

Descripción del estado emocional en deportistas residentes de la concentración deportiva de pichincha

Diego Fernando Quezada Cevallos

dfquezada@uce.edu.ec

Docente de Universidad Central del Ecuador
Quito, Ecuador.

<https://orcid.org/0000-0002-2359-1435>

Odalís Nicol Chicaiza Reinosá

onchicaiza@uce.edu.ec

Estudiante de Psicología Infantil y
Psicorrehabilitación.

Universidad Central del Ecuador
Quito, Ecuador.

<https://orcid.org/0000-0003-1504-7429>

Andrea Carolina Marcillo Baquero

marcillobaquero.ac95@gmail.com

Estudiante de Psicología Infantil y
Psicorrehabilitación.

Universidad Central del Ecuador
Quito, Ecuador.

<https://orcid.org/0000-0002-9700-3739>

Nathaly Elizabeth Moreira Gallardo

nathalyeliza06@gmail.com

Estudiante de Psicología Infantil y
Psicorrehabilitación.

Universidad Central del Ecuador
Quito, Ecuador.

<https://orcid.org/0000-0001-6029-0714>

Daniel Alejandro Chuqui Toapanta

dachuqui@uce.edu.ec

Estudiante de Psicología Infantil y
Psicorrehabilitación.

Universidad Central del Ecuador
Quito, Ecuador.

<https://orcid.org/0009-0004-1943-8480>

RESUMEN

El objetivo de esta investigación es describir los estados emocionales presentes en los deportistas de la Concentración Deportiva de Pichincha y los factores asociados que se encuentran relacionados, para esta variación estos pueden ser; sociales, económicos y la falta de apoyo por los familiares o por su entrenador para lo cual se realizó una encuesta sociodemográfica mientras que para poder determinar el estado de ánimo que presentan los deportistas residentes de la Concentración Deportiva de Pichincha se realizó la aplicación del instrumento POMS el que nos permite analizar los rangos de los estados de ánimo presentes en los deportistas, la metodología utilizada para la elaboración de esta investigación es un estudio cuantitativo de tipo descriptivo, de tipo transversal, en cuanto el análisis de los resultados se realizó en una hoja de cálculo en la que se extrajo la media, moda y mediana de las puntuaciones de tensión-ansiedad, depresión-melancolía, angustia-hostilidad-cólera, vigor-activación, fatiga-inercia y confusión-orientación.

Palabras clave: emociones; deportistas; concentración; residencia; poms; sociodemográfica

Analysis of the emotional state of athletes resident of the concentración deportiva de pichincha

ABSTRACT

The objective of this research is to describe the states of emotions present in athletes Concentración Deportiva de Pichincha and the associated factors that are related, for this variation these can be; social, economic and the lack of support by family members or by their coach for which a sociodemographic survey was carried out while in order to determine the state of mind presented by the resident athletes of the Pichincha Sports Concentration, the application of the POMS instrument was carried out. which allows us to analyze the ranges of mood states present in athletes, the methodology used for the elaboration of this research is a quantitative study of a descriptive type, of a cross-sectional type, insofar as the analysis of the results was carried out on a sheet calculation in which the mean, mode and median of the pressures of tension-anxiety, depression-melancholy, anguish-hostility-anger, vigor-activation, fatigue-inertia and confusion-orientation were extracted.

***Keywords:** emotions; athletes; concentration; home; poms; sociodemographic*

Artículo recibido 08 febrero 2023

Aceptado para publicación: 08 marzo 2023

INTRODUCCIÓN

Posicionamiento teórico

La presente investigación tiene como finalidad analizar los estados emocionales de los deportistas pertenecientes a la residencia de la Concentración Deportiva de Pichincha para esto utilizaremos como base a la psicología deportiva que nos brinda una conexión entre características psicológicas en las cuales podemos mencionar la motivación, autoconfianza, control de ansiedad, control de la atención y el autoconocimiento el cual puede afectar el rendimiento del deportista. Arias Padilla & otros (2016).

El estudio de las emociones es un tema que se mantiene en constante investigación para la psicología en general, pero dentro de la psicología del deporte es especial ya que se busca conocer la influencia de las emociones en los deportistas y la forma en la que ellos logran el reconocimiento y manejo de las mismas, para esto se utiliza la propuesta realizada por Latinjak A (2012) “La estructura subyacente de las emociones: un modelo tridimensional de conceptos básicos de afecto y emoción para el deporte” en general se busca el reconocimiento de las emociones, adquirir el control de las mismas y brindar a los deportistas una mayor y mejor explicación de la relación entre las emociones poniéndolo desde una base práctica. Latinjak & otros (2014).

ANTECEDENTES

El estado emocional junto al deporte se relaciona de manera estrecha, la misma que es observada desde dos perspectivas. Por un lado, el deporte ligado a la competición al momento de ejecutar diversos deportes, por otra parte, las emociones se ven liberados por los neurotransmisores que activa nuestro sentir y motivación en seguir ejercitándonos. Ya que las emociones son liberadoras de neurotransmisores porque se originan en el cerebro, y la liberación de neurotransmisores es una de las formas en que el cerebro controla la actividad y la comunicación entre las células nerviosas (Bressler, 2015).

Los neurotransmisores son sustancias químicas que actúan como mensajeros entre las células nerviosas, y juegan un papel clave en la transmisión de información en el cerebro (Dunlop & Galloway, 2017). Cada emoción que experimentamos está asociada con la liberación de neurotransmisores específicos en el cerebro. Por ejemplo, la alegría y la felicidad están asociadas con la liberación de neurotransmisores como la dopamina, la serotonina y la norepinefrina, que son sustancias químicas que se asocian con el

bienestar y la felicidad (Davidson & McEwen, 2012).

Por otro lado, la ansiedad y el miedo están asociados con la liberación de neurotransmisores como el cortisol y la adrenalina, que son sustancias químicas asociadas con el estrés y la alerta (Pacak & Palkovits, 2001). La liberación de estos neurotransmisores puede afectar la actividad cerebral y el comportamiento de una persona, lo que puede influir en su desempeño deportivo.

Por ejemplo, una liberación adecuada de neurotransmisores como la dopamina y la serotonina puede aumentar la motivación, la atención y la concentración, lo que puede ser beneficioso para un atleta (Arent, Landers, & Etnier, 2000) Sin embargo, una liberación excesiva de neurotransmisores como el cortisol y la adrenalina puede tener efectos negativos, como reducir la atención y la capacidad de toma de decisiones (Putman, Hermans, & Van Honk, 2006).

Según, (Núñez Prat & Garcia Mas, 2017) toman palabras (Pozo, Cortes & Martín, 2013) donde mencionan que:

La activación puede ser relativamente global situándose en un continuo desde el estado de somnolencia a la máxima alerta. La activación pone en marcha, de manera integrada el sistema nervioso en su conjunto, tanto el central como el sistema nervioso autónomo (SNA). Dentro del SNA, la rama simpática está orientada a facilitar la acción motora, mientras que la rama parasimpática se dirige preferentemente a funciones vegetativas actuando para restringir el arousal a su nivel homeostático (p. 6).

