



Validación de la escala de bienestar eudaimónico en el deporte en jóvenes deportistas mexicanos

Validation of eudaimonic wellbeing in sport scale in Mexican young athletes

Autores

Francisco Javier Coronel Pérez ¹,
Nallely Castillo-Jiménez ²,
José L. Tristán Rodríguez ³,
Jeanette M. López-Walle ⁴

¹ Universidad Autónoma de Occidente (México).

² Universidad Autónoma de Nuevo León (México).

³ Universidad Autónoma de Nuevo León (México).

⁴ Universidad Autónoma de Nuevo León (México).

Corresponding author:
Nallely Castillo -Jiménez.
Nallely.castillojm@uanl.edu.mx

Cómo citar en APA

Castillo-Jiménez, N., Coronel Pérez, F. J., López-Walle, J. M., & Tristán-Rodríguez, J. L. (2025). Validación de la escala de bienestar eudaimónico en el deporte en jóvenes deportistas mexicanos. *Retos*, 70, 258–268.
<https://doi.org/10.47197/retos.v70.114143>

Resumen

Introducción: La literatura actual ha mostrado, que el bienestar se deriva de dos tradiciones filosóficas distintas, la primera es la vista hedonista que se centra en la búsqueda del placer y evitación del dolor, y la segunda al bienestar eudaimónico que se centra en vivir una vida de autorrealización (Ryan & Deci, 2001). **Objetivo:** Validar la Escala de Bienestar Eudaimónico en el Deporte (*Eudaimonic Wellbeing in Sport Scale, EWBSS*, Kouali et al., 2020); en deportistas de diferentes deportes a través del análisis de sus propiedades psicométricas, fiabilidad, validez convergente, discriminante y predictiva. **Metodología:** participaron un total de 700 deportistas de 12 a 40 años. **Resultados:** El análisis de confiabilidad mostró adecuados niveles de consistencia interna para el factor que mide la escala EWBSS. Respecto al análisis factorial confirmatorio mostraron adecuados índices a la estructura unifactorial. La validez discriminante fue confirmada por una correlación entre los cinco ítems positivos y significativos tanto en el estudio 1 y 2. En la validez convergente se demuestra una adecuada validez tanto de forma unifactorial, como trifactorial. Se observan las asociaciones entre el bienestar eudaimónico con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y de forma separada con la de autonomía, competencia y relación. Respecto al deporte se demuestra la validez predictiva de la escala EWBSS, indicando que en la primera regresión el bienestar eudaimónico predice positivamente la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y negativamente con la frustración de las necesidades psicológicas básicas, y en la segunda regresión donde los análisis sugieren que el bienestar eudaimónico de los deportistas presentan una mayor influencia en satisfacción de la necesidad de autonomía y competencia, no así en la satisfacción de la necesidad de relación, en la tercera regresión, no se confirma esta asociación, con la frustración de las necesidades básicas.

Discusión Con base a los resultados obtenidos se considera que el EWBSS resulta un instrumento válido y confiable para realizar en un futuro estudios en diferentes sectores del deporte en México cumpliendo el objetivo de esta investigación.

Palabras clave

Deportistas; EWBSS validez discriminante; convergente; predictiva.

Abstract

Introduction: The current literature has shown that well-being derives from two distinct philosophical traditions, the first being the hedonistic view that focuses on the pursuit of pleasure and avoidance of pain, and the second on eudaimonic well-being that focuses on living a life of self-fulfillment (Ryan & Deci, 2001).

Objective: of this study was to validate the eudaimonic Wellbeing in Sport Scale (EWBSS, Kouali et al., 2020); in athletes of different sports through the analysis of their psychometric properties, reliability, convergent, discriminant and predictive validity. **Methodology:** a total of 700 athletes from 12 to 40 years old participated.

Results: The reliability analysis showed adequate levels of internal consistency for the factor measuring the EWBSS scale. The confirmatory factor analysis showed adequate indices for the single factor structure. Discriminant validity was confirmed by a positive and significant correlation between the five items in both studies 1 and 2. The associations between eudaimonic well-being with the satisfaction of basic psychological needs and separately with autonomy, competence and relationship are observed. With respect to sport, the predictive validity of the EWBSS scale is demonstrated, indicating that in the first regression eudaimonic well-being predicts positively the satisfaction of basic psychological needs and negatively with the frustration of basic psychological needs, and in the second regression where the analyses suggest that the eudaimonic well-being of the athletes has a greater influence on the satisfaction of the need for autonomy and competence, but not on the satisfaction of the need for relationship, in the third regression, this association with the frustration of basic needs is not confirmed.

Discussion: Based on the results obtained, it is considered that the EWBSS is a valid and reliable instrument for future studies in different sports sectors in Mexico, thus fulfilling the objective of this research.

Keywords

Athletes; EWBSS; discriminant; convergent; and predictive validity.



Introducción

Desde la perspectiva hedónica, el bienestar se deriva de dos tradiciones filosóficas distintas, la primera es la vista hedonista que se centra en la búsqueda del placer y evitación del dolor, y la segunda al bienestar eudaimónico que se centra en vivir una vida de autorrealización, de tal forma que se percibe lo que constituye una vida buena con objetivos y resultados específicos, siendo que se dirige al contenido de la vida de un individuo junto con los procesos de una vida bien vivida (Ryan et al. 2008). Es por ello que el bienestar eudaimónico hace referencia a un ejercicio netamente propio del hombre que busca la expresión del yo interior y de su ser en términos más auténticos, la eudaimonía conduce al bien humano mediante la virtud, felicidad, bienestar, satisfacción con la vida, vitalidad y autoestima (Capell, 2015; Ramirez-Nava et al. 2023; Verkooijen et al. 2012). Por lo tanto el bienestar está determinado por la realización de actividades que facilitan la autorrealización (González & Marreros, 2017), generando una correcta satisfacción de la autonomía, la relación y competencia, logrando un sentimiento de energía vital en el jugador (Cruz-Palacios, 2016).

