

## Adaptación al español del cuestionario «Perfil de los Estados de Ánimo» en una muestra de deportistas

Elena M<sup>a</sup> Andrade Fernández, Constantino Arce Fernández y Gloria Seoane Pesqueira  
Universidad de Santiago de Compostela

El POMS es un cuestionario para la medida del estado de ánimo, con aplicaciones en diferentes ámbitos, particularmente en el entorno deportivo. En un trabajo preliminar (Arce, Andrade y Seoane, 2000), el POMS fue traducido al castellano y administrado a una muestra formada por 374 estudiantes. Teniendo en cuenta criterios tanto psicométricos como semánticos, algunos de los ítems de esa versión inicial tuvieron que ser reformulados y dos de ellos fueron eliminados. En el presente estudio se examinaron las propiedades psicométricas de la versión resultante, con 63 ítems, en una muestra de 216 deportistas. Mediante análisis de ítems y análisis factorial, el cuestionario fue reducido a 48 ítems, que abordan 6 estados de ánimo: Cólera, Depresión (estado deprimido), Tensión, Fatiga, Vigor y Amistad. Los coeficientes de consistencia interna de los factores oscilaron entre 0.76 (Amistad) y 0.91 (Cólera). Además, se han comparado las puntuaciones de deportistas con las obtenidas por una muestra de 268 estudiantes universitarios que no practicaban deporte. Se encontraron diferencias significativas entre deportistas y no-deportistas en Cólera, Tensión, Vigor y Amistad. Las diferencias observadas entre ambos grupos en Depresión no resultaron significativas. Ambos mostraron también puntuaciones similares en Fatiga.

*Adaptation of the Profile of Mood States into Spanish with a sample of athletes.* The POMS is a questionnaire for the measurement of moods, that has shown to be useful in different settings, particularly in sports. In a preliminary work (Arce, Andrade & Seoane, 2000) the POMS was translated into Spanish and administered to a 374 students' sample. Considering both psychometric and semantic criteria, some items had to be replaced and two of them were eliminated from the original scale. The present study examined the psychometric properties of the 63-item POMS version with a sample of 216 athletes. Using item and factor analyses the questionnaire was shortened to 48 items measuring six mood factors: Anger, Depression, Tension, Fatigue, Vigor, and Friendliness. Reliability coefficients (Cronbach's Alphas) for the factors ranged from .76 (Friendliness) to .91 (Anger). Besides, athletes' scores were compared with the scores obtained by a sample of 268 non-athletes. Significant differences were found between athletes and non-athletes on Anger, Tension, Vigor, and Friendliness. The observed differences between both samples on Depression were not significant. They also showed similar mean scores on Fatigue.

La búsqueda de evidencia empírica sobre la relación entre estado afectivo y comportamiento ha llevado al desarrollo de numerosas medidas del estado de ánimo subjetivo. Algunas de estas medidas han sido desarrolladas para evaluar el estado de ánimo atendiendo a una estructura general con dos dimensiones (estado de ánimo positivo y negativo), mientras que otras abordan múltiples estados específicos (Watson y Clark, 1994). El Perfil de los Estados de Ánimo, más conocido por sus siglas en inglés, POMS (*Profile of Mood States*), es una de las escalas pertenecientes a este segundo nivel de medición. En su forma original (McNair, Lorr y Droppleman, 1971), el POMS está compuesto

por 65 ítems, valorados mediante un formato tipo Likert, con 5 alternativas de respuesta. De él es posible obtener un índice general de alteración del estado de ánimo y siete medidas parciales, denominadas genéricamente: Tensión, Depresión (estado deprimido), Cólera, Vigor, Fatiga, Confusión y Amistad. Para su construcción, los autores llevaron a cabo seis estudios factoriales exploratorios sobre un total de 100 adjetivos. El componente denominado Amistad no aparecía como un factor independiente de modo consistente. Por este motivo, la versión más conocida del cuestionario ha quedado reducida a 58 ítems y se ha prescindido sistemáticamente de los adjetivos empleados para definir este séptimo estado de ánimo.