Teniendo en cuenta que el deporte de alto rendimiento es una actividad que requiere una gran cantidad de habilidades físicas, técnicas y mentales. Además de la formación física, los atletas deben aprender a controlar sus emociones para enfrentar situaciones de alta presión y estrés, como competencias importantes o lesiones. En este sentido, el manejo de las emociones puede ser un factor clave en el éxito o fracaso (Jones, Hanton, & Connaughton, 2002).

Varios estudios han demostrado que los estados emocionales de los deportistas pueden afectar su rendimiento deportivo. Por ejemplo, la ansiedad, el estrés y el miedo pueden interferir con la toma de decisiones, la percepción y la atención, mientras que emociones como la confianza y la motivación pueden aumentar la autoeficacia y la energía, mejorando el rendimiento deportivo. Además, se ha encontrado que el control emocional es un factor importante para el rendimiento en competencias deportivas de alto nivel (Grossbard, Smith, Smoll, & Cumming, 2009).

Un estudio realizado por Ledochowski en los Juegos Olímpicos de Invierno Juveniles del 2012 en Austria en la ciudad de Innsbruck, donde 662 competidores de diferentes deportes presentan ansiedad competitiva. Las personas son conscientes del aumento de estrés y ansiedad la cual es trabajada a través de la regulación de emociones, o sea, trabajo personal y autoconocimiento que permite tomar ciertas emociones para mejorar el rendimiento, por ejemplo: la rabia y ansiedad les permite motivarse, tornando lo negativo a positivo. En este punto, mejoran su técnica, condición y habilidad para el logro de objetivos, medallas y metas.

Por otra parte, a nivel país Ecuador toma como un factor principal en el progreso y la preparación de su ciudadanía. Acogiendo palabras del (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, 2010) dice que:

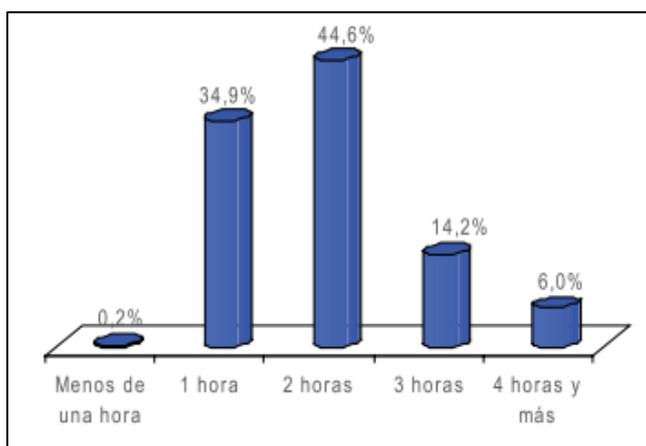
La relación entre la actividad física, hábitos y calidad de vida, tienen gran importancia dentro del entorno social, ya que las condiciones socioeconómicas actuales en las que se construye el desarrollo del país no son suficientemente favorables para beneficiar a la población. (p. 4)

Por lo tanto, el deporte está inmerso en el desarrollo integral de la población, en Ecuador el deporte es un factor que el Estado no prioriza en un 100%, por lo tanto, llega a privatizarlo. Por otro lado, diversas entidades son las que genera el desarrollo deportivo del país como es la Concentración Deportiva de Pichincha (CDP). La cual cumplen con la formación y desarrollo de deportistas de alto rendimiento en diferentes disciplinas deportivas.

Siguiendo lo mencionado tomaremos una gráfica del INEC, donde se evidencia las horas que se dedican a realizar deporte a nivel nacional.

Figura 1

Horas de práctica de deporte a nivel nacional



Nota: La figura muestra las cifras de horas que se realiza deporte a nivel Nacional en el año 2010.

Fuente: Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (2010)

En el ámbito deportivo, el control de las emociones juega un papel fundamental en el rendimiento y la efectividad de los atletas.

En cuanto a, la recuperación ante el estrés el estudio por parte de Almeida (2017), en los deportistas de Ecuador arroja que tiene mejores niveles de recuperación dándose en gran medida para los deportistas que no tiene otra ocupación aparte de sus entrenamientos. Además, los entrenadores juegan un papel importante en el proceso de enseñanza, ya que, motiva al jugador a desarrollar y priorizar la técnica y a su vez apoyar en sus procesos psicológicos específicamente en la regulación de emociones.

La Psicología del deporte es una de las áreas que merece mayor atención en la actualidad ya que es muy acertado contar con una correcta salud mental y que de esta manera exista un mejor resultado en cuanto a nuestro rendimiento en los diferentes ámbitos de nuestra vida y específicamente en el tema central de la investigación que es el deporte.

En el Ecuador como en otras partes del mundo en los últimos años, los cambios en los estados emocionales de quienes practican deporte producen influencias significativas en la salud mental y en el rendimiento deportivo y estos se han usado para estudiar diferentes aspectos de la vida del deportista, como predecir el éxito y el fracaso deportivo (Ramos, Piñeiro, & Villaseca, 2022).

Según una encuesta realizada a los entrenadores de los deportistas en diferentes áreas señalan que dentro de la salud mental lo psicológico siempre es una parte fundamental dentro del bienestar de los atletas, representa el 50% de la fortaleza e inspiración de los deportistas, mientras que el 25% manifiestan que no es muy importante y finalmente el otro 25% restante manifiestan que no tiene importancia (Yunda, 2016).

Por otro lado en América Latina, en los hallazgos encontrados se identifica que la correlación entre la fortaleza mental y los años de experiencia es positiva, es decir, muestra que los deportistas con mayores años de experiencias cuentan también con la presencia de fortaleza mental elevada, al ser la muestra de jugadores menores de 12 años tan reducida se ve sesgada la posibilidad de correlación de edad respecto a los años de entrenamiento de cada uno de los participantes (Rendon, 2022).

Actualmente en el contexto del análisis y la valoración del rendimiento deportivo, una de las variables que más interés ha suscitado en la relación que se establece entre el rendimiento deportivo y las diferentes variables psicológicas que en él intervienen, ha sido el estado de ánimo. Parece evidente que

las percepciones que los atletas tienen sobre sus estados anímicos pueden influir en alguna manera sobre algún aspecto de su rendimiento (Vega , Ruiz , García , & Balagué, 2008).

Cabe mencionar que, en el ámbito del deporte, se ha demostrado en reiteradas ocasiones la relación existente entre estado de ánimo y rendimiento. Esta conexión ha acentuado la necesidad de encontrar un método rápido y económico para identificar y evaluar estados afectivos transitorios y fluctuantes.

Por ello es importante aclarar que la psicología en el deporte desempeña un papel fundamental ya que a través de la psicología deportiva se puede investigar el bienestar mental y físico de un deportista y así también poder hacer un seguimiento a su rendimiento como tal, pero también analiza cómo las variables que se encuentran alrededor del individuo pueden afectar al rendimiento físico y deportivo de un atleta ya que se toma en cuenta los factores ambientales , sociales y fisiológicos que influyen en la actividad física.

Por lo cual estos planteamientos anteriormente expuestos nos llevan a las siguientes interrogantes: ¿Cuáles son los factores sociales asociados al estado de ánimo en riesgo de los deportistas residentes de la Concentración Deportiva de Pichincha? ¿Cuáles son los estados de ánimo evidenciados en los deportistas de la residencia de la Concentración Deportiva de Pichincha?

