

Ansiedad y su relación con la impulsividad en deportistas

Dayanna M Tipán Ortiz

dtipan4421@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-8519-3451>

Universidad Técnica de Ambato
Ambato – Ecuador

Alba Del Pilar Vargas Espín

adp.vargas@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-9999-0168>

Universidad Técnica de Ambato
Ambato - Ecuador

RESUMEN

La ansiedad es una respuesta emocional que se presenta mediante síntomas físicos o cognitivos, mientras que la impulsividad es una respuesta rápida ante una situación, ambas se encuentran presentes en la vida diaria y a su vez en el deporte, por lo cual el objetivo de esta investigación es identificar la relación entre la ansiedad e impulsividad en deportistas. La metodología es de tipo correlacional-descriptiva de corte transversal; la población estuvo conformada por 142 deportistas pertenecientes a una Liga Barrial de Quito- Ecuador, de entre 18 a 50 años; se utilizó el test de ansiedad precompetitiva de Martens (CSAI-2) y la escala de impulsividad de Barrat (BIS-11). Los resultados mostraron que existió relación entre las dimensiones de: ansiedad cognitiva ($Rho=0,286$, $p<0,001$), somática ($Rho=0,479$, $p<0,001$) y autoconfianza ($Rho= -0,372$, $p<0,001$) con la impulsividad, por lo que se puede concluir que los niveles de ansiedad tienden a subir junto con los niveles de impulsividad, mientras que si los deportistas presentan niveles altos de autoconfianza la impulsividad será menor.

Palabras clave: *ansiedad; conducta impulsiva; deporte; rendimiento deportivo; confianza.*

Correspondencia: dtipan4421@uta.edu.ec

Artículo recibido 20 noviembre 2022 Aceptado para publicación: 20 diciembre 2022

Conflictos de Interés: Ninguna que declarar

Todo el contenido de **Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar**, publicados en este sitio están disponibles bajo

Licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) 

Cómo citar: Tipán Ortiz, D. M., & Vargas Espín, A. D. P. (2022). Ansiedad y su relación con la impulsividad en deportistas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 8429-8441. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4010

Anxiety and its relation to impulsivity in athletes

ABSTRACT

Anxiety is an emotional response that is presented through physical or cognitive symptoms, while impulsivity is a quick response to a situation, both are present in daily life and in turn in sport, so the objective of this research is to identify the relationship between anxiety and impulsivity in athletes. The methodology is of a correlational-descriptive cross-sectional type; the population consisted of 142 athletes belonging to a neighborhood league in Quito, Ecuador, between 18 and 50 years of age; the Martens precompetitive anxiety test (CSAI-2) and the Barrat impulsivity scale (BIS-11) were used. The results showed that there was a relationship between the following dimensions: cognitive anxiety ($Rho=0.286$, $p<0.001$), somatic anxiety ($Rho=0.479$, $p<0.001$) and self-confidence ($Rho= -0.372$, $p<0.001$) with impulsivity, so it can be concluded that anxiety levels tend to rise along with impulsivity levels, while if athletes have high levels of self-confidence, impulsivity will be lower.

Keywords: *anxiety; impulsive behavior; sport; sport performance; confidence.*

INTRODUCCIÓN

Los problemas en salud mental han sido un tema de interés debido a la afectación que tiene el individuo dentro de sus áreas de desenvolvimiento; de acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud (2022), tras la pandemia los trastornos de ansiedad han aumentado un 25% a nivel mundial en adultos, la sintomatología que conlleva a un nivel de ansiedad ya sea leve, moderado o grave ha causado cambios significativos en las personas desde su desarrollo en ámbitos laborales, académicos y sociales hasta en actividades diarias y de ocio como lo son los deportes.

