

## **Ansiedad precompetitiva y su influencia en aspectos psicológicos del rendimiento deportivo en jugadoras profesionales de fútbol**

**Lcdo. Angel Andrés Mediavilla Cahuasqui**

[aamediavillac@uce.edu.ec](mailto:aamediavillac@uce.edu.ec)

[angelandresm1982@gmail.com](mailto:angelandresm1982@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0003-3563-4313>

Facultad de Ciencias Psicológicas

Universidad Central del Ecuador

Quito - Ecuador

### **RESUMEN**

Este trabajo se desarrolló con el **Objetivo**: de determinar la correlación existente entre la ansiedad precompetitiva y los aspectos psicológicos relacionados con el rendimiento deportivo de las investigadas. **Materiales y métodos**: la investigación es de enfoque cuantitativo y nivel correlacional, de ahí que, para la recolección de datos se aplicaron los cuestionarios: CSAI 2, de Martens de 1977, para la Ansiedad Precompetitiva y CPRD de Gimeno y otros de 2007, para la variable de Aspectos Psicológicos relacionados con el Rendimiento Deportivo, con una muestra de 22 futbolistas profesionales de Quito, mismas que participan en el Campeonato Nacional de Superliga femenina, pertenecientes a las edades de entre 15 y 29 años. **Resultados**: el análisis de datos fue realizado a través de la correlación de Pearson(r) de 0.673, reveló la existencia de una correlación estadísticamente significativa entre el Factor FIE2 Influencia Evaluación y el Factor FCE1 Control de estrés. **Conclusión**: por lo que se puede firmar con un 99% de confianza, que en el ámbito de estudio porque el valor del sig (bilateral) es de 0.01, lo cual conlleva a concluir que, sí existe una correlación estadísticamente significativa entre estas variables psicológicas implícitas en este deporte, así como también con sus factores de los datos obtenidos.

**Palabras clave**: ansiedad; aspectos psicológicos; rendimiento deportivo; fútbol femenino.

## **Precompetitive anxiety and its influence on psychological aspects of sports performance in professional soccer players**

### **ABSTRACT**

This work was developed with the Objective: to determine the existing correlation between pre-competitive anxiety and the psychological aspects related to the sports performance of those investigated. Materials and methods: the research has a quantitative approach and a correlational level, hence, for data collection, the following questionnaires were applied: CSAI 2, by Martens of 1977, for Precompetitive Anxiety and CPRD by Gimeno and others of 2007, for the variable of Psychological Aspects related to Sports Performance, with a sample of 22 professional soccer players from Quito, who participate in the National Women's Super League Championship, ages between 15 and 29 years. Results: the data analysis was performed through the Pearson(r) correlation of 0.673, which revealed the existence of a statistically significant correlation between the FIE2 Evaluation Influence Factor and the FCE1 Stress Control Factor. Conclusion: it can be signed with 99% confidence, that in the field of study because the sig value (bilateral) is 0.01, which leads to the conclusion that there is a statistically significant correlation between these psychological variables. implicit in this sport, as well as with its factors of the data obtained.

**Keywords:** anxiety; psychological aspects; sports performance; women's football.

Artículo recibido: 05 febrero 2022

Aceptado para publicación: 28 febrero 2022

Correspondencia: [angelandresm1982@gmail.com](mailto:angelandresm1982@gmail.com)

Conflictos de Interés: Ninguna que declarar

## **1. INTRODUCCIÓN**

El fútbol femenino en el Ecuador ha pasado por algunos procesos de evolución y cambio, en lo que se refiere a la preparación física y técnica, esto se traduce principalmente en el interés que se va despertando en las deportistas de edades tempranas, por otro lado es importante mencionar que, en el transcurso del tiempo se ha enfrentado varias dificultades como: poca aceptación, limitada inversión, insuficientes espacios de preparación y competencia, entre otros; esta situación ha sido abordada por varios investigadores, entre los que se encuentra Gutierrez, (2015) como uno de los principales estudiosos. Como se sabe, lo que sucede a nivel organizativo, administrativo y social en los equipos deportivos, afecta significativamente en el estado emocional y consuetamente en el desempeño de los deportistas, estos y otros factores podrían estar desencadenando antes de los partidos cierto nivel de ansiedad precompetitiva, que podría estar afectando el rendimiento deportivo de las jugadoras de fútbol.

El desempeño deportivo, está relacionado con diferentes factores, entre los cuales se encuentran la edad, el nivel educativo, la experiencia deportiva y el estado emocional. Téngase en cuenta que, entre los principales elementos del estado emocional, está la ansiedad. Martens, Vealey y Burton (1990), afirman que la ansiedad, genera en los deportistas algunas manifestaciones somáticas como: tensión muscular, sensación de fatiga, irritabilidad, sequedad de boca, sensación de frío, entumecimiento de manos y pies, malestar estomacal, micción, distorsión visual, temblor, náuseas, vómitos, aumento de la presión arterial, frecuencia cardíaca acelerada, entre otros.

La ansiedad antes de una competencia de fútbol es un problema que afecta el rendimiento deportivo, debido a la secreción de adrenalina producida por este factor en situaciones de estrés, Guerra y otros (2017) debe ser oportunamente controlada, es decir, los equipos de fútbol tienen la responsabilidad de desarrollar acciones predeportivas efectivas para que los deportistas se encuentren en un adecuado estado emocional antes, durante y después de la competencia.