Por otro lado también se toma muy en cuenta el aspecto práctico considerando que esta investigación se realizará a través de la aplicación de instrumentos como la entrevista sociodemográfica con el objetivo de recolectar información general sobre los deportistas residentes y por otro lado por medio del instrumento POMS con el cual se podrá describir las distintas variables del estado de ánimo en los deportistas como por ejemplo : la tensión , ansiedad, fatiga , angustia etc.... en cada uno de los deportistas y de esta forma poder constatar si existe la necesidad de actuar frente a niveles disfuncionales del mismo, permitiéndoles tomar decisiones oportunas en el uso de ayuda terapéutica adecuada en referencia a los distintos niveles de bienestar.

Por otro lado, en cuanto al ámbito social se sustenta en el aporte de los resultados obtenidos ya que mediante esto se dará a conocer como el estado emocional afecta a los deportistas y en base a ello, la población beneficiaria de la investigación podrá orientarse hacia la necesidad de una atención integral y multidisciplinaria en caso de ser disfuncional y así responder a las necesidades individuales. Los resultados permitirán una visión no generalizada de la atención de Salud Mental en el deporte que se

sustente en los procesos y requerimientos individuales, devolviendo al sujeto la responsabilidad activa y el compromiso en su propio proceso de recuperación, generando consciencia de su protagonismo.

Se espera que los resultados de este estudio tengan implicaciones significativas en la práctica deportiva, tanto en la Concentración Deportiva de Pichincha como en otros contextos deportivos similares, y que puedan servir de base para futuras investigaciones en el campo del deporte de alto rendimiento y la psicología deportiva.

En resumen, este estudio pretende profundizar en la comprensión de los estados emocionales de los deportistas en la Concentración Deportiva de Pichincha, con el fin de identificar la relación entre estos estados y el rendimiento deportivo. A través de este análisis, se busca identificar posibles factores que influyan en el control emocional de los deportistas, y proponer estrategias efectivas para mejorar el manejo de las emociones en situaciones de alta presión y estrés en el contexto deportivo.

Finalmente, esta investigación es presentada empleando la estructura de un artículo científico, el cual presenta primero una amplia introducción con las ideas principales del tema y la problemática, en segundo lugar, se presenta la metodología que da cuenta del procedimiento para recabar y analizar la información, de igual manera existe una sección de resultados y discusión, donde brevemente se plasman los resultados obtenidos de acuerdo con los objetivos. Posteriormente, se presenta las conclusiones obtenidas a partir de la interpretación general de los resultados y; finalmente se establecen las referencias utilizadas para la fundamentación de la investigación.

MARCO CONCEPTUAL

Metodología

Estudio cuantitativo de tipo Descriptivo porque describe el fenómeno como se presenta y sin interrupciones (Rojas Cairampoma, 2015). Asimismo, esta investigación es de corte transversal, ya que se mide la prevalencia de una exposición o resultado en una población definida y en un punto específico de tiempo (Sampieri, 2014). Para la aplicación de los instrumentos se contemplaron las respectivas normas éticas con el consentimiento informado previo a la aplicación de las pruebas psicométricas. Se utilizó la hoja de cálculo de Excel, donde fueron cargados y analizados los datos. Por tal razón cumple con la estructura de una investigación cuantitativa.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Como resultados podemos destacar que tras la aplicación del test se identificó que los deportistas presentan niveles muy altos en los rangos de Tensión-Ansiedad, Angustia-Hostilidad-Cólera y Fatiga-Inercia.

Estos resultados nos permiten identificar que los deportistas no poseen un correcto control y manejo de sus estados de ánimo ya que en varios casos los deportistas no cuentan con el apoyo de sus familiares y o sus mismos entrenadores los que no brindan pautas para que puedan tener un correcto manejo de las emociones que se pueden presentar antes de una competencia, o durante los entrenamientos.

Tomando en cuenta que no solo puede existir un factor para la desregularización emocional que presentan los deportistas.

Tabla 1. Resultados del test Poms T-SCORE

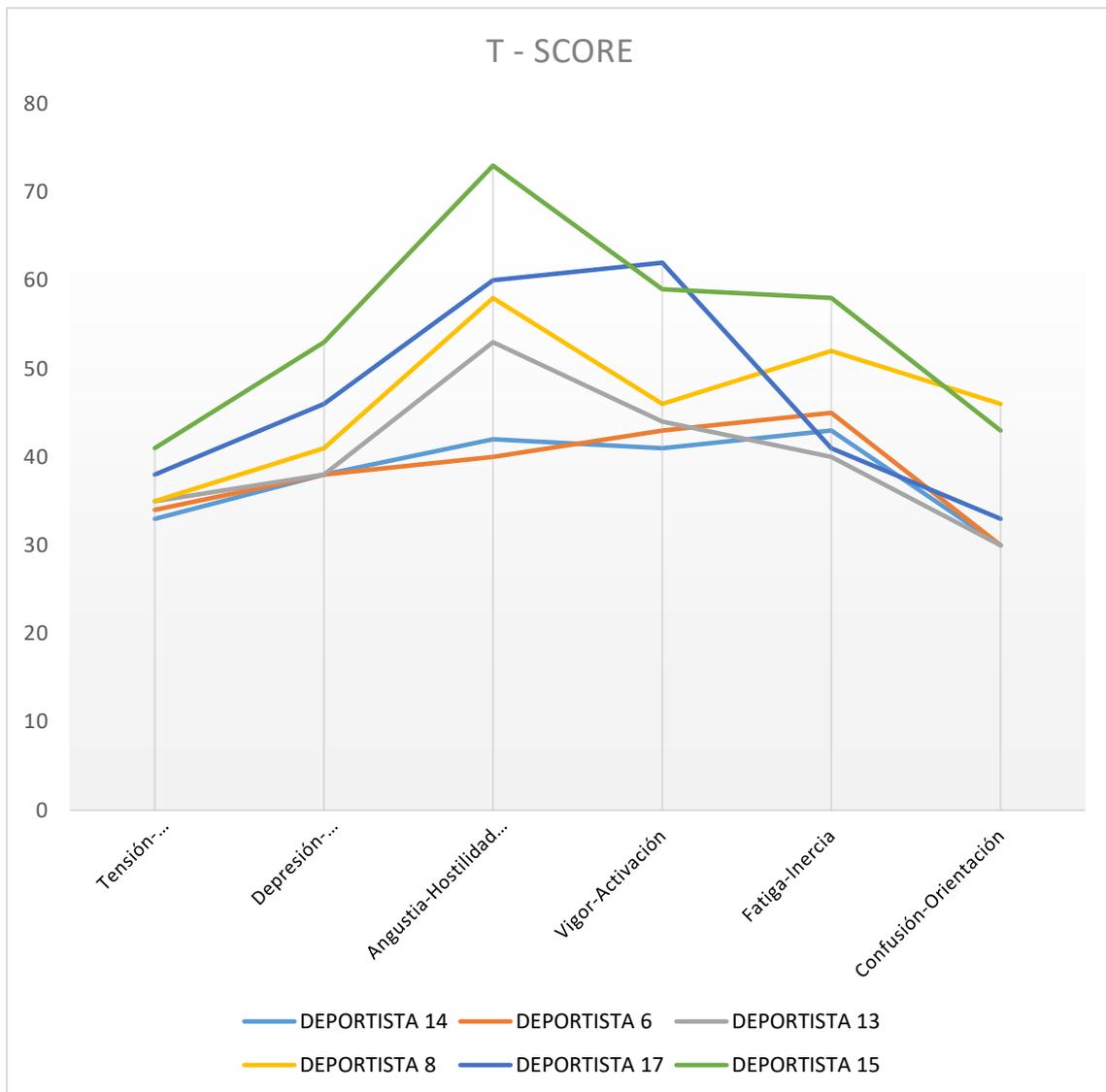
	Tensión- Ansiedad	Depresión- Melancolía	Angustia- Hostilidad -Cólera	Vigor- Activación	Fatiga- Inercia	Confusión- Orientación
<i>Deportista 14</i>	33	38	42	41	43	30
<i>Deportista 6</i>	34	38	40	43	45	30
<i>Deportista 13</i>	35	38	53	44	40	30
<i>Deportista 8</i>	35	41	58	46	52	46
<i>Deportista 17</i>	38	46	60	62	41	33
<i>Deportista 15</i>	41	53	73	59	58	43
<i>Deportista 19</i>	43	40	58	65	34	30
<i>Deportista 16</i>	45	57	57	59	45	50
<i>Deportista 5</i>	47	51	62	54	57	30
<i>Deportista 7</i>	48	43	49	66	60	37
<i>Deportista 12</i>	48	45	52	55	48	39
<i>Deportista 2</i>	48	49	64	52	55	44
<i>Deportista 18</i>	51	49	65	62	54	43
<i>Deportista 1</i>	51	62	73	57	60	50
<i>Deportista 9</i>	52	58	58	52	51	44
<i>Deportista 11</i>	59	76	80	62	70	55
<i>Deportista 4</i>	62	76	80	65	69	57
<i>Deportista 3</i>	73	80	80	37	64	57
<i>Deportista 10</i>	73	72	80	62	66	53