Tras una investigación de 20 años Martens (1990) mencionó que la ansiedad estaba presente e influía en las personas mientras realizan una actividad motora y se encuentran frente a una situación competitiva, por lo cual sería necesario evaluar en los individuos mediante escalas de ansiedad que puedan determinar el comportamiento y el estado de la persona ante el deporte competitivo, se tomó en cuenta una diferenciación entre: ansiedad estado y ansiedad rasgo; la primera indica una respuesta emocional causado por la tensión y aprensión; mientras que, la segunda como la percepción de una situación como amenazante y por consecuencia una respuesta motora. Por tanto, se identifica a la ansiedad como sentimientos de tensión y aprensión subjetivos, conscientes que son acompañados por una excitación del sistema nervioso autónomo (Spielberger, 1966); por otro lado, la ansiedad también es dividida en ansiedad somática y ansiedad cognitiva, dentro de la competencia deportiva, la ansiedad cognitiva está relacionada con la concentración y pensamientos ante el encuentro deportiva y la ansiedad somática es la presencia de síntomas corporales y la percepción de estos como sudoración, fatiga, aumento del ritmo cardíaco, entre otros (Cristobal et al., 2022).

La impulsividad es una respuesta rápida sin reflexión ante estímulos externos como internos a pesar de acarrear consecuencias negativas para sí mismo y terceras personas (Barrat, Stanford, Kent y Felthous, 1997). Los individuos con alta impulsividad a nivel conductual suelen tener una baja sensibilidad ante las consecuencias negativas de sus actos y a nivel social puede que la conducta impulsiva venga del ambiente familiar en el que se desarrolló, esta reacción rápida a su vez puede que tenga como objetivo obtener algo que se desea, aun así, las conductas impulsivas pueden ser riesgosas y traer problemas significativos para el individuo (Patton, Stanford & Barrat, 1995).

Los deportes en equipo suelen tener un tiempo reducido en el que se debe tomar una serie de decisiones para poder llegar a cumplir el objetivo en común que generalmente es obtener la ganancia del encuentro deportivo, dentro de este tiempo, los individuos experimentan una alta presión cognitiva desencadenando emociones y conductas (Castillo et al., 2018), es así que, la ansiedad competitiva e impulsividad, al ser dos aspectos relacionados para que se produzca una situación no deseada, durante los encuentros deportivos o al estar bajo la presión, ira y la frustración, los deportistas pueden reaccionar de manera inadecuada (Ortiz et al., 2022).

Por consiguiente, en esta investigación se busca identificar la relación entre la ansiedad e impulsividad en deportistas, así como medir los niveles de cada uno, además de comparar los niveles de impulsividad de acuerdo con el sexo.

METODOLOGÍA

Es una investigación de tipo no experimental porque no se manipulan las variables del estudio, con un nivel descriptivo correlacional ya que se busca relacionar los niveles de ansiedad e impulsividad de los deportistas de una liga deportiva barrial de Quito-Ecuador, de corte transversal porque la recolección de datos se realizó en un único momento.

El estudio está conformado por una muestra de 142 adultos, la edad entre 18 a 49 años con una media de edad ($X=26,9$). Los participantes están conformados por 71,8 % hombres y 28,2 % mujeres.

Para la investigación se utilizó el test de ansiedad de Martens (CSAI2) que consta de 27 ítems, las dimensiones que mide son la ansiedad cognitiva mediante los ítems (1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25), ansiedad somática (2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26) y autoconfianza (3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27), obteniendo una puntuación máxima de 108, tiene una escala de Likert de 0 a 4 y sus puntos de corte son de 0% a 33% para ansiedad baja, 34% a 66% para ansiedad media y 67% a 100% para ansiedad alta, este test tiene una confiabilidad de 0.83 y es aplicable a población que realiza deporte (Riquelme et al., 2020).

Para evaluar impulsividad, se utilizó la escala de impulsividad de Barrat que consta de 30 ítems y mide las dimensiones de Impulsividad: (1) cognitiva mediante los ítems (4,7,10,13,16,19,24, 27); (2) impulsividad motora (2,6,9,12,15,18,21,23,26, 29) e (3) impulsividad no planeada (1,3,5,8,11,14,17,20,25,28, 30), tiene una escala de Likert de 0 a 4 y la puntuación indica que de 70-75 para impulsividad patológica, 75 o más un probable trastorno de control de impulsos, tiene una confiabilidad de 0.8 y su punto de

corte medio para impulsividad cognitiva y motora es de 9.5; para impulsividad no planeada 14 (García, 2019). Para realizar la investigación se obtuvo los permisos institucionales y de los participantes; se usó la plataforma digital de Google Forms, en el que los participantes pudieron acceder al consentimiento informado y a las escalas que medían las variables. Finalmente, se usó el programa Jamovi en su versión 2.3.18, para el análisis de datos, empleándose las pruebas estadísticas necesarias para llegar al objetivo propuesto.