Ryan & Deci, (2001), introducen el término de bienestar eudaimónico con respecto a las dos tradiciones y lo definen como un constructo que se refiere a la experiencia óptima y al funcionamiento psicológico. Desde la teoría de la Autodeterminación (Self Determination Theory, SDT, Ryan & Deci, 2017), describen la eudaimonía como vivir bien con ciertas características específicas, persiguiendo objetivos específicos, satisfacer las necesidades psicológicas básicas, ser autónomos, considerándose que este tipo de bienestar emocional se describe como el resultado de una vida eudaimónica, teniendo como consecuencia un bienestar óptimo. El bienestar eudaimónico solo es alcanzable cuando las tres necesidades psicológicas básicas están satisfechas, (Autonomía, Competencia y Relación). De manera específica, cuando estas tres necesidades están completamente satisfechas la motivación de la persona se considera autodeterminada (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2002). La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas genera bienestar psicológico cuyo indicador de excelencia es la vitalidad subjetiva definida como el sentimiento de poseer energía, dinamismo y vigor (Ramirez-Nava et al. 2023). Por lo tanto las necesidades psicológicas básicas (Basic Needs Theory, BPNT; Ryan & Deci, 2000), ocupan un lugar importante en el comportamiento del desarrollo de las personas, proporcionando la base para la descripción de las características ambientales que apoyando o dificultando el intento de tratar de controlar situaciones nuevas que facilitan la libre determinación y el bienestar, se defiende, que son innatas y universales y que su satisfacción resulta relevante para la salud y el bienestar, mientras que su frustración promueve patologías psicológicas y síntomas de malestar (Ryan & Deci, 2000). De lado contrario, se describe la frustración de las necesidades psicológicas básicas que se define como la sensación que perciben las personas cuando estas son obstaculizadas por otras personas. Lo cual, es el mecanismo que vincula las dimensiones negativas del entorno social con los índices del funcionamiento comprometido y las enfermedades (Bartholomew et al. 2011).

Con todo lo anterior se definen los tres factores de la satisfacción de NPB: autonomía, refiere en darle dirección a las propias acciones, conductas y sentimientos, competencia, se refiere el sentido de efectividad, dominio y eficacia; y la relación, se refiere a sentirse interrelacionado con otros de forma significativa, por el contrario, la frustración de NPB: autonomía, implica sentirse controlado a través de presiones autoimpuestas o forzadas desde el exterior., competencia implica sentimientos de fracaso y duda sobre sus propias capacidades, por último, la relación, implica sentimientos de soledad y aislamiento social. (Ryan & Deci 2017).

Para medir el bienestar psicológico eudaimónico se han utilizado diferentes constructos como la vitalidad subjetiva, mediante la escala de vitalidad (SVS; Ryan & Frederick, 1997); siendo esta, utilizada en el contexto mexicano (Tristán et al. 2021; Vergara-Torres et al. 2020). Así mismo, el disfrute mediante el instrumento de satisfacción en el deporte (SSI; Duda & Nicholls, 1992) utilizado en el contexto mexicano por (Gutiérrez et al. 2019; Mosqueda et al. 2019). La felicidad auténtica, mediante el Inventario de Felicidad Auténtica (AHI, Shepherd et al. 2015) en el contexto mexicano (López-Walle et al. 2020). Recientemente, el bienestar eudaimónico en el deporte ha sido evaluado mediante la Escala de Bienestar Eudaimónico en el Deporte (EWBSS, Kouali et al. 2020), sin embargo, no se cuenta con la versión al castellano en el contexto mexicano.

Considerando la importancia del bienestar subjetivo y de contar con instrumentos válidos y fiables, el objetivo de esta investigación ha sido validar la Escala de Bienestar Eudaimónico en el Deporte (EWBSS)



Para evaluar la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas se utilizó el Cuestionario de Satisfacción de Necesidades Psicológicas Básicas en el Deporte (The Basic Needs Satisfaction in Sport Scale, BNSSS, Ng et al., 2011), basado en la versión traducida/adaptada al contexto mexicano (Pineda-Espejel et al. 2019). El cuestionario consta de 20 ítems para medir el nivel de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en el deporte, a través de cinco factores: satisfacción de necesidad de autonomía (10 ítems), locus percibido de causalidad interno (IPLOC 3 ítems), volición (3 ítems), capacidad de elección (4 ítems), satisfacción de necesidad de competencia (5 ítems), y satisfacción de necesidad de relación (5 ítems). Para responder al cuestionario se presentó a los participantes el siguiente enunciado: "En mi deporte yo...", para el cual los deportistas contestaron en una escala tipo Likert que oscila desde "Totalmente en desacuerdo" (1) hasta "Totalmente de acuerdo" (5). A continuación, se presentan ejemplos de ítems de los 3 factores utilizados en este estudio: satisfacción de la necesidad de autonomía; "En mi deporte siento que estoy persiguiendo mis propias metas (ítem 4)"; satisfacción de la necesidad de competencia, "Puedo superar los retos en mi deporte (ítem 2)"; y satisfacción de la necesidad de relación, "En mi deporte tengo una relación cercana con otras personas (ítem 6)". Este cuestionario presenta adecuadas propiedades psicométricas en diferentes estudios (Gené & Latinjak, 2014; Pineda-Espejel et al. 2019).