Nota: Esta tabla muestra los resultados organizados de forma descendente en relación a su variación de estados de ánimo.

Fuente: Psicólogos infantiles y Psicorrehabilitadores Quezada C., Chicaiza R. Marcillo B., Moreira G., Chuqui T.

Figura 1

Resultados de la variación del estado de ánimo de los deportistas de CDP



Nota: en esta tabla podemos observar los resultados del primer grupo de seis deportistas donde podemos visualizar los estados de ánimo y los valores de los rangos en los que se encuentran los estados de ánimo.

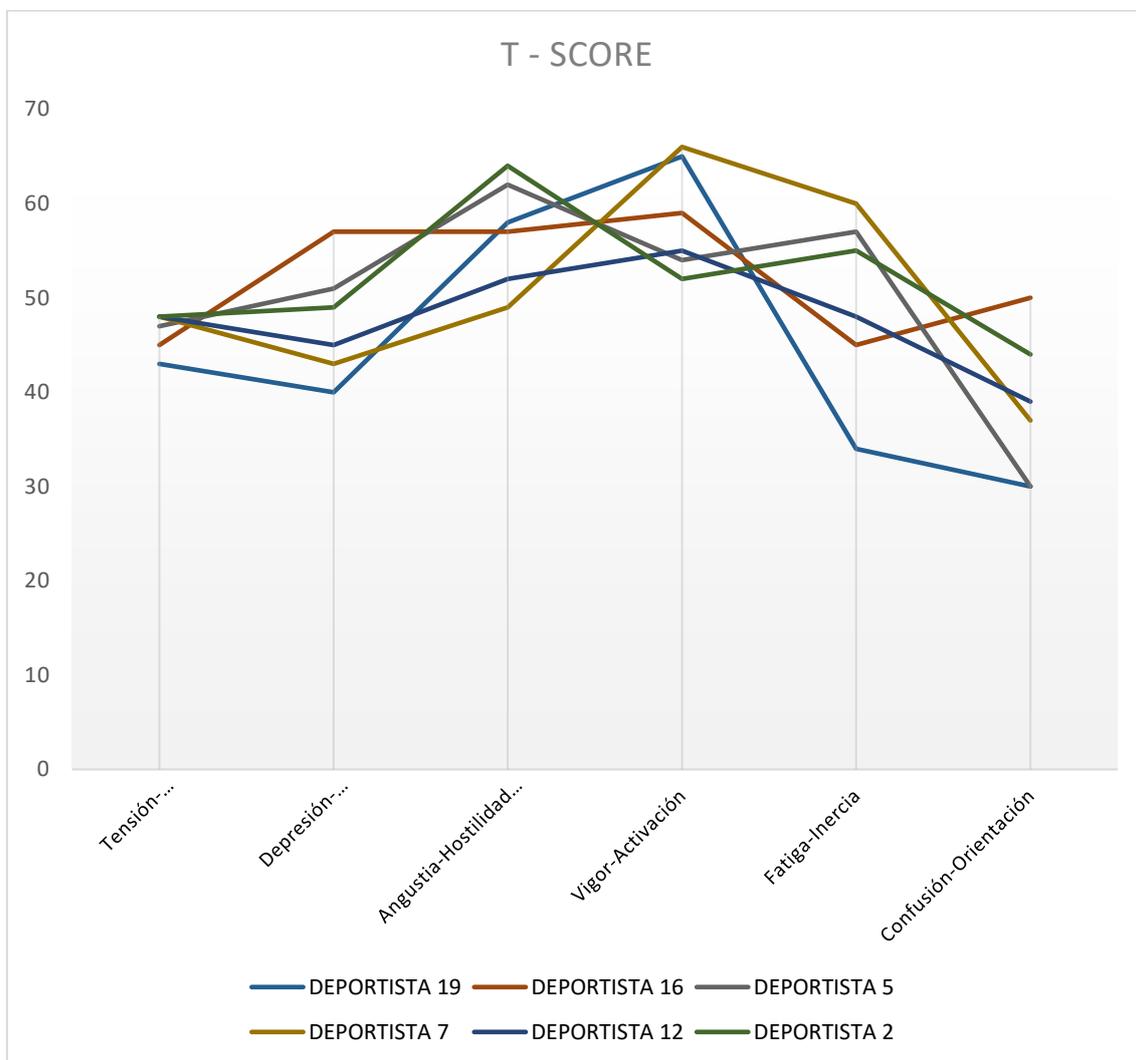
Fuente: Psicólogos infantiles y Psicorrehabilitadores Quezada C., Chicaiza R. Marcillo B., Moreira G., Chuqui T.