RESULTADOS

Los participantes los 142 participantes, se evidenció que 13.4% cuentan con menos de un año de experiencia en el deporte, de 1 a 3 años el 15.5%, de 3 a 6 años el 18.3%, mientras más de 6 años el 52%.

La Tabla 1. Muestra los resultados de los niveles de ansiedad de los deportistas, tanto para ansiedad somática, como para la cognitiva; así como para la autoconfianza.

Tabla 1. Niveles de ansiedad competitiva

Nivel	Ansiedad Somática	Ansiedad Cognitiva	Autoconfianza
Baja	100 (70.4 %)	51 (35.9 %)	3 (2.1 %)
Moderado	42 (29.6 %)	79 (55.6 %)	31 (21.8 %)
Alta	0 (0 %)	12(8.5 %)	108 (76.1 %)

En cuanto a los niveles de ansiedad competitiva se encontró que existe ansiedad somática baja el 70,4% y moderada 29,6%; en los niveles de ansiedad cognitiva se observó que el 35,9 % pertenece a la ansiedad cognitiva baja, 55,6% de ansiedad moderada y 8,5% de ansiedad alta, además de acuerdo con la autoconfianza los resultados arrojaron que el 2,1% tiene autoconfianza baja, 21,8 % autoconfianza moderada y 76,1% autoconfianza alta (tabla 1).

La Tabla 2. muestra los niveles de impulsividad en los deportistas.

Tabla 2.

Niveles de Impulsividad

Nivel de Impulsividad	Frecuencias	% del Total
Baja - Control en exceso	115	81.0%
Moderado o Normal	24	16.9%
Alta impulsividad	3	2.1%

En los niveles de impulsividad se encontró que el 81,0 % correspondiente a 115 de los participantes tienen baja impulsividad o mantienen el control en exceso, el 16,9% correspondiente a 24 de los participantes tienen impulsividad moderada o normal y el 2,1% de los participantes tienen alta impulsividad (tabla 2).

Para la comparación de la variable de impulsividad en cuanto al sexo y dado que se cumplieron los supuestos de normalidad y homogeneidad de varianzas, se reporta la tabla 3 y 4, en la que se evidencia las medias de puntuación y posterior la comparación entre las variables.

Tabla 3.

Impulsividad según el sexo

	Sexo	Puntuación Total de Impulsividad
Media	Hombre	41.8
	Mujer	43.2

Tabla 4

Prueba T para Muestras Independientes

		Estadístico	gl	p
Puntuación Total de Impulsividad	T de Student	-0.618	140	0.537

Se aplicó la prueba t de student encontrando que no existen diferencias estadísticas significativas entre las medias de hombres $M=41,8$ y mujeres $M=43,2$ ($t(140) = -0,618$ $p > 0,05$) (tabla 3).

Posterior a la aplicación de la prueba normalidad W de Shapiro-Wilk, y no cumplirse dicho supuesto, se realizó la prueba no paramétrica de correlación de rangos Rho de Spearman en la Tabla 5.

Tabla 5.***Correlación de ansiedad e impulsividad***

		Puntuación Ansiedad Somática	Puntuación Ansiedad Cognitiva	Puntuación de Autoconfianza
Puntuación Total de Impulsividad	Rho de Spearman	0.479	0.286	-0.372
	valor p	<.001	<.001	<.001

Se encontró con un 95% de confianza que existe una relación positiva leve entre Impulsividad y Ansiedad Somática ($Rho=0,479$, $p < 0,001$); entre la Impulsividad y Ansiedad Cognitiva ($Rho=0,286$, $p < 0,001$), mientras que entre Impulsividad y Autoconfianza existe una correlación negativa leve ($Rho = -0,372$, $p < 0,001$) (tabla 4).