Para evaluar la frustración de las necesidades psicológicas básicas se utilizó la Escala de Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas (Psychological Need Thwarting Scale, PNTS, Bartholomew et al. 2010), traducida/adaptada al contexto mexicano (Cantú-Berrueto, 2013). El cuestionario consta de 12 ítems divididos en tres factores: frustración de la necesidad de autonomía (4 ítems), frustración de la necesidad de competencia (4 ítems), y frustración de la necesidad de relación (4 ítems). Para responder al cuestionario se presentó a los participantes el siguiente enunciado: "En mi deporte yo...", para el cual los deportistas contestaron en una escala tipo Likert que oscila desde "Totalmente en desacuerdo" (1) hasta "Totalmente de acuerdo" (5). A continuación, se presentan ejemplos de ítems de los tres factores: frustración de la necesidad de autonomía, "Hay situaciones en mi deporte que me hacen sentir ineficaz (ítem 2)"; frustración de la necesidad de competencia, "En mi deporte hay situaciones que me hacen sentir incapaz (ítem 9)"; y frustración de la necesidad de relación, "Me siento obligado a cumplir con las decisiones de entrenamiento que se toman para mi deporte (ítem 5)". Este cuestionario presenta adecuadas propiedades psicométricas en diferentes estudios (Castillo-Jiménez, 2018; Hancox et al. 2017).

Análisis de datos

En el Estudio 1, Se llevaron a cabo los siguientes análisis mediante los paquetes estadísticos SPSS (versión 22) y el JASP v. 0.14. Se utilizaron descriptivos de tendencia central (media), dispersión (desviación típica y rango) y distribución (asimetría y curtosis). El análisis de fiabilidad se realizó mediante la consistencia interna de Alfa de Cronbach (α) y coeficiente Omega de McDonald (ω) (Hayes & Coutts, 2020).

El análisis factorial confirmatorio, fue evaluado a través de los índices de ajuste absoluto, e incremental. Para el índice de ajuste absoluto se utilizó el índice de la chi-cuadrado (Chi squared χ^2 /gl) grados de libertad, la radio entre χ^2 /gl, considerando este último con valores por debajo de 5 como un ajuste adecuado del modelo factorial (Wheaton et al., 1997). Se analizó el Índice de Bondad del Ajuste (Goodness of Fit Index, GFI, Maiti & Mukherjee 1990) demuestra que esta medida es una transformación monótona del estadístico Chi-cuadrado, su valor está comprendido entre 0 y 1, indicando este último un ajuste perfecto, un ajuste aceptable tendría un índice próximo a .90 (Jöreskog & Sörbom, 1990). El índice de la raíz cuadrada media del error de la aproximación (Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA), es representativo de la bondad del ajuste que podría esperarse si el modelo fuera estimado con la población y no solo con la muestra extraída de la estimación, la evaluación de su magnitud es subjetiva, considerándose que un valor menor de 0.05 es indicativo de un buen ajuste; valores entorno al 0.08 es un error razonable de aproximación a la población, y valores superiores a 0.1 son indicativo de una mala aproximación (Browne & Cudeck , 1993). Para la medida de ajuste incremental, se utilizó el índice de ajuste normalizado (Normed Fit Index, NFI) que mide la reducción proporcional en la función del ajuste cuando pasamos del modelo nulo al propuesto, los valores de este índice varían entre 0 y 1, considerándose aceptables valores superiores a 0.90. Asimismo, se utilizó el Índice de ajuste no normalizado (Non Normed Fit Index, NNFI), el cual es un índice que supera las limitaciones del índice de ajuste normalizado al considerar los grados de libertad del modelo propuesto y nulo estando, por lo tanto, muy débilmente relacionado con el tamaño muestral. El rango de ambos índices (NFI y NNFI) varían entre 0 y 1, siendo recomendables valores superiores a 0.90 (Byrne, 1998; Levy & Varela, 2006). Por último, se



utilizó el índice de ajuste comparativo (Comparative Fit Index, CFI), el cual oscila entre 0, para un modelo mal ajustado, y 1, para un modelo bien ajustado, valores superiores o iguales a .90 se consideran adecuados (Browne & Cudeck, 1993).

En el estudio 2, se realizaron los análisis de fiabilidad, validez discriminante y convergente. Se evaluó mediante coeficiente de correlación de Pearson entre los cinco ítems del cuestionario (validez discriminante); y para la validez convergente, también se utilizó la correlación de Pearson entre el bienestar eudaimónico y la satisfacción/frustración de las necesidades psicológicas básicas, tanto evaluadas en su conjunto (con el promedio de las tres necesidades) como de forma separada (autonomía, competencia y relación).

La validez predictiva se evaluó mediante tres análisis de regresión múltiple, en los tres modelos del bienestar eudaimónico fue la variable dependiente, en el primer modelo, las variables predictivas (independientes) fueron la satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas, medidas en su conjunto; el segundo modelo, se evaluó, mediante las variables predictivas las cuales fueron la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas; (Autonomía, competencia y relación) mientras que, en el tercer modelo, fueron la frustración tres de las necesidades psicológicas básicas (Autonomía, competencia y relación).

Resultados

Resultados en el Estudio 1

Estadísticos descriptivos

Primeramente, para evaluar la validez de facie se revisó la claridad del formato, constatando que era claro, entendible y razonable, lo que respalda la pertinencia y validez de facie del instrumento EWBS, los 5 reactivos que componen el instrumento (EWBS) son suficientes, adecuados y cumple con el propósito del instrumento.

