera del terreno de juego y diversos desencadenantes emocionales. Los árbitros del TC presentan el valor (10,39), presentando un alto nivel de despersonalización. Estos árbitros demuestran una mayor pérdida de preocupación

respondiendo de forma inadvertida y cínica tanto a los jugadores como a sus compañeros árbitros. Los árbitros de PC se encuentran en un nivel bajo dentro de la resignación de la despersonalización, mientras que SC y CC se encuentran en un nivel medio. Todos los árbitros se encuentran en un nivel medio en cuanto a logros personales, pero cabe destacar que los árbitros del PC se encuentran en el límite superior, demostrando que tienen un mayor control sobre su propia motivación y aspiraciones para avanzar en su campo profesional y personal.

Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R evidentemente los árbitros de primera categoría son los que presentan los mejores valores, seguido de segunda categoría, cuarta categoría y finalmente tercera categoría.

En lo que respecta a la dimensión de ansiedad cognitiva, todos los árbitros se encontraban en un nivel bajo y por lo tanto no mostraron pensamientos angustiosos y negativos que afectaran significativamente el rendimiento físico y cognitivo en términos de atención, en la dimensión de ansiedad somática los árbitros de TC se encuentra en un nivel medio indicando que presentan niveles de ansiedad extrema media a causa de síntomas físicos por el desgaste en cada partido por las distancias recorridas, además el querer demostrar su trabajo para ascender a las categorías de privilegios, mientras que PC, SC y CC en un nivel bajo donde mantienen y pueden sobrellevar estos niveles de ansiedad. En la dimensión de Autoconfianza todos los árbitros de se encuentran en un nivel medio, cabe destacar que los árbitros de PC, se encuentran en el límite superior teniendo ellos una mayor seguridad en cuanto a la toma de decisiones y fortaleciéndose así mismo con mensajes positivos para un mejor rendimiento.

**Tabla 5**

*Correlación de las dimensiones de los test Maslach Burnout Inventory-Deporte y del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R.*

<b>Test / Inventario</b>	<b>Maslach Burnout Inventory-Deporte</b>			<b>Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R.</b>		
<b>Dimensiones</b>	Cansancio	Despersonalización	Realización personal	Ansiedad Cognitiva	Ansiedad Somática	Autoconfianza

<b>Cansancio Emocional</b>	,717**	-,207*	,274**	,471**	-,415**
<b>Despersonalización</b>		-,115	,169*	,392**	-,225**
<b>Realización personal</b>			-,141	-,097	,426**
<b>Ansiedad Cognitiva</b>				,658**	-,361**
<b>Ansiedad Somática</b>					-,461**
<b>Autoconfianza</b>					

La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral) La Tabla 5 reveló que el agotamiento emocional se correlaciona positivamente con la despersonalización, la ansiedad cognitiva y la ansiedad somática, lo que indica que los árbitros experimentan agotamiento físico y tienen una alta carga psicológica durante los eventos deportivos. Sin embargo, el agotamiento emocional no está relacionado con la realización personal y la confianza en uno mismo, lo que implica que falta motivación y capacidad para gestionar la presión social. La despersonalización tiene una fuerte relación con la ansiedad tanto somática como cognitiva, lo que demuestra que los árbitros tienen actitudes desfavorables, pensamientos perturbadores y un desempeño laboral deficiente y no están relacionados con la satisfacción personal y la confianza en sí mismos. La realización personal y la confianza en uno mismo están correlacionadas positivamente, lo que demuestra que los árbitros están personalmente motivados para tener éxito y que sus altos niveles de motivación los protegen

de pensamientos preocupantes mientras dirigen un partido, lo cual no está relacionado con la ansiedad cognitiva y somática. Dado que los árbitros deben poder controlar los niveles de ansiedad, la ansiedad cognitiva está fuertemente correlacionada con la ansiedad somática y no tiene relación con la autoconfianza. La relación entre ansiedad somática y autoconfianza es muy inversa.

