

**RELACIÓN ENTRE ANSIEDAD Y RENDIMIENTO DEPORTIVO EN
FUTBOLISTAS CATEGORÍA SUB-16 ASOCIACIÓN DEPORTIVO PASTO**

MARÍA KAROLINA GUERRERO GONZÁLEZ

JOSE PAZ TREJOS

UNIVERSIDAD DE NARIÑO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

SAN JUAN DE PASTO

AGOSTO 2013

**RELACIÓN ENTRE ANSIEDAD Y RENDIMIENTO DEPORTIVO EN
FUTBOLISTAS CATEGORÍA SUB-16 ASOCIACIÓN DEPORTIVO PASTO**

MARÍA KAROLINA GUERRERO GONZÁLEZ

JOSE PAZ TREJOS

Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de Psicólogo

Asesor:

EDWIN LUNA TASCON

UNIVERSIDAD DE NARIÑO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

SAN JUAN DE PASTO

AGOSTO 2013

NOTA DE RESPONSABILIDAD

Las ideas y conclusiones aportadas en el siguiente trabajo son responsabilidad exclusiva del autor.

Artículo 1ro del Acuerdo No. 324 de octubre 11de 1966 emanado del Honorable Concejo Directivo de la Universidad de Nariño.

Nota de aceptación:

Firma del Presidente de la tesis

Firma del jurado

Firma del jurado

San Juan de Pasto, Agosto de 2013

AGRADECIMIENTOS

A nuestro asesor por su dedicación y esfuerzo, a nuestros docentes y compañeros que durante toda la carrera aportaron en nuestro crecimiento personal y académico.

A la Escuela de Fútbol Asociación Deportivo Pasto y sus profesores por su apoyo y colaboración en nuestro trabajo, por ser movilizadores de nuevos aprendizajes y de nuevos caminos dentro del deporte y permitir la formación integral de los deportistas.

DEDICATORIA

Dedico este logro a mis padres y hermano. Infinitas gracias por su entrega, dedicación, apoyo, confianza y por la fortaleza que han sembrado en mí. Sin su apoyo y amor incondicional no hubiese podido alcanzar esta meta.

A mis familiares y amigos, gracias por acompañarme en este camino, por todo su cariño, consejos y complicidad.

A Santiago por estar presente en todo instante aún desde la distancia, por su comprensión, ternura y colaboración en este arduo proceso, por llenar mi vida de felicidad.

A mis amigos Lina, José, Jesica, Mónica y demás “compañeros en la misma locura”. Gracias por ser esa valiosa compañía en el trayecto recorrido en la Universidad, por todos los bellos momentos, la alegría, las risas, los días y noches de estudio a su lado, las jornadas psicológicas, ningún momento fue en vano ni será pasado sin recordar. En especial a mi compañero de proyecto de grado José, esta meta la logramos y construimos juntos, gracias por toda la dedicación, ánimo, amistad y cariño entregados.

A todos mis docentes por sus grandes enseñanzas, a Charito y Sandrita por su dedicación y colaboración hacia los estudiantes.

KAROLINA GUERRERO GONZÁLEZ

DEDICATORIA

Dedico este logro a mi madre por su dedicación, apoyo, confianza y su amor incondicional no hubiese podido lograr esta meta, a mi padre gracias por su fortaleza, respeto y admiración, a mi hermano y hermana infinitas gracias por su afecto, apoyo, confianza.

A mis familiares gracias por acompañarme en este trayecto, por todo su cariño y soporte.

A mis amigos Andrés, Henry, Cristian, Oliver y Lina y demás, gracias por ser esa valiosa compañía en el camino recorrido en la Universidad, en la cercanía de mi hogar y en la amistad del futbol, por todos los bellos momentos de alegría, las risas, perdidas y éxitos, los días y noches de estudio a su lado, puedo asegurar que ningún momento fue en vano ni será pasado como tal. En especial a mi compañera de proyecto de grado Karolina “mi confidente, amiga, mi parcerá”, esta meta la logramos y construimos mutuamente, gracias por toda la dedicación, motivación, tolerancia, ánimo, amistad y cariño entregados.

JOSÉ PAZ TREJOS

RESUMEN

Esta investigación tuvo como propósito conocer y analizar la relación entre la ansiedad tanto de rasgo como de estado y el rendimiento deportivo en 28 jugadores de fútbol de la categoría Sub-16 de la Asociación Deportivo Pasto, cuyas edades oscilan entre los 14 y 16 años. Para identificar la correlación entre las variables la investigación se orientó desde el enfoque cuantitativo, debido a que se analiza en qué medida se relacionan las variables ansiedad y rendimiento deportivo en condiciones naturales. Esta investigación es de tipo correlacional con un diseño no experimental transversal. Se aplicaron dos instrumentos para la recolección de la información: el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) y el Registro de Evaluación de Rendimiento Deportivo del Fútbol (RERDF). La información recolectada fue analizada con el coeficiente de Pearson y la prueba no paramétrica de Spearman a partir del Paquete Estadístico SPSS versión 20. A través de este análisis se identificó una correlación negativa débil entre la ansiedad de rasgo y el rendimiento deportivo y una correlación negativa fuerte entre la ansiedad de estado y el rendimiento deportivo.

Palabras Claves: Psicología Cognitivo Conductual, Psicología Aplicada al Deporte, Ansiedad de Rasgo, Ansiedad de Estado, Rendimiento Deportivo

ABSTRACT

This research purpose was to understand and analyze the relationship between both State and trait anxiety and sports performance in 28 soccer players of the category u-16 the Asociación Deportivo Pasto, whose ages ranged from 1st 14 to 16 years. To identify the correlation between the variables research used the quantitative approach, because it is analyzes to what extent relate to the anxiety and sports performance under natural conditions. This research is correlation with a transverse non-experimental design. We applied two instruments for the collection of the information: the inventory of anxiety trait - State (IDARE) and the registry of evaluation of performance sports of football (RERDF). The information collected was analyzed with the coefficient of Pearson and nonparametric Spearman from the SPSS statistical package version 20 test. Through this analysis identified a negative weak correlation between trait anxiety and sports performance and a negative correlation strong between State anxiety and sports performance.

Keywords: Psychology Cognitive-behavioural, Psychology Applied to Sport, Trait Anxiety, State Anxiety, Sports Performance.

INDICE DE CONTENIDO

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN..... 15

ANSIEDAD..... 17

Ansiedad de Rasgo..... 18

Ansiedad de Estado 18

Ansiedad en el Campo Deportivo..... 19

RENDIMIENTO DEPORTIVO..... 24

PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y EL EJERCICIO FÍSICO 26

OBJETIVOS 26

Objetivo General..... 26

Objetivos Específicos..... 26

METODOLOGÍA..... 27

PARADIGMA DE ESTUDIO 27

TIPO DE ESTUDIO 27

TIPO DE DISEÑO 27

PARTICIPANTES..... 27

ESTRATEGIAS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN..... 28

Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE) 28

Registro de Evaluación de Rendimiento Deportivo en el Fútbol (RERDF) 29

ELEMENTOS ÉTICOS Y BIOÉTICOS 30

PROCEDIMIENTO 30

Fase I: Estructuración Teórica y Metodológica..... 31

Fase II: Validación de Instrumentos 31

Fase III: Aplicación de Instrumentos..... 32

APLICACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS IDARE Y RERDF..... 32

Fase IV: Análisis de Resultados y Elaboración del Informe Final 33

PLAN DE ANÁLISIS DE DATOS 34

RESULTADOS 35

CARACTERIZACIÓN DE LOS PARTICIPANTES..... 36

RESULTADOS DEL IDARE 36

RESULTADOS DEL REGISTRO DE EVALUACIÓN DE RENDIMIENTO DEPORTIVO EN EL FÚTBOL

RERDF..... 38

RELACIÓN ENTRE VARIABLES..... 40

INTERACCIÓN DE LAS VARIABLES ANSIEDAD RASGO-ESTADO Y RENDIMIENTO..... 43

DISCUSIÓN.....	44
CONCLUSIONES	50
RECOMENDACIONES	51
REFERENCIAS	52
ANEXOS	56

LISTA DE ANEXOS

Anexo 1. Escala A- Rasgo del Inventario IDARE (después de prueba piloto y validación por jueces)

Anexo 2. Escala A- Estado del Inventario IDARE (después de prueba piloto y validación por jueces)

Anexo 3. Registro de Evaluación de Rendimiento Deportivo en el Fútbol (RERDF)

Anexo 4. Firma del Consentimiento Informado Director Técnico de la Categoría

Anexo 5. Protocolo de Aplicación del RERDF

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Grupos de comparación para analizar la presencia de relación entre.....	35
rendimiento deportivo e interacción entre ansiedad de rasgo y estado.	
Tabla 2. Estadísticos Descriptivos Instrumentos de Evaluación de Ansiedad.....	37
Estado-Rasgo	
Tabla 3. Pruebas de Normalidad de los Resultados Obtenidos en cada.....	40
Instrumento/Estrategia	
Tabla 4. Correlación de Pearson para Distribuciones Paramétricas.....	41
Tabla 5. Correlación de Spearman para Distribuciones No Paramétricas.....	42
Tabla 6. Cruce de Variables Dicotomizadas.....	43

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Relación entre ansiedad y ejecución desde la teoría del drive.....	21
y la hipótesis de la “U” invertida.	
Figura 2. Teoría multidimensional de la ansiedad y su relación con el.....	22
rendimiento.	
Figura 3. Predicciones de la teoría de la catástrofe ante: (A) ansiedad cognitiva.....	23
baja y (B) ansiedad cognitiva alta.	
Figura 4. Teoría de la Inversión.....	23
Figura 5. Modelo de la “adaptación automática” del aurosal a la situación.....	24
competitiva (las tres líneas que se visualizan corresponden en el	
modelo a tres deportistas).	
Figura 6. Puntuaciones Escala A-Rasgo del IDARE.....	37
Figura 7. Puntuaciones Escala A- Estado del IDARE.....	37
Figura 8. Puntuaciones del RERDF.....	39
Figura 9. Calificación del Rendimiento.....	39
Figura 10. Interacción entre Grupos de Ansiedad y Rendimiento Deportivo.....	44

INTRODUCCIÓN

El deporte es una actividad humana de gran importancia que facilita el desarrollo de las personas en las esferas biológica, social y emocional. Según la Organización Mundial de la Salud éste es un hábito de vida saludable que permite el mejoramiento de la salud y la calidad de vida, tiene un gran impacto social, cultural y económico en las regiones, así como también está asociado al desarrollo intelectual, psicomotor, autoestima, convivencia e integración (Biddle & Mutrie, 1991; Plante & Rodin, 1990; Willis & Campbell, 1992; citados en Morilla Cabezas, 2001). Esta investigación se centró en la disciplina deportiva del fútbol, que es el deporte con mayor masificación y aceptación social en la región de Nariño y de Colombia en general.

El fútbol se conoce como el deporte rey debido a su popularidad y facilidad en cuanto a normatividad y a los elementos necesarios para su práctica en cualquier parte del mundo, principalmente desde su oficialización en el año de 1863 en Inglaterra con la creación de la Asociación de Fútbol de Inglaterra dentro de la cual se estableció la primera reglamentación básica del fútbol (“Federación Internacional de Fútbol Asociado - FIFA”, s.f.). Como toda disciplina deportiva su práctica está vinculada a una relación lúdico – recreativa y por otra parte a la obtención del alto rendimiento deportivo en una competencia; es en este último apartado donde variables psicológicas propias de actividades humanas como el estrés, la ansiedad, atención, resiliencia, liderazgo entre otras, son relevantes, enfocándose esta investigación específicamente en el deporte competitivo, en donde estas variables pueden llegar a afectar el rendimiento deportivo y el bienestar psicológico de los deportistas en el caso de no ser consideradas (Samulski, 2006). En ocasiones sólo se nombran algunas de estas variables, como la falta de motivación o de actitud hacia el juego o un bajo sentido de pertenencia hacia el equipo, sin embargo, el componente psicológico implicado en las competencias deportivas es más complejo y determinante, ya que según Samulski (2006) y Silva (1999 citado en Dosil, 2008), abarca variables como el estrés, el manejo de la frustración, cohesión de grupo, disciplina, trabajo en equipo, manejo de ansiedad, entre otras, que afectan el rendimiento y las capacidades de afrontamiento del deportista en el momento de la competencia.

En el deporte competitivo también existen estímulos propios de la competencia. Por ejemplo, en una competencia futbolística pueden ser el rival a enfrentar, el marcador, la

tribuna local o visitante, el árbitro, entre otros, que pueden llevar a que el deportista experimente niveles elevados de ansiedad, que finalmente le causarán desconcentración, problemas de memoria, deterioro de su función psicológica y llevar a errores psicomotrices e intelectuales (Sue, 1996).

Márquez, 1992; Lazarus, 2000; Hammermeister y Burton, 2001 (citados en García-Ucha, 2009), al igual que Dosil (2008) mencionan que gran parte de los fracasos en competencia se explican por problemas debidos al manejo de la ansiedad que conlleva a errores que comprometen el rendimiento general del deportista.

Es por ello que la preparación del futbolista debe abarcar no solo las dimensiones biológica, técnica y táctica como suele hacerse en la región nariñense, sino que también debe incluir la dimensión psicológica; consolidando así una visión y un entrenamiento más amplio, que tenga en cuenta un marco integral de preparación y metodología de entrenamiento. De acuerdo con lo anterior y parafraseando las palabras del director actual de la escuela de fútbol del Deportivo Pasto Hugo Andrés López (Comunicación personal, 13 abril, 2011), la preparación de los deportistas se basa en que los futbolistas adquieran un adecuado acondicionamiento físico y técnico para las competencias, sin embargo, en el contexto regional nariñense no han sido usados estos espacios para dotarlos de herramientas psicológicas, que para el director de la escuela son importantes para controlar situaciones de estrés o ansiedad en una competencia. Así mismo, el director afirma que un equipo de fútbol debería contar al menos con un psicólogo que brinde apoyo a los jugadores, con el fin de que logren controlar las situaciones que puedan afectar su rendimiento y su salud integral, lo cual considera no se ha tenido en cuenta y es importante y necesario en la actualidad.

Para poder realizar un marco integral de entrenamiento de forma apropiada incluyendo en él técnicas psicológicas adecuadas que conlleven a mejoras en el rendimiento deportivo, es necesario conocer de manera detallada cuál es la relación entre el rendimiento deportivo y las diferentes variables psicológicas involucradas en el deporte competitivo, especialmente la ansiedad, que como se mencionó anteriormente es la variable psicológica que al no ser manejada adecuadamente produce mayores errores en competencia y un bajo rendimiento deportivo.

Existen varios modelos explicativos de la relación entre el rendimiento deportivo y la ansiedad que señalan cómo un nivel inadecuado de ansiedad puede perjudicar el rendimiento del deportista y un nivel adecuado de ésta puede llevar al incremento del mismo (Dosil, 2008). Sin embargo, hasta el momento, estos modelos no permiten discriminar claramente la relación del rendimiento deportivo con la ansiedad de rasgo, la ansiedad de estado y en la interacción entre ambas. En otros términos, aún no se tiene claro en qué medida cada uno de estos tipos de ansiedad se relaciona con el rendimiento deportivo, sea de manera positiva o negativa.