Asimismo, desde el ámbito cognitivo algunos de los efectos más comunes que puede producir la ansiedad en el contexto deportivo son: confusión, olvido, incapacidad para concentrarse y tomar decisiones. Estas manifestaciones están relacionadas con los componentes psicológicos y fisiológicos de los deportistas, mismos que, se manifiestan en cinco factores que corresponden a la ansiedad precompetitiva, a saber: síntomas

físicos, asociados con molestias digestivas y temblores; sentimientos de incapacidad, relacionados con sensación de no estar preparado y de que algo está mal; miedo al fracaso, es decir, a ser vencido, a retrasarse y a no cumplir con las expectativas previstas; ausencia de control, evidenciado en sentimientos de desgracia y de mala suerte; y, culpabilidad, manifestado en la posibilidad de dañar al oponente, jugar sucio y hacer trampas.

García y otros (2011), afirman que los deportistas generalmente están preocupados por evitar errores, jugar bien, rendir más que sus compañeros, ser bien evaluados por sus entrenadores y compañeras y, alcanzar sus expectativas deportivas; teniendo en cuenta que las referidas preocupaciones, pueden devenir de la ansiedad, por lo que constituye un factor psicológico preponderante, las futbolistas profesionales resultarían seriamente perjudicadas por sus efectos. Nótese que, la incapacidad de reconocer, manejar y direccionar el estado emocional también es consecuencia de factores personales y sociales, por lo que, una formación integral a nivel deportivo es de fundamental importancia.

El impacto que pudiera generar la ansiedad precompetitiva sobre los aspectos psicológicos en el rendimiento deportivo es fundamental, de manera que, debe ser abordado desde un punto de vista global (física, técnica, táctica y psicológica), para poder mejorar el rendimiento deportivo de las deportistas, de tal forma que se establezca esta relación y por ende una solución que derive en la mejor calidad de vida deportiva y psicológica de las mujeres que practican este deporte.

En forma general la ansiedad dentro del ámbito deportivo es abordada por varios investigadores expertos en la rama, es así que Gómez y otros (2016) realizaron un estudio en España con el objetivo de determinar los niveles de autoconfianza y su importancia en la autoestima del deportista, para ello se empleó el SCAI-2 como instrumento de evaluación, y los hallazgos encontrados fueron: que existen diferencias significativas entre el sexo de los participantes, ansiedad cognitiva, ansiedad somática, edad y años de práctica, con esta premisa, la necesidad de contar con un estudio que haga referencia a un grupo de fútbol profesional de mujeres en el país y concretamente en la ciudad de Quito-Ecuador, siendo de suma importancia considerar a este grupo humano que presenta características físicas y psicológicas diversas en cuanto a sexo se refiere y señalar que, es indispensable otorgar la importancia que tiene el fútbol femenino en el plano deportivo y

su afectación en varios factores psicológicos como la ansiedad precompetitiva y los aspectos psicológicos.

En el campo de investigaciones realizadas en el Ecuador, referimos el trabajo que evidencia Hierro (2003) con el tema: Ansiedad competitiva y técnicas de afrontamiento en 27 futbolistas profesionales de la Universidad Internacional del Ecuador, que evidencia una aplicación en nuestro medio y que utilizó el Inventario de Estado de Ansiedad Competitiva-2, se encontró que los participantes experimentaron un alto nivel de autoconfianza, y mayores niveles de ansiedad cognitiva que ansiedad somática.

El instrumento de CSAI-2 de Rainer Martens del año 1977, y algunas modificaciones en el transcurso de los años, si se encuentra validado en el contexto Ecuatoriano por Vaca y otros (2017) con el tema Ansiedad precompetitiva en karatecas de alto rendimiento, amateur y novatos, se aplicó el instrumento (CSAI-2) para determinar los niveles de ansiedad cognitiva, somática y de autoconfianza, que determinó diferencias significativas en ansiedad cognitiva, somática y autoconfianza.

Así también, en otra investigación relacionada con el tema: Ramos (2018) que tuvo como objetivo determinar, la relación existente entre la ansiedad precompetitiva y las características psicológicas relacionadas al rendimiento deportivo de los futbolistas de la máxima categoría, en el Club Deportivo Macará de la ciudad de Ambato-Ecuador, con una población de futbolistas profesionales varones, dando como resultado que existe una correlación pero que no es estadísticamente significativa.

Por otro lado, uno de los aspectos más importantes en el ámbito del deporte, el factor psicológico en el rendimiento deportivo y constatado en múltiples investigaciones, tanto en deportistas de élite, así como también en los que están en formación; es por eso que se considera mediador entre las capacidades físicas, técnicas y tácticas de los deportistas, por lo que la destreza psicológica de los deportistas determinará su funcionamiento deportivo resaltando el rendimiento deportivo Márquez y otros (2005). No solo es muy importante para deportistas profesionales o de alto nivel, sino también para deportistas jóvenes en entrenamiento, lo que ayudará a implementar programas de apoyo psicológico adecuados para cada caso. Por tanto, el conocimiento de las características psicológicas de los jóvenes deportistas es importante porque junto con los indicadores físicos y antropométricos, permiten a los entrenadores y cuerpo multidisciplinario individualizar y optimizar los procesos de entrenamiento.

En el campo de la investigación, tomamos en cuenta la realizada en Sevilla, España, y con el objetivo de analizar la influencia de la evaluación del rendimiento deportivo que, los jugadores de un equipo de fútbol realizan sobre sí mismos o sobre las evaluaciones realizadas externamente por otros, este estudio plantea la existencia de una influencia en el rendimiento deportivo y, en este caso, analiza cómo afecta, quiénes son los agentes influyentes y cuáles son las evaluaciones que determinan el impacto en el rendimiento del deportista. Para ello, se utiliza el Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD); este estudio revela que la influencia de la evaluación recae sobre diferentes variables psicológicas del deportista que según características personales, repercute positiva o negativamente sobre su rendimiento deportivo González y otros (2015), por ello puede existir una correlación entre algunos factores inmersos dentro los aspectos psicológicos relacionados con el rendimiento deportivo de las futbolista.