En la Tabla 1 se muestran los estadísticos descriptivos de los ítems que conforman el EWBS, que evalúa la percepción del bienestar eudaimónico que genera el entrenador. Se observa que la asimetría y la curtosis, se encuentra en rangos no normales, desde - 0.92 a 4.72. La media de los ítems oscila entre 4.49 (ítem 1, "Como atleta siento que sigo aprendiendo más sobre mí") y 4.35 (ítems 2, "Tengo un sentido de dirección en el deporte"). La fiabilidad fue adecuada mediante los dos métodos, al ser evaluada con el Alfa de Cronbach ($\alpha = .87$) y con el coeficiente Omega de McDonalds ($\omega = .87$).

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de los ítems del Cuestionario de Bienestar Eudaimónico

	Ítems	Saturación factorial	M	DT	As	k
Bienestar Eudaimónico (B)	1. Como atleta siento que sigo aprendiendo más sobre mí.	.80	4.49	.71	-1.75	4.72
	2.-Tengo un sentido de dirección en el deporte.	.80	4.35	.69	-0.92	1.08
	3. Mis objetivos en el deporte fueron fuentes de satisfacción	.89	4.44	.64	-1.05	1.84
	4. En general me siento positivo conmigo mismo como atleta.	.87	4.48	.68	-1.27	1.99
	5. Me gusta la mayoría de los aspectos de mí mismo.	.84	4.37	.71	-1.02	1.20

En la Tabla 2 se muestran las saturaciones factoriales estandarizadas de los ítems por factor del EWBS.

Tabla 2. Saturaciones factoriales estandarizadas del EWBS

Ítems	Bienestar eudaimónico
1	.49
2	.53
3	.51
4	.56
5	.57

Nota. Todas las saturaciones factoriales son estadísticamente significativamente ($p < .001$).

Análisis Factorial Confirmatorio

Los resultados obtenidos en los índices de bondad de ajuste absoluto no se reflejan de manera adecuada, el índice de la chi-cuadrado (χ^2 2) grados de libertad, la radio entre χ^2 /gl no alcanzo el criterio de corte (χ^2 2 = 41.53, gl = 5, χ^2 /gl = 8.3), y el RMSEA = .14. De forma contraria y favorable, el GFI de .99 demuestra un ajuste aceptable. Los índices de ajuste incremental fueron adecuados, NFI = .99, NNFI = .98, y CFI = .99.

Resultados en el Estudio 2

Estadísticos descriptivos

En la Tabla 3 se muestran los estadísticos descriptivos de los ítems que conforman el EWBSS. Se observa que la asimetría y la curtosis se encuentra en rangos no normales, desde -0.93 a 3.13. La media de los ítems oscila entre 4.47 (ítem 1, "Como atleta siento que sigo aprendiendo más sobre mí") y 4.26 (ítem 2, "Tengo un sentido de dirección en el deporte"). La fiabilidad fue adecuada, al ser evaluada mediante el Alfa de Cronbach (α = .90) y el coeficiente Omega de McDonalds (ω = .90).

Tabla 3. Estadísticos descriptivos de los ítems del Cuestionario de Bienestar Eudaimónico (EWBSS)

	Ítems	Saturación factorial	M	DT	As	k
Bienestar Eudaimónico (B)	1. Como atleta siento que sigo aprendiendo más sobre mí.	.89	4.47	.68	-1.40	3.13
	2.-Tengo un sentido de dirección en el deporte.	.90	4.26	.73	-0.71	.36
	3. Mis objetivos en el deporte fueron fuentes de satisfacción	.87	4.39	.67	-.93	1.28
	4. En general me siento positivo conmigo mismo como atleta.	.92	4.41	.68	-1.07	1.48
	5. Me gusta la mayoría de los aspectos de mí mismo.	.84	4.31	.74	-.94	.96

Validez discriminante y convergente

Con el objetivo de proporcionar más evidencia de la validez del EWBSS, se evaluó la validez discriminante y convergente a través de coeficientes de correlación de Pearson. Para la validez discriminante del EWBSS, la correlación entre los cinco ítems fue positiva y significativa tanto en el Estudio 1 ($r = .47$ a $.71$, $p < .001$) como en el Estudio 2 ($r = .59$ a $.77$, $p < .001$).

Para evaluar la validez convergente de EWBSS se asociaron la variable del bienestar eudaimónico (promedio de los 5 ítems que componen la EWBSS) con la satisfacción y frustración de las necesidades de autonomía, competencia y relación, tanto en su conjunto como por separado. En la Tabla 3, se observa que el bienestar eudaimónico se relaciona positiva y significativamente con la satisfacción de la necesidad de autonomía, competencia y relación, como en el promedio de estas (SNPB). De forma contraria, en sentido negativo se relaciona con la frustración de las necesidades psicológicas, tanto en su conjunto (FNPB) como por separado.

Tabla 4. Correlaciones bivariadas entre variables

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. BEUD	---							
2. SNPB	.61**	---						
3. SNA	.55**	.83**	---					
4. SNC	.57**	.81**	.56**	---				
5. SNR	.47**	.79**	.57**	.52**	---			
6. FNPB	-.25**	-.27**	-.36**	-.26**	-.24**	---		
7. FNA	-.21	-.26**	-.33**	-.27	-.20**	.90**	---	
8. FNR	-.23**	-.23**	-.32**	-.23	-.26**	.92**	.77**	---
9. FNC	-.23**	-.25	-.32**	-.21**	-.22**	.90**	.70**	.73**

Nota. ** $p < .01$; * $p < .05$. BEUD = bienestar eudaimónico, SNPB =satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, SNA = satisfacción de necesidad de autonomía, SNC= satisfacción de necesidad de competencia, SNR = satisfacción de necesidad de relación, FNPB = frustración de las necesidades psicológicas básicas, FNA = frustración de necesidad de autonomía, FNR = frustración de necesidad de relación, FNC = frustración de necesidad de competencia.