El conocer esta relación sería el primer paso para poder construir e incluir técnicas de entrenamiento deportivo pertinentes que permitan generar niveles adecuados de ansiedad y mejoras en el rendimiento en los futbolistas de la categoría Sub-16 de la Asociación Deportivo Pasto.

En este sentido, el presente estudio aporta a la psicología con insumos ilustrativos para el abordaje de esta temática dentro del contexto deportivo específicamente durante periodos de pre competencia y competencia, que posibiliten la planeación y desarrollo de nuevas estrategias metodológicas de entrenamiento deportivo para el manejo de la ansiedad. Además el desarrollo de este estudio es novedoso dentro del Programa de Psicología de la Universidad de Nariño, en tanto está comprometido en los contextos académicos y deportivos, permitiendo que la formación profesional encuentre escenarios posibles donde la labor y rol del psicólogo se reinvente al retomar los conocimientos que han adquirido en su formación profesional.

Para llevar a cabo la presente investigación, se partió de la siguiente fundamentación teórica:

Ansiedad

La ansiedad es definida como un estado emocional de miedo, temor o aprensión en el cual se presentan sensaciones de displacer sea en presencia o no de un peligro real, o cuando esta alteración del estado emocional es desmesurada ante el peligro que la amenaza identificada representa además de caracterizarse por la presencia de síntomas cognitivos, conductuales y somáticos (Sue y Cols, 1996). La ansiedad es considerada como una reacción adaptativa cuando se presenta como respuesta ante un peligro que puede poner en riesgo la seguridad física o psicológica del individuo y cuando se presenta en dosis acordes

al peligro, sin embargo, puede aparecer también como síntoma de trastornos tales del estado de ánimo, de ansiedad, entre otros.

Según Sue y Cols. (1996),

Las manifestaciones cognitivas de la ansiedad (pensamientos de una persona) pueden ir desde una preocupación leve hasta el pánico. Las formas graves pueden llevar a la convicción de un destino inminente (el fin del mundo o la muerte), una preocupación por peligros desconocidos o temores de perder el control sobre las funciones corporales (...). Las manifestaciones conductuales de la ansiedad (en sus acciones) implican una evitación de situaciones provocadoras de la misma (...). Los cambios somáticos (reacciones fisiológicas o biológicas) incluyen la respiración entrecortada, resequedad en la boca, manos y pies fríos, diarrea, micción frecuente, mareos, palpitaciones cardíacas, elevación de la presión sanguínea, aumento en la transpiración, tensión muscular (sobre todo en la cabeza, cuello, hombros y pecho) e indigestión (p. 156- 157).

Además de estas manifestaciones o síntomas de la ansiedad, también se pueden distinguir ciertos tipos de ansiedad. Según Spielberger (1966 citado en Samulski, 2006) se pueden establecer dos tipos de ansiedad: la ansiedad de rasgo y la ansiedad de estado.

Ansiedad de Rasgo

Según afirman Hackfort y Schwenkmezger (1993 citados en Samulski, 2006) la ansiedad de rasgo es “una predisposición adquirida en el comportamiento, independiente del tiempo, que provoca en el individuo a percibir situaciones objetivamente no muy peligrosas como amenazantes, o sea, tendencias para percibir un amplio aspecto de situaciones como peligrosas o amenazadoras” a las cuales responde con un aumento en su nivel de activación y su ansiedad estado.

Ansiedad de Estado

Spielberger (1966 citado en Dosil, 2008) considera que la ansiedad de estado es un estado emocional inmediato ante situaciones específicas y se caracteriza por aprehensión, miedo, tensión e incremento de la activación fisiológica. Para Schwenkmezger (1993 citado en Samulski, 2006),

Puede ser descrita como sentimientos subjetivos percibidos conscientemente como inadecuados y de tensión acompañada por un aumento de la activación (aurosal) en

el sistema nervioso autónomo, o sea, una condición emocional temporaria del organismo humano que varía de intensidad y de inestabilidad en el correr del tiempo (p.237).

Para Pacheco, Acosta y Lupiáñez (2009) es trascendental diferenciar entre dos tipos de ansiedad: la ansiedad-rasgo que es una característica de personalidad con cierta predisposición a la intranquilidad y preocupación perseverante, y la ansiedad de estado considerada como una reacción emocional que se da específicamente como respuesta ante un entorno con estímulos estresantes, que aparece de manera inmediata y es menos perdurable. Según Williams, Watts, MacLeod y Mathews (1988 citados en Mercado 2004), cuando estos dos tipos de ansiedad se presentan de forma constante e intensificada y llegan a alterar o perturbar el funcionamiento normal de la persona, se consideran patologías de la ansiedad (ansiedad clínica).

Se distingue entonces, entre un tipo de ansiedad que se refiere a una particularidad permanente de la personalidad del individuo (ansiedad de rasgo), en ocasiones indiferente a la situación en la que se encuentre, y otro que se presenta como una alteración emocional temporal (ansiedad de estado) que depende de una situación determinada, y puede o no considerarse ansiedad clínica dependiendo de su intensidad y persistencia en su manifestación.

Ansiedad en el Campo Deportivo

El término ansiedad suele relacionarse con el de emoción, siendo muchos los autores que la consideran un tipo de la misma (Dosil, 2008). Así Lazarus (2000 citado en Dosil, 2008) diferencia quince tipos de emociones, entre los que destaca la ansiedad y su relación con el campo deportivo. En la misma línea, Dosil y Caracuel (2003 citados en Dosil, 2008) hacen referencia a que es una de las primeras emociones en aprenderse y la definen como un “conjunto de reacciones suscitadas por una situación (estímulos) en la que puede ocurrir algo amenazante, aversivo, nocivo, peligroso o, simplemente, no deseado”. Estas reacciones las describen Gould, Greenleaf y Krane (2002 citados en Dosil, 2008) como “nerviosismo y tensión asociados al nivel de activación del organismo”.

Según Dosil (2008) esta definición de ansiedad permite entender por qué esta emoción se produce con tanta frecuencia en el ámbito deportivo. En el deporte son numerosas las situaciones (estímulos) que pueden ser percibidas como amenazantes,

peligrosas o no deseadas (por ejemplo, competir en el campo del rival, la presión del público, entre otros). Sin embargo, se debe enfatizar en que realmente las situaciones son neutras y es el sujeto el que las asocia con ese tipo de pensamientos o sensaciones amenazantes, peligrosas, entre otras, desencadenándole ansiedad. Esta explicación permite entender por qué ante algunas situaciones ciertos deportistas están ansiosos y otros no.

Desde la psicología se proveen elementos suficientes para que el deportista perciba la situación de forma adecuada y de esta forma pueda prevenir o afrontar la aparición de la ansiedad. Así mismo, desde la psicología aplicada al deporte se han desarrollado a lo largo del tiempo algunos modelos explicativos acerca de la relación entre este estado emocional y el óptimo rendimiento deportivo, el cual es uno de los objetivos de cualquier disciplina deportiva. Dichos modelos sirven como punto de partida para poder generar o aplicar intervenciones adecuadas para el manejo de la ansiedad, sin embargo, en la actualidad no existe un modelo unánimemente aceptado.

Entre estos modelos según Dosil (2008) se destacan la teoría del impulso o drive, la teoría de la facilitación social, la hipótesis de a “U” invertida, la teoría de la zona de óptimo funcionamiento, la teoría multidimensional de la ansiedad, el modelo de la catástrofe, la teoría de la inversión y el modelo de la “adaptación automática” del aurosal a la situación competitiva. A continuación se describe de manera detallada cada uno de estos modelos o teorías.

Teoría del Impulso o Drive

Es desarrollada por Hull (1943) y luego modificada por Spence y Spence (1966 citados en Dosil, 2008) quienes sostienen que la relación entre la ansiedad o activación y el rendimiento o ejecución es lineal, o sea que a medida que aumenta el nivel de ansiedad o de activación del deportista, mejora su rendimiento como indica la figura 1. Esta teoría puede explicarse mediante la fórmula $P = H \times D$, donde “P” representa ejecución o rendimiento, “H” es la fuerza del hábito y “D” hace alusión a drive o impulso; de manera que el rendimiento será el resultado del hábito (respuestas correctas o incorrectas del deportista) y el drive (sinónimo de activación/ansiedad) (Dosil, 2008).

Teoría de la Facilitación Social

Esta teoría planteada por Zajonc (1965 citado en Dosil, 2008) en base a la teoría del drive sostiene que en presencia de un público, el desempeño dependerá del nivel de experiencia o grado de aprendizaje que el deportista tenga de la tarea que está realizando.

Hipótesis de la “U” invertida

Las primeras evidencias de esta hipótesis se encuentran en los trabajos de Yerkes y Dodson (1908 citados en Dosil, 2008), quienes la adaptaron al ámbito deportivo en las décadas de los sesenta y setenta. Estos autores sostienen que la relación entre la activación o la ansiedad y el rendimiento es curvilínea, es decir que en niveles bajos o altos de ansiedad el rendimiento será bajo, y por el contrario, cuando la ansiedad se encuentra en niveles moderados, se observa un nivel óptimo de rendimiento, lo cual se puede ver representado en el pico de la “U” invertida como se muestra en la figura 1.

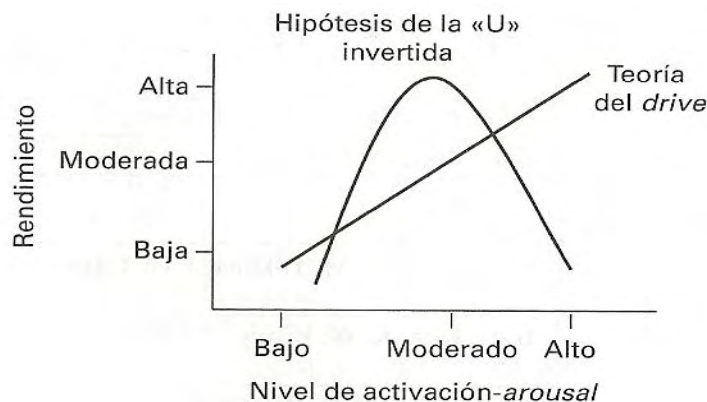


Figura 1. Relación entre ansiedad y ejecución desde la teoría del drive y la hipótesis de la “U” invertida.

Teoría de la Zona de Óptimo Funcionamiento (ZOF)

Esta teoría es propuesta por Hanin (1980 citado en Dosil, 2008) como alternativa a la hipótesis de la “U” invertida. Su propósito es dar solución a las diferencias o inconvenientes producidos por la concepción de las diferencias individuales en el nivel óptimo de activación. Para Hannin se alcanza un alto nivel de rendimiento deportivo cuando antes de la competencia, la ansiedad del deportista se encuentra dentro de su “zona de óptimo funcionamiento” (ZOF), la cual puede establecerse de manera directa o indirecta; directa, mediante las puntuaciones obtenidas en el cuestionario STAI (Spielberger, 1970

citado en Samulski, 2006), al aplicarlo varias veces en diferentes competiciones y estableciendo la zona de rendimiento óptimo con la mejor competición en alrededor de 4 puntos (.5 desviación estándar), e indirecta, realizando un análisis de los recuerdos de las emociones experimentadas por el deportista en las competiciones pasadas.

Teoría Multidimensional de la Ansiedad

Al igual que la anterior esta teoría fue elaborada como una alternativa a la hipótesis de la “U” invertida por Vealey y Burton (1990 citados en Dosil, 2008). Ellos afirman que existe una relación lineal negativa entre el estado de ansiedad cognitiva y el rendimiento deportivo y una relación en “U” invertida entre la ansiedad somática y el rendimiento deportivo como se observa en la figura 2.

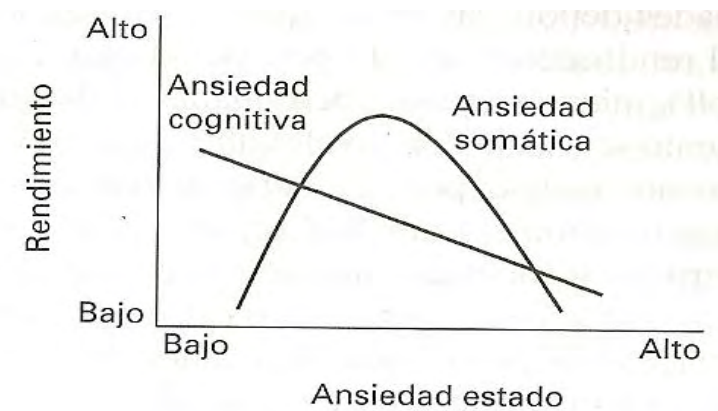


Figura 2. Teoría multidimensional de la ansiedad y su relación con el rendimiento.

Modelo de la Catástrofe

Es un modelo tridimensional desarrollado por Fazey y Cols. (1991 citados en Dosil, 2008), quienes afirman que cuando la ansiedad cognitiva del deportista es alta se produce un descenso en el rendimiento, al llegar al punto más alto de la “U” invertida rompiendo de forma “catastrófica” con ésta como se muestra en la figura 3.

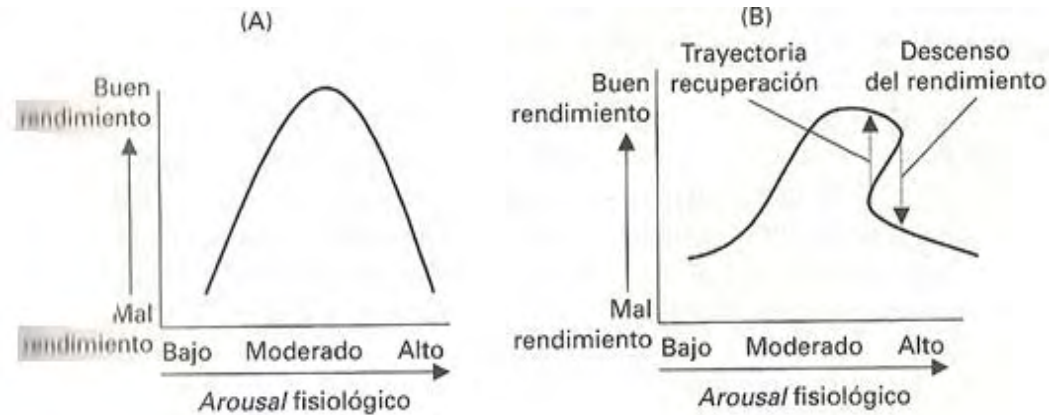


Figura 3. Predicciones de la teoría de la catástrofe ante: ansiedad cognitiva baja (A) y ansiedad cognitiva alta (B).

Teoría de la Inversión

Fue postulada por Smith y Apter (1975) y adaptada al ámbito deportivo por Kerr (1985) (citados en Dosil, 2008), quien considera que la interpretación que hace el deportista de su activación (positiva o negativa), puede variar en cualquier momento, por ejemplo, si interpreta un nivel bajo o alto de ansiedad como algo positivo en su rendimiento, el deportista y su ejecución se verán beneficiados como se observa en la figura 4.