Análisis

La estudiante N°15: presenta niveles de Depresión-Melancolía, Angustia - Hostilidad – cólera, Vigor-Activación y Fatiga-Inercia muy altos. Mientras que Tensión-Ansiedad y Confusión – Orientación altos

Figura 2

Resultados de la variación del estado de ánimo de los deportistas de CDP



***Nota:** en esta tabla podemos observar los resultados del segundo grupo de seis deportistas donde podemos visualizar los estados de ánimo y los valores de los rangos en los que se encuentran los estados de ánimo.*

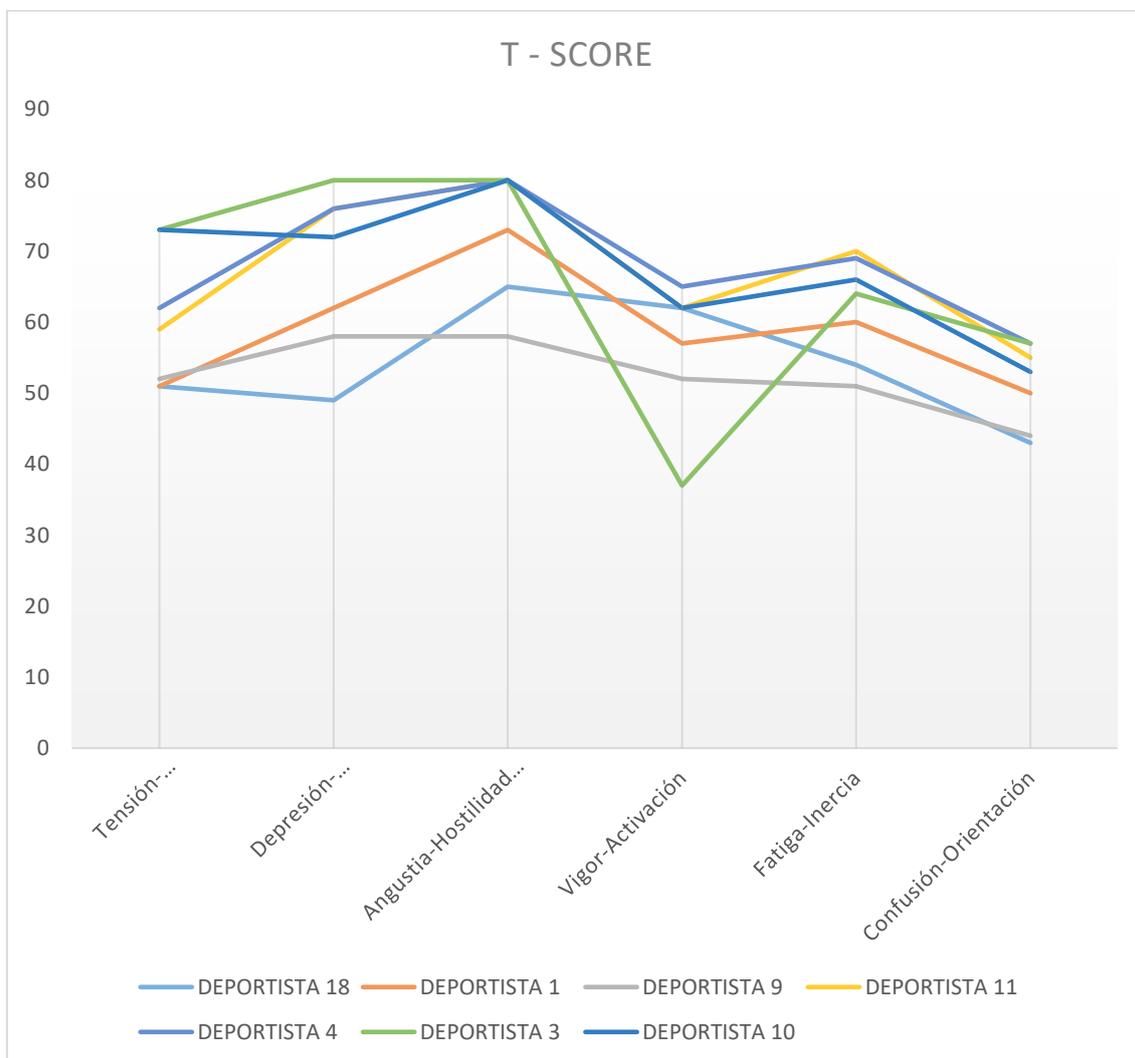
***Fuente:** Psicólogos infantiles y Psicorrehabilitadores Quezada C., Chicaiza R. Marcillo B., Moreira G., Chuqui T.*

Análisis

La estudiante N°16: presenta niveles de Depresión-Melancolía, Angustia - Hostilidad – cólera, Vigor-Activación y Confusión – Orientación muy altos. Mientras que Tensión-Ansiedad y fatiga presentan un nivel alto.

Figura 3

Resultados de la variación del estado de ánimo de los deportistas de CDP



Nota: en esta tabla podemos observar los resultados del tercer grupo conformado por los últimos 7 deportistas donde podemos visualizar los estados de ánimo y los valores de los rangos en los que se encuentran los estados de ánimo.

Fuente: Psicólogos infantiles y Psicorrehabilitadores Quezada C., Chicaiza R. Marcillo B., Moreira G., Chuqui T.

Análisis

La estudiante N°3: presenta niveles de Tensión-Ansiedad, Depresión-Melancolía, Angustia. Hostilidad – cólera, Fatiga-Inercia y Confusión – Orientación son muy altos. Mientras que el Vigor – activación es bajo.

Tabla 2

Tabla medidas de tendencia central

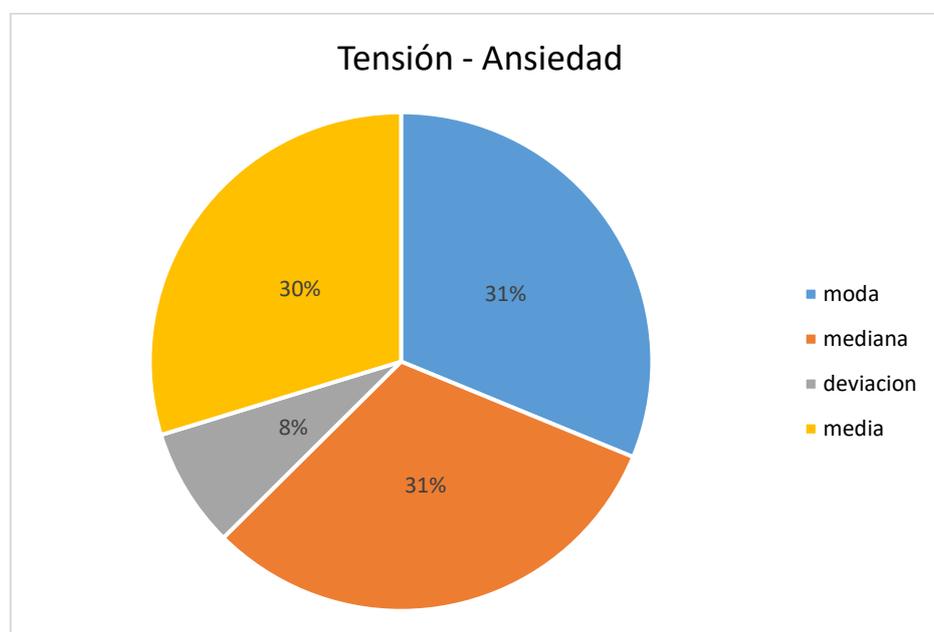
	Tensión- Ansiedad	Depresión- Melancolía	Angustia- Hostilidad -Cólera	Vigor- Activación	Fatiga- Inercia	Confusión- Orientación
Moda	48	38	80	62	60	30
Mediana	48	49	60	57	54	43
Desviación estandar	11,9	14,0	12,6	8,9	10,3	9,8
Media	45,7	50,2	59,8	53,3	51,3	40,0

Nota: en esta tabla podemos evidenciar las medidas de tendencia central en relación a los resultados de los estados de ánimo de los deportistas del CDP.