Validez predictiva

Para evaluar la validez predictiva la Escala de Bienestar Eudaimónico en el Deporte (*Eudaimonic Well-being in Sport Scale*, EWBSS, Kouali et al., 2020), se realizaron tres análisis de regresión lineal múltiple



para determinar los efectos del bienestar eudaimónico con la satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas y con la satisfacción/frustración de la necesidad de autonomía, competencia y relación.

Los resultados de la primera regresión, indicando con ello que el bienestar eudaimónico predice positivamente la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas ($\beta = .58, p < .0001$) y negativamente la frustración de las necesidades psicológicas básicas ($\beta = -.08, p < .04$). La ΔR^2 indicó que el 38.1 % de la varianza en el bienestar eudaimónico se relaciona con una de las dos variables predictoras. En la segunda regresión, los análisis sugieren que el bienestar eudaimónico de los deportistas presentan una mayor influencia, en la satisfacción de la necesidad de autonomía ($\beta = .29, p < 0.001$), satisfacción de competencia ($\beta = .34, p < 0.001$), no así con la satisfacción de necesidad de relación ($\beta = .14, p < 0.009$). La ΔR^2 indicó que el 41.3 % de la varianza en el bienestar eudaimónico se relaciona con dos de las tres variables predictoras. En la tercera regresión, no se confirman la predicción con ninguna de las tres necesidades frustradas.

Tabla 5. Validez predictiva del EWBS en relación a las necesidades psicológicas básicas en el deporte.

Variable	B	B 95 % CI	β	t	ΔR^2
Bienestar Eudaimónico					
SNPB	.84	.72 < > .96	.58	13.34***	38.1
FNPB	-.08	-.16 < > -.00	-2.04	-2.07	
Bienestar Eudaimónico					
SNA	.37	.21 < > .50	.29	4.92***	41.3
SNC	.34	.24 < > .45	.34	6.48***	
SNR	.14	.03 < > .25	.14	2.51	
Bienestar Eudaimónico					
FNA	-.03	-.04 < > .18	-.03	-0.39	.06
FNR	-.11	-.18 < > .05	-.13	-1.45	
FNC	-.09	-.13 < > .06	-.11	-1.39	

Nota. BEUD = SNPB = satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, SNA = satisfacción de necesidad de autonomía, SNC = satisfacción de necesidad de competencia, SNR = satisfacción de necesidad de relación, FNPB = frustración de las necesidades psicológicas básicas, FNA = frustración de necesidad de autonomía, FNR = frustración de necesidad de relación, FNC = frustración de necesidad de competencia.

Discusión

Resulta necesario poner a prueba las propiedades psicométricas en diferentes contextos y en diversos deportes que nos permitan realizar estudios comparativos que analicen al bienestar eudaimónico. Es importante contar con un instrumento válido y confiable en una variedad de idiomas que permita a los investigadores evaluar las intervenciones destinadas a generar un mayor bienestar y una mejor salud en los deportistas. El EWBS originalmente fue desarrollado usando datos de deportistas competitivos y recreativos de London Canadá (Kouali et al. 2020).

Los resultados de este estudio demuestran adecuadas propiedades psicométricas del Eudaimonic Well-being in Sport Scale (Kouali et al. 2020) en deportistas mexicanos (EWBS-M). Hasta ahora, en México se ha evaluado el bienestar eudaimónico, a través de varios indicadores como la vitalidad subjetiva (Tristán et al. 2021; Vergara-Torres et al., 2020), disfrute (Gutiérrez-García et al. 2019; 2020; Mosqueda et al., 2019), felicidad auténtica (López-Walle et al., 2020), pero no se contaba con un instrumento que evalúe específicamente el bienestar eudaimónico, lo que resultará en otra alternativa de evaluación para entrenadores, psicólogos del deporte y comunidad de investigadores de México y del mundo hispano.

Estructura Factorial y Confiabilidad del EWBS

El primer paso en la validación del EWBS fue la evaluación de la estructura factorial y fiabilidad de la escala. Kouali et al. (2020) la demostró en un contexto de deporte juvenil (12-16 años) y en nuestro estudio también se demuestra en deportistas universitarios (18-25) y representativos de una entidad federativa (12-40). Además, en este estudio la fiabilidad fue evaluada tanto por el Alfa de Cronbachs (α), como por el coeficiente Omega de McDonalds (ω), este último, utilizado principalmente para escalas tipo Likert de máximo 5 puntos (Hayes & Coutts, 2020).

Validez discriminante convergente del EWBS

La validez discriminante del EWBS fue confirmada al asociarse positiva y significativamente todos los ítems que la componen, lo que nos demuestra un alto grado de relación entre los ítems que conforman



la escala. La evidencia de validez convergente se estableció a través de correlaciones positivas entre las puntuaciones del bienestar eudaimónico y la satisfacción (Tristán et al. 2019; Tristán et al. 2021) y de forma negativa y significativa con la frustración de las necesidades psicológicas básicas, por otro lado, de forma conjunta se relaciona positiva y significativa con la satisfacción de necesidad de autonomía, competencia y relación (Cruz-Palacios, 2016; Tristán et al. 2021). Por el contrario, las puntuaciones del bienestar eudaimónico se asociaron negativamente con la frustración de las necesidades psicológicas básicas de autonomía, relación y competencia (Bartholomew et al. 2011).