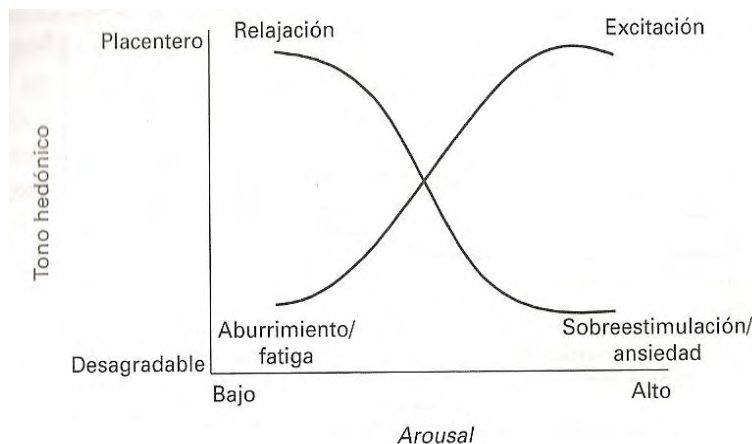


Figura 4. Teoría de la Inversión.

Modelo de la “Adaptación automática” del Aurosal a la Situación Competitiva

Según Dosil (2008), esta teoría parte del supuesto de que el organismo logra adaptarse a diversas situaciones a partir de una activación fisiológica alta o baja que responde a las necesidades o exigencias del ambiente. Específicamente en el deporte esta

activación se presenta en periodos de pre-competencia y competencia, afectando el rendimiento del deportista como se muestra en la figura 5.

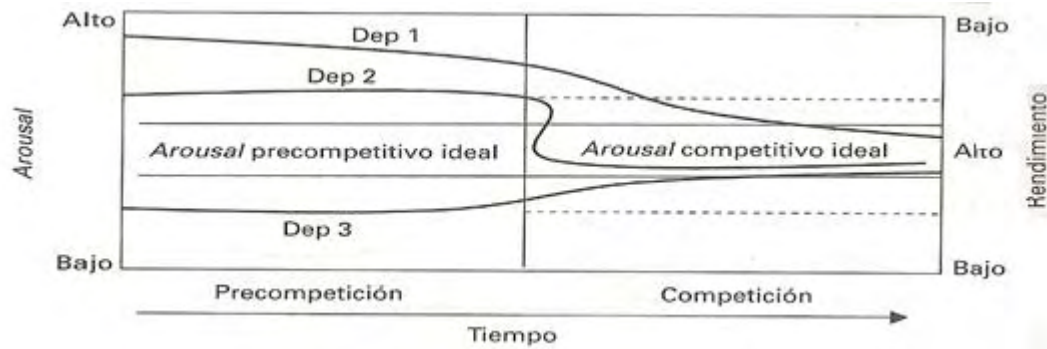


Figura 5. Modelo de la “adaptación automática” del arousal a la situación competitiva (las tres líneas que se visualizan corresponden en el modelo a tres deportistas).

Los modelos explicativos de la relación entre la ansiedad y rendimiento deportivo expuestos anteriormente, permiten tener una conceptualización más amplia de lo que se pretende mediante el presente estudio.

Rendimiento Deportivo

El concepto de rendimiento deportivo es el reflejo de un proceso de entrenamiento que abarca muchas etapas, sin embargo antes de adentrarse en su delimitación conceptual, se requiere tener una visión general de lo que se conoce como rendimiento. Es de resaltar que existen diferentes connotaciones frente a este término, debido a que ha sido utilizado como variable objeto de estudio en espacios académicos, médicos y psicológicos.

En el deporte específicamente, se encuentran múltiples factores que lo afectan y lo potencian, tales como la disciplina deportiva que se practique, la forma de competencia (individual o colectivo), las condiciones o el programa de entreno, la personalidad del jugador, el contexto familiar, el manejo de la ansiedad, entre otros (Weineck, 2005).

Como se mencionó anteriormente, al tratar de conceptualizar la palabra rendimiento surgen diferentes modelos explicativos que buscan dar respuesta frente a su relevancia y funcionalidad a partir del contexto de utilización. El primero es el modelo bioenergético o fisiológico donde se analiza el trabajo Vs consumo de energía donde el rendimiento depende del trabajo realizado en determinado periodo de tiempo, es decir, el rendimiento es igual al trabajo sobre la duración del trabajo. O, por la definición de trabajo como producto de fuerza y espacio, esta variable será equivalente al producto de la multiplicación entre fuerza y velocidad.

A partir de este modelo, los autores Hollmann y Gettin-Ger (1980 citado en Dietrich, Klaus & Klaus, 2007), desde el punto de vista de la medicina deportiva, distinguen varias magnitudes o parámetros del rendimiento: (1) la magnitud mecánica, (2) el consumo aeróbico de energía por unidad de tiempo y (3) el consumo anaeróbico de energía por unidad de tiempo. De manera que se plantea una relación directa y causal entre el rendimiento y la transferencia de energía.

El segundo modelo explicativo es el proveniente de la psicología, el cual retoma al rendimiento como la cantidad y calidad de trabajo resuelto correctamente por una persona en un tiempo determinado o de sus respuestas producidas, (Marschner, 1976 citado en Dietrich, Klaus & Klaus, 2007). En esta misma línea, desde la pedagogía, se ha identificado un tercer modelo que parte de una definición calificativa, donde el rendimiento es el resultado de la ejecución de una actividad, asociada con el esfuerzo, la superación de metas y logros de uno mismo y la actividad a ejecutar que contiene unos criterios de bondad que el contexto social le atribuye y es por tanto valorada positivamente Klafki (2005 citado en Dietrich, et. al., 2007).

Por último se encuentra el modelo del entrenamiento físico, por medio del cual se conceptualizará el rendimiento, se hace necesario conocer la derivación de la misma palabra en el contexto del entrenamiento físico, proviene de la sigla parformer, adoptada del inglés que expresa cumplir o ejecutar. A su vez, este término viene de parformance, que en francés antiguo simbolizaba cumplimiento, en otras palabras, se puede definir el rendimiento como el resultado de una acción motriz, que le permite al sujeto expresar sus potencialidades físicas y mentales (Billat, 2002).

Sin embargo en ocasiones el rendimiento deportivo no solo es el resultado de una actividad sino que su valoración incluye también un método de entreno y el esfuerzo individual del atleta que han conducido a ese resultado. En este sentido, Romero (1984 citado en García, 2009) lo define como “la unidad entre ejecución y resultado de una acción deportiva de una forma medible a través de diferentes procesos de valoración”, es decir, el resultado final de un proceso que responde a la preparación integral del deportista e involucra componentes físicos y mentales que tiene como objetivo el máximo desempeño de un atleta en una competencia.

De acuerdo con lo anterior, en un deporte de alta competencia como el fútbol, el rendimiento deportivo de elite solo se puede lograr dentro de un proceso de adquisición de habilidades técnicas, tácticas, condiciones físicas o musculares, factores psicológicos del jugador y entorno social, que se materializan en la importancia otorgada a dicha disciplina o actividad motriz (Dietrich, et. al., 2007).

Para efectos del presente estudio el término rendimiento deportivo se definirá como el resultado a un proceso deportivo que obedece a una metodología de entrenamiento integral encaminada a ejecutar, cumplir una determina actividad deportiva de acuerdo a unos parámetros o normas establecidos por un ente o institución deportiva que tenga como objetivo el máximo desempeño de un atleta en una competencia (García, 2009).

Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico

Según la APA (s.f, citada en Serrato, 2005), la psicología del deporte y el ejercicio físico se enfoca en estudiar cómo las diferentes variables psicológicas que afectan a las personas están relacionadas con su participación y rendimiento en el desarrollo de actividades deportivas. Teniendo en cuenta esta definición para los autores la psicología del deporte es una rama de la psicología aplicada en el ámbito deportivo que busca mejorar las habilidades de afrontamiento psicológicas para solución de problemas asociados al contexto deportivo antes, durante o después de una competición y potenciar así el rendimiento o desempeño deportivo.

Objetivos

Objetivo General

Analizar la relación entre la ansiedad y el rendimiento deportivo en un grupo de futbolistas de la categoría Sub-16 de la Asociación Deportivo Pasto.

Objetivos Específicos

Analizar la relación entre la ansiedad de rasgo y el rendimiento deportivo en un grupo de futbolistas de la categoría Sub- 16 de la Asociación Deportivo Pasto.

Analizar la relación entre la ansiedad de estado y el rendimiento deportivo en un grupo de futbolistas de la categoría Sub- 16 de la Asociación Deportivo Pasto.

Establecer la presencia de interacción entre ansiedad de rasgo y ansiedad de estado, en relación con el rendimiento deportivo de un grupo de futbolistas de la categoría Sub- 16 de la Asociación Deportivo Pasto.

METODOLOGÍA

Paradigma de Estudio

La presente investigación se realizó desde el paradigma cuantitativo, puesto que el propósito de esta investigación fue analizar la relación entre las variables ansiedad y rendimiento deportivo, a partir del uso de procedimientos estandarizados de recolección de datos y el uso de estrategias de análisis estadístico para el procesamiento de datos. Esto se realizó de manera secuencial y probatoria siguiendo fases rigurosas hasta llegar a la elaboración del presente informe (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

Tipo de Estudio

Este estudio es de tipo descriptivo correlacional, puesto que permite especificar las características y niveles en que se presentan las variables ansiedad de rasgo y ansiedad de estado y rendimiento deportivo, indicando en qué medida se relacionan entre sí, es decir hasta qué punto las variaciones que sufre una variable corresponden con las que presenta la otra. Es importante aclarar que estos estudios no permiten realizar atribuciones de causalidad. (Hernández, Fernández y Baptista, 2003).

Tipo de Diseño

El diseño es no experimental, dado que se observaron las variables tal y como se presentan en el contexto, sin realizar ninguna manipulación y control sobre ellas, para posteriormente analizarlas. Además la investigación tiene un diseño transversal puesto que la recolección y medida de las variables se realizó en un solo momento (Hernández, Fernández y Baptista, 2003).

Participantes

Los participantes fueron 28 jugadores de fútbol de la categoría Sub- 16 de las divisiones menores de la Asociación Deportivo Pasto, que oscilan entre los 14 y 16 años de edad. Las personas que hacen parte de esta categoría son un grupo reducido de deportistas cuyos objetivos deportivos están dirigidos a ser futbolistas profesionales. Según Papalia, Wendkos y Dustin (2003) estos jóvenes se encuentran en una edad crítica en que tropiezan con cambios en su cuerpo y personalidad, y empiezan la búsqueda y consolidación de su propia identidad, como lo afirma el director de la Escuela de Fútbol Asociación Deportivo Pasto Hugo Andrés López (Comunicación personal, 15 de noviembre, 2012) quien ha observado en los deportistas en estas edades cómo su comportamiento y personalidad empieza a cambiar, lo cual se ve reflejado, en un rendimiento deportivo inconstante e

irregular. Se debe mencionar que en la ciudad de San Juan de Pasto existe solo una entidad que hace parte del fútbol profesional y tiene estructurado dentro de su plan deportivo la conformación del equipo profesional y sus divisiones menores a nivel juvenil, pre-juvenil e infantil que nutren sus fuerzas básicas: la Escuela de Fútbol de la Asociación Deportivo Pasto.

Por otra parte, es muy importante señalar que este trabajo no tuvo la pretensión de realizar inferencias sobre la manera como se comportan las variables en una población específica, en este caso todos los jugadores de fútbol de la categoría Sub- 16 en Nariño, por lo que no fue pertinente aplicar la lógica del muestreo. Esta investigación indagó sobre la relación entre ansiedad de rasgo-estado y rendimiento deportivo en todas las personas jóvenes en general, no exclusivamente en una población, por lo que la validez externa del estudio puede ser determinada a partir de la replicación del mismo.

Estrategias de Recolección de Información ***Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE)***

Es una versión en español del STAI (State–Trait Anxiety Inventory) constituido por dos escalas de autoevaluación separadas que se utilizan para medir dos dimensiones distintas de la ansiedad. Aun cuando originalmente se desarrolló este inventario para investigar fenómenos de ansiedad en sujetos adultos normales, es decir, sin síntomas psiquiátricos, se ha demostrado que es también útil en la medición de la ansiedad en estudiantes de secundaria y universitarios. La escala A- Rasgo (ansiedad de rasgo) del inventario consta de 20 afirmaciones en las que se pide a los individuos describir cómo se sienten generalmente (ver Anexo 1).

La escala A-Estado (ansiedad de estado) también está conformada por 20 afirmaciones, pero las instrucciones requieren que los sujetos indiquen cómo se sienten en un momento dado (ver Anexo 2). Ambas escalas se encuentran impresas en una hoja. Este inventario se encuentra en presentación original en el Banco de Pruebas de Psicología de la Universidad de Nariño.

Castrillón y Borrero (2005) indican que este inventario ha sido utilizado en la evaluación de las características de la ansiedad asociándola con diversos factores (por ejemplo, los que serán mencionados más adelante en este párrafo) debido a sus valores psicométricos de especificidad conceptual y consistencia interna. Algunos estudios analizan

el nivel de correlación entre la ira, el punto de control y la ansiedad (Zeman, Shipman & Suveg, 2002 citados en Castrillón & Borrero, 2005), otros como el de Piekarska (2000 citado en Castrillón & Borrero, 2005) evalúan la correlación entre el estrés, el comportamiento abusivo de los maestros y las estrategias de afrontamiento de los niños. Así mismo trabajos como el de Caumo y Cols. (2000 citados en Castrillón & Borrero, 2005) en el que se evalúan los factores de riesgo para la ansiedad post operatoria en niños, entre otros. En cada uno de estos diversos estudios la prueba ha tenido resultados consistentes que permiten su uso diversificado.

Lo anterior indica que la prueba puede tener un uso variado y que sus resultados pueden considerarse sólidos debido a sus características psicométricas. Se realizó la validación de este inventario (ver Procedimiento- *Fase II Validación de Instrumentos*).

Registro de Evaluación de Rendimiento Deportivo en el Fútbol (RERDF)

Es una estrategia que permite tener un dato cuantitativo del rendimiento deportivo de los jugadores de la categoría sub 16. Este registro deportivo consta de una hoja y está constituido por cuatro criterios para su calificación: factor técnico, factor táctico, factor físico y factor psicológico, los cuales se califican en una escala de 1 a 10, de acuerdo al desempeño deportivo del jugador dentro de una competencia (ver Anexo 4). El RERD sirve para realizar una evaluación 360° objetiva, ya que la estrategia se presenta por núcleos de calificación: el primer núcleo es el técnico que se compone del director técnico de la categoría, el asistente técnico y el preparador físico y los otros 3 núcleos por líneas de trabajo: el núcleo defensivo (arquero y defensas), el núcleo ofensivo (delanteros y media puntas) y el núcleo creativo (volantes, recuperadores y mediocampistas).