DISCUSIÓN

En este estudio se identificó que el 55% de deportistas presentaban ansiedad cognitiva moderada, es decir que la población manifiestan pensamientos recurrentes que tiene que ver con la expectativa del éxito, estos resultados coinciden con el estudio realizado por Mayorga Lascano et al., (2020) quienes encontraron que un grupo de tenistas presentaban un nivel medio de ansiedad cognitiva; por el contrario Jaenes et al., (2012) reportaron que la ansiedad cognitiva en triatletas mostraban niveles muy bajos, esto puede ser porque la práctica en este deporte requiere una concentración personal, a

diferencia de los deportistas de este estudio quienes ejecutan deporte en equipo; en cuanto a la ansiedad somática, se identificó que la mayoría de la población presenta niveles bajos; es decir, tienen sintomatología física como sudoración y taquicardia leve; estos resultados contrastan con Riquelme et al., (2020) quienes en su estudio realizado con adolescentes atletas, identificó que la ansiedad somática estaba presente en mayor nivel, infiriendo que poseen tensión, sudoración, taquicardia, entre otros síntomas con mayor frecuencia, los niveles altos de ansiedad somática en atletas puede ser a que las demandas, rendimiento y responsabilidad recae sobre la persona, mientras que al ser en equipo el resultado del encuentro deportivo recae sobre todos los integrantes (Caicedo et al., 2017).

La población presentó niveles altos de autoconfianza, lo cual indica que existe seguridad, determinación y credulidad en sí mismos, estos resultados coinciden con el estudio de Sánchez & Yépez, (2021) en el que los deportistas presentan autoconfianza alta, explicado por una posible experiencia mediante la competencia con otros equipos nacionales e internacionales, además por la permanencia de años en los equipos; esto es similar a la población estudiada, pues el 52.8% tienen más 6 años de experiencia deportiva, teniendo de esta manera una adaptación a su medio deportivo. Otro estudio que asemeja resultados, es el realizado por Aldás et al., (2018) en futbolistas del Macara, donde se encontró que los niveles de autoconfianza eran altos; con esto se pudo identificar que tanto los deportistas profesionales como los que participan en ligas barriales pueden llegar a tener niveles altos de autoconfianza; otra investigación que concuerda con estos resultados es el de García Secades et al., (2014) quienes encontraron que la autoconfianza, la motivación y el apoyo social son factores que contrastan los efectos negativos en los deportistas aumentando la resiliencia y el nivel deportivo; es apoyado por Lima Costa, (2019) quien destaca que las personas que deciden iniciar deportes es la motivación y apoyo familiar, además de encontrar en el deporte una forma de mantenerse saludables y divertirse con familiares y amigos; de esta manera una alta autoconfianza vendría desde el ámbito familiar y como mencionan González Campos et al., (2015) en su revisión de estudios las personas que poseen un alto desenvolvimiento, rendimiento y nivel deportivo tienen mayor autoconfianza, esto puede ser porque los equipos de la liga barrial, tienen como integrantes a familiares y amigos que han jugado

juntos en otros espacios, no necesariamente competitivos, lo que haría que en ambiente deportivo sea crea confianza a través de la comunicación dentro del grupo.

En la población estudiada, no se presentaron niveles altos de impulsividad pero al ser un aspecto de la personalidad Castillo et al., (2018) indica que dentro de los encuentros deportivos en jugadores de futsal existe mayor niveles de impulsividad en jugadores ofensivos que defensivos, una de las razones podría ser que los jugadores ofensivos son los encargados de anotar goles, por ende tienen que reaccionar de manera rápida pero eficaz, ya que sobre ellos está la responsabilidad de dar la victoria al equipo por esta razón los jugadores ofensivos se encuentran presionados, tensionados y preocupados; mientras que, los deportistas defensivos se encargan de proteger la portería y dar asistencias, por otra parte Lopez et al., (2021) menciona que los árbitros quienes cumplen un rol de presidir el juego o actividad deportiva desde un punto de vista neutral y haciendo respetar reglamentos, también presentan niveles de impulsividad altos cuando se encuentran en una categoría baja, puede ser debido a que no tienen experiencia al dirigir los encuentros deportivos.

Con respecto a la impulsividad según el sexo, en este estudio no se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres en el deporte, esto difiere con el estudio realizado por Ibañez, (2014) quien menciona que la impulsividad en niveles altos está relacionado con el juego patológico (ludopatía) y es más frecuente en hombres, generalmente empieza en la adolescencia debido a que no pueden controlar sus conductas con el fin de obtener una recompensa rápida, al estar hablando de un juego de apuestas esta impulsividad sería por una recompensa, búsqueda de sensaciones y emociones a nivel personal que en hombres es más frecuente, por otra parte en los juegos físicos y en equipo la recompensa es grupal por lo cual tanto hombres y mujeres presentan niveles similares de impulsividad; como en el estudio de Flores et al., (2022) quienes encontraron que la impulsividad se presenta con mayor frecuencia en hombres debido a la búsqueda de sensaciones así como la incapacidad de pensar en las consecuencias de una acción y mantenerse concentrado en una actividad.