En Murcia-España se realizó un estudio con el objetivo determinar la eficacia de un programa de entrenamiento psicológico en equipos de fútbol femenino respecto a las características psicológicas relevantes para el rendimiento deportivo, y se utilizó el Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD), tomando medidas pre-post intervención Olmedilla y otros (2018), en esta investigación se justifica la posibilidad de mejorar el rendimiento deportivo, extrayendo datos útiles, como el instrumento de evaluación como el CPRD.

Esta investigación propone obtener información acerca de la correlación de la ansiedad precompetitiva y los aspectos psicológicos propios del rendimiento de las deportistas por medio de la aplicación del CSAI-2: Inventario de ansiedad precompetitiva, 2 y las características psicológicas relacionadas al rendimiento deportivo por medio del Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas al Rendimiento Deportivo (CPRD).

Por consiguiente, como lo menciona Dias y otros (2011) que las presiones y expectativas de un desempeño adecuado, la preparación del deportista, la relación con el entrenador, los problemas con personas significativas, el ambiente grupal, la competencia o partido, la evaluación social y la autoevaluación son las principales causas de la ansiedad en el entorno deportivo y en la competencia, lo que les asigna una vital importancia debido a que, son factores que determinarán si el rendimiento deportivo puede verse afectado por

circunstancias ajenas a él y lo que lleva a situar y centrar el interés de este estudio en el fútbol, considerando que, es uno de los deportes con mayor popularidad y práctica en el Ecuador y el mundo; se tomará en cuenta el ámbito local, la provincia de Pichincha, cantón Quito y en forma particular al grupo de futbolistas profesionales mujeres pertenecientes a un equipo deportivo de primera categoría, que participan en el Campeonato Nacional de fútbol femenino.

La relevancia social, proporcionará información con la población de fútbol profesional femenino, dado que, los estudios realizados actualmente centran su interés únicamente en la población masculina, este fenómeno no le es inherente únicamente al Ecuador, sino al mundo, de allí parte la necesidad de abordar a la ansiedad como una oportunidad de manejar esta energía en beneficio personal y colectivo como parte de un grupo humano deportivo, que comparte un objetivo en común.

La relevancia práctica, a través de esta investigación las jugadoras profesionales podrán conocer y desarrollar mecanismos de autocontrol, autoconfianza, y autoconocimiento entre otros aspectos psicológicos que les permita asumir su rol deportivo y profesional de manera más efectiva.

## **2. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS O MATERIALES Y MÉTODOS**

Esta investigación es de enfoque cuantitativo, proporcionará valores numéricos a los instrumentos, de diseño no experimental, de nivel descriptivo correlacional y transversal, asimismo, es de modalidad de campo, porque el investigador recurrió al contexto investigativo para la recolección de los datos, además, es bibliográfica, puesto que se sustenta en teorías y principios debidamente sistematizados mediante palabras claves: como rendimiento deportivo, fútbol femenino, ansiedad, aspectos psicológicos, también búsqueda en base de datos científicas , como por ejemplo: Refseek, Redalyc, Google académico, Scielo, se recolectarán alrededor de unos 20 artículos y se seleccionará con criterios de inclusión: que este en el contexto de fútbol femenino, de ansiedad y de aspectos psicológicos, y con el criterio de exclusión: que no cumplan un tiempo de vigencia, que no cumplan con la variable.

Es importante destacar que la viabilidad de la investigación en cuanto a talento humano, recursos tecnológicos, materiales, de infraestructura están determinados y bien estructurados con una planificación previa que surgen desde la implicación directa del investigador, el soporte científico del tutor, la interacción de las deportistas y la facilidad

del uso de espacios físicos que se frecuentarían para la ejecución de la presente investigación.

Se realizó un acercamiento con la Coordinadora y Gerente del equipo de futbolistas profesionales de Quito, manifestando la factibilidad en la ejecución y aplicación de los instrumentos, así también el reconocimiento de instrumentos, autocapacitación del manejo y aplicación. Para luego, elaborar los documentos digitales en drive y la herramienta Google forms, con link directo de llenado de información sociodemográfica y cuestionarios, esto acompañado de una charla, donde todas las participantes serán informadas sobre los objetivos de estudio, justificación, beneficios y de la absoluta confidencialidad de las respuestas, así como también del manejo de la información.

Por otro lado, la aplicación de los reactivos para la dos variables son: El Inventario de ansiedad precompetitiva 2 (CSAI-2) de Martens (1977), que es de naturaleza auto aplicada y tiene como propósito evaluar tres dimensiones presentes en la ejecución deportiva (ansiedad cognitiva, somática y autoconfianza), y lo podrán contestar por medio de su celular con un link para enviar la información en tiempo real, antes de un partido por el Campeonato Nacional de Fútbol Femenino con un tiempo aproximado de llenado de 4 minutos; y el otro es un Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas al Rendimiento Deportivo (CPRD) del autor (Gimeno et al., 2007), para evaluar los aspectos psicológicos luego de una competencia y que está compuesto por 55 ítems, distribuidos en cinco escalas: control del estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo, mismo que se realizará luego del partido con un tiempo de llenado aproximado de alrededor de 8 minutos, teniendo en cuenta que los dos instrumentos se encuentran validados y son ampliamente utilizados en investigaciones similares en el Ecuador.