Esta estrategia requiere que una vez culminada una competencia se valore el rendimiento de los jugadores de acuerdo con los criterios ya mencionados. La variante respecto a la evaluación 360° que se utiliza en contextos organizacionales, es que no todos se evalúan como si pasa en el modelo original; en este registro se hace necesario incluir algunas variantes de acuerdo con el deporte que se practica, el núcleo directivo no podrá ser evaluado por los deportistas y ellos sólo podrán evaluar a los compañeros de equipo que pertenezcan a su respectivo núcleo por líneas de trabajo, esto debido a que dentro de la competición según el director técnico de la categoría Sub -20 del Deportivo Pasto Geovany Ruíz (Comunicación personal, 12 agosto, 2012), es más factible que noten el rendimiento

de los jugadores de su equipo que están cercanos a él, es decir, los compañeros que pertenezcan al mismo núcleo; además de calificar el rendimiento de sus compañeros de núcleo cada jugador tendrá que evaluarse a sí mismo.

Se construyó la estrategia ya que no había otra opción teniendo en cuenta que los instrumentos que existentes para medir o evaluar el rendimiento deportivo, son de difícil accesibilidad, tienen un alto valor monetario ya que son de alta tecnología y difíciles para adquirir (ejm. Programa Prozone).

Elementos Éticos y Bioéticos

Para el desarrollo del presente estudio se tuvieron en cuenta las disposiciones del Código Ético y Deontológico frente a la ejecución de proyectos de investigación, con el fin de dar un manejo ético y responsable de la información y no atentar contra la integridad de los participantes. Los artículos tomados en cuenta para ello son:

Se guardará completa reserva sobre la información de la identidad de los participantes que en este caso los deportistas y entrenador de la categoría (Artículo 10, Código Deontológico, 2006).

Se mantendrá en un sitio cerrado y con la debida custodia, los documentos de la aplicación de las pruebas aplicadas y sus respectivos resultados (Artículo 10, Código Deontológico, 2006).

La participación en la investigación será autorizada explícitamente por las personas con las que se realizó, para el caso, esta será dada por parte de los padres o entrenadores ya que se trabaja con menores de edad (Artículo 34, Código Deontológico, 2006).

Los investigadores planearon y llevaron a cabo esta investigación científica basándose en principios éticos de respeto y dignidad, y protegerán ante todo el bienestar y los derechos de los participantes (Artículo 50, Código Deontológico, 2006).

Los investigadores entienden la importancia de seguir a cabalidad cada uno de estos principios éticos de la investigación en psicología para no incurrir en violaciones éticas que comprometan al proyecto o al bienestar social y psicológico de los participantes.

Procedimiento

El desarrollo de la presente investigación se realizó a través de las siguientes fases:

Fase I: Estructuración Teórica y Metodológica

La revisión teórica estuvo encaminada hacia los siguientes temas: definición del concepto de ansiedad, ansiedad en deportistas, modelos explicativos de la ansiedad, conceptualización de rendimiento deportivo y factores asociados al alto rendimiento deportivo en el fútbol, y la relación existente entre estos aspectos. De acuerdo con el planteamiento del problema y la revisión teórica realizada, se efectuó la caracterización metodológica del estudio, en términos de tipo de investigación, diseño, población, técnicas de recolección de información, procedimiento y plan de análisis de datos.

Fase II: Validación de Instrumentos

Históricamente la evaluación psicológica en Colombia dirigida al deporte ha sido reducida, razón por la cual se encuentran escasos antecedentes. Un primer grupo de investigadores se interesó en la construcción de nuevas pruebas como el RPDC, el RPDCF, EL IP SETA y RPS, pruebas diseñadas en Colombia para evaluar habilidades psicológicas en deportes grupales de Serrato, Castellanos y Cristancho (1995) y el adaptado para fútbol RPDC- F de Serrato, González, Mayor y Monroy (1997).

Por otra parte, se encuentran pruebas que se estandarizaron en otras regiones para su aplicación en Colombia, entre las cuales se encuentran cuatro pruebas extraídas de la psicología clínica y dos especializadas en deporte, el 16PF de Cattell, Eber y Tatsuoka(1970), el States-Trait Anxiety Inventory STAI de Spielberger (1973), el Profile of Mood Status- POMS- de McNair y Lorr; y el Dropleman (1971). Dentro de las pruebas específicas en deporte se encuentran The Sports Emotional Reaction Profile de Tutko y Tossi (1976) y IRP de Loehr (1990) (Serrato, 2006). A partir de esta revisión se identifica que la prueba que se utilizó aún no había sido validada para su aplicación en el contexto deportivo del fútbol en la región nariñense específicamente, por lo tanto fue necesario someter al inventario a un proceso de validación para garantizar su validez y confiabilidad.

El proceso de validación del inventario IDARE, se realizó a través de una prueba piloto aplicada a 20 jugadores de fútbol pertenecientes a la Escuela de Fútbol de la Asociación Deportivo Pasto entre los 14 y 16 años de edad. En esta prueba piloto se evaluaron los criterios de claridad de cada uno de los ítems y sus instrucciones, con el fin de que el inventario tenga mayor validez y confiabilidad al ser aplicado en el contexto nariñense, dado que existen diferencias lingüísticas entre la región en que fue validado y

ésta; por lo cual el significado o interpretación de las palabras o frases en los ítems del inventario pueden cambiar o no ser claros lo que restaría objetividad a los resultados del estudio. Después de la prueba piloto los resultados se sometieron a validación por jueces expertos en cuanto al sentido y claridad de los ítems modificados. Como resultado de este proceso se logró la validación del inventario IDARE pretendiendo conservar la mayor parte de las características del inventario para su aplicación.

El proceso de validación de la estrategia de recolección de información *RERDF*, se realizó a través de la validación por 3 jueces expertos; el director técnico de la categoría Sub 20 divisiones menores, el director técnico de la categoría Sub 16 divisiones menores y el director de la Escuela de Fútbol Deportivo Pasto, se sometió el formato a los criterios de claridad y suficiencia de las instrucciones de la estrategia y a los criterios de claridad, pertinencia y suficiencia para los ítem de calificación, esto con el fin de que la estrategia tenga mayor validez y confiabilidad al ser aplicada a los deportistas de la categoría, para la construcción de la estrategia se tuvo en cuenta la edad, el lenguaje y la redacción para lograr mayor objetividad en los resultados del estudio.

Posterior a esta presentación la validación por jueces permitió realizar recomendaciones y modificaciones a la estrategia *RERDF*, en los criterios de calificación de los componentes técnicos, tácticos, físicos de la estrategia. De acuerdo con lo anterior la estrategia *RERDF* fue aplicada a los participantes del estudio de la categoría sub 16, al director técnico, al asistente técnico y al preparador físico.

Fase III: Aplicación de Instrumentos

Aplicación de los Instrumentos IDARE y RERDF

Con el fin de recolectar información sobre los niveles de ansiedad de rasgo y ansiedad de estado y el rendimiento deportivo de los jugadores fútbol de la categoría Sub-16 de las divisiones menores de la Asociación Deportivo Pasto se aplicó del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE) y el Registro de Evaluación de Rendimiento Deportivo en el Fútbol (RERDF), de las cuales antes de su aplicación se consiguió el consentimiento para la utilización de estos instrumentos (ver anexo 4). Posteriormente se procedió a pactar las fechas y los espacios para la realización de las reuniones en las que se dio a conocer a los jugadores de la categoría y cuerpo técnico las implicaciones de la investigación. De acuerdo a lo contemplado en los aspectos deontológicos y de bioética, se procedió a dar

lectura al consentimiento informado documento que formalizó la participación voluntaria de los jugadores en la investigación y el cual fue diligenciado por el técnico de la categoría sub 16 Deportivo Pasto. Así mismo, antes de cada aplicación se informó sobre el contenido de los instrumentos y su objetivo. Posteriormente se dio las instrucciones, se aclararon dudas respecto a los ítems y se procedió a la aplicación.

La aplicación de cada instrumento se desarrolló así:

Aplicación Escala A-Rasgo

Se realizó la aplicación de la autoevaluación de la ansiedad de rasgo del IDARE 15 días antes de una competición importante a los 28 jugadores participantes de la investigación. Esta aplicación se hizo una vez terminada la sesión de entrenamiento diaria a todos los deportistas en un mismo tiempo en la cancha de la Universidad de Nariño. Los datos se recogieron y se tabularon en una matriz para su posterior análisis.

Aplicación Escala A-Estado

Se hizo la aplicación a los 28 participantes del estudio de la autoevaluación de ansiedad de estado del IDARE 10 minutos antes de una competición importante. Esta aplicación se hizo en el camerino contiguo a la cancha deportiva del Hospital San Rafael a los 28 jugadores en un mismo tiempo.

Aplicación RERDF

Finalizada la competencia se aplicó el Registro de Evaluación de Rendimiento Deportivo en el Fútbol (RERDF) siguiendo las instrucciones que se especifican en el instrumento (ver Anexo 3). Esta aplicación se hizo en el camerino contiguo a la cancha deportiva a los 28 jugadores participantes del estudio, el director técnico, el asistente técnico y el preparador físico en un mismo tiempo.

Fase IV: Análisis de Resultados y Elaboración del Informe Final

Se organizó y clasificó la información obtenida a través de la aplicación de los instrumentos y estrategias utilizadas, ésta información fue analizada con el Paquete Estadístico SPSS (versión 20). Se realizó el análisis descriptivo de ésta información y se verificaron los supuestos de normalidad de las diferentes variables a partir de la prueba Shapiro- Wilk. Posteriormente se hizo un análisis estadístico de la correlación lineal entre las puntuaciones directas para la ansiedad de rasgo y la ansiedad de estado con el rendimiento deportivo, éste fue realizado con el coeficiente de correlación de Pearson para

las variables que cumplieron con el criterio de normalidad y con la prueba no paramétrica de Spearman para las variables que no cumplieran este supuesto. Para determinar la posible interacción entre ansiedad de rasgo y ansiedad de estado en su relación con el rendimiento deportivo inicialmente se clasificaron las medidas de ansiedad en dos (ansiedad rasgo o estado alta y ansiedad rasgo o estado media-baja) y se utilizó la prueba no paramétrica de Kruskal Wallis. Se realizó una discusión relacionando los datos obtenidos a través del análisis estadístico, lo que señala la teoría, estudios anteriores y nuestras propias opiniones basadas en la investigación. A partir de esto se realizaron las conclusiones y recomendaciones respectivas.

Plan de Análisis de Datos

Se registraron los resultados del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE) y Registro de Evaluación de Rendimiento Deportivo en el Fútbol (RERDF) teniendo en cuenta las especificaciones de cada prueba para lograr obtener las puntuaciones directas de éstas para cada jugador.

Los resultados recogidos de cada uno de los instrumentos fueron organizados y analizados a través del Paquete Estadístico SPSS. En primer lugar se realizó la caracterización de la población de acuerdo a su edad y se continuó con el análisis descriptivo de los datos para cada una de las variables: los resultados del IDARE para la ansiedad de rasgo y ansiedad de estado y el RERDF para el rendimiento, y por último de la relación entre variables.

De los dos primeros indicados se realizó la descripción de los porcentajes de las puntuaciones en los niveles alto, medio y bajo, teniendo en cuenta la media y las puntuaciones máximas y mínimas en esta descripción.

A continuación se realizó el análisis descriptivo de la relación entre las variables estudiadas. En primer lugar para poder calcular el grado de correlación entre las variables, se comprobaron los supuestos estadísticos de normalidad de los datos de las diferentes variables, estos fueron analizados con la prueba Shapiro- Wilk, la cual según Gutiérrez (2010) es utilizada para determinar supuestos de normalidad en estudios con menos de 50 datos como lo es éste. Dado que la información mostrada por prueba indicó que no se cumplieran los supuestos de normalidad para todos los datos de las variables, se utilizaron el

coeficiente de Pearson (para distribuciones normales) y la prueba no paramétrica de Spearman (para los casos en que no se cumplió el supuesto de normalidad).

Para poder someter a prueba la existencia de diferencias significativas entre nivel de ansiedad y rendimiento deportivo, y observar la posible interacción entre ansiedad de rasgo-estado en su relación con el rendimiento deportivo, las puntuaciones que obtuvieron los jugadores en cada una de las medidas de ansiedad (puntuación A-Rasgo, puntuación A-Estado), fueron clasificadas en dos grupos: a) Ansiedad Alta y b) Ansiedad Media-Baja, grupos que se organizaron a partir de la media y la desviación estándar de las puntuaciones directas para cada prueba.

Para cada una de las medidas de ansiedad se pensaba realizar un análisis de Varianza ANOVA, comparando las puntuaciones medias de rendimiento obtenidas por los grupos de ansiedad alta y media- baja y sus correspondientes interacciones como se puede ver en la tabla 1, pero dado que los supuestos de normalidad y homogeneidad de varianzas no se cumplieron se usó la prueba no paramétrica de Kruskal Wallis. Para corroborar este resultado se realizó la prueba de la mediana la cual constato que la prueba de Kruskal Wallis fue la indicada para establecer la presencia de interacción entre las variables ansiedad de rasgo y estado y el rendimiento deportivo en este estudio.

Tabla 1

Grupos de comparación para analizar la presencia de relación entre rendimiento deportivo e interacción entre ansiedad de rasgo y estado.

Ansiedad de Estado	Ansiedad de Rasgo		
	Alta	Media	Baja
Alta	Ae-Ar	Ae-Mr	Ae-Br
Media	Me-Ar	Me-Mr	Me-Br
Baja	Be-Ar	Be-Mr	Be-Br

RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados de la investigación atendiendo el siguiente orden: la caracterización de los participantes, los resultados del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE) y del Registro de Evaluación de Rendimiento Deportivo en el Fútbol (RERDF), y la relación entre variables.

Caracterización de los Participantes

El grupo de participantes considerado para el presente estudio está constituido por 28 jóvenes entre 14 y 16 años de edad, que están vinculados a la categoría Sub- 16 de las divisiones menores de la Asociación Deportivo Pasto. De estos jóvenes, un pequeño porcentaje (alrededor del 30%) están vinculados a diferentes instituciones públicas del municipio de Pasto y se encuentran bajo la responsabilidad de sus padres, el otro 70% de ellos son favorecidos por la Asociación Deportivo Pasto para vivir y cohabitar en la Casa Hogar bajo la responsabilidad de la Institución. En este espacio se le proporciona a los deportistas la alimentación, la posibilidad de terminar sus estudios académicos, subsidio de transporte e implementos de aseo personal, puesto que gran parte de ellos son pertenecientes a los municipios de Mocoa, Barbacoas, Tumaco, y veredas aledañas a estos dos últimos municipios.

La vinculación de estos jóvenes se hace por medio de un periodo de preselección que se lleva a cabo en las instalaciones del Club Deportivo Pasto en el mes de Enero, en que se evalúan las aptitudes y actitudes físicas, técnicas de cada jugador. Estas pruebas deportivas requieren que cada joven realice su mejor esfuerzo para ser seleccionados y favorecidos con la vinculación a esta categoría de Divisiones Menores.