## **Discusión**

Las presiones que se ejercen sobre los árbitros de fútbol profesional en Ecuador incluyen la necesidad de tomar decisiones en fracciones de segundo, críticas constantes de jugadores, entrenadores, aficionados y medios deportivos, así como la necesidad de mantener un alto nivel de concentración en los juegos. Llama la atención que este estudio se utilizó como muestra a 153 árbitros y se encontró signos del síndrome de burnout en los árbitros con niveles medios dentro de la escala de burnout en cada una de las dimensiones a diferencia del estudio de Arias et al., (2021) que además de utilizar un instrumento diferente, que consta de seis preguntas, para evaluar el síndrome de estrés laboral, se realizó en una sola provincia del país, los resultados indican que en partidos de alta intensidad, el 52% de los participantes suelen gestionar su estrés al centrar su energía en el cansancio físico y la concentración, el 28% dice que este tipo de partidos le provoca estrés, y el 20% dice no estar sometido a estrés perjudicial para su salud mental.

Si bien confirma la hipótesis inicial sobre la propensión de este grupo de árbitros a desarrollar el síndrome, este hallazgo obliga a investigar las causas y efectos que el síndrome puede tener en un grupo que aún no ha sido estudiado. Dentro de este análisis todos los árbitros tienen valores intermedios en la dimensión de realización personal, en despersonalización los árbitros de segunda categoría valores intermedios y los de tercera con valores altos es por ellos que los árbitros demuestran que tienen estrés, poca confianza sumado a ello la ansiedad por querer subir a una categoría superior por lo que se concuerda con Ponce et al. (2018), donde mencionan que los árbitros son muy susceptibles a desarrollar dicho síndrome dadas las altas exigencias físicas y psicológicas que deben soportar, teniendo el árbitro poca de energía, falta de interés, autoimagen negativa y disminución de la confianza, sentimientos idénticos de fracaso y bajo rendimiento.

Por otra parte se identificó a los árbitros que tenían mayor riesgo de desarrollar el síndrome a través de test Maslach Burnout Inventory-Deporte donde se valoran tres dimensiones, las cuales son agotamiento emocional, despersonalización y realización personal, utilizado para la evaluación de los árbitros, como resultado de la misma los árbitros de tercera categoría mostraron el valor

máximo en la dimensión de despersonalización teniendo actitudes negativas hacia jugadores y compañeros al sentirse raros o distantes y valores al límite en otras como la realización personal, lo que muestra una relación con Pedrosa y García-Cueto (2016), donde se utilizó el mismo instrumento de estudio para evaluar a los árbitros de fútbol de la Liga Española, donde logran identificar que los árbitros de segunda división son los que tienden a presentar mayor agotamiento emocional.

El MBI cuestionario que permite medir los niveles de burnout en los árbitros y proporciona una visión general de su bienestar psicológico el cual fue utilizado en este estudio. Es importante destacar que estos instrumentos son herramientas útiles para evaluar el síndrome del burnout en árbitros de deportes colectivos, pero no son la única forma de hacerlo ya que en el estudio de Gómez-López et al., (2020) hace una revisión de literatura en donde se usa el mismo test, pero cabe mencionar que se pueden utilizar entrevistas estructuradas, observaciones y otros métodos cualitativos para obtener una comprensión más completa de la experiencia de los árbitros y su relación con el burnout, en este estudio los resultados generales demostraron que todos los árbitros, independientemente de su nivel de experiencia experimentan estrés; además que las mujeres experimentan estrés mayor que los hombres; y adicional a ello que el estrés fuera del campo es más fuerte que el estrés dentro del campo.

Tanto los árbitros de fútbol como los de baloncesto se encuentran entre las muchas profesiones susceptibles al síndrome de agotamiento. Deben tomar decisiones rápidas constantemente, manejar las críticas y los conflictos y mantener un alto nivel de concentración durante los juegos, entre otros desafíos que pueden conducir rápidamente al agotamiento. No sólo eso, sino que el riesgo de agotamiento de los árbitros del estudio podría aumentar en ausencia de reconocimiento y asistencia en el estudio de Arbinaga et al., (2019) muestran que los árbitros de fútbol exhiben más agotamiento emocional y despersonalización que los árbitros de baloncesto y éxito individual. Quienes obtienen puntajes altos en resiliencia exhiben menos agotamiento emocional y satisfacción en comparación con aquellos que obtienen baja resiliencia.