Dentro de un análisis global, los niveles de ansiedad somática y cognitiva tienen una relación directa y positiva con la impulsividad por lo cual los niveles de ansiedad aumentan o disminuyen conjuntamente, es decir, a mayor ansiedad sea somática o cognitiva, mayor será la impulsividad y viceversa; por otra parte la impulsividad tiene una

relación negativa e inversa con la autoconfianza, quiere decir que mientras la autoconfianza incrementa, la impulsividad tiende a bajar y viceversa; similar a lo hallado por Calle, (2021) en deportistas de alto rendimiento, encontró que la ansiedad cognitiva y somática tiene correlación positiva y la autoconfianza correlación negativa con la variable de evitación experiencial que es la liberación o evitación de sentimientos, pensamientos y sensaciones de una situación que causa malestar; al igual que el estudio realizado por Perez et al., (2021) manifestaron que futbolistas de iniciación presentan menores niveles de ansiedad cuando se encuentran mejor integrados al equipo; la impulsividad al ser una respuesta ante la ansiedad se encuentran relacionadas y sus niveles se disminuirán conjuntamente mientras exista con mayor frecuencia la integración, adaptación, motivación y autoconfianza, aumentando a su vez el rendimiento en el deporte.

CONCLUSIONES

La ansiedad tiene relación con la impulsividad; las dimensiones de ansiedad somática y cognitiva tienen a incrementar cuando los niveles de impulsividad también incrementan, lo contrario se reporta con a la autoconfianza, pues mientras esta incrementa la impulsividad disminuye; estos datos pueden abrir posibilidades para que próximas investigaciones e intervenciones sean relacionadas con el incremento de la autoconfianza previo a encuentros deportivos a fin que los resultados de impulsividad y ansiedad decrezcan y los deportistas puedan gestionar su accionar para un mejor resultado, tanto personal, como a nivel grupal en caso de deportes colectivos.

No se identificó ninguna diferencia entre la impulsividad con el sexo, sin embargo, existen pocos estudios al respecto, de esta manera la presente podría ser una puerta para que nuevos investigadores relacionen este tipo de variables en otros estudios además de incremento de nuevas aristas como personalidad.

Este estudio tiene como limitante el número de participantes, por lo que no se podría generalizar los resultados, por ello se recomendaría el incremento de población, así como en otros contextos como ligas profesionales de deportes; añadiendo variables relacionadas con lo social, familiar y educativo de los deportistas.

REFERENCIAS

- Aldás, A., Saltos, L., & Robayo, J. (2018). Influencia de la ansiedad en el rendimiento deportivo en futbolistas. *Revista Científica Ciencia y Tecnología*, 18(19), 181–189.
- Barratt, E. S., Stanford, M. S., Kent, T. A., & Felthous, A. (1997). Neuropsychological and cognitive psychophysiological substrates of impulsive aggression. *Biological Psychiatry*, 4, 1045-1061.
- Caicedo, E., Pereno, G., & De la Vega, R. (2017). Adaptación del inventario revisado de Ansiedad estado competitiva a población deportiva Argentina. *Interdisciplinaria. Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 34, 389–405.
- Calle, M. (2021). EVITACIÓN EXPERIENCIAL Y ANSIEDAD EN DEPORTISTAS DE ALTO RENDIMIENTO. *Mls Psychology Research*, 4, 21–35. <https://doi.org/10.33000/mlspr.v4i2.607>.EVITACI
- Castillo, A., Madinabeitia, I., Castillo, A., Cárdenas, D., & Alarcón, F. (2018). La impulsividad determina el rol desempeñado por los jugadores de fútbol. *Revista de Psicología Del Deporte/Journal of Sport Psychology*, 27, 181–188.
- Cristobal, M.-, Fernandes, B., Dos Santos, T. D., Onetti, W. O., & Rodriguez, A. C. (2022). Efecto de la experiencia del árbitro de fútbol en la competición deportiva. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 17(51), 41–51. <https://doi.org/10.12800/ccd.v17i51.1562>
- Flores, V., Ponce, Á. del R., Velastegui, D., & Vásquez de la Bandera, F. (2022). Impulsividad en base a estudio de género Estudio en población universitaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(2), 2959–2975. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i2.2065
- García, H. D. (2019). Impulsividad y agresividad en cadetes de policía. *Actualidades En Psicología*, 33(126), 17–31. <https://doi.org/10.15517/ap.v33i126.32472>
- García Secades, X., Molinero, O., Ruíz Barquín, R., Salguero, A., Vega, R. de la, & Márquez, S. (2014). La resiliencia en el deporte: fundamentos teóricos, instrumentos de evaluación y revisión de la literatura. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 14(3), 83–98. <https://doi.org/10.4321/s1578-84232014000300010>
- González Campos, G., Valdivia Moral, P., Zagalaz, M. L., & Romero, S. (2015). La autoconfianza y el control del estrés en futbolistas: Revisión de estudios. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 10(1), 95–101.
- Ibañez, Á. (2014). IMPULSIVIDAD, DIFERENCIAS DE GÉNERO Y PATOLOGÍA DUAL EN EL