Fuente: Psicólogos infantiles y Psicorrehabilitadores Quezada C., Chicaiza R. Marcillo B., Moreira G., Chuqui T.

Gráfico 4

Niveles de tensión y ansiedad presentes en los deportistas evaluados de la CDP.

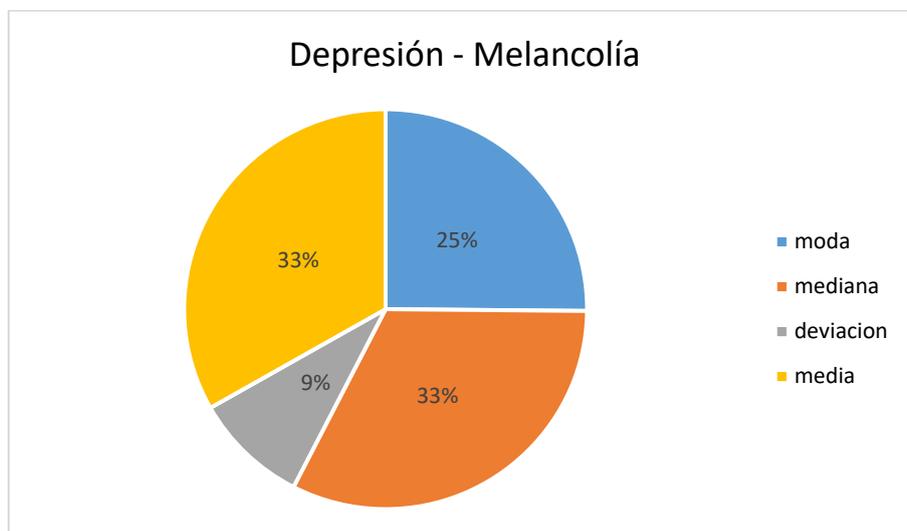


Nota. La figura muestra que la moda en relación con el análisis de los datos obtenido en la aplicación del test POMS en el estado de ánimo Tensión – Ansiedad es 48 referente al 31%, la mediana es 48 que representa el 31%, la desviación es 11,9 representa el 8% y la media es el 45,7 es el 30%.

Fuente: Psicólogos infantiles y Psicorrehabilitadores Quezada C., Chicaiza R. Marcillo B., Moreira G., Chuqui T.

Grafica 5

Niveles de depresión y melancolía presentes en los deportistas evaluados de la CDP.

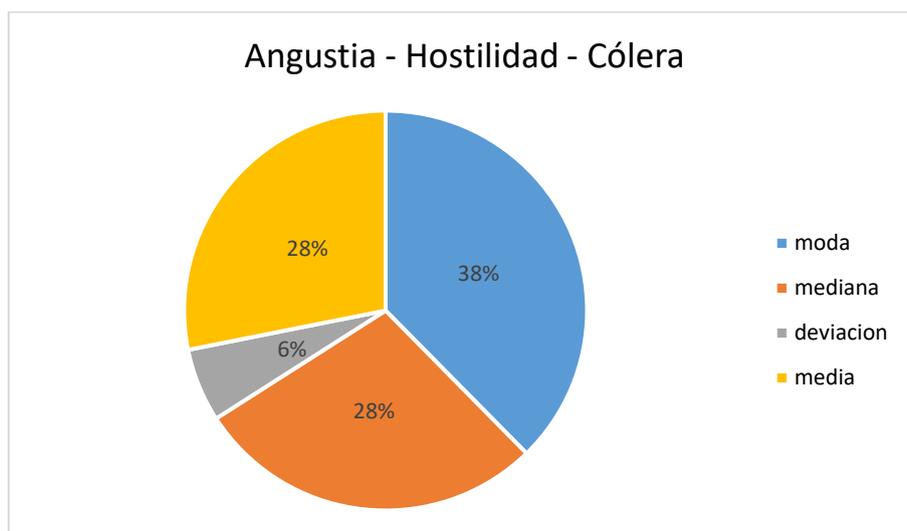


Nota. La figura muestra que la moda en relación con el análisis de los datos obtenido en la aplicación del test POMS en el estado de animo depresión – Melancolía es 38 referente al 25%, la mediana es 498 que representa el 33%, la desviación es 14,0 representa el 9% y la media es el 50,2 es el 33%.

Fuente: Psicólogos infantiles y Psicorrehabilitadores Quezada C., Chicaiza R. Marcillo B., Moreira G., Chuqui T.

Grafica 6

Niveles de tensión y angustia y hostilidad en los deportistas evaluados de la CDP.

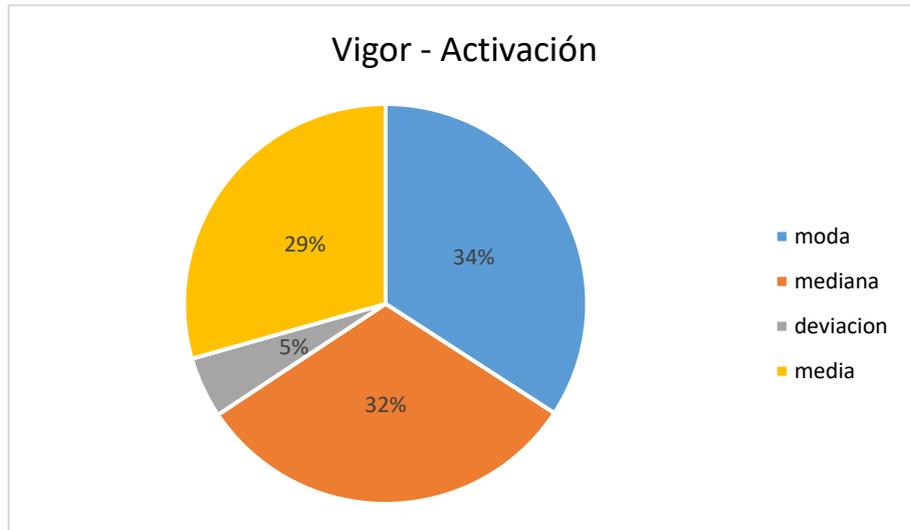


Nota. La figura muestra que la moda en relación con el análisis de los datos obtenido en la aplicación del test POMS en el estado de animo Angustia - Hostilidad – Cólera es 80 referente al 38%, la mediana es 60 que representa el 28%, la desviación es 12,6 representa el 6% y la media es el 59,8 es el 28%

Fuente: Psicólogos infantiles y Psicorrehabilitadores Quezada C., Chicaiza R. Marcillo B., Moreira G., Chuqui T.

Grafica 7

Niveles de vigor y activación presentes en los deportistas evaluados de la CDP.