Validez predictiva del EWBSS

En la validez predictiva, las puntuaciones del bienestar eudaimónico surgieron como predictor positivo significativo de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y de manera separada con la necesidad de autonomía y competencia, no así con la satisfacción de necesidad de relación. En estudios anteriores donde se añade la relación directa entre la presentación de tareas resultaron ser significativas con la satisfacción autónoma, competencia y relación y a la vez con la satisfacción con la vida, esto debido a que los entrenadores brindan directrices y demostraciones claras durante la práctica, que los haga sentirse capaces y eficientes al realizar la tarea donde los una lazos de compañerismo y buena relación con el entrenador (Ramirez-Nava et al. 2023). se deben esforzar en la práctica con los deportistas, cuando se realicen demostraciones de las mismas, deben mencionar a los deportistas por su nombre, variar de manera conjunta el apoyo e involucrar a todos en las demostraciones (Garza-Adame, et al. 2017), así como también el bienestar eudaimónico de los deportistas no se relaciona significativamente con ninguna de las variables de frustración, pero si en la validez predictiva y convergente.

Estos hallazgos se basan en investigaciones previas (Kouali et al. 2020) que han identificado correlaciones del bienestar eudaimónico con las tres necesidades psicológicas básicas proporciona evidencia adicional para la validez de criterio del EWBSS. Es por esto la importancia de la relación del bienestar eudaimónico y la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas, lo que con lleva a vivir una vida buena con objetivos y resultados, mediante el desarrollo de virtudes, vitalidad y autoestima saludable que generen felicidad.

El principal interés de estudiar el bienestar psicológico de los deportistas, tal como ha sido formulado por la teoría de la autodeterminación (TAD), retomando los contextos sociales en los cuales se desenvuelven los individuos y atendiendo sus necesidades psicológicas básicas esto proporcionara un buen desarrollo óptimo (Ryan & Deci, 2000). Por consiguiente generar un entorno que satisfaga las tres necesidades psicológicas básicas de los participantes y poder determinar el grado de satisfacción, considerando estas necesidades como nutrimentos psicológicos innatos que son esenciales para el buen desarrollo psicológico, la integridad y el bienestar, como resultado se observa que la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas se relaciona positiva y significativamente con el bienestar eudaimónico (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2002). El fomentar las necesidades psicológicas básicas de autonomía y relación en los deportistas para que se sientan motivados y gustosos por la experiencia (Garza-Adame et al. 2017). Dándoles el poder de toma de decisiones dentro de su propia formación y socialización, crecimiento y desarrollo teniendo así una mejor adherencia a la práctica deportiva, reflejara el disfrute con respuestas positivas generando sentimientos como: placer, gusto, diversión y el bienestar psicológico (Mosqueda et al. 2019).

El enfoque eudaimónico enfatiza el bienestar psicológico sobre el bienestar subjetivo, y es adoptado por la SDT, a menudo estudia la vitalidad subjetiva (un sentimiento positivo de energía disponible para uno mismo) como un indicador de bienestar eudaimónico (Ryan & Frederick, 1997; Kouali et al. 2020; Chu, 2018). Que resulta de la satisfacción de la autonomía, la competencia y la relación (Ryan & Deci, 2001). Además, la vitalidad subjetiva está relacionada con la salud física (Ryan & Frederick, 1997; Kouali et al. 2020; Chu, 2018). Cuando los deportistas universitarios se sientan conectados y con fuertes vínculos sociales con sus entrenadores y compañeros de equipo principalmente porque sus necesidades psicológicas básicas fueron satisfechas (Garza-Adame et al. 2017).

El estudio también presenta algunas limitaciones es importante expresar que los grupos poblacionales de la muestra obtenida por tipos de deportes en ambos géneros difieren en tamaño, por lo tanto, sería conveniente realizar en investigaciones futuras muestras con tamaños homogéneos. Aunque en este es-

tudio se incluyó deportistas de varios (diez) deportes, en investigaciones futuras se debe continuar examinándola confiabilidad del EWBSS con una muestra más heterogénea de deportistas de elite mexicanos incluyendo varios estados, además de una gama más amplia de deportes individuales y de conjunto.

Conclusiones

Con base a los resultados obtenidos, la validación de la Escala de Bienestar Eudaimónico en el Deporte (EWBSS; Kouali et al., 2020) en una muestra de deportistas de diversas disciplinas ha permitido confirmar que el instrumento presenta adecuadas propiedades psicométricas. Los análisis realizados evidenciaron una estructura factorial coherente con el modelo teórico original, así como altos niveles de fiabilidad interna. Además, la escala mostró una buena validez convergente y discriminante, así como capacidad predictiva en relación con variables psicológicas relevantes en el contexto deportivo, como la motivación, el compromiso y el rendimiento percibido.

Por lo tanto, a diferencia de estudios previos que han evaluado el bienestar en el deporte utilizando un único diseño metodológico y poblaciones limitadas, esta investigación aporta una validación robusta de la Escala de Bienestar Eudaimónico en el contexto mexicano, utilizando dos enfoques de análisis complementarios. Se incorpora evidencia de validez incluyendo aspectos que no han sido explorados en investigaciones anteriores lo que fortalece el rigor y la aplicabilidad del instrumento.