Aunque el POMS ha sido calificado como una escala redundante, parece ser un instrumento multidimensional, con elevada consistencia interna y con una estructura factorial relativamente estable (McNair et al., 1971; Spielberger, 1972; Weckowitz, 1978; Norcross, Guadagnoli y Prochaska, 1984; Reddon, Marceau y Holden, 1985; Boyle, 1987; Watson y Clark, 1997).

Inicialmente fue utilizado para evaluar los efectos de la psicoterapia y la medicación en pacientes psiquiátricos externos. No obstante, también fue probado con gran variedad de muestras no-psiquiátricas y se ha convertido en un instrumento muy popular en los estudios sobre deporte y ejercicio. La popularidad del POMS en el ámbito del deporte se debe al trabajo de William Morgan, quien describió el cuestionario como el mejor predictor del rendimiento deportivo (Morgan, 1980a) y lo empleó en las comparaciones habituales de deportistas frente a no-deportistas y deportistas de éxito frente a deportistas con menos éxito en los mismos deportes. Sus investigaciones llevaron a Morgan y colaboradores a identificar un patrón característico de las puntuaciones en el POMS para los deportistas (y en especial para los deportistas de élite), que fue denominado *Perfil Iceberg*. Estos sujetos puntuaban por debajo de la media poblacional en Tensión, Depresión, Cólera, Fatiga y Confusión, y por encima de la media poblacional en Vigor (Nagle, Morgan, Hellickson, Serfass y Alexander, 1975; Morgan y Johnson, 1977; Morgan y Pollock, 1977; Morgan y Johnson, 1978; Morgan, 1980a, 1980b). La disposición gráfica relativa de sus puntuaciones sugería la forma de un iceberg; de ahí su nombre.

Desde su introducción en el ámbito del deporte, en 1975, ha habido al menos 315 publicaciones relacionadas con el POMS (LeUnes, Hayward y Daiss, 1988; Snow y LeUnes, 1994; LeUnes y Burger, 1998; LeUnes, 2000). Se han empleado metodologías de investigación diferentes y se han evaluado sujetos con distintos niveles de habilidad y de diferentes edades. A pesar de la pluralidad de resultados, varios informes parecen coincidir en que los deportistas muestran típicamente un *perfil iceberg* en momentos previos a la competición, en particular cuando sus puntuaciones se contrastan con las normas derivadas de la población que no practica deporte (Vanden Auweele, DeCuyper, Van Mele y Rzenewnicki, 1993; Terry y Lane, 2000) y cuando se comparan deportistas con el mismo nivel de habilidad (Beddie, Terry y Lane, 2000). Su capacidad para discriminar entre deportistas de distinto nivel (por ejemplo, internacional frente a regional), así como la influencia del tipo de deporte, el protocolo de instrucciones utilizado, el momento de aplicación del cuestionario y la definición de rendimiento deportivo (ej.: superar un tiempo o una marca personal, frente a criterios más objetivos como ganar o ser seleccionado), están todavía por determinar (Terry, 1995; Beddie et al., 2000; Prapavessis, 2000). Los datos más concluyentes provienen de muestras que son comparables con las formadas por estudiantes universitarios estadounidenses en términos de edad y nivel educativo. Se recomienda precaución en la interpretación de los datos procedentes de otros contextos socio-culturales.

Con respecto a la adaptación del POMS al castellano, se ha llevado a cabo la traducción y la obtención de los baremos para la población de estudiantes valencianos (Balaguer, Fuentes, Meliá, García-Merita y Pérez, 1993; Balaguer, Fuentes, Meliá, García-Merita y Pons, 1994). No obstante, el trabajo sobre la equivalencia entre la versión en original en inglés y la versión en castellano es todavía limitado. Los autores realizaron un estudio preliminar (Arce, Andrade y Seoane, 2000), en el que el POMS fue traducido al castellano y aplicado a una muestra de 374 estudiantes universitarios. Se empleó la forma completa del cuestionario, con 65 ítems, que fueron sometidos a un proceso de doble traducción. En base a criterios tanto psicométricos como semánticos, la escala quedó reducida a 63 ítems, referidos a siete estados afectivos: Depresión, Tensión, Cólera, Vigor, Fatiga, Confusión y Amistad. Dos de los

adjetivos iniciales fueron eliminados y algunos de ellos tuvieron que ser reformulados, utilizando palabras o frases alternativas de acuerdo con su significado original (McNair et al., 1971).