Igualmente se tuvo la colaboración del cuerpo técnico de la categoría (el director técnico, el asistente técnico y el preparador físico) quienes cumplieron con la función de evaluadores del rendimiento deportivo teniendo en cuenta los factores técnicos, tácticos, físicos y psicológicos del instrumento RERDF.

Resultados del IDARE

A los jugadores participantes se les aplicó la Escala A- Rasgo del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE) y la Escala A – Estado del mismo inventario.

Se tuvieron en cuenta la puntuación mínima, máxima y la media puntuadas por los 28 jugadores participantes del estudio, éstas se presentan en la tabla 2. Teniendo en cuenta la similitud de las medias y la amplitud de la desviación típica, puede afirmarse que no se encuentran diferencias significativas entre las puntuaciones de las escalas A-Rasgo y A-Estado.

Tabla 2

Estadísticos Descriptivos de los Instrumentos de Evaluación de Ansiedad Estado-Rasgo

	Estadísticos Descriptivos					
	N Estadístico	Mínimo Estadístico	Máximo Estadístico	Media Estadístico	Error típico	Desv. típ. Estadístico
A – Rasgo	28	29	48	37,96	1,077	5,699
A – Estado	28	23	42	33,07	,980	5,185
N válido (según lista)	28					

Los resultados de la escala A-Rasgo del IDARE mostraron que la menor parte de los participantes obtuvo un nivel de ansiedad de rasgo bajo, una gran mayoría de los participantes tuvo un nivel de ansiedad de rasgo medio y finalmente los participantes restantes puntuaron un nivel de ansiedad de rasgo alta, como muestra la figura 6.

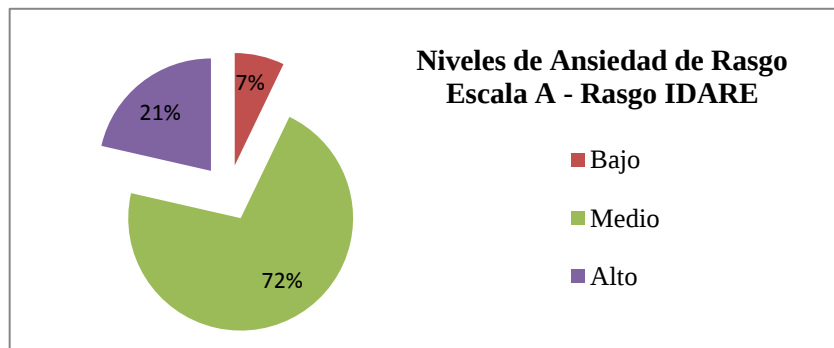


Figura 6. Puntuaciones Escala A-Rasgo del IDARE

Refiriéndose a los niveles de ansiedad de estado puntuados en la escala A- Estado del IDARE, los resultados mostrados en la figura 7, indican que el mínimo de los participantes obtuvieron un nivel bajo de ansiedad de estado, el mismo porcentaje de participantes tuvieron un nivel alto de ansiedad de estado y la mayoría de los participantes puntuaron dentro del nivel medio de ansiedad de estado.

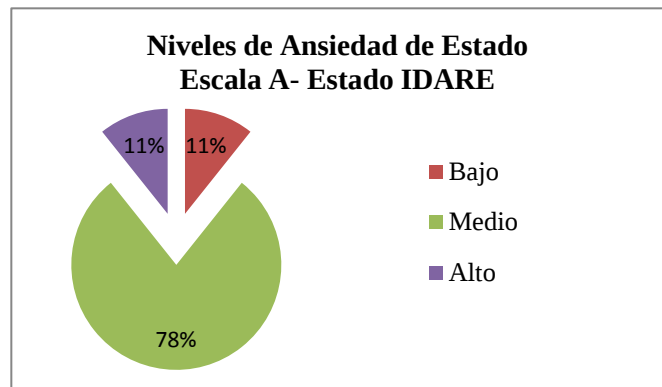


Figura 7. Puntuaciones Escala A- Estado del IDARE

Resultados del Registro de Evaluación de Rendimiento Deportivo en el Fútbol RERDF

Se utilizó el Registro de Evaluación de Rendimiento Deportivo en el Fútbol (RERDF) como una estrategia que permite tener un dato cuantitativo del rendimiento deportivo de los 28 jugadores participantes de la investigación. Para obtener esta información se tuvo en cuenta cuatro factores asociados al rendimiento deportivo: el técnico, el táctico, el físico y el psicológico.

Las puntuaciones obtenidas en cada uno de los factores de la estrategia (Factor técnico, táctico, físico y psicológico) mostraron que ninguno de los participantes obtuvo un nivel bajo de rendimiento deportivo en ningún factor como indica la figura 8. Así mismo, se puede observar como en el factor técnico de rendimiento deportivo la mayor parte de los participantes consiguieron un nivel alto de rendimiento técnico y solo unos pocos de los participantes consiguieron un nivel medio de rendimiento técnico. En el factor táctico la mayor parte de los participantes obtuvo un nivel alto de rendimiento táctico y una pequeña cantidad de los participantes fueron puntuados con un nivel medio de rendimiento táctico. Los resultados para el factor físico de rendimiento deportivo de la estrategia y el factor psicológico mostraron resultados similares a los descritos en los dos factores anteriores.

En cuanto al promedio total del rendimiento deportivo de los jugadores participantes, como muestra la figura 8, la mayoría de los jugadores participantes de la investigación obtuvieron puntuaciones altas en su rendimiento deportivo general y la tercera parte de estos jugadores obtuvo una puntuación media.

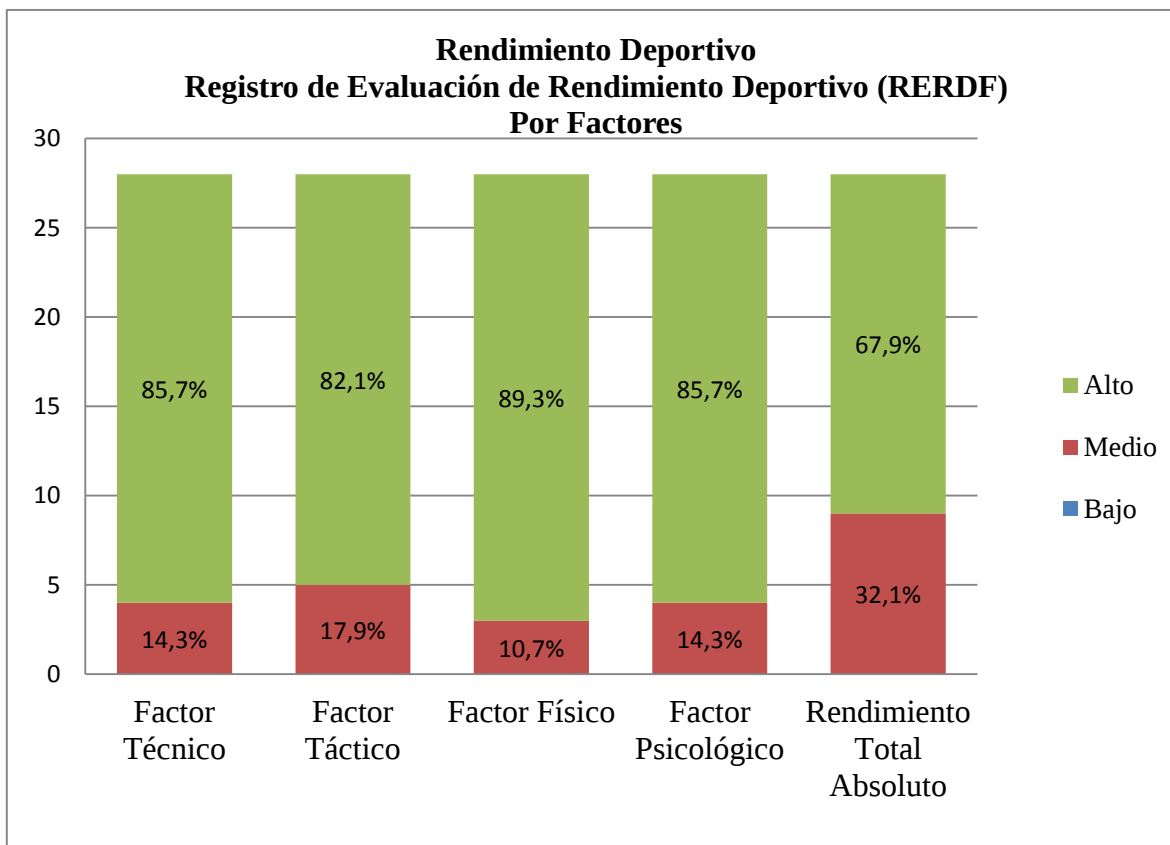


Figura 8. Puntuaciones del RERDF

Por otra parte, a partir de la aplicación del RERDF se logró obtener las puntuaciones absolutas de rendimiento deportivo de los jugadores y del cuerpo técnico dentro de una competencia, a través de la cual los jugadores se evaluaron entre sí y los integrantes del cuerpo técnico también evaluaron a los jugadores, obteniendo un promedio total de las puntuaciones como se indica la figura 9. Donde la calificación de rendimiento deportivo de los jugadores fue superior por 1.4 punto a la calificación asignada por el cuerpo técnico.

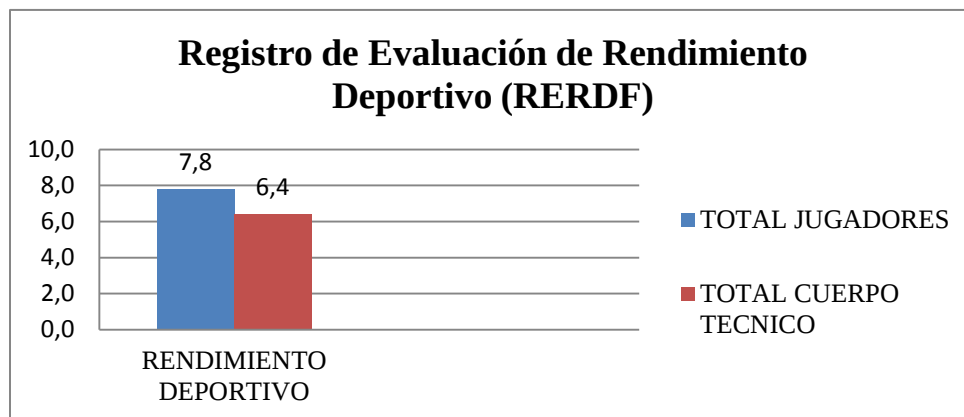


Figura 9. Calificación del Rendimiento

Relación entre Variables

Anterior a la aplicación de las pruebas de correlación se realizaron y analizaron gráficos de dispersión entre las variables cruzadas. Se identificó en los gráficos una tendencia hacia la correlación lineal inversa en algunas variables, lo cual se confirmó a través de las pruebas expuestas a continuación. Además, se descartó la posibilidad de correlaciones curvilíneas.

Para calcular el grado de correlación entre las variables estudiadas, se comprobaron los supuestos estadísticos de normalidad de los datos de las diferentes variables, estos fueron analizados con la prueba Shapiro- Wilk utilizada para determinar supuestos de normalidad en estudios con menos de 50 datos. En la tabla 3, se observa normalidad y homogeneidad para la mayoría varianzas, menos en el factor táctico; por lo tanto se recurrió a la correlación de Pearson para distribuciones normales y la correlación de Spearman para distribuciones no paramétricas, en este caso el factor táctico.

Tabla 3

Pruebas de Normalidad de los Resultados Obtenidos en cada Instrumento/Estrategia

	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.
A-Rasgo	,937	28	,092
A-Estado	,970	28	,587
TécnicoTP	,962	28	,398
TácticoTP	,946	28	,155
FísicoTP	,966	28	,486
PsicológicoTP	,940	28	,111
P. Total Prof.	,962	28	,384
TécnicoTJ	,967	28	,494
TácticoTJ	,934	28	,080
FísicoTJ	,964	28	,423
PsicológicoTJ	,954	28	,246
P. Total	,961	28	,372
Jugadores	,956	28	,285
Total Absoluto	,956	28	,285
Técnico	,971	28	,604
Táctico	,926	28	,050
Físico	,962	28	,386
Psicológico	,971	28	,596

Una vez obtenidas las puntuaciones brutas de las pruebas se realizó la correlación de Pearson para factores de distribuciones normales, como se pueden observar en la tabla 4.

Tabla 4

Correlación de Pearson para Factores con Distribuciones Normales

Correlación De Pearson Para Distribuciones Normales			
Factores De Rendimiento	Análisis De Correlación De Pearson	A-Rasgo	A-Estado
TécnicoTP	Correlación de Pearson	-0,33	-0,39
	Sig. (bilateral)	0,08	0,04
TácticoTP	Correlación de Pearson	-0,38	-0,66
	Sig. (bilateral)	0,04	0,00
FísicoTP	Correlación de Pearson	-0,06	-0,31
	Sig. (bilateral)	0,77	0,10
PsicológicoTP	Correlación de Pearson	-0,25	-0,37
	Sig. (bilateral)	0,20	0,05
P. Total Prof.	Correlación de Pearson	-0,33	-0,57
	Sig. (bilateral)	0,09	0,00
TécnicoTJ	Correlación de Pearson	-0,16	-0,39
	Sig. (bilateral)	0,41	0,04
TácticoTJ	Correlación de Pearson	-0,33	-0,46
	Sig. (bilateral)	0,09	0,01
FísicoTJ	Correlación de Pearson	-0,24	-0,26
	Sig. (bilateral)	0,21	0,19
PsicológicoTJ	Correlación de Pearson	-0,31	-0,51
	Sig. (bilateral)	0,11	0,01
P. Total Jug.	Correlación de Pearson	-0,29	-0,44
	Sig. (bilateral)	0,14	0,02
Total Absoluto	Correlación de Pearson	-0,33	-0,54
	Sig. (bilateral)	0,09	0,00
Técnico	Correlación de Pearson	-0,25	-0,43
	Sig. (bilateral)	0,20	0,02
Físico	Correlación de Pearson	-0,19	-0,32
	Sig. (bilateral)	0,34	0,10
Psicológico	Correlación de Pearson	-0,36	-0,57
	Sig. (bilateral)	0,06	0,00

La prueba de correlación de Pearson entre las variables del estudio que se muestra en la tabla 4, presenta una correlación estadísticamente significativa, con un coeficiente

relativamente alto y negativo entre ansiedad de estado y los factores: táctico en el total de la puntuación hecha por los docentes técnicos de la categoría (Táctico TP), psicológico en el total de la puntuación realizada por los jugadores (Psicológico TJ), en la puntuación total del rendimiento deportivo realizada por los docentes técnicos (P. Total Prof.) y en la puntuación total de rendimiento (Total Absoluto). Con estos factores se encontraron valores de correlación entre -0,51 y -0,66, los cuales fueron significativos ($p < 0.05$). Lo anterior permite aceptar la hipótesis de trabajo en la que se afirma que existe una correlación negativa entre el nivel de ansiedad de estado y el rendimiento deportivo general. Este tipo de correlación indica que si el valor de la variable ansiedad estado aumenta, se puede esperar que el rendimiento deportivo general y en especial el rendimiento en los factores psicológicos y tácticos disminuyan, y lo contrario, es decir, que si se presenta un alto rendimiento, se presente un bajo nivel de ansiedad de estado.