De tal forma, que la percepción del bienestar y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en los deportistas está influida por diversos factores psicológicos. Se puede concluir que, cuando los atletas practican su disciplina deportiva motivados por la satisfacción intrínseca que esta les genera, tienden a experimentar un mayor bienestar y un mejor rendimiento (Vázquez-Zurita & López-Walle, 2019).

Para investigaciones futuras, sería pertinente explorar si el nivel de bienestar de los deportistas varía en función del tipo de deporte que practican, la etapa de la temporada competitiva en la que se encuentran, así como sus antecedentes culturales, lo que permitiría un abordaje más contextualizado y específico del bienestar en el ámbito deportivo.

Finalmente, esta investigación contribuye significativamente a la mejora en la medición del bienestar de los deportistas, ofreciendo a entrenadores y profesionales del deporte una herramienta útil para identificar posibles déficits en el bienestar y promover el desarrollo de las necesidades psicológicas básicas. Además, permite diseñar e implementar intervenciones más efectivas para el fortalecimiento del bienestar de los atletas y evaluar de forma más precisa las implicaciones de la labor del entrenador en dicho proceso.

Referencias

- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., Ryan, R., Bosch, J., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2011). Self-determination theory and diminished human functioning: The role of interpersonal control and psychological need thwarting. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(11), 1459-1473. <https://doi.org/10.1177/0146167211413125>
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2010). The Controlling Interpersonal Style in a Coaching Context: Development and Initial Validation of a Psychometric Scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31, 193-216. <https://doi.org/10.1123/jsep.32.2.193>
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1989). Single Sample Cross-Validation Indices for Covariance Structures. *Multivariate Behavioral Research*, 24 (4), 445-455. https://doi.org/10.1207/s15327906mbr2404_4
- Byrne, B. M. (1998). Structural equation modeling with LISREL, PRELIS, and SIMPLIS: Basic Concepts, applications and programming. En N. J. Mahwah & E. Lawrence (Eds.), *Behavioral Sciences, Mathematics & Statistics, Social Sciences*, 3, 827-830. <https://doi.org/10.4324/9780203774762>
- Cappell, J. C. (2015). *Aristóteles: Justinian y eudaimonía, una investigación sobre ética neoaristotélica* [Tesis Doctoral]. Universidad Autónoma de Barcelona.
- Cantú-Berrueto, A. (2013). *Validación de la Escala de Frustración de las Necesidades Básicas en el Deporte* [Tesis Maestría]. Universidad Autónoma de Nuevo León México]

- Cruz-Palacios, J. M. (2016). Feedback orientado al cambio de calidad, necesidades psicológicas básicas y bienestar en deportistas universitarios. [Tesis Doctoral]. Universidad Autónoma de Nuevo León México.
- Castillo-Jiménez, N. (2018). Climas empowering y disempowering, necesidades psicológicas, motivación, e intenciones futuras de participar en el fútbol [Tesis Doctoral]. Universidad Autónoma de Nuevo León México.
- Chu, T. L. (2018). The roles of coaches, peers, and parents in high school athletes motivational processes a mixed- methods study see discussions. [Doctoral dissertation, University of North Texas]. University of North Texas Libraries, UNT Digital Library. <https://digital.library.unt.edu/ark:/67531/metadc1248411/>
- Cudeck, R., & Browne, M. W. (1993). Alternative ways of assessing model fit. En K. A. Bollen & J. S. Long (Eds.), *Testing Structural Equation Models* (Vol. 154, pp. 1-9). Sage.
- Duda, J. L., & Nicholls, J. G. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 290-299. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.290>
- Garza-Adame, O., Tristán, J. L., Tomás, I., Hernández-Mendo, A., López-Walle, J.M. (2017). Presentation of tasks, satisfaction of basic psychological needs and well-being in university athletes. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 9(1), 13-20. <http://doi.org/10.1016/j.jbhsi.2017.06.003>
- Gené, P., & Latinjak, A. T. (2014). Relación entre necesidades básicas y autodeterminación en deportistas de élite. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(3), 49-56. <https://doi.org/10.4321/s1578-84232014000300006>
- González-Villalobos, J., & Marrero, R. (2017). Determinantes sociodemográficos y persona del bienestar subjetivo y psicológico en población mexicana. *Suma Psicológica*. 24, 59-66. <https://doi.org/10.1016/j.sumpsi.2017.01.002>
- Gutiérrez-García, P., Castillo- Jiménez, J., Ríos-Domínguez., González- Fiambres, R. A., Ramírez-Siqueiros, M. G., & López-Walle, J. M. (2020). Clima de empoderamiento, tipos de motivación, diversión y aburrimiento en jóvenes deportistas. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 12(2), 23-32. <http://revistas.unam.mx/index.php/jbhsi/article/view/76307>
- Gutiérrez-García, P., López-Walle, J. M., Tomás, I., Tristán, J. L., & Balaguer, I. (2019). Relación entre clima empowering y diversión en pitchers de béisbol: el papel mediador de la motivación autónoma. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(1), 166-177. <http://doi.org/10.6018/cpd.35308>
- Hancox, J. E., Quested, E., Ntoumanis, N., & Duda, J. L. (2017). Teacher-created social environment, basic psychological needs, and dancers' affective states during class: A diary study. *Personality and Individual Differences*, 115(1), 137-143. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.033>
- Hayes, A. F., & Coutts, J. J. (2020). Use omega rather than Cronbach's alpha for estimating reliability. *But. Communication Methods and Measures*, 14(1), 1-24. <https://doi.org/10.1080/19312458.2020.1718629>
- Hernández, R., Fernandez, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ta. Ed.). McGraw Hill.
- Jöreskog, F. G., & Sörbom, D. (1990). *SPSS Lisrel 7 and prelis, user s Guide and reference*. SPSS Inc.
- Kouali, D., Hall, C., & Pope, P. (2020). Measuring eudaimonic wellbeing in sport: Validation of the Eudaimonic Wellbeing in Sport Scale. *International Journal of Wellbeing*, 10(1), 93-106. <http://doi.org/10.5502/ijw.v10i1.776>
- Levy J. P., & Varela J. (2006). *Modelización con estructuras de covarianzas en ciencias sociales. Temas esenciales, avanzados y aportaciones especiales*. Editorial Netbiblo.
- López-Walle, J. M., Tristán, J. L., Tomás, I., Gallegos-Guajardo, J., Góngora, E., & Hernández-Pozo, M. R. (2020). Estrés percibido y felicidad auténtica a través del nivel de actividad física en jóvenes universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(2), 265-275. <http://doi.org/10.6018/cpd.358601>
- Maiti, S. S., & Mukherjee, B. N. (1990). A note on distributional properties of the Jöreskog-Sörbom fit indices. *Psychometrika*, 55(4), 721-726. <https://doi.org/10.1007/bf02294619>
- Mosqueda, S., López-Walle, J. M., Gutiérrez-García, P., García-Verazaluce, J., & Tristán J. L. (2019). Autonomous motivation as a mediator between an empowering climate and enjoyment in male volleyball players. *Sports*, 7, 153. <https://doi.org/10.3390/sports7060153>
- Ng, J. Y., Lonsdale, C., & Hodge, K. (2011). The Basic Needs Satisfaction in Sport Scale (BNSSS): instrument development and initial validity evidence. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(3), 257-264. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.10.006>