Esta investigación se desarrollará en un equipo de fútbol profesional, mismo, que se encuentra ubicado en la Quito y representa a la provincia de Pichincha en el campeonato nacional de fútbol femenino Superliga Femenina, este equipo cuenta con 26 jugadoras de edades entre 15 y 29 años. En función de los criterios de inclusión aplicados, a saber: ser deportista titular del equipo y participar en los entrenamientos planificados en el período de investigación, y; de exclusión, jugadoras en estado de recuperación por lesiones y las que se negarán a participar en el proceso investigativo.

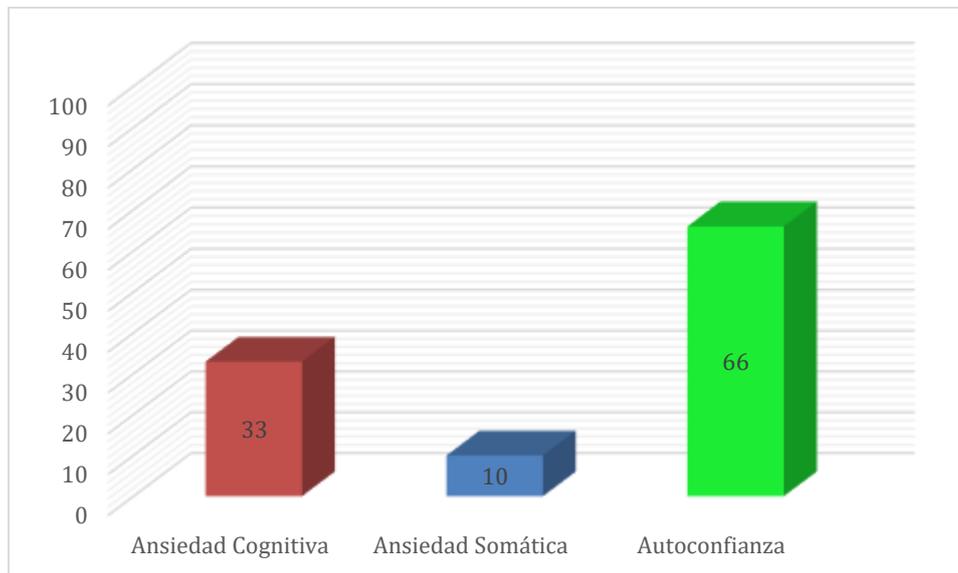
En la etapa de análisis de datos se elaborará el diseño de las diferentes tablas que, mostrarán la información de los datos sociodemográficos, se realizará un análisis univariado para obtener frecuencia, media y porcentaje, pero sobre todo en donde se definirá el método estadístico a través de la correlación de Pearson ( $r$ ), con el programa estadístico SPSS versión 28.0, con el objetivo de que brinde el grado de significancia de la correlación entre las variables de ansiedad precompetitiva y características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo.

### 3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### Datos descriptivos

#### Figura 1

#### *Nivel Ansiedad Precompetitiva*

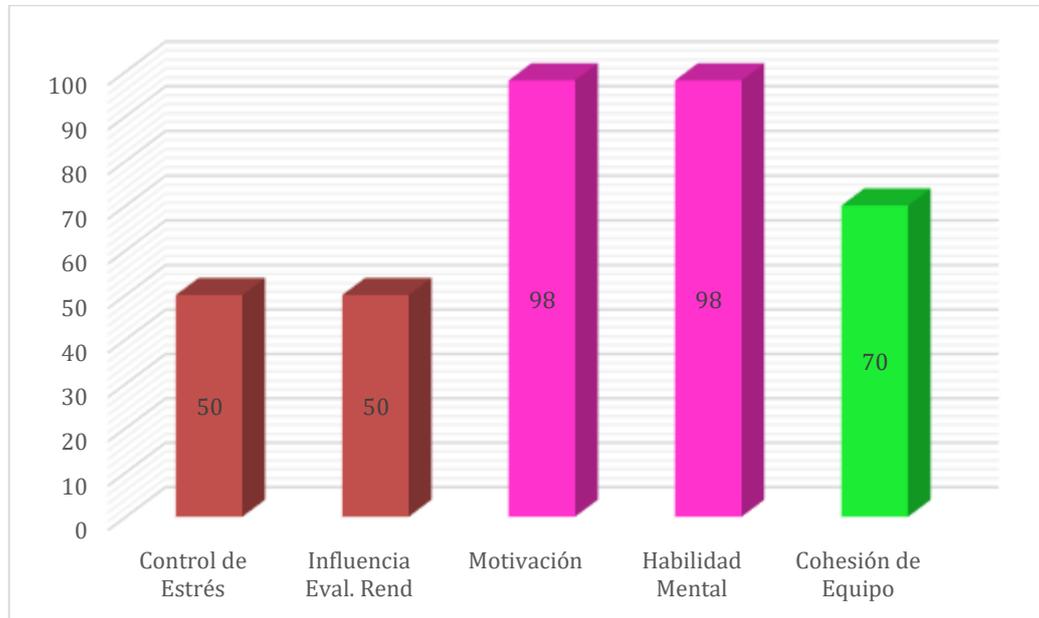


Fuente: Elaboración propia.

Según los resultados obtenidos la Ansiedad Cognitiva hay un porcentaje del 33% y que representa un nivel bajo de afectación en este factor, en la Ansiedad Somática hay un porcentaje del 10% y esto quiere decir que no hay afectación en este factor y en la Autoconfianza hay un porcentaje del 66% y que representa una moderada implicación positiva en este factor.