## **Conclusiones**

Los árbitros de tercera categoría presentan un alto nivel de despersonalización. Los altos niveles de estrés pueden hacer que un árbitro se sienta agotado física y mentalmente, con poca energía, con baja autoestima, falta de confianza. En la dimensión de autoconfianza los árbitros de primera

categoría, se encuentran en el límite superior teniendo ellos una mayor seguridad en cuanto a la toma de decisiones y fortaleciéndose así mismo con mensajes positivos para un mejor rendimiento. Se encontró que el agotamiento emocional se correlaciona positivamente con la despersonalización, la ansiedad cognitiva y la ansiedad somática, mientras que no está relacionado con la realización personal y la confianza.

Los árbitros de fútbol profesional en el Ecuador presentan una variedad de rasgos de personalidad, por lo que en algunos casos repercute positiva o negativamente en su trabajo. Estos rasgos también pueden tener un impacto en la salud mental, física y fisiológica del árbitro, lo que puede afectar la forma en que maneja las relaciones con las personas dentro y fuera de la cancha o en casa.

La información proporcionada lleva a concentrarse en las causas y efectos del síndrome de burnout en una población que aún no había sido examinada en profundidad. Además, inspira al personal a cargo del arbitraje ecuatoriano y sus asociaciones a buscar la asistencia de un psicólogo deportivo durante todo el año, quien puede ofrecer beneficios significativos para manejar el estrés y la ansiedad severos que pueden experimentar los árbitros de fútbol profesionales en Ecuador.

## Referencias

- Andrade Fernández, Elena M.; Lois Río, Graciela; Arce Fernández, Constantino. (2007). Propiedades psicométricas de la versión española del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R en deportistas. *Psicothema*, 19(1), 150-155.
- Arias Bravo, Y. A., Tubay Moreira, M. F., Chang Muñoz, W. L., & Briones Caicedo, W. R. . (2021). Estrés laboral y salud mental de los árbitros de fútbol profesionales, provincia de Los Ríos. *Journal of Science and Research*, 59-76. Obtenido de <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/sr/article/view/693>
- Beltrán, D. A. (2006). Diferencias por sexo, Síndrome de burnout y manifestaciones clínicas, en los médicos familiares de dos instituciones de salud, Guadalajara, México. *Revista Costarricense de Salud Pública*, 15(29). Obtenido de [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1409-14292006000200002](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-14292006000200002)
- Félix Arbinaga et al. (2019). Síndrome de burnout y resiliencia en árbitros de fútbol y baloncesto. *Revista de Psicología del Deporte/Journal of Sport Psychology*, 28(2), 23-32. Obtenido de [https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/revpsidep\\_a2019v28n2/revpsidep\\_a2019v28n2p23.pdf](https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/revpsidep_a2019v28n2/revpsidep_a2019v28n2p23.pdf)

- Garces de los Fayos Ruiz, E. J. (1994). Creación de un instrumento de medida de burnout en árbitros de fútbol . Área de Psicología del Deporte y Control Motor – Rendimiento Deportivo, 315 - 322.
- Ignacio Pedrosa y Eduardo García-Cueto. (2016). Síndrome de Burnout en Árbitros de Élite: La Liga de Fútbol Profesional Española LFP a Estudio. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica., 2(42), 59-68. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/4596/459653216007/html/>
- Manuel Gómez-López et al.,. (2020). Factores de estrés y ansiedad en el arbitraje de deportes de equipo: una. Revista Multidisciplinar de Educación, 13(26).  
file:///C:/Users/DELL/Downloads/Dialnet-FactoresDeEstresYAnsiedadEnElArbitrajeDeDeportesDe-7546960.pdf
- Omar Andrés Ponce Manso, Manuel Gutiérrez Cruz, Rodrigo Alejandro Valdenegro Caceres. (2018). Estudio sobre el burnout deportivo y su incidencia en el arbitraje en el futbol. Olimpia. Revista de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma, 15, 181-195. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7864733>
- Ramírez, D. S. (2001). El síndrome de "Burn Out" o síndrome de agotamiento profesional. Medicina Legal de Costa Rica, 17(2). Obtenido de [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1409-00152001000100004](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152001000100004)
- Silva, P. (2012). El comportamiento técnico y táctico del árbitro de fútbol. Buenos Aires: Editorial Dunken.

© 2023 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).