

ARTÍCULO

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

Relationship between levels of precompetitive anxiety and athletic performance in adolescent athletes

Matías Riquelme O.^a, Cecilia Cisternas M.^a, Cristian Núñez E. MSc. PhD.^a

^a Escuela de Medicina, Universidad de Magallanes, Punta Arenas, Chile.

Autor para correspondencia: Cristian Núñez E.; Correo electrónico: cristian.nunez@umag.cl; Fono +5661229 9630

Recibido el 14 de noviembre 2019 / Aceptado el 13 de mayo 2020

Resumen

Introducción: En la respuesta psicológica de un deportista influyen múltiples factores, entre los cuales encontramos la Ansiedad Precompetitiva. Este tipo de ansiedad se compone de distintas modalidades: Ansiedad Somática, Ansiedad Cognitiva, Preocupación, Desconcentración y Autoconfianza. Cada una de estas modalidades puede modificarse, con el objetivo de mejorar el estado con el cual un atleta se enfrenta a una competencia, y con ello, poder obtener en un mejor desempeño deportivo.

Objetivo: Determinar si existe relación entre los niveles de Ansiedad

Precompetitiva y el rendimiento deportivo en atletas adolescentes.

Material y método: Estudio descriptivo, no probabilístico por conveniencia, donde se encuestó a 67 atletas participantes de la 27ª versión de los Juegos Binacionales de la Araucanía, a los cuales se les administraron los instrumentos; Inventario de ansiedad competitiva revisado-2, Escala de Ansiedad Deportiva-2 y Anamnesis.

Resultados: Existe una correlación negativa leve entre la Autoconfianza y la Clasificación, evaluado en la escala de ansiedad deportiva-2 ($r_p = -0.325$, $p < 0.01$), también se observa una fuerte correlación entre la Ansiedad Cognitiva y la Preocupación ($r_p = 0.813$, $p < 0.01$). Los

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

deportistas de pruebas de campo presentan menores niveles de Ansiedad Somática que los de pruebas de pista, también se observa que los deportistas argentinos poseen promedios mayores que los chilenos en Ansiedad Cognitiva ($p<0.01$) y Preocupación ($p<0.05$).

Conclusión: Se establece que la Ansiedad Precompetitiva tiene un efecto leve en el desempeño deportivo. La Ansiedad Cognitiva y la Preocupación pudiesen afectar indirectamente el desempeño deportivo, debido a la influencia que tienen ambas en la percepción del atleta.

Palabras claves: ansiedad-precompetitiva, atletismo, adolescentes, desempeño-deportivo, autoconfianza, preocupación.

Abstract

Introduction: Multiple factors can influence the psychological response of an athlete, in which we find Precompetitive Anxiety. This type of anxiety is composed of different modalities: Somatic Anxiety, Cognitive Anxiety, Worry, Deconcentration, and Self-confidence. Each one of these modalities can be modified, with the objective of improving the state with which an athlete faces a competition, and with it, to be able to influence in a better sport performance.

Objective: Determine if there is a relationship between Precompetitive

Anxiety levels and sports performance in adolescent athletes.

Method: A descriptive study, not probabilistic for convenience, where 67 athletes participating in the 27th version of the Araucanian Binational Games were surveyed and given the instruments; Revised Competitive Anxiety Inventory-2, Sports Anxiety Scale-2, and Anamnesis.

Results: There is a slight negative correlation between Self-confidence and classification, evaluated in the Sports Anxiety Scale-2 ($r_p = -0.325$, $p<0.01$), there is also a strong correlation between Cognitive Anxiety and Worry ($r_p = 0.813$, $p<0.01$). The field test athletes present lower levels of Somatic Anxiety than the track test athletes, it is also observed that the Argentinean athletes have higher averages than the Chilean athletes in Cognitive Anxiety ($p<0.01$) and Worry ($p<0.05$).

Conclusion: Precompetitive Anxiety is established