**Figura 2**

*Nivel Aspectos Psicológicos relacionados con el Rendimiento Deportivo*



Fuente: Elaboración propia.

De los resultados obtenidos se puede determinar que para el Control de Estrés hay un porcentaje del 50% y que representa un nivel medio en el control de este factor, en la Influencia de la Evaluación del Rendimiento hay un porcentaje del 50% y esto quiere decir que hay una afectación significativa de impacto en la evaluación de su rendimiento deportivo de las jugadoras en este factor, en la Motivación hay un porcentaje del 98% y que representa que existe una alta implicación positiva e interés en este deporte en este factor, en la Habilidad Mental hay un porcentaje del 90% y que representa una alta capacidad para poder manejar los aspectos psicológicos y en la Cohesión de Equipo hay un porcentaje del 70% que representa un moderada implicación del trabajo en equipo.

**Correlaciones**

**Figura 3**

*Correlación entre la Variable Ansiedad Precompetitiva y los Aspectos Psicológicos relacionados del Rendimiento Deportivo.*

		Correlaciones							
		FA1: Ansiedad Cognitiva	FA2: Ansiedad Somática	FA3: Autoconfianza	FCE1: Control de Estrés	FIE2: Influencia Evaluación	FM3: Motivación	FHM4: Habilidad Mental	FCE5: Cohesión Equipo
FA1: Ansiedad Cognitiva	Correlación de Pearson	1	.403	-.626**	-.480	.455	.054	.157	.189
	Sig. (bilateral)		.030	.002	.024	.033	.010	.400	.399
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
FA2: Ansiedad Somática	Correlación de Pearson	.463	1	-.262	.151	.087	-.047	-.206	.232
	Sig. (bilateral)	.030		.240	.003	.701	.835	.357	.298
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
FA3: Autoconfianza	Correlación de Pearson	-.626**	-.262	1	-.414	-.311	.209	.265	.058
	Sig. (bilateral)	.002	.240		.055	.158	.193	.233	.798
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
FCE1: Control de Estrés	Correlación de Pearson	.480	.151	-.414	1	.673**	.236	-.098	.227
	Sig. (bilateral)	.024	.503	.005		.001	.289	.664	.308
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
FIE2: Influencia Evaluación	Correlación de Pearson	.455	.087	-.311	.673**	1	.294	.077	.303
	Sig. (bilateral)	.033	.701	.158	.001		.184	.734	.170
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
FM3: Motivación	Correlación de Pearson	.054	-.047	.298	.236	.294	1	.451*	.531*
	Sig. (bilateral)	.010	.835	.193	.289	.184		.035	.011
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
FHM4: Habilidad Mental	Correlación de Pearson	.157	-.206	.265	-.098	.077	.451*	1	.274
	Sig. (bilateral)	.400	.357	.233	.664	.734	.035		.217
	N	22	22	22	22	22	22	22	22
FCE5: Cohesión Equipo	Correlación de Pearson	.189	.232	.058	.227	.303	.531*	.274	1
	Sig. (bilateral)	.399	.298	.798	.308	.170	.011	.217	
	N	22	22	22	22	22	22	22	22

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Fuente: Elaboración propia.

En primera instancia, se realizaron los análisis descriptivos de las variables ansiedad pre-competitiva y aspectos psicológicos relacionados con el rendimiento deportivo, para evaluar la diferencia entre las medias observadas en el grupo de estudio. Finalmente, para analizar la correlación entre ansiedad pre-competitiva y aspectos psicológicos relacionados con el rendimiento deportivo, tomando en cuenta nuestra hipótesis que se relacionan entre ellas, se realizaron análisis de correlaciones de Pearson (r), con el programa estadístico IBM SPSS versión 28.0.

Los resultados obtenidos muestran que, si existe una correlación estadísticamente significativa entre la variable de Ansiedad Precompetitiva y la variable de Aspectos Psicológicos relacionados con el Rendimiento Deportivo, obteniendo un nivel de significancia de 0.05 y 0.01, así también encontrando correlaciones negativas, pero destacando los factores que se correlacionan entre ellos de manera positiva. Se tomó como referencia a Fernández, Baptista y Hernández (2014) para la interpretación del coeficiente de correlaciones de Pearson (r).

### **Correlación positiva alta**

Entre el **Factor FIE2 Influencia Evaluación** y el **Factor FCE1 Control de estrés**, El valor del estadístico de Pearson ( $r$ ) es de 0.673, además esta correlación es estadísticamente **Muy Significativa**. Por lo que se puede firmar con un 99% de confianza, que en el ámbito de estudio porque el valor del sig (bilateral) es de 0.01 que se encuentra por debajo del 0.01 requerido.

### **Correlación positiva debil**

Entre el **Factor FA1 Ansiedad Cognitiva** y el **Factor FA2 Ansiedad Somática**, El valor del estadístico de Pearson ( $r$ ) es de 0.463, además esta correlación es **Significativa**. Por lo que se puede firmar con un 95% de confianza, que en el ámbito de estudio porque el valor del sig (bilateral) es de 0.030 que se encuentra por debajo del 0.05 requerido.

Entre el **Factor FCE1 Control de estrés** y el **Factor FA1 Ansiedad Cognitiva**, El valor del estadístico de Pearson ( $r$ ) es de 0.480, además esta correlación es **Significativa**. Por lo que se puede firmar con un 95% de confianza, que en el ámbito de estudio porque el valor del sig (bilateral) es de 0.024 que se encuentra por debajo del 0.05 requerido.