- Pineda-Espejel, H. A., López - Gaspar I., Guimaraes A. C., Martínez - Zavala S., Morquecho-Sanchez, R., Morales-Sánchez, V., & Dantas, E.H. (2019). Psychometric Properties of a Spanish Version of the Basic Needs Satisfaction in Sports Scale. *Frontiers in Psychology*, 10, 2816. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02816>
- Ramírez-Nava, R., Vergara Torrez, A.P., Ortiz-Rodriguez, V., López-Walle, J. M., Tristán, J. L. (2023). El rol de la presentación de las tareas sobre las necesidades psicológicas básicas y el bienestar en futbolistas universitarios. *Retos*, 50, 387-394. <https://doi.org/10.47197/retos.v50.99900>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *The American Psychologist*, 55(1), 68-78. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.1.68>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2002). Overview of Self-Determination Theory. An Organismic Dialectical Perspective. En E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of Self-Determination Research* (pp. 3-34). The University of Rochester Press. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7_5
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). Self-Determination Theory. Basic Psychological Needs in Motivation, Development and Wellness. The Guilford Press. <https://doi.org/10.7202/1041847ar>
- Ryan, R. M., & Frederick, C. M. (1997). On energy, personality and health: Subjective vitality as -a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65, 529-565. <https://doi.org/10.1167-6494.1997.tb00326.x>
- Ryan, R. M., Huta, V., & Deci, E. L. (2008). Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*, 9, 139-170. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9023-4>
- Shepherd, J., Oliver, M., & Schofield, G. (2015) Convergent validity and Test-Retest Reliability of the Authentic Happiness Inventory in Working Adults. *Social Indicator Research*, 124, 1049-1058. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0812-6>
- Tristán J. L., Ríos-Escobedo R. M., López-Walle J. M., Zamarripa J., Narváez M. A. & Alvarez O. (2021) Coaches' Corrective Feedback, Psychological Needs, and Subjective Vitality in Mexican Soccer Players. *Front. Psychol.* 11:631586. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.631586>
- Tristán, J.; Vergara-Torres, A.; Vanegas-Farfano, M.; Espino-Verdugo, F.; Medina-Corrales, M.; & Tomás, I. (2019). Presentación de las tareas proporcionado por el profesor, necesidades psicológicas y vitalidad subjetiva en alumnos de educación física. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(3), 190-204. <https://doi.org/10.6018/cpd.358561>
- Vázquez Zurita, A. C., & López Walle, J. M. (2019). Motivación extrínseca e intrínseca y satisfacción con la vida en deportistas universitarios. *Enseñanza E Investigación En Psicología*, 92-99. <https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/44>
- Vergara-Torres A.P., Tristán J. L., López-Walle J.M., González-Gallegos A., Pappous A., & Tomás I (2020) Students' Perceptions of Teachers' Corrective Feedback, Basic Psychological Needs and Subjective Vitality: A Multilevel Approach. *Front. Psychol.* 11:558-954. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.558954>
- Verkooijen, K.T., Van Hove, P., & Dik, G. (2012). Athletic Identity and Well-Being among Young Talented Athletes who Live at a Dutch Elite Sport Center. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24(1), 106-113. <https://doi.org/10.1080/10413200.2011.633153>
- Wheaton, B. (1997). The nature of chronic stress. En B. H. Gottlieb (Ed.), *Coping with chronic stress* (pp. 43-73). Plenum. https://doi.org/10.1007/978-1-4757-9862-3_2

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

Francisco Javier Coronel Pérez
Nallely Castillo-Jiménez
José L. Tristán Rodríguez
Jeanette M. López-Walle

Francisco.coronel@uadeo.mx
Nallely.castillo@uanl.edu.mx.
jose.tristanrr@uanl.edu.mx
jeanette.lopezwl@uanl.edu.mx

Autor
Autora
Autor
Autora