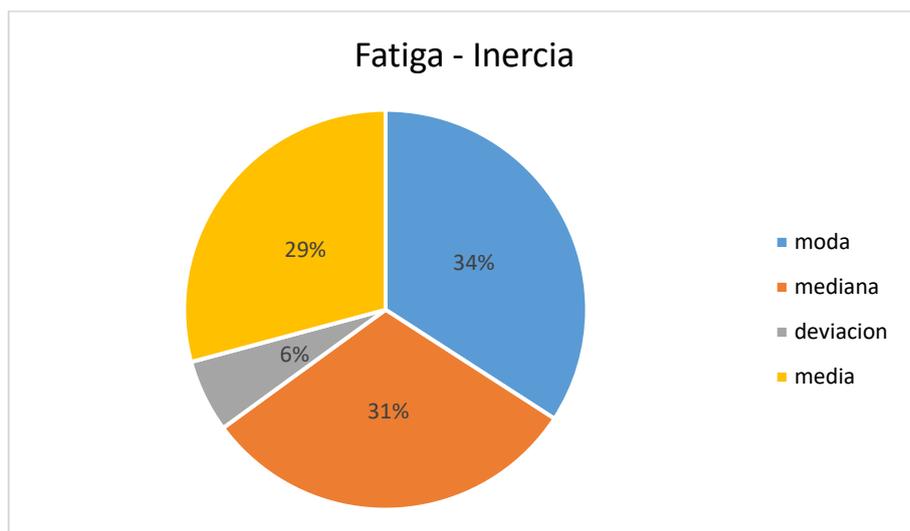


Nota. La figura muestra que la moda en relación con el análisis de los datos obtenido en la aplicación del test POMS en el estado de ánimo Vigor – Activación es 62 referente al 34%, la mediana es 57 que representa el 32%, la desviación es 8,9 representa el 5% y la media es el 53,3 es el 29%.

Fuente: Psicólogos infantiles y Psicorrehabilitadores Quezada C., Chicaiza R. Marcillo B., Moreira G., Chuqui T.

Grafica 8

Niveles de fatiga e inercia presentes en los deportistas evaluados de la CDP.

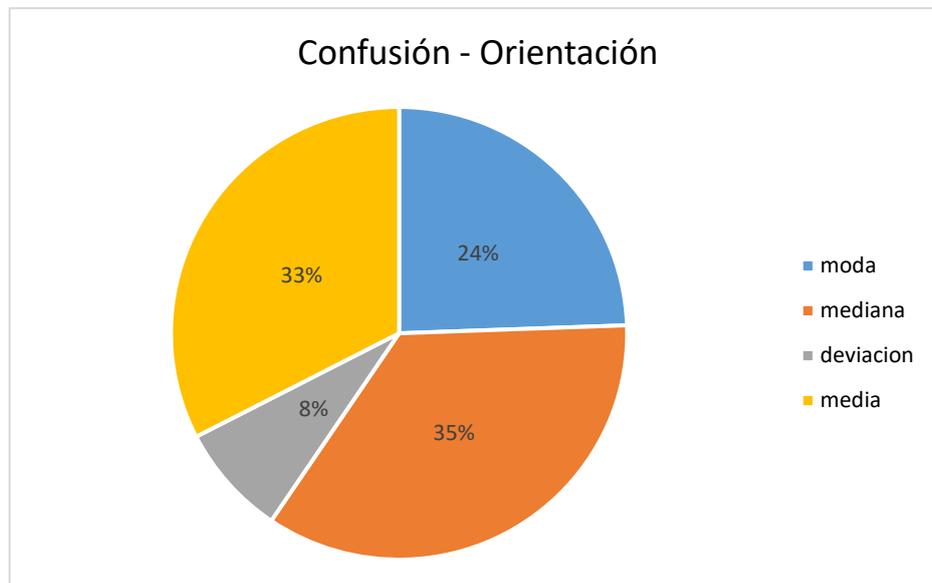


Nota. La figura muestra que la moda en relación con el análisis de los datos obtenido en la aplicación del test POMS en el estado de ánimo Fatiga – Inercia es 30 referente al 34%, la mediana es 54 que representa el 31%, la desviación es 10,3 representa el 6% y la media es el 51,3 es el 29%.

Fuente: Psicólogos infantiles y Psicorrehabilitadores Quezada C., Chicaiza R. Marcillo B., Moreira G., Chuqui T.

Grafica 9

Niveles de confusión y orientación presentes en los deportistas evaluados de la CDP.



Nota. La figura muestra que la moda en relación con el análisis de los datos obtenido en la aplicación del test POMS en el estado de ánimo Confusión – Orientación es 30 referente al 24%, la mediana es 43 que representa el 35%, la desviación es 9,8 representa el 8% y la media es el 40,0 es el 33%.

Fuente: Psicólogos infantiles y Psicorrehabilitadores Quezada C., Chicaiza R. Marcillo B., Moreira G., Chuqui T.

Tabla 3

Equivalencias de los resultados

251 en adelante	Alteración
151 – 250	Ligera alteración
50 – 150	No presenta alteración

Trastorno total del estado de ánimo (TMD)

Tabla 4*Resultados de la variación del estado de ánimo de los deportistas de CDP*

	Tensión- Ansiedad	Depresión- Melancolía	Angustia- Hostilidad -Cólera	Vigor- Activación	Fatiga- Inercia	Confusión- Orientación	Total TMD
Deportista 1	51	62	73	57	60	50	239
Deportista 2	48	49	64	52	55	44	208
Deportista 3	73	80	80	37	64	57	317
Deportista 4	62	76	80	65	69	57	279
Deportista 5	47	51	62	54	57	30	193
Deportista 6	34	38	40	43	45	30	144
Deportista 7	48	43	49	66	60	37	171
Deportista 8	35	41	58	46	52	46	186
Deportista 9	52	58	58	52	51	44	211
Deportista 10	73	72	80	62	66	53	282
Deportista 11	59	76	80	62	70	55	278
Deportista 12	48	45	52	55	48	39	177
Deportista 13	35	38	53	44	40	30	152
Deportista 14	33	38	42	41	43	30	145
Deportista 15	41	53	73	59	58	43	209
Deportista 16	45	57	57	59	45	50	195
Deportista 17	38	46	60	62	41	33	156
Deportista 18	51	49	65	62	54	43	200
Deportista 19	43	40	58	65	34	30	140

Nota: en esta tabla se evidencia que los deportistas 1, 2, 5, 7, 8, 9, 12, 13, 15, 16, 17 y 18 posee un estado de ánimo ligeramente afectado. Por otro lado, los deportistas 3, 4, 10, 11, poseen un estado de ánimo alterado.

Fuente: Psicólogos infantiles y Psicorrehabilitadores Quezada C., Chicaiza R. Marcillo B., Moreira G., Chuqui T.

Tabla 5*Correlación*

Participantes	Trastorno total del estado de ánimo	RECIBE APOYO DE La Familia
DEPORTISTA 1	239	NO
DEPORTISTA 2	208	SI
DEPORTISTA 3	317	NO
DEPORTISTA 4	279	SI
DEPORTISTA 5	193	SI
DEPORTISTA 6	144	SI
DEPORTISTA 7	171	SI
DEPORTISTA 8	186	SI
DEPORTISTA 9	211	SI
DEPORTISTA 10	282	SI
DEPORTISTA 11	278	SI
DEPORTISTA 12	177	SI
DEPORTISTA 13	152	SI
DEPORTISTA 14	145	SI
DEPORTISTA 15	209	SI
DEPORTISTA 16	195	SI
DEPORTISTA 17	156	SI
DEPORTISTA 18	200	SI
DEPORTISTA 19	140	SI

Nota: en esta tabla se evidencian los resultados netos con los que podemos identificar si existe una desregularización en el estado de ánimo y si los deportistas poseen apoyo por parte de la CDP.