Entre el **Factor FIE2 Influencia Evaluación** y el **Factor FA1 Ansiedad Cognitiva**, El valor del estadístico de Pearson ( $r$ ) es de 0.455, además esta correlación es **Significativa**. Por lo que se puede firmar con un 95% de confianza, que en el ámbito de estudio porque el valor del sig (bilateral) es de 0.033 que se encuentra por debajo del 0.05 requerido.

Entre el **Factor FHM4 Habilidad Mental** y el **Factor FM3 Motivación**, El valor del estadístico de Pearson ( $r$ ) es de 0.451, además esta correlación es **Significativa**. Por lo que se puede firmar con un 95% de confianza, que en el ámbito de estudio porque el valor del sig (bilateral) es de 0.035 que se encuentra por debajo del 0.05 requerido.

Entre el **Factor FE5 Cohesión de Equipo** y el **Factor FM3 Motivación**, El valor del estadístico de Pearson ( $r$ ) es de 0.531, además esta correlación es **Significativa**. Por lo que se puede firmar con un 95% de confianza, que en el ámbito de estudio porque el valor del sig (bilateral) es de 0.011 que se encuentra por debajo del 0.05 requerido.

### **Discusión de resultados**

Los resultados más evidentes del presente estudio indican que, los resultados expuestos anteriormente responden al objetivo de la investigación y ponen de manifiesto la importancia de tomar a la Ansiedad Precompetitiva y los Aspectos Psicológicos relacionados al Rendimiento Deportivo en las futbolistas profesionales especial atención,

porque de eso dependería su rendimiento, así como se demuestra también en un estudio hecho con 49 futbolistas bolivianos Pacheco y Gómez (2005), después de la aplicación del CPRD, en la que manifiestan que las variables psicológicas si influyen en el rendimiento deportivo de los futbolistas, es por eso que en esta investigación, una de las puntuaciones más altas es en el factor 1: Ansiedad Cognitiva, de la variable de Ansiedad Precompetitiva, siendo así de muy importante dentro de este estudio.

Se ha llevado a cabo una revisión sistemática de la literatura en la que podemos ver claramente, de que, a pesar de ser un tema muy estudiado e investigado en la psicología del deporte, la actividad física y en las ciencias del rendimiento deportivo, hay pocos estudios al respecto con garantías científicas que sustenten esta temática y que se hayan publicado en revistas de alto impacto científico. Para nuestro análisis de la variable de Ansiedad Precompetitiva se utilizó el cuestionario CSAI 2 de Martens (1977) y para la variable de Aspectos Psicológicos relacionados con el Rendimiento Deportivo se lo hizo con el CPRD de Gimeno y otros (2007).

Uno de los estudios que más destacan, es de Campos y otros (2017) realizado a 100 futbolista en la que se evidencia que desarrollar la habilidad psicológica de control del estrés, previene alcanzar estados de ansiedad y como consecuencia, posibilita mantener elevada la autoconfianza

y una buena capacidad de atención-concentración durante la competición, por ello podríamos decir que menor es la tasa de abandono en el deporte, por lo que en esta variable sería acertado comentar que este test podría predecir el abandono o continuidad del deportista en el futuro.

En nuestra búsqueda por aclarar la correlación entre la ansiedad y los aspectos psicológicos relacionados con el rendimiento deportivo, encontramos diferentes puntos de vista sobre cómo son estas. Por un lado, existe la posibilidad de que la ansiedad como tal no sea siempre un aspecto debilitante del desempeño, sino que, por el contrario, en determinadas condiciones, puede incluso favorecer el desempeño. En la investigación realizada por Raglin y Turner (1993) estos autores realizaron un estudio descriptivo para comparar los dos modelos teóricos predominantes que relacionan ansiedad y en este caso el rendimiento. Estos modelos (la Teoría de la U Invertida, con sus respectivas revisiones, y la Zona de Funcionamiento Óptimo) sustentan diferentes premisas, ya que el primero afirma que puntajes altos o bajos en el nivel de excitación / ansiedad pueden afectar

negativamente el desempeño, y por el otro lado puntajes moderados, van a aumentar el rendimiento.

Por el volumen de trabajos realizados en este tema de estudio a nivel mundial, podemos decir que la ansiedad es un problema que afecta al rendimiento de los y las deportistas, pero también nos encontramos pues, que la relación entre ansiedad y rendimiento no está del todo clara, con dos marcos teóricos predominantes en los artículos (IZOF y U-Invertida), de los cuales no existen suficientes estudios, así como tampoco están claramente establecidas las relaciones que se establecen entre la ansiedad y el rendimiento (Núñez Prats y Garcia Mas, 2017).

Así también, Martens y otros (1990) sugirieron un mayor efecto de la ansiedad somática sobre el rendimiento deportivo cuando el acto de competencia está más cerca, alcanzando su punto más alto justo antes del inicio, que es precisamente el momento en el que se encuentran ambas formas de ansiedad en nuestro estudio. Estos autores también señalaron que los deportistas más jóvenes sufren un mayor aumento de la ansiedad somática, lo que también podría explicar que en nuestro estudio se obtuvieran puntuaciones más altas para esta variable situacional por tratarse de una muestra joven (edad media = 19,3 años).

En otro estudio podemos evidenciar otro factor muy importante que no lo habíamos tomado en cuenta en esta investigación y que es con el nivel académico de las y los deportistas, en el que se considera que los deportistas que tienen el nivel académico alto manifiestan una buena capacidad para poder controlar el estrés, para gestionar adecuadamente la evaluación que se hace de su ejecución deportiva, así también acompañada de una buena motivación (Olmedilla y otros , 2017).