En el presente trabajo se han analizado las propiedades psicométricas de esta versión en castellano, compuesta por 63 ítems, con una muestra de deportistas españoles. Posteriormente, se han comparado las puntuaciones de deportistas con las obtenidas por una muestra de 268 estudiantes universitarios que no practicaban deporte.

## Método

### *Muestra de sujetos*

Se aplicó el cuestionario a 216 deportistas, 108 de ellos eran hombres y 108 mujeres. Su edad estaba comprendida entre 17 y 28 años ( $M= 21.07$ ;  $DT= 2.07$ ) y la edad de inicio de su práctica deportiva se situaba en torno a los 8 años ( $M= 8.16$ ;  $DT= 3.23$ ). Pertenecían a diferentes modalidades deportivas, principalmente de tipo colectivo. La mayoría de ellos eran miembros de equipos que tomaban parte en competiciones regionales y nacionales.

### *Descripción del Instrumento*

El cuestionario utilizado en este estudio fue la traducción del POMS al castellano compuesta por 63 ítems, referidos a los siete estados habituales: Tensión, Depresión, Cólera, Vigor, Fatiga, Confusión y Amistad (Arce et al., 2000). La Tabla 1 muestra el número de ítems que representaban a cada estado, así como el orden en el que fueron presentados. Cada ítem era valorado siguiendo un formato tipo Likert, con 5 alternativas de respuesta, desde 0 (nada) hasta 4 (muchísimo). En una instrucción escrita en el cuestionario se indicaba a los sujetos que debían responder en términos de cómo se habían sentido *durante la última semana, incluyendo el día de hoy* (McNair et al., 1971, p. 5). Todos los ítems estaban formulados en la misma dirección, excepto *relajado* (relativo a Tensión) y *eficiente* (relativo a Confusión).

### *Procedimiento*

La prueba fue realizada en grupo, antes de una sesión de entrenamiento habitual y bajo la supervisión de un único investigador. Se informó a los deportistas de que su participación en el estudio era voluntaria y de que sus respuestas individuales al cuestionario serían tratadas confidencialmente. A pesar de que el cuestionario es prácticamente auto-administrable, se planificó su presentación, de modo que todos los sujetos recibieran las mismas instrucciones.

## Análisis de datos y resultados

### *Análisis de ítems y análisis factorial*

Las puntuaciones no correlacionaban significativamente ni con el sexo, ni con la edad de los sujetos.

Se realizó un análisis factorial exploratorio de las respuestas a los 63 ítems del cuestionario. Siguiendo el método de extracción de componentes principales y rotación ortogonal, se obtuvieron siete factores significativos, que explicaban el 55.9% de la varianza total. De esta solución cabe destacar que los componentes coincidían básicamente con los siete estados de ánimo que se preten-

dían evaluar, aunque fueron extraídos en distinto orden y algunos items aparecían en un factor diferente al que representaban en la escala original. En consecuencia, se procedió a la selección de items, eliminando aquellos que no mostraron los resultados esperados. De forma más específica, los criterios utilizados para su exclusión fueron los siguientes:

- Items que mostraron una relación significativa con un factor diferente al que por definición les correspondía e items cuya carga factorial era inferior a .40 en cualquiera de los factores: *aturdido, desorientado, confundido, eficiente* (que pertenecían a la subescala de Confusión), *engañado, rebelde* (Cólera), *libre de preocupaciones, alerta* (Vigor), *confiado, sensato* (Amistad), *inútil* (Depresión) y *desatento* (Fatiga).
- Los demás items empleados para evaluar Confusión, debido a que éstos aparecían en un factor compuesto por dos elementos correspondientes a los estados de Depresión y Fatiga, y sólo tres de los items que definían Confusión (*olvidado, indeciso e incapaz de concentrarme*).