De igual manera, la prueba de correlación Spearman que se puede observar en la tabla 5, muestra un coeficiente de correlación entre ansiedad de estado y el factor táctico -0,66 con un p valor < 0.05 , indicando una correlación estadísticamente significativa, alta e inversa. Este tipo de correlación supone que al aumentar la ansiedad de estado, el rendimiento deportivo en su factor táctico disminuye y que al disminuir la ansiedad de estado se notará un incremento en este factor del rendimiento deportivo.

Tabla 5

Correlación de Spearman para Distribuciones No Paramétricas

Correlación De Spearman Para Distribuciones No Paramétricas			
Factores De Rendimiento	Análisis De Correlación De Spearman	A-Rasgo	A-Estado
Táctico	Coeficiente de correlación	-,351	-,664**
	Sig. (bilateral)	,067	,000

En lo que respecta a la correlación entre la ansiedad de rasgo y los factores asociados al rendimiento deportivo, como se indica en las tablas 4 y 5, no se encontraron correlaciones significativas, sin embargo observaron coeficientes de correlación inversa, no muy alta y con una significancia cercana al límite aceptado (0.06) entre ansiedad de rasgo y los factores: táctico del total calificado por los jugadores y por los docentes técnicos

(Táctico TJ y Táctico TP) y el total absoluto del factor psicológico (Psicológico). Estos valores están entre -0,33 y -0,38. Lo anterior, aun con un p. valor levemente alejado del aceptado como significativo, puede sugerir que un aumento en los niveles de ansiedad de rasgo en un jugador de la categoría tiene algunas probabilidades de estar asociado con la disminución en su rendimiento deportivo o viceversa.

Interacción De Las Variables Ansiedad Rasgo-Estado Y Rendimiento

Para determinar la posible interacción entre ansiedad de rasgo-estado en su relación con el rendimiento deportivo, las puntuaciones de los jugadores en cada una de las medidas de ansiedad (A-Rasgo, A-Estado), se clasificaron en dos categorías. Ansiedad alta y ansiedad media-baja. No se utilizó la clasificación de ansiedad alta, media y baja para observar los efectos de interacción, porque al cruzar las dos variables (A-Rasgo, A-Estado) con las tres categorías ordinales (alto, medio y bajo) algunas combinaciones quedaron vacías (sin sujetos), por esta razón, se decidió hacer el cruce dicotomizando las variables, resultando de este modo cuatro grupos a comparar en cuanto al desempeño como se indica en la tabla 6.

Tabla 6

Cruce de Variables Dicotomizadas

Cruce de Variables Dicotomizadas		Ansiedad Rasgo	
		Ansiedad Rasgo Alta	Ansiedad Rasgo Media-Baja
Ansiedad Estado	Ansiedad Estado Alta	1 sujetos	3 sujetos
	Ansiedad Estado Media-Baja	5 sujetos	19 sujetos

Se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los cuatro grupos, lo que indica que no se pueden inferir efectos de interacción entre la ansiedad de rasgo y la ansiedad de estado, sobre el rendimiento deportivo.

Para contrastar este resultado se realizó la prueba de la mediana. Los resultados de ésta indicaron que no es posible utilizarla debido a que hay 75% de casillas con frecuencias menores a 5, y sin ese supuesto no se pudo aplicar este tipo de análisis estadístico de

manera que la prueba no paramétrica de Kruskal Wallis fue la indicada para establecer la presencia de interacción de ansiedad rasgo y estado y rendimiento deportivo.

En la figura 10 se muestra la interacción entre los grupos de ansiedad y el rendimiento deportivo. Aunque no se haya presentado significancia estadística en las diferencias de los puntajes, probablemente como resultado de la pérdida de potencia estadística debido al reducido número de sujetos, en la representación gráfica es posible observar diferencias en el rendimiento deportivo de los cuatro grupos. En la mayoría de ellos el rendimiento deportivo de los participantes fue medio-bajo. A diferencia del grupo de ansiedad de rasgo media baja y ansiedad de estado media-baja (MBR-MB), en el cual las puntuaciones de los participantes se acercaron a una desviación estándar por encima de la media de los datos, siendo el grupo con las mayores puntuaciones de rendimiento deportivo.

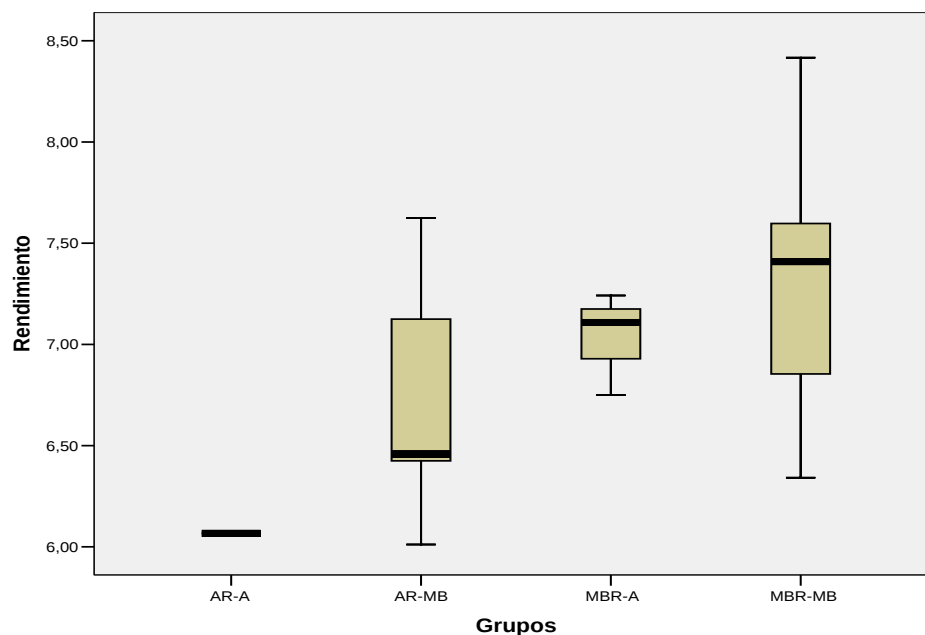


Figura 10. Interacción entre Grupos de Ansiedad y Rendimiento Deportivo

DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como propósito analizar la relación entre ansiedad y rendimiento deportivo en jugadores de la categoría Sub-16 de la Asociación Deportivo Pasto.

Se puede observar en los resultados del IDARE que la diferencia entre las puntuaciones en las escalas A-Rasgo y A-Estado no son significativas (ver Tabla 2), esto también es notorio al comparar las Figuras 3.1 y 3.2. Estos resultados según Landers y Boutcher (1991, citados en Aguirre-Loaiza y Ramos, 2011) son los esperados, ya que a pesar de las características específicas de cada tipo de ansiedad, suele suceder en deportistas, que cuando tienen puntuaciones altas en ansiedad de rasgo también las tienen en ansiedad de estado en dichas condiciones específicas (en este caso antes de una competencia importante). Esto puede deberse a que la ansiedad de rasgo es una tendencia conductual arraigada que lleva a jugadores que tienen un nivel alto de ésta perciban como amenazantes una amplia gama de situaciones, entre las cuales podrían estar las competencias futbolísticas. Por tanto, es más probable que sus niveles de ansiedad de estado en situaciones específicas como la competencia también sean altos.

Por otra parte, tomando en cuenta los resultados obtenidos a partir de la aplicación del Registro de Evaluación del Rendimiento Deportivo en el Fútbol, se identificó que las variables ansiedad de rasgo, ansiedad de estado, se encuentran correlacionadas con el rendimiento deportivo. Estos resultados son congruentes con la investigación de Gavidia (2007) en la que se logró identificar que los niveles elevados de ansiedad están relacionados con bajo rendimiento deportivo y viceversa, siendo la ansiedad una variable que tiene una relación significativa con el rendimiento deportivo. Como menciona Lazarus (2000 citado en García-Ucha, 2009), el mal manejo de la ansiedad lleva a bajos niveles de rendimiento deportivo y a fracasos en competencias.

Como indica la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés (s.f) los síntomas propios de la ansiedad alta son: preocupación, temor, inseguridad, dificultad para decidir, pensamientos negativos sobre la propia actuación ante los otros, taquicardia, sudoración, molestias gástricas, dificultades respiratorias, náuseas, entre otras. Por consiguiente, estos síntomas pueden entorpecer la capacidad de los jugadores para tomar decisiones dentro de un juego, de prestar atención a lo ocurrido dentro de él, de correr o realizar maniobras propias del fútbol, lo cual finalmente lo llevará a cometer errores dentro del partido y tener un bajo rendimiento en él.

Con relación a los propósitos de la investigación, y específicamente al abordar la relación entre la ansiedad de rasgo y el rendimiento deportivo, y la relación entre la

ansiedad de estado y el rendimiento deportivo, mediante un riguroso análisis fue posible encontrar que existe la presencia de ansiedad de rasgo y ansiedad de estado en diferentes niveles en los jugadores de la categoría. En cuanto a la ansiedad de rasgo presenta una relación con el rendimiento deportivo, que aunque se acerca, no alcanza a ser estadísticamente significativa. Por el contrario, los resultados del estudio en cuanto a la correlación entre la ansiedad de estado y el rendimiento deportivo, indicaron que esta es significativa, fuerte y de signo negativo, como puede observarse en la tabla 4. Esto indica que los jugadores de fútbol que, momentos antes de la competencia, presentaron altos niveles de ansiedad de estado, exhiben durante la competencia un nivel bajo de rendimiento deportivo, en especial con los factores del rendimiento deportivo táctico y psicológico, donde se encontraron correlaciones especialmente fuertes e inversas.

Con respecto a la relación entre la ansiedad de rasgo y el rendimiento deportivo; Bueno, Capdevila y Fernández- Castro (2003), afirman que cada vez se encuentra mayor evidencia que indica que la ansiedad de rasgo no predice directamente el rendimiento deportivo. Lo cual podría explicarse debido a que la ansiedad de rasgo es una característica conductual, que puede ser controlada en situaciones como la competencia a través del entrenamiento en técnicas psicológicas como la relajación progresiva, la aceptación, la deslateralización, entre otras, y así no afectar al rendimiento deportivo. Este no es el caso de los participantes del estudio puesto que la Escuela de la Asociación Deportivo Pasto no está abarcando el componente psicológico dentro de su metodología de entrenamiento.

Es posible que suceda lo afirmado por Diaconu (2013) en cuanto a que la exposición continuada rompe la asociación entre el estímulo y la respuesta emocional condicionada, en este caso la ansiedad de rasgo. Por lo cual, los participantes del estudio al estar expuestos repetidamente en entrenamientos a los diferentes factores del rendimiento deportivo pueden llegar a habituarse a sus niveles de ansiedad de rasgo y no llevarían a variaciones en su rendimiento. En el caso de situaciones nuevas para los participantes y de especial trascendencia como las competencias en torneos importantes, en los cuales actúa y fue evaluada la ansiedad de estado, no existe posibilidad de que ocurra habituación, y es probable que debido a esto, sus niveles de ansiedad de estado sí afecten su rendimiento deportivo. Estas variaciones han sido observadas durante las sesiones de entrenamiento y

durante las competencias por parte de uno de los investigadores que tiene contacto diario y directo con los participantes del estudio.

La correlación entre la ansiedad de estado y el rendimiento deportivo, en especial con los factores del rendimiento tácticos y psicológicos, donde se encontraron las correlaciones más fuertes, puede deberse a que como fue mencionado anteriormente, los síntomas psicológicos y físicos de la ansiedad logran afectar el rendimiento en momentos específicos como la competencia, en el factor táctico se puede evidenciar en la dificultad de los jugadores de fútbol para realizar una anticipación en el juego, o un desmarque o marcaje según el caso, también en el momento de tomar una decisión en los movimientos y transiciones de ataque a defensa o de defensa hacia el ataque, y en el factor psicológico, en la dificultad para concentrarse, motivarse hacia el juego, liderar una jugada, entre otros. En pequeñas dosis, la ansiedad de estado en competencia, según Miras y Onrubia (s.f. citados en Burbano & Cadena, 2011) hace que exista un mayor nivel de dedicación y atención a las tareas específicas como lo puede ser el realizar un desmarque, pues estos niveles bajos están caracterizados como estados de alerta que permiten que se incremente la percepción y atención de los jugadores hacia lo que sucede a su alrededor, manteniendo su capacidad para afrontar y resolver tareas. Caso contrario con lo que sucede en niveles altos de ansiedad de estado, como lo afirma Rains (2004, citado en Burbano & Cadena), pues estos altos niveles se relacionan con errores tanto intelectuales como psicomotrices, debido a que la ansiedad compromete el funcionamiento psicológico, especialmente en los procesos de memoria y concentración llevando a errores en la ejecución de tareas en una competencia futbolística y por ende a que sea puntuado un bajo rendimiento deportivo.

En este mismo sentido, los estímulos propios del partido como el resultado obtenido, rival a enfrentar, torneo en juego, tribuna local o visitante, entre otros, pueden hacer que sean percibidos como amenazantes por los participantes del estudio, por lo cual se enfocarían más en estos estímulos amenazantes que en las tareas que deben desempeñar dentro de la competencia. Como sugiere Imatz (2007) cuando las personas sienten ansiedad tienden a dirigir su atención a la información negativa, descuidando otros aspectos a su alrededor. Con base en su estudio, Vaquero (2007 citado en Imatz, 2007) indica que *“es razonable suponer que nuestro sistema atencional esté configurado para movilizarse ante cualquier información relevante, y que esa movilización sea más exigente cuando procesa*

información amenazante”, y es lógico esperar que debido a este incremento en la exigencia de procesar información amenazante, se disminuya casi diametralmente la atención brindada a información neutra o positiva (oportunidades) y en consecuencia se incremente la probabilidad de que ocurran errores que incidan en descensos en su rendimiento deportivo.