Fuente: Psicólogos infantiles y Psicorrehabilitadores Quezada C., Chicaiza R. Marcillo B., Moreira G., Chuqui T.

Análisis

La presente correlación entre el resultado obtenido en el test aplicado (POMS) y el apoyo recibido hacia los deportistas por parte de sus familiares nos arroja los siguientes resultados: el deportista N° 3, N° 4 ,

Nº 10 y Nº 11 presentan una alteración en su estado de ánimo obteniendo resultados mayores a 250, en esto podemos evidenciar que no existe una correlación en cuanto al apoyo familiar que recibe y la variación de ánimo ya que el deportista Nº 3 no tiene apoyo y los demás si cuentan con apoyo de sus familias. Mientras por otro lado los deportistas Nº6, Nº 14 y Nº19 no presentan ninguna alteración en su estado de ánimo y poseen el apoyo de sus familiares.

CONCLUSIONES

La presencia de indicadores en cuanto al estado emocional mostrados en los deportistas de la CDP fue significativa en la mayoría de ellos arrojando como resultados estados de ánimo dentro de un rango elevado como también se pudo observar que un grupo pequeño no presentaron alteraciones. Sin embargo, se puede evidenciar que la presencia de estos estados emocionales en los deportistas no está directamente relacionada con el apoyo brindado por parte de sus familiares y a su vez la institución. Más bien estos factores pueden verse relacionados con la sobrecarga en sus entrenamientos, la pobre convivencia social o de cierto modo la falta de contacto que tienen con sus familiares.

REFERENCIAS

- Latinjak, A. (2012). THE UNDERLYING STRUCTURE OF EMOTIONS:A TRI-DIMENSIONAL MODEL OF CORE AFFECT AND EMOTION CONCEPTS FOR SPORTS. *REVISTA IBEROAMERICANA DE PSICOLOGÍA DEL EJERCICIO Y EL DEPORTE*, 7(1), 71-87. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3967855.pdf>
- Latinjak, A., López Ros, V., & Font Lladó, R. (2014). Las emociones en el deporte: Conceptos empleados en un modelo tridimensional. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 267-274. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235131674006.pdf>
- Arent, S., Landers, D., & Etnier, j. (2000). *he effects of exercise on mood in older adults: A meta-analytic review. Journal of Aging and Physical Activity*. Estados Unidos, Inglaterra .
- Arias Padilla, I., Cardoso Quintero, T., Aguirre Loaiza, H., & Arenas, J. (2016). Características psicológicas de rendimiento deportivo en deportes de conjunto. *Psicogente*, 25-34. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/psico/v19n35/v19n35a03.pdf>

- Bressler, S. (2015). Understanding cognition through large-scale cortical networks *Current Opinion in Neurobiology*. Elsevier. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/300324891_Commentary_by_Steven_L_Bressler
- Davidson, R. J., & McEwen, B. S. (2012). *Frontiers in Psychology*, 689-695.
- Dunlop, B. W., & Galloway, M. P. (2017). *Pharmacological and behavioral treatments for anxiety in the athlete. Clinics in Sports Medicine*.
- Grossbard, J. R., Smith, R. E., Smoll, F. L., & Cumming, S. P. (2009). Competitive anxiety in young athletes: Differentiating somatic anxiety, worry, and concentration disruption. *Anxiety, Stress, and Coping*, 153-166.
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2010). Costumbres y prácticas deportivas en la población Ecuatoriana. 4. Obtenido de https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Bibliotecas/Estudios/Estudios_Socio-demograficos/CostumPracticasDeportivas.pdf
- Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 205-218. Obtenido de <https://chat.openai.com/chat/b2294c2c-5457-4ae4-a32b-a48e63e212ab>
- Menéndez Fierros, D. E., & Becerra Hernández, A. (2020). Ansiedad en deportistas jóvenes: un estudio comparativo entre hombres y mujeres. *SCIELO*, 19(1), 127-135. doi:DOI: 10.19136/hs.a19n1.3398
- Murillo Jiménez, A. N., Ovalle Monroy, J. M., & Riveros Munévar, F. (2021). Condiciones psicológicas de los deportistas en Hispanoamérica: una revisión sistemática. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 21(1), 1-20. doi:10.18270/chps.v21i1.3535
- Núñez Prat, A., & Garcia Mas, A. (2017). Relación entre el rendimiento y la ansiedad en el deporte: una revisión sistemática. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF)*(32), 172-177. Obtenido de <file:///C:/Users/usu/Downloads/Dialnet-RelacionEntreElRendimientoYLaAnsiedadEnElDeporte-6352297.pdf>
- Pacak, K., & Palkovits, M. (2001). Stressor specificity of central neuroendocrine responses: implications for stress-related disorders. (T. & Francis, Ed.) *International Journal of Sport and Exercise*

- Psychology*, 502-548. Obtenido de <https://academic.oup.com/edrv/article/22/4/502/2424153?login=false>
- Putman, P., Hermans, E., & Van Honk, J. (2006). Anxiety meets fear in perception and action. . *Handbook of Sport Psychology*, 92-102.
- Ramos, K. R., Piñeiro, J., & Villaseca, R. (2022). DESCRIPCIÓN DE LOS ESTADOS DE ÁNIMO DURANTE CONFINAMIENTO POR COVID-19 DE DEPORTISTAS CHILENOS DE ALTO RENDIMIENTO. *revista observatorio del deporte*, 1-19. Obtenido de <https://revistaobservatoriodeldeporte.cl/cargar/wp-content/uploads/2022/01/3-OFICIAL-ART-VOL-8-NUM-1-ENEROABRIL-2022REVODEP.pdf>
- Rendon, D. (2022). Fortaleza mental en deportistas del departamento de Risaralda, Colombia. *psicología del deporte*. Obtenido de <https://repositorio.ucp.edu.co/bitstream/10785/12414/1/fortaleza%20mental%20en%20deportistas%20del%20departamento%20de%20Risaralda%20Colombia.pdf>
- Rojas Cairampoma, M. (2015). Tipos de Investigación científica: Una simplificación de la complicada incoherente. *REDVET. Revista Electrónica de Veterinaria*, 16(1), 1-14. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=63638739004>
- Sampieri, R. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V. Obtenido de <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Sánchez, A., & León, H. (2012). Psicología de la actividad física y del deporte. *Hallazgos*, 9(18), 189-205. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4138/413835216011.pdf>
- Vega, M., Ruiz, B., García, A., & Balagué, G. (2008). CONSISTENCIA Y FLUCTUACIÓN DE LOS ESTADOS DE ÁNIMO EN UN EQUIPO DE FÚTBOL PROFESIONAL DURANTE UNA COMPETICIÓN DE PLAY OFF1. *Revista de Psicología del Deporte*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235119254004.pdf>
- Yunda, D. E. (2016). “LA SALUD MENTAL Y EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LOS DEPORTISTAS DE LA SELECCIÓN JUVENIL DE ATLETISMO DE LA FEDERACIÓN DEPORTIVA DE TUNGURAHUA”. Obtenido de <http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/24753>