De este modo, la versión del cuestionario quedaba reducida a 48 items, que fueron sometidos a un nuevo análisis factorial. En este caso se obtuvieron seis factores, que explicaban el 58% de la varianza. La Tabla 2 muestra la solución factorial rotada.

La fiabilidad total de la escala (calculada mediante el coeficiente Alpha de Cronbach) fue de 0.90. Los valores de consistencia interna para los factores se situaron entre 0.76 (Amistad) y 0.91 (Cólera). Estos coeficientes, junto con el valor de Alpha en caso de que el item fuese eliminado, también se presentan en la Tabla 2.

#### *Deportistas versus no-deportistas*

Las puntuaciones obtenidas por el grupo de deportistas en los seis factores fueron comparadas con las puntuaciones de una muestra formada por 268 estudiantes universitarios. La edad media del grupo de estudiantes era 20.38 (DT= 3.31) y su tiempo de práctica deportiva semanal era inferior a 3 horas, razón por la cual fueron considerados no-deportistas. El cuestionario fue aplicado a los estudiantes durante su horario oficial, antes del inicio de las clases de la mañana. Tanto el procedimiento de aplicación como el tipo de instrucciones fueron similares a los empleados con la muestra de deportistas. Como puede apreciarse en la Tabla 3, los resultados del ANOVA revelaron que existían diferencias significativas entre deportistas y no-deportistas en Cólera, Tensión, Vigor y Amistad. Las diferencias observadas en Depresión no resultaron estadísticamente significativas. Ambos grupos mostraron también puntuaciones medias similares en Fatiga.

Tabla 1  
Composición del cuestionario utilizado, con 63 items (Arce, Andrade y Seoane, 2000)

Estado	Ítems	Estado	Ítems
<b>Tensión</b> (8 items)	2. Tenso 10. Agitado 16. Con los nervios de punta 21. Relajado (-) 24. Intranquilo 25. Inquieto 32. Nervioso 39. Ansioso	<b>Vigor</b> (8 items)	7. Animado 15. Activo 19. Enérgico 36. Alegre 49. Aleta 54. Lleno de energía 58. Libre de preocupaciones 61. Vigoroso
<b>Depresión</b> (14 items)	5. Infeliz 9. Arrepentido por cosas hechas 14. Triste 18. Melancólico 20. Desesperanzado 30. Desanimado 33. Solo 34. Desdichado 42. Abatido 43. Desesperado 46. Desvalido 56. Inútil 59. Aterrorizado 60. Culpable	<b>Fatiga</b> (7 items)	4. Rendido 11. Desatento 27. Fatigado 38. Exhausto 44. Débil 47. Cansado 63. Agotado
<b>Cólera</b> (12 items)	3. Enfadado 12. Malhumorado 17. Irritable 22. Rencoroso 29. Molesto 31. Resentido 37. Con rabia 40. Agresivo 45. Rebelde 50. Enfadado 51. Furioso 55. De mal genio	<b>Confusión</b> (7 items)	8. Confundido 26. Incapaz de concentrarme 35. Aturdido 48. Desorientado 52. Eficiente (-) 57. Olvidadizo 62. Indeciso
		<b>Amistad</b> (7 items)	1. Amistoso 6. Sensato 13. Considerado (con los demás) 23. Comprensivo 28. Servicial 41. Amable 53. Confiado

## Discusión

Este estudio presenta el análisis del POMS con una muestra de deportistas españoles. Se ofrece una versión reducida del cuestionario, con 48 ítems. La estructura factorial resultante está compuesta por seis de los siete componentes teóricos, cuatro de ellos negativos (Depresión, Tensión, Cólera y Fatiga) y dos positivos (Vigor y Amistad). Cada uno de estos factores de estado de ánimo aparece definido por al menos cinco ítems. Ello ha producido una forma más depurada del cuestionario, con aceptable consistencia

interna en todos los factores y buena consistencia interna para el total de la escala ( $\alpha = .90$ ).

De la estructura factorial conviene resaltar la obtención del componente denominado Amistad. Aunque son escasos los estudios con la versión completa del POMS en inglés, existen precedentes (Norcross et al., 1984) que informan de la existencia de un factor Amistad en varias muestras evaluadas de forma independiente.