En cuanto a este sesgo atencional hacia los estímulos considerados amenazantes, el cual causa desconcentración en las tareas referidas al rendimiento en competencia, varias investigaciones sugieren que es una función interactiva entre la ansiedad de rasgo y la ansiedad de estado (Bradley, Mogg, Millar & White, 1995; Broadbent & Broadbent, 1988; Mathews & MacKeod, 1988; MacLeod & Rutherford, 1992; Mogg & Cols., 1994; Egloff & Hock, 2001 citados en Mercado, 2004). Para que este sesgo atencional se produzca es necesario que se presenten altos niveles de ansiedad de rasgo acompañados por altos niveles de ansiedad de estado en una situación específica. Lo cual sucede con los jugadores participantes, evidenciado en sus puntuaciones en las escalas A-Rasgo y A-Estado del IDARE. Por sí solos, probablemente los niveles altos de ansiedad de rasgo en los participantes no les provocarían sesgos atencionales, pues es necesario que se presenten situaciones percibidas como amenazantes como lo puede ser una competencia importante y todos los estímulos involucrados en ella para lograr una dispersión de la atención y concentración hacia todos ellos. Puede ser por esto que en los participantes la correlación con el rendimiento deportivo sea significativa e inversa, solamente cuando también se presentan elevados niveles de ansiedad de estado, los cuales afectarían su atención y finalmente su ejecución de tareas. Mercado (2004), a partir de la revisión teórica, informa que aún no se puede afirmar que existe la posibilidad de que niveles altos de ansiedad de estado por si solos causen sesgos atencionales, pero que aún hace falta mayor investigación al respecto para poder afirmarlo con certeza.

Es importante señalar que la correlación negativa entre la ansiedad estado y el rendimiento no es exclusiva del fútbol, en otros estudios como el de Garcia (2009), realizado con deportistas de alto rendimiento en diferentes disciplinas demuestra lo anteriormente mencionado. De la misma manera, Abenza (2009 citado en Aguirre-Loaiza y Bermúdez 2011) afirma en su investigación que el inadecuado manejo o control de la ansiedad puede estar asociado con el rendimiento en la competencia, encontrando una

afectación y relación mutua entre la ansiedad de estado y el rendimiento, es decir, la ansiedad afecta el rendimiento y el rendimiento (resultados previos) afecta a la ansiedad estado. Esto implicaría que la ansiedad de estado entraría en un círculo vicioso, donde al afectarse el rendimiento deportivo del jugador en competencia, éste se percataría de los errores cometidos, y probablemente temiendo la sanción social del público asistente u otros jugadores, o una evaluación desfavorable por parte del técnico; paradójicamente incrementa su nivel de ansiedad de estado y en consecuencia empeora su rendimiento deportivo en próximas competencias.

En relación a los resultados antes comentados, igualmente Sue (1996), indica que niveles altos de ansiedad causan desconcentración y otros problemas que conllevan al deterioro de la función psicológica y a errores psicomotrices e intelectuales, y finalmente a un bajo rendimiento deportivo, y en la situación contraria cuando los niveles de ansiedad bajan el rendimiento deportivo subirá.

A manera de hipótesis, es posible plantear que los resultados encontrados pueden deberse a la interpretación que hacen los participantes de su ansiedad (positiva o negativamente) como indica la teoría de la inversión (Kerr, 1985 citado en Dosil, 2008). Siguiendo esta idea, puede que los participantes interpreten niveles medios y bajos de ansiedad de rasgo-estado como algo positivo para su rendimiento deportivo por lo cual éste último se ve beneficiado.

Rafael Bisquerra (2013), indica que las decisiones conductuales de las personas se ven influenciadas por sus interpretaciones acerca de sus niveles de ansiedad. Si opinan que un nivel alto de ansiedad es positivo en su vida es probable que busquen estar involucrados en situaciones que hagan que su ansiedad se eleve, como las situaciones de riesgo reales. Por lo cual, es más posible que escojan profesiones que impliquen riesgo, por ejemplo, ser bomberos, policías, paracaidistas. Al igual que en una competencia, si los jugadores interpretan como positivo para su rendimiento un nivel medio-bajo de ansiedad, entonces tomarán decisiones y realizarán conductas que hagan que estos niveles se mantengan de esta manera y tengan resultados positivos en su rendimiento.

Las discrepancias en cuanto a los niveles en la correlación entre la ansiedad y el rendimiento deportivo entre este estudio y otros similares pueden haberse producido por diferencias individuales de los participantes de esta investigación en cuanto a su nivel

óptimo de activación, el cual es expuesto en la teoría de la zona de óptimo funcionamiento (ZOF) propuesta por Hanin (1995 citado en Gutiérrez, Estévez, García, Pérez, 2003). Hasta el momento, puede decirse que la ZOF de la mayoría de los participantes del estudio se podría encontrar en los niveles medio-bajos de ansiedad de rasgo y ansiedad de estado. Aun así, hacen falta réplicas del mismo estudio en estos participantes para constatar si su ZOF se encuentra en estos niveles de ansiedad rasgo-estado. Sin embargo, estos datos recopilados representan hallazgos a considerar para futuros estudios.

CONCLUSIONES

Desde la psicología, más específicamente desde la psicología aplicada al deporte, es necesario que se desarrolle mayor investigación de las variables psicológicas implicadas en la práctica de actividades deportivas. Como indican Weiberg y Gould (2010), al desarrollarse mayor investigación con respecto a estas variables será posible incluir técnicas adecuadas que impliquen el componente psicológico de los deportistas que les permitan mejorar su rendimiento y la vez y en cierta medida su calidad de vida.

Los resultados del presente trabajo apoyan la idea de que debe tenerse en cuenta la variable psicológica ansiedad en el desarrollo de protocolos de entrenamiento integrales para llegar a mejoras del rendimiento deportivo de los participantes del estudio.

Con respecto a la ansiedad de rasgo, los niveles de esta variable, preferiblemente, no deben ser utilizados para tratar de predecir niveles de rendimiento deportivo dado su baja correlación con el mismo. Caso contrario es el de la correlación de la ansiedad de estado y el rendimiento deportivo. Esta relación señala la importancia de que en los entrenamientos y otros contextos deportivos de la categoría, se preste especial atención a los jugadores que presenten altos niveles de ansiedad de estado y se les brinden estrategias desde la psicología, que le ayuden a bajar estos niveles para tener un mejor rendimiento deportivo en competencia.

Para que los participantes de este estudio obtengan altos rendimientos deportivos en competencia, debe procurarse que sus niveles pre-competitivos de ansiedad sean de rasgo o de estado se mantengan en niveles medios o bajos.

RECOMENDACIONES

La validación de criterio realizada en este estudio de la estrategia de recolección de información RERDF da paso a otros estudios a partir de esta estrategia. Se recomienda realizar réplicas con su respectivo estudio psicométrico, lo cual llevaría a que el RERDF tenga mayores criterios de validez y confiabilidad y pueda ser ampliamente utilizada para la medición del rendimiento deportivo en futbolistas.

Para estudios correlacionales entre la ansiedad y el rendimiento deportivo, el evaluar también la interpretación de los deportistas participantes acerca de sus niveles de ansiedad puede llevar a mayor profundización sobre los resultados obtenidos, lo cual generaría valiosos aportes a la psicología aplicada al deporte y a los deportistas en general.

Ampliar este tipo de investigaciones, dentro de los programas de psicología de la región enfocándose en disciplinas deportivas, tanto en individuales como colectivas, ampliaría el conocimiento y el aporte a la psicología aplicada al deporte y a los deportistas.

Incorporar la figura del psicólogo deportivo en los diferentes entes deportivos del departamento para que se conformen una metodología de entrenamiento integral donde los psicólogos puedan orientar y explicar al jugador de fútbol las reacciones emocionales negativas asociadas al bajo rendimiento deportivo en la etapa de competencia.

REFERENCIAS

- Aguirre-Loaiza, H. & Ramos, S. (2011). Ansiedad-estado y Variables Sociodemográficas en Futbolistas Juveniles Colombianos Durante Competencia. *Grupo de Investigación Cumanday Actividad Física y Deporte y Grupo de Psicología Clínica y Procesos de Salud*. Manizales, Colombia. Recuperado el 16 de Julio del 2013, de http://www.usta.edu.co/otraspaginas/diversitas/doc_pdf/diversitas_11/vol.7no.2/03_ansiedad_estado.pdf
- Billat, V. (2002). *Fisiología y Metodología del Entrenamiento Físico, de la Teoría a la Práctica*. Editorial Paidotribo. Barcelona, España. Recuperado el 08 de agosto del 2012, de http://books.google.com.co/books?id=cM_OJJQH0lsC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbg_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Bisquerra, R. (2013). *Un Caso Particular: La Teoría De La Inversión*. Recuperado el 27 de julio del 2013 de <http://www.rafaelbisquerra.com/es/biografia/publicaciones/articulos/101-educacion-emocional-competencias-basicas-para-vida/219-caso-particular-teoria-inversion.html>
- Bueno, J., Capdevila, L. & Fernández-Castro, J. (2003). Sufrimiento Competitivo y Rendimiento en Deportes de Resistencia. *Revista de Psicología del Deporte*. Vol. 11, N° 2. Recuperado el 14 de Julio del 2013 de <http://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v11n2p209.pdf>
- Burbano, N. & Cadena, M. (2011). *Relación entre Niveles de Ansiedad y Factores Asociados al Desempeño Escolar*. Tesis de pregrado, Universidad de Nariño, San Juan de Pasto, Colombia.
- Castrillón, A. & Borrero, E. (2005). *Validación del Inventario de Ansiedad Estado -Rasgo (STAI) en Niños Escolarizados entre los 8 y 15 Años*. Tesis de maestría no publicada, Universidad Pontificia Bolivariana, Bogotá, D.C., Colombia. Recuperada el 05 de septiembre del 2012, de <http://portalweb.ucatolica.edu.co/easyWeb2/acta/pdfs/n13/art5acta13.pdf>
- Código Deontológico y Bioético. (2006). *Por el cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de psicología, se dicta el código deontológico y bioético y otras*

- disposiciones*. Recuperado el 25 de junio del 2012, de <http://www.colpsic.info/resources/Ley1090-06.pdf>
- Diaconu, A. (2013). *El Trastorno por Estrés Postraumático (TEPT) de Origen Laboral*. Barcelona, España. Recuperado el 29 de julio del 2013 de <http://librosgratis.net/leer/?title=EL+TRASTORNO+POR+ESTR%C3%89S+POS+TRAUM%C3%81TICO++Universitat+Pompeu+...&doc=jdbe8Xb48LkSs7oP97M+yzAmdrgRegJfDz,lmMep3iRelREp-ZcG38y5qqV21U5JMQ05GEXpvAP4+.pdf>
- Dietrich, M., Klaus, C. y Klaus, L. (2007). *Manual de Metodología del Entrenamiento Deportivo*. Primera Edición. Editorial Paidotribo. Barcelona, España. Recuperado el 08 de agosto del 2012, de http://books.google.com.co/books?id=ehXzkJzpQIC&pg=PT25&lpg=PT25&dq=rendimiento+deportivo+definicion&source=bl&ots=1KGk3ypou7&sig=xWcLKTlSrMiPxgJ5H46lmt8VUX4&hl=es&sa=X&ei=k_crUMvJIIWe8gSM5oBI&ved=0CC0Q6AEwAA#v=onepage&q=rendimiento%20deportivo%20definicion&f=false
- Dosil, J. (2008). *Psicología De La Actividad Física Y El Deporte*. Mc GRAW- HILL. Madrid, España
- Federación Internación de Fútbol Asociado - FIFA. (s.f.). *Historia del Fútbol, Los Orígenes*. Recuperado el 8 de Agosto del 2012, del sitio Web de la FIFA: <http://es.fifa.com/classicfootball/history/game/historygame1.html>
- García-Ucha, F. & colaboradores. (2009). *Ansiedad E Indicadores De Rendimiento En Deportistas*. Recuperado el 18 de mayo del 2011, de <http://portal.inder.cu/index.php/recursos-informacionales/arts-cient-tec/422-ansiedad-e-indicadores-de-rendimiento-en-deportistas>.
- Gavidia, P. (2007). *Niveles de ansiedad en la etapa pre-competitiva y competitiva relacionadas con el rendimiento deportivo*. Tesis de Pregrado, Universidad Francisco Gavidia, San Salvador, El Salvador. Recuperada el 20 de Julio del 2013 de <http://biblioweb.ufg.edu.sv/virtual/index.cgi?idregistro=10263&tipologia=1&vista=C&busqueda=PSICOLOGIA>
- Gutiérrez, M., Estévez, A., García, J. & Pérez, H. (2003). *Ansiedad Y Rendimiento Atlético En Condiciones De Estrés: Efectos Moduladores De La Práctica*. *Revista*

- de *Psicología del Deporte*. Recuperada el 20 de Julio del 2013 de <http://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v6n2p27.pdf>
- Gutiérrez, I., Martínez, J., Santiago, P., García-Dorado, J., López de Vergara, J., Aracil, J., Monserrat, F., Monserrat, F. & de Miguel, T. (2007). *Análisis de la Relación entre la Intensidad del Tráfico de Datos y el Número de Alumnos en Universidades Españolas*. Recuperado el 25 de Julio del 2013 de <http://arantxa.ii.uam.es/~psantiago/Publications/Conferences/jitel07.pdf>
- Hernández R., Fernández C., Baptista P. (2003). *Metodología de la Investigación*. 3ra ed. Mc Graw Hill, México D.F, México.
- Hernández R., Fernández C., Baptista P. (2010). *Metodología de la Investigación*. 5ta ed. Mc Graw Hill, México D.F, México.
- Imatz, X. (2007). *La Ansiedad y la Atención a lo Negativo*. Recuperado el 28 de julio del 2013 de <http://www.blogseitb.com/inteligenciaemocional/2007/05/31/la-ansiedad-y-la-atencion-a-lo-negativo/>
- Mercado, F. (2004). *Sesgos Atencionales en la Ansiedad Rasgo y en la Ansiedad Estado: un Estudio Electrofisiológico de Actividad Cerebral*. Disertación Doctoral, Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, España. Recuperado el 01 de septiembre del 2012, de http://areas.cs.urjc.es/psicologia/www/Tesis_fmmercado.pdf
- Morilla, M. (2001). Beneficios Psicológicos de la Actividad Física y el Deporte. *Revista Digital efdeportes*, N° 43. Buenos Aires, Argentina. Recuperado el 21 de abril del 2011, de <http://www.efdeportes.com/efd43/benef.htm>
- Pacheco, P., Acosta, A.& Lupiáñez, J. (2009). *Atender con Ansiedad*. Recuperado el 11 de septiembre del 2012, de <http://medina-psicologia.ugr.es/cienciacognitiva/?p=78#more-78>
- Papalia, D., Wendkos, S. & Duskin, R. (2003). *Psicología Del Desarrollo*. Octava Edición. McGraw-Hill. Madrid, España.
- Samulski, D. (2006). *Psicología del Deporte. Manual para Educación Física, Psicología y Fisioterapia*. Editorial Kinesis. Armenia, Colombia.
- Serrato, Luis H. (2005). *Psicología del Deporte*. Editorial Kinesis. Armenia, Colombia.
- Serrato, Luis H. (2006). Revisión y Estandarización de la Prueba Elaborada para Evaluar Rasgos Psicológicos en Deportistas (PART-1) en un Grupo de Deportistas de

Rendimiento en Colombia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, vol. 6. Recuperado el 19 de septiembre del 2012, de <http://revistas.um.es/cpd/article/viewFile/113891/107901>

Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés. (s.f). *Preguntas y Respuestas Frecuentes*. Recuperado el 27 de julio del 2013 de <http://pendientedemigracion.ucm.es/info/seas/faq/sintomas.htm>

Sue, D., Sue, D. & Sue, S. (1996). *Comportamiento Anormal*. Cuarta Edición. Mc GRAW-HILL. Madrid, España.