- JUEGO PATOLÓGICO. *Revista de Patología Dual*, 1(2), 1–7.
<https://doi.org/10.17579/revpatdual.01.8>
- Jaenes, J. C., Peñaloza, R., Navarrete, K. G., & Bohórquez, R. (2012). Ansiedad y autoconfianza precompetitiva en triatletas. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 7(1), 113–124.
- Lima Costa, A. C. (2019). La Natación De Competición Y La Identidad Física Y Psicológica Del Nadador: Una Revisión Sistemática Narrativa a Natação De Competição E a Identidade Física E Psicológica Do Nadador: Uma Revisão Sistemática Narrativa the Competition Swimming and the Physi. *Periodicoscientificos.Ufmt.Br*, 23, 85–96.
<http://www.periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/articloe/view/9223>
- Lopez, J., Alonso, I., Onetti, W., & Castillo, A. (2021). Efecto de la competición sobre la impulsividad del árbitro de fútbol amateur. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(49), 519–528. <https://doi.org/10.12800/ccd.v16i49.1619>
- Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). Competitive anxiety in sport.
- Mayorga Lascano, P. M., Jaramillo, Á., & Moreta-Herrera, R. (2020). Ansiedad competitiva y autoeficacia en tenistas de alto rendimiento antes y después de una competencia. *Revista Guillermo de Ockham*, 18(1), 45–54.
<https://doi.org/10.21500/22563202.4526>
- Organización Panamericana de la salud. (2022). La pandemia por covid-19 provoca un aumento del 25% en la prevalencia de la ansiedad y la depresión en todo el mundo. <https://www.paho.org/es/noticias/2-3-2022-pandemia-por-covid-19-provoca-aumento-25-prevalencia-ansiedad-depresion-todo>
- Ortiz, P., Valenzuela, L., & Barrera, J. (2022). Niveles de Ansiedad Rasgo y Bienestar en jugadores de fútbol profesional de Chile durante la cuarentena por COVID-19 (Levels of Trait Anxiety and Well-being in Chilean professional soccer players during the COVID-19 quarantine). *Retos*, 44, 1037–1044.
<https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.91316>
- Patton, J. H., Stanford, M. S., & Barratt, E. S. (1995). Factor structure of the Barratt impulsiveness scale. *Journal of clinical psychology*, 51(6), 768–774.

[https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199511\)51:6<768::aid-jclp2270510607>3.0.co;2-1](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199511)51:6<768::aid-jclp2270510607>3.0.co;2-1)

Perez, J., Bohórquez, R., & Arias, A. (2021). Relación entre la cohesión grupal y la ansiedad competitiva en fútbol de iniciación . *Informacion Psicológica*, 106, 106–117.

Riquelme, M., Cisternas, C., & Núñez, C. (2020). Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes. *Archivos de Sociedad Chilena de Medicina Del Deporte*, 2, 13–28.

Sánchez, P., & Yépez, E. (2021). Incidencia de la ansiedad en etapa competitiva en deportistas adaptados del Club Boccias Ecuador. *RECUS. Revista Electrónica Cooperación Universidad Sociedad*. ISSN 2528-8075, 6(1), 36.
<https://doi.org/10.33936/recus.v6i1.3289>