El estado de Confusión, sin embargo, no emerge como un factor claramente definido. Un resultado similar fue encontrado por

*Tabla 2*  
Solución factorial y fiabilidad, obtenidas con una muestra formada por 216 deportistas

Factor	Alpha	Ítem	Carga	Alpha si se elimina el ítem
<b>Cólera</b> (10 ítems)	0.914	12. Malhumorado	0.799	0.9000
		55. De mal genio	0.780	0.9005
		3. Enfadado	0.757	0.9033
		51. Furioso	0.733	0.9017
		40. Agresivo	0.716	0.9041
		17. Irritable	0.695	0.9049
		29. Molesto	0.648	0.9049
		37. Con rabia	0.642	0.9054
		31. Resentido	0.588	0.9092
		22. Rencoroso	0.415	0.9182
<b>Depresión</b> (13 ítems)	0.9076	14. Triste	0.679	0.8963
		34. Desdichado	0.683	0.8991
		33. Solo	0.683	0.9069
		5. Infeliz	0.668	0.8986
		20. Desesperanzado	0.648	0.8970
		43. Desesperado	0.641	0.8966
		18. Melancólico	0.605	0.9055
		42. Abatido	0.584	0.8991
		46. Desvalido	0.557	0.9000
		9. Arrepentido	0.542	0.9058
		30. Desanimado	0.535	0.8964
		59. Aterrorizado	0.496	0.9031
		60. Culpable	0.463	0.9031
<b>Tensión</b> (8 ítems)	0.7935	32. Nervioso	0.761	0.7335
		24. Intranquilo	0.758	0.7387
		25. Inquieto	0.756	0.7365
		16. Con los nervios...	0.656	0.7411
		2. Tenso	0.652	0.7541
		10. Agitado	0.649	0.7533
		21. Relajado	-0.550	0.8827
		39. Ansioso	0.485	0.7652
<b>Fatiga</b> (6 ítems)	0.8848	47. Cansado	0.875	0.8464
		63. Agotado	0.873	0.8425
		27. Fatigado	0.839	0.8505
		38. Exhausto	0.711	0.8726
		4. Rendido	0.669	0.8776
		44. Débil	0.513	0.8929
<b>Vigor</b> (6 ítems)	0.8499	19. Enérgico	0.806	0.8150
		54. Lleno de energía	0.763	0.8107
		61. Vigoroso	0.711	0.8350
		7. Animado	0.661	0.8273
		15. Activo	0.646	0.8295
		36. Alegre	0.574	0.8315
<b>Amistad</b> (5 ítems)	0.7593	13. Considerado	0.788	0.6894
		41. Amable	0.737	0.6767
		23. Comprensivo	0.687	0.7200
		28. Servicial	0.678	0.7252
		1. Amistoso	0.498	0.7609

Wald y Mellenbergh (1990) en su análisis psicométrico de la traducción del cuestionario al holandés. Los ítems empleados para evaluar Confusión tienden a combinarse con ítems que representan a otras dimensiones negativas del estado de ánimo, como Depresión o Fatiga. Por otra parte, la considerable redundancia del cuestionario y la necesidad de economía en la evaluación también han llevado a sugerir el desarrollo de versiones abreviadas y con un número menor de componentes (Shacham, 1983; Norcross et al., 1984; Reddon et al., 1985; Grove y Prapavessis, 1992; Watson y Clark, 1997).

En cuanto a la comparación de deportistas frente a no-deportistas, se ha comprobado que los valores medios de ambos grupos fueron significativamente distintos en cuatro de los factores del POMS: Cólera, Tensión, Vigor y Amistad. El grupo de deportistas mostraba puntuaciones inferiores en Cólera y Tensión, y superiores en Vigor y Amistad. No obstante, los datos de la muestra de deportistas en los estados de Fatiga y Depresión no fueron coherentes con el perfil de puntuaciones esperado (Morgan, 1980a). Una posible explicación de este resultado es que la aplicación del cues-

tionario a algunos de los sujetos de la muestra tuvo lugar en los meses de mayor carga de entrenamiento. A partir de investigaciones más recientes, Morgan y colaboradores también han señalado que se puede producir un aumento considerable de las puntuaciones en Fatiga y disminuciones en Vigor, así como incrementos notables en Depresión al final de los períodos de entrenamiento más intenso (Morgan, Brown, Raglin, O'Connor y Ellickson, 1987; Morgan, Costill, Flynn, Raglin y O'Connor, 1988).

Por último, aunque una revisión más exhaustiva sobre el desarrollo y aplicaciones del POMS excede los objetivos de este trabajo, es importante comentar dos aspectos:

1. El POMS comparte con otras escalas diseñadas para evaluar múltiples dimensiones del estado de ánimo, la medición de los estados básicos de Tensión, Depresión y Cólera, además de incorporar algún indicador de ánimo positivo (Watson y Clark, 1997). No obstante, parece necesario un mayor consenso en la evaluación de estados como Amistad y Confusión (específico de esta escala), particularmente en el ámbito del deporte.

2. Tal como se apuntaba en el apartado de introducción, quedan todavía importantes cuestiones por resolver acerca de la utilidad del POMS en este ámbito, sobre todo en lo que a su valor predictivo se refiere: la capacidad para discriminar entre deportistas de distinto nivel, el tipo de deporte analizado, la definición (objetiva o subjetiva) de rendimiento deportivo, el tipo de instrucciones y el momento de aplicación del cuestionario (Terry, 1995; Beddie et al., 2000; Prapavessis, 2000). Son aspectos que también deben tenerse en cuenta en la adaptación de la escala.

En consecuencia, el presente trabajo no pretende ser más que un paso intermedio dentro de este complicado proceso de adaptación. La prueba del POMS con grupos más amplios y heterogéneos de deportistas debería ser el objeto de posteriores estudios, así como la elaboración de tablas de datos normativos específicos para este tipo de población.

Factor	DEPORTISTAS		NO-DEPORTISTAS		F (prob.)
	M	DT	M	DT	
Cólera	6.44	6.30	8.35	6.49	10.65v (p<.001)
Depresión	11.12	9.72	12.57	10.70	2.37 (p>.124)
Tensión	10.00	7.04	12.51	7.59	13.97 (p<.0001)
Fatiga	9.07	5.34	9.03	5.26	0.008 (p>.928)
Vigor	14.38	4.50	12.71	4.58	16.24 (p<.0001)
Amistad	12.47	2.96	11.06	3.17	25.07 (p<.0001)

## Referencias

- Albrecht, R.R. y Ewing, S.J. (1989). Standardizing the administration of the Profile of Mood States (POMS): Development of alternative word lists. *Journal of Personality Assessment*, 53, 31-39.
- Arce, C., Andrade, E.M. y Seoane, G. (2000). Problemas semánticos en la adaptación del POMS al castellano. *Psicothema*, 12 (Supl. N° 2), 47-51.
- Balaguer, I., Fuentes, I., Meliá, J.L., García-Merita, M.L. y Pérez Recio, G. (1993). El Perfil de los Estados de Ánimo (POMS): Baremo para estudiantes valencianos y su aplicación en el contexto deportivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 4, 39-52.
- Balaguer, I., Fuentes, I., Meliá, J.L., García-Merita, M. y Pons, D. (1994). Adaptación del Perfil de Estados de Ánimo (POMS) a una muestra de estudiantes valencianos. Trabajo presentado al IV Congreso de Evaluación Psicológica. Santiago de Compostela.
- Beedie, C.J., Terry, P.C. y Lane, A.M. (2000). The Profile of Mood States and athletic performance: Two meta-analyses. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 49-68.
- Boyle, G. (1987). Quantitative and qualitative intersections between the Eight State Questionnaire and the Profile of Mood States. *Educational and Psychological Measurement*, 47, 437-443.
- Grove, J.R. y Prapavessis, H. (1992). Preliminary evidence for the reliability and validity of an abbreviated Profile of Mood States. *International Journal of Sport Psychology*, 23, 93-109.
- LeUnes, A. (2000). Updated Bibliography on the Profile of Mood States in Sport and Exercise Research. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 110-113.
- LeUnes, A. y Burger, J. (1998). Bibliography on the Profile of Mood States in Sport and Exercise Psychology Research, 1971-1998. *Journal of Sport Behavior*, 21, 53-70.
- LeUnes, A., Hayward, S.A. y Daiss, S. (1988). Annotated bibliography on the Profile of Mood States in sport, 1975-1988. *Journal of Sport Behavior*, 11, 213-239.
- McNair, D.M., Lorr, M. y Droppleman, L.F. (1971). *Manual for the Profile of Mood States*. San Diego, CA: Educational and Industrial Testing Service.
- Morgan, W.P. (1980a). Test of champions. *Psychology Today*, Julio, 92-99.
- Morgan, W.P. (1980b). The Trait Psychology Controversy. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 51, 50-76.
- Morgan, W.P., Brown, D.R., Raglin, J.S., O'Connor, P.J. y Ellickson, K.A. (1987). Psychological monitoring of overtraining and staleness. *British Journal of Sports Medicine*, 21, 107-114.
- Morgan, W.P., Costill, D.L., Flynn, M.G., Raglin, J.S. y O'Connor, P.J. (1988). Mood disturbance following increased training in swimmers. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 20, 408-414.
- Morgan, W.P. y Johnson, R.W. (1977). Psychologic characterization of the elite wrestler: A mental health model. *Medicine and Science in Sports*, 9, 55-56.
- Morgan, W.P. y Johnson, R.W. (1978). Personality characteristics of successful and unsuccessful oarsmen. *International Journal of Sport Psychology*, 9, 119-133.