Se pudo encontrar que, existe una 'correlación positiva alta' entre el Factor Influencia Evaluación y el Factor Control de estrés, así también existe 'correlaciones positivas débiles' entre el Factor Ansiedad Cognitiva y el Factor Ansiedad Somática, entre el Factor Control de estrés y el Factor Ansiedad Cognitiva, entre Factor Influencia Evaluación y el Factor Ansiedad Cognitiva, entre el Factor Habilidad Mental y el Factor Motivación, entre el Factor Cohesión de Equipo y el Factor Motivación.

En la línea de nuestra hipótesis, observamos que la Ansiedad precompetitiva y los factores psicológicos del rendimiento deportivo si se correlacionan, por lo tanto este estudio amplía la evidencia de la investigación con estos dos grandes aspectos tan importantes dentro de la psicología del deporte y la actividad física, cabe mencionar que el presente

estudio es uno de los pocos que demuestra un importancia entre estas dos variables de estudio ya que no se encontró uno igual a esta población y los objetivos planteados en relación con este objetivo. Así también, y de acuerdo como lo plantea Adle y otros (2008) en la que se menciona que estas variables podrían correlacionarse de manera sinérgica en la percepción de la exigencia de la competición así favoreciendo su percepción como un reto más, que como una amenaza.

#### **4. CONCLUSIÓN O CONSIDERACIONES FINALES**

Se afirma la hipótesis realizada y corroborada con los resultados demuestran que existe una correlación estadísticamente significativa entre La Ansiedad precompetitiva y los factores psicológicos relacionados con el rendimiento deportivo a través de sus factores.

Así también, se encontró que los niveles de Ansiedad Precompetitiva, antes de un partido de fútbol reflejan que la Ansiedad Cognitiva se presenta en un nivel bajo de afectación, en la Ansiedad Somática no hay afectación y en la Autoconfianza presenta una moderada implicación positiva. Por otro lado, se encontró que, los niveles de Aspectos Psicológicos relacionados con el Rendimiento Deportivo, luego de un partido de fútbol manifiestan que el Control de Estrés presenta un nivel medio en el control, en la Influencia de la Evaluación del Rendimiento existe una afectación significativa de impacto en la evaluación de su rendimiento deportivo de las jugadoras, en la Motivación existe una alta implicación positiva e interés en este deporte, en la Habilidad Mental existe una alta capacidad para poder manejar los aspectos psicológicos y en la Cohesión de Equipo presenta un moderada implicación del trabajo en equipo.

Esta investigación puede traer aportes prácticos tanto a los entrenadores y para los psicólogos deportivos, en el contexto del deporte, entrenamiento y la competición, ya que proporciona información sobre el comportamiento de algunas variables psicológicas, es más, se refuerza la utilidad de trabajar con cuestionarios como los aplicados en esta investigación para obtener información clara y que puede ser útil para fortalecer las habilidades psicológicas de las y los deportistas, así mismo determinar las áreas que se debería mejorar de manera individual y colectiva.

De tal manera, que podría contribuir a los y las deportistas a que posean una mayor predisposición para afrontar entrenamientos, prácticas, competiciones, desarrollando su autoeficacia y disminución de los factores de Ansiedad Precompetitiva y los Aspectos Psicológicos que están directamente relacionados con el Rendimiento Deportivo, por

medio de nuevas estrategias de afrontamiento en sus actividades individuales y grupales. indudablemente esto permitiría un enfoque más completo de los y las deportistas, los posibles cambios positivos en diferentes factores psicológicos, que no solo afectaría su desempeño deportivo, sino también su bienestar en varias áreas de la vida.

## RECOMENDACIONES

Se recomienda realizar un Plan de Entrenamiento Psicológico Deportivo para el equipo profesional de fútbol femenino, enfatizando en los factores psicológicos que en esta investigación dieron como resultado y evidenciaron que están bajos y se debe trabajar, con el objetivo de afianzar y mejorarlo para que puedan aportar para un mejor desempeño en el rendimiento deportivo del equipo profesional, tanto de manera individual, así como en equipo.

También es importante recomendar a todos los profesionales en el Deporte, la Psicología Deportiva e investigadores que es una gran oportunidad de realizar investigación en la población del sexo Femenino porque no hay muchos trabajos en el contexto Deportivo y más aún en el trabajo de la Psicología del Deporte y la Actividad Física dentro de un equipo Profesional de Fútbol Femenino.

## 5. LISTA DE REFERENCIAS

- Adle, J. W., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2008). Achievement goals, competition appraisals, and the psychological and emotional welfare of sport participants. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30(3), 302–322. <https://doi.org/10.1123/jsep.30.3.302>
- Campos, G. G., Valdivia-Moral, P., Zagalaz, J. C., Ortega, F. Z., & Romero-Ramos, O. (2017). Influence of stress control in the sports performance: Self-confidence, anxiety and concentration in athletes. *Retos*, 32, 3–6. [www.retos.org](http://www.retos.org)
- Dias, C., Cruz, J. F., & Fonseca, A. M. (2011). Ansiedad, percepción de amenaza y estrategias de afrontamiento en el deporte: Diferencias individuales en el rasgo de ansiedad. *Ansiedad y Estrés*, 2–14.
- García-Mas, A., Palou, P., Smith, R. E., Ponseti, X., Almeida, P., Lameiras, J., Jiménez, R., & Leiva, A. (2011). Ansiedad competitiva y clima motivacional en jóvenes futbolistas de competición, en relación con las habilidades y el rendimiento percibido por sus entrenadores. *Revista de Psicología Del Deporte*, 20(1), 197–207. <https://ddd.uab.cat/record/70232>