Weinberg, R. & Gould, D. (2010). *Fundamentos de la Psicología del Deporte y Del Ejercicio Físico*. Recuperado el 23 de Julio del 2013 de http://books.google.com.co/books?id=oKxCxx5g64C&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

Weineck, J. (2005). *Entrenamiento Total*. Editorial Paidotribo. Barcelona, España. Recuperado el 08 de agosto del 2012, de http://books.google.com.co/books?id=blGKlpVmNrcC&pg=PA19&lpg=PA19&dq=rendimiento+deportivo+definicion&source=bl&ots=PfjvImEPYL&sig=xej5KYQEaGmgSUGUjc8aS2SgRos&hl=es&sa=X&ei=k_crUMvJIIWe8gSM5oBI&ved=0CDgQ6AEwAg#v=onepage&q&f=false

ANEXOS

Anexo 1. Escala A- Rasgo del Inventario IDARE

IDARE

Inventario de Autoevaluación

Por

C.D.Spielberger, A. Martínez- Urritia, F. González-Reigosa, L. Natalicio y R. Díaz-Guerrero

Instrucciones:

Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y llene la casilla numerada que indique cómo se *siente generalmente*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa *cómo se siente generalmente*.

Ítem		CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE	CASI SIEMPRE
21	Me siento bien	1	2	3	4
22	Me canso rápidamente	1	2	3	4
23	Siento ganas de llorar	1	2	3	4
24	Quisiera ser tan feliz como otros parecen serlo	1	2	3	4
25	Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente	1	2	3	4
26	Me siento descansado	1	2	3	4
27	Soy una persona “Tranquila, serena y sosegada”	1	2	3	4
28	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas	1	2	3	4
29	Me preocupo demasiado por las cosas sin importancia	1	2	3	4
30	Soy feliz	1	2	3	4
31	Tomo las cosas muy a pecho	1	2	3	4
32	Me falta confianza en mí mismo	1	2	3	4
33	Me siento seguro	1	2	3	4
34	Procuró evitar enfrentarme a las crisis y dificultades	1	2	3	4
35	Me siento melancólico	1	2	3	4
36	Me siento satisfecho	1	2	3	4
37	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	1	2	3	4
38	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	1	2	3	4
39	Soy una persona estable	1	2	3	4
40	Cuando pienso en mis preocupaciones actuales me pongo tenso y alterado	1	2	3	4

Anexo 2. Escala A- Estado del Inventario IDARE

IDARE

Inventario de Autoevaluación

Por

C.D.Spielberger, A. Martínez- Urritia, F. González-Reigosa, L. Natalicio y R. Díaz-Guerrero

Nombre _____ Fecha _____

Instrucciones:

Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y llene la casilla numerada que indique cómo se siente ahora mismo, o sea, en este momento. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

Ítem		NO EN LO ABSOLUTO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1	Me siento calmado	1	2	3	4
2	Me siento seguro	1	2	3	4
3	Estoy tenso	1	2	3	4
4	Estoy contrariado	1	2	3	4
5	Estoy a gusto	1	2	3	4
6	Me siento alterado	1	2	3	4
7	Estoy preocupado actualmente por algún posible contratiempo	1	2	3	4
8	Me siento descansado	1	2	3	4
9	Me siento ansioso	1	2	3	4
10	Me siento cómodo	1	2	3	4
11	Me siento con confianza en mí mismo	1	2	3	4
12	Me siento nervioso	1	2	3	4
13	Me siento agitado	1	2	3	4
14	Me siento “a punto de explotar”	1	2	3	4
15	Me siento reposado	1	2	3	4
16	Me siento satisfecho	1	2	3	4
17	Estoy preocupado	1	2	3	4
18	Me siento muy agitado y aturdido	1	2	3	4
19	Me siento alegre	1	2	3	4
20	Me siento bien	1	2	3	4

Anexo 3. Registro de Evaluación de Rendimiento Deportivo en el Fútbol (RERDF)
REGISTRO DE EVALUACIÓN DE RENDIMIENTO DEPORTIVO EN EL
FÚTBOL (RERDF)
CATEGORÍA SUB. 16

NOMBRE _____

FECHA_____EDAD_____

En las siguientes tablas deberá realizar el registro del rendimiento deportivo de los jugadores de forma integral teniendo en cuenta cuatro criterios para su calificación: factor técnico, factor táctico, factor físico y factor psicológico.

Los siguientes son los criterios de evaluación del rendimiento deportivo en el fútbol para cada jugador, lea con detenimiento cada uno y sus componentes antes de realizar la calificación del rendimiento deportivo dentro de la competencia:

Técnicos	Tácticos	Físicos	Psicológicos
Pases	Individual	Resistencia	Atención
Control del balón	Desmarque	Aeróbica	Motivación
Conducción	Anticipación	Velocidad	Concentración
Remate	Marcaje	Reacción	Actitud
Dribling	Colectivo	Aceleración máxima	Liderazgo
Golpe de cabeza	Fuera de juego	Fuerza	
Despeje	Desdoblamiento	Explosiva	
Fintas	Movimientos de	Máxima	
	ataque generales	Flexibilidad	
	Movimientos	Coordinación	
	defensivo generales		

Escriba antes de cada tabla el nombre del jugador al que usted esta calificando sea usted mismo o un compañero de equipo (jugador entrenado) y califique de 1 a 10 el rendimiento deportivo del jugador en cuestión siendo 1 el criterio de calificación más bajo y 10 el más alto:

[illegible]

Anexo 4. Firma del Consentimiento Informado Director Técnico de la Categoría**Segunda Parte: Consentimiento**

Yo Diego Dulce por el presente consiento voluntariamente que 28 de los jugadores de fútbol de la categoría Sub-16 de las divisiones menores de la Asociación Deportivo Pasto, el técnico de la categoría y el asistente técnico participen de esta investigación conducida por Karolina Guerrero y José Paz. He sido informado del objetivo de la investigación y se me dieron especificaciones sobre los instrumentos que se implementarán en el desarrollo de esta. Se me ha indicado que los participantes tendrán que responder a estos instrumentos.

Reconozco que la información que los participantes provean en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación sin mi consentimiento. He sido informado que los participantes o yo podemos hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que pueden retirarse del mismo cuando así lo decidan, sin que esto acarree perjuicio alguno para ellos o para mi persona. De tener preguntas sobre la participación en este estudio, puedo contactar a Karolina Guerrero al número celular 320 485 55 90 o a José Paz al 321 722 13 64.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo en nombre de los participantes o mí pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar a los investigadores a los números anteriormente mencionados.

Ciudad y Fecha: San Juan de Pasto, 15-03-13.

Nombre del Responsable: Diego Fernando Dulce.

Firma del Responsable: Diego F. Dulce

Documento de identidad N°: 12751064 Psto

Anexo 5. Protocolo de Aplicación del RERDF
PROTOCOLO PARA LA APLICACIÓN DEL REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL
RENDIMIENTO DEPORTIVO EN EL FÚTBOL –RERDF-
ESCUELA DE FÚTBOL ASOCIACIÓN DEPORTIVO PASTO

Objetivo.

Ofrecer una guía para la adecuada aplicación del Registro de Evaluación del Rendimiento Deportivo en el Fútbol e interpretación de sus resultados.

FICHA TÉCNICA

Estrategia: Registro de Evaluación del Rendimiento Deportivo en el Fútbol (RERDF).

Objetivo de la Estrategia: Obtener un dato cuantitativo del rendimiento deportivo de jugadores de fútbol

Autores: Guerrero-González y Paz-Trejos.

Año: 2012

Lugar: San Juan de Pasto, Nariño, Colombia.

Edad: Adolescentes y adultos.

Atributo que mide: Rendimiento Deportivo en el Fútbol.

Definición conceptual del Atributo: Según García (2009), el rendimiento deportivo es el resultado de un proceso deportivo que obedece a una metodología de entrenamiento integral encaminada a ejecutar, cumplir una determina actividad deportiva de acuerdo a unos parámetros o normas establecidos por un ente o institución deportiva que tenga como objetivo el máximo desempeño de un atleta en una competencia.

Materiales: Lapiceros y hojas de calificación.

Formato de aplicación: Colectivo.

Duración: 15 minutos.

Información sobre la Validación de la Estrategia: El proceso de validación de la estrategia de recolección de información *RERDF*, se realizó a través de la validación por 3 jueces expertos; el director técnico de la categoría Sub 20 divisiones menores, el director técnico de la categoría Sub 16 divisiones menores y el director de la Escuela de Fútbol Asociación Deportivo Pasto. El formato se sometió a revisión según los criterios de claridad y suficiencia de las instrucciones de la estrategia y a los criterios de claridad, pertinencia y suficiencia para los ítems de calificación.

Para la construcción de la estrategia se tuvo en cuenta la edad y el lenguaje de la población objetivo, para lograr mayor objetividad en los resultados del estudio.

La validación por jueces permitió realizar recomendaciones y modificaciones a la estrategia *RERDF*, en los criterios de calificación de los componentes técnicos, tácticos, y físicos de la estrategia. De acuerdo con lo anterior la estrategia *RERDF* fue aplicada a los participantes del estudio de la categoría sub 16, al director técnico, al asistente técnico y al preparador físico.

Descripción general de la estrategia: el Registro de Evaluación de Rendimiento Deportivo en el Fútbol (*RERDF*) es una estrategia que permite tener un dato cuantitativo del rendimiento deportivo de jugadores de fútbol. Este registro deportivo consta de una hoja y está constituido por cuatro criterios para su calificación: factor técnico, factor táctico, factor físico y factor psicológico, los cuales se califican en una escala de 1 a 10, de acuerdo al desempeño deportivo del jugador dentro de una competencia (ver Anexo 1 del protocolo). El *RERDF* sirve para realizar una evaluación 360° objetiva, ya que la estrategia se presenta por núcleos de calificación: el primer núcleo es el técnico, que se compone del director técnico de la categoría, el asistente técnico y el preparador físico. Los otros 3 núcleos se conforman por líneas de trabajo: el núcleo defensivo (arquero y defensas), el núcleo ofensivo (delanteros y media puntas) y el núcleo creativo (volantes, recuperadores y mediocampistas).

Esta estrategia requiere que una vez culminada una competencia se valore el rendimiento de los jugadores de acuerdo con los criterios ya mencionados. La variante respecto a la evaluación 360° que se utiliza en contextos organizacionales, es que no todos se evalúan como si pasa en el modelo original. En este registro se hace necesario incluir algunas variantes de acuerdo con el deporte que se practica, el núcleo directivo no podrá ser evaluado por los deportistas y ellos sólo podrán evaluar a los compañeros de equipo que pertenezcan a su respectivo núcleo por líneas de trabajo, esto debido a que dentro de la competición según el director técnico de la categoría Sub -20 del Deportivo Pasto Geovany Ruíz (Comunicación personal, 12 agosto, 2012), es más factible que noten el rendimiento de los jugadores de su equipo que están cercanos a él, es decir, los compañeros que pertenezcan al mismo núcleo; además de calificar el rendimiento de sus compañeros de núcleo cada jugador tendrá que evaluarse a sí mismo.

Descripción de la Hoja de Calificación: En la primera parte se encuentra el espacio para el registro de los datos personales del jugador que hará el registro y la fecha de la aplicación. Seguido a esto están las instrucciones explicativas acerca de los factores del rendimiento deportivo y una tabla en la que se indican cuáles son los criterios dentro de cada uno de los factores que se deben tener en cuenta al calificar el rendimiento deportivo de los jugadores. Más adelante se encuentran, las instrucciones de calificación y una tabla de calificación. Esta tabla sirve para calificar a un solo jugador, por lo tanto es necesario colocar una de estas por cada uno de los jugadores a calificar (ver Anexo 1).

Instrucciones de Aplicación:

Nota: El RERDF se aplica siempre finalizada una competencia (partido de fútbol).

Pasos:

1. Reunir a todo el equipo de futbolistas que participaron en la competencia y técnicos asistentes.
2. Indicar el objetivo de la estrategia.
3. Ubicar por separado a los participantes según los núcleos de calificación, así:

Núcleo técnico: director técnico de la categoría, el asistente técnico y el preparador físico.

Núcleo defensivo: arquero y defensas.

Núcleo ofensivo: delanteros y media puntas.

Núcleo creativo: volantes, recuperadores y mediocampistas.

Esto con el fin de que los jugadores identifiquen con mayor facilidad a los jugadores que deben calificar (las personas dentro del núcleo al que pertenece).

4. Explicar a los participantes que los integrantes del núcleo técnico serán los únicos que califiquen a todos los jugadores y que los jugadores solo deberán calificar a las personas dentro del núcleo al que pertenece.
5. Entregar los lapiceros y hojas de calificación. Posteriormente se dan las instrucciones, se aclaran dudas respecto a los ítems y se procede a la aplicación.
6. Explicar que la calificación debe hacerse de forma individual guardando silencio y que pueden empezar a realizarla.

Instrucciones de Calificación: Las puntuaciones de cada jugador en el registro se clasifican en: RENDIMIENTO DEPORTIVO ALTO, RENDIMIENTO DEPORTIVO MEDIO O RENDIMIENTO DEPORTIVO BAJO.

Para identificar en que clasificación se encuentra cada jugador se suman las puntuaciones o calificación dada por los jugadores de su núcleo y por el núcleo técnico en cada uno de los factores, esto para cada jugador. Se saca el promedio absoluto de calificación.

A partir del promedio de todos los jugadores se obtiene la media y la desviación estándar total del grupo (equipo). Se clasifica entonces las puntuaciones absolutas de cada jugador así:

RANGO DE PUNTUACIÓN	CLASIFICACIÓN
Mayor o igual a una desviación estándar sobre la media del grupo.	RENDIMIENTO DEPORTIVO ALTO
En el intervalo entre una desviación estándar arriba de la media del grupo y una desviación estándar debajo de la media del grupo.	RENDIMIENTO DEPORTIVO MEDIO
Menor o igual a una desviación estándar debajo de la media del grupo.	RENDIMIENTO DEPORTIVO BAJO

Anexo 1. Registro de Evaluación de Rendimiento Deportivo en el Fútbol (RERDF)
REGISTRO DE EVALUACIÓN DE RENDIMIENTO DEPORTIVO EN EL FÚTBOL (RERDF)

NOMBRE _____ EDAD _____

FECHA _____

En las siguientes tablas deberá realizar el registro del rendimiento deportivo de los jugadores de forma integral teniendo en cuenta cuatro criterios para su calificación: factor técnico, factor táctico, factor físico y factor psicológico.

Los siguientes son los criterios de evaluación del rendimiento deportivo en el fútbol para cada jugador, lea con detenimiento cada uno y sus componentes antes de realizar la calificación del rendimiento deportivo dentro de la competencia:

Técnicos	Tácticos	Físicos	Psicológicos
Pases Control del balón	<i>Individual</i> Desmarque	<i>Resistencia</i> Aeróbica	Atención Motivación