- Morgan, W.P. y Pollock, M.L. (1977). Psychologic characterization of the elite distance runner. *Annals of the New York Academy of Science*, 301, 382-403.
- Nagle, F.J., Morgan, W.P., Hellickson, R.O., Serfass, R.C. y Alexander, J.F. (1975). Spotting success traits in Olympic contenders. *The Physician and Sports Medicine*, 18, 85-92.
- Norcross, J.C., Guadagnoli, E. y Prochaska, J.O. (1984). Factor structure of the Profile of Mood States (POMS): Two partial replications. *Journal of Clinical Psychology*, 40, 1.270-1.277.
- Prapavessis, H. (2000). The POMS and sports performance: A review. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 34-48.
- Reddon, J.R., Marceau, R. y Holden, R.R. (1985). A confirmatory evaluation of the Profile of Mood States: Convergent and discriminant item validity. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 7, 243-259.
- Schacham, S. (1983). A shortened version of the Profile of Mood States. *Journal of Personality Assessment*, 47, 305-306.
- Snow, A. y LeUnes, A. (1994). Characteristics of sports research using the Profile of Mood States. *Journal of Sport Behavior*, 17, 207-211.
- Spielberger, C.D. (1972). Profile of Mood States. *Professional Psychology*, 3, 387-388.
- Terry, P.C. (1995). The efficacy of mood state profiling with elite performers: A review and synthesis. *The Sport Psychologist*, 9, 309-324.
- Terry, P.C. y Lane, A.M. (2000). Normative values for the Profile of Mood States for use with athletic samples. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 93-109.
- Vanden Auweele, Y., De Cuyper, B., Van Mele, V. y Rzewnicki, R. (1993). Psychological characteristics and high-level performance: Research on elite athletes using the Profile of Mood States. En R.N. Singer, M. Murphey y L.K. Tennant (Eds.), *Handbook of Research on Sport Psychology* (pp. 262-265). Nueva York: MacMillan.
- Wald, F.D.M. y Mellenbergh, G.J. (1990). De verkorte versie van de Nederlandse vertaling van de Profile of Mood States (POMS). *Nederlands Tijdschrift voor de Psychologie*, 45, 86-90.
- Watson, D. y Clark, L.A. (1997). Measurement and mismeasurement of mood: Recurrent and emergent issues. *Journal of Personality Assessment*, 68, 267-296.
- Weckowicz, T. (1978). Review of the Profile of Mood States. En O.K. Burros (Ed.), *The eight mental measurement yearbook* (Vol. 1, pp. 1.018-1.019). Highland Park, NJ: Gryphon.