- Gimeno, F., Buceta, J. M., & Pérez-Llantada, M. C. (2007). Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: Evaluación mediante el cuestionario Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. *Psicothema*, 19(4), 667–672. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72719420.pdf>
- Gómez, R. P., Sánchez, J. C. J., Del Pilar Méndez-Sánchez, M., & Jaenes-Amarillo, P. (2016). El poder explicativo de la ansiedad en los estados de ánimo de deportistas españoles. *Retos*, 30, 207–210. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5529627>
- González Campos, G., Campos Mesa, M. del C., & Romero Granados, S. (2015). Análisis de la influencia de la evaluación del rendimiento en jugadores de un equipo de fútbol (Influence of the performance evaluation analysis of the football team players). *Retos*, 25(25), 85–89. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i25.34486>
- Guerra Santiesteban, J. R., Gutiérrez Cruz, M., Zavala Plaza, M., Singre Álvarez, J., Goosdenovich Campoverde, D., & Romero Frómeta, E. (2017). Relationship between anxiety and physical exercise. In *Revista Cubana de Investigaciones Biomedicas* (Vol. 36, Issue 2, pp. 169–177). <http://scielo.sld.cu>
- Gutierrez, M. C. (2015). *Representación de la mujer ecuatoriana en el ámbito deportivo : Mundial de fútbol femenino Canadá 2015* [Quito: USFQ, 2015]. <http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/5337>
- Hierro, F. J. P. del. (2003). Ansiedad competitiva y técnicas de afrontamiento en 27 futbolistas profesionales de la Universidad Internacional del Ecuador. *Universidad Internacional Del Ecuador*, 1, P1--34. <https://doi.org/10.16309/j.cnki.issn.1007-1776.2003.03.004>
- Márquez, S., Mahamud, J., & Tuero del Prado, C. (2005). Características psicológicas relacionadas con el rendimiento: comparación entre los requerimientos de los entrenadores y la percepción de los deportistas. *Revista de Psicología Del Deporte*, 14(2), 237–251. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235119230004.pdf>
- Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport / Rainer Martens, Robin S. Vealey, Damon Burton*. [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=MNldMfnlb0cC&oi=fnd&pg=PR7&dq=Martens,+R.,+Vealey,+R.+S.,+%26+Burton,+D.+\(1990\).+Competitive+anxiety+in+sport.+United+Stage,+Champaign,+IL:+Human+Kinetics.&ots=d28i](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=MNldMfnlb0cC&oi=fnd&pg=PR7&dq=Martens,+R.,+Vealey,+R.+S.,+%26+Burton,+D.+(1990).+Competitive+anxiety+in+sport.+United+Stage,+Champaign,+IL:+Human+Kinetics.&ots=d28i)

87Az-M&sig=-tsqfos2-NoqXFN4wDoko\_hAUFQ#v=onepage

- Martens, R. (1977). *Sport Competition Anxiety Test*. - *PsycNET* (A. P. Association (ed.)).  
<https://psycnet.apa.org/record/1980-51627-000>
- Núñez Prats, A., & Garcia Mas, A. (2017). Relación entre el rendimiento y la ansiedad en el deporte: una revisión sistemática. *RETOS. Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, 32, 172–177.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6352297>
- Olmedilla, A., García-Mas, A., & Ortega, E. (2017). Características psicológicas para el rendimiento deportivo en jóvenes jugadores de fútbol, rugby y baloncesto. *Acción Psicológica*, 14(1), 7–16. <https://doi.org/10.5944/ap.14.1.19249>
- Olmedilla, A., Sánchez-Aldeguer, M. F., Almansa, C. M., Gómez-Espejo, V., & Ortega, E. (2018). Entrenamiento psicológico y mejora de aspectos psicológicos relevantes para el rendimiento deportivo en jugadoras de fútbol. *Revista de Psicología Aplicada Al Deporte y El Ejercicio Físico*, 3(1), 1–11.  
<https://doi.org/10.5093/rpadef2018a2>
- Pacheco, M. P., y Gómez, J. (2005). CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS Y RENDIMIENTO DEPORTIVO. UN ESTUDIO EN JUGADORES BOLIVIANOS DE FÚTBOL PROFESIONAL. *Ajayu Órgano de Difusión Científica Del Departamento de Psicología UCBSA*, 3(2), 42–67.  
<http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2077-21612005000200003&scr>
- Raglin, J. S., & Turner, P. E. (1993). Anxiety and performance in track and field athletes: A comparison of the inverted-U hypothesis with zone of optimal function theory. *Personality and Individual Differences*, 14(1), 163–171.  
[https://doi.org/10.1016/0191-8869\(93\)90186-7](https://doi.org/10.1016/0191-8869(93)90186-7)
- Ramos, A. A. (2018). Influencia de la ansiedad en el rendimiento deportivo en futbolistas. *Apunts Medicina de l'Esport*, 41(152), 155–165. [https://doi.org/10.1016/S1886-6581\(06\)70028-7](https://doi.org/10.1016/S1886-6581(06)70028-7)
- Vaca García, M. R., Egas Romo, S. R., García Quiñonez, O. F., Feriz Otaño, L., & Rodríguez Torres, Á. F. (2017). Pre-competitive anxiety in high-performance, amateur and novice karate. *Revista Cubana de Investigaciones Biomedicas*, 36(2), 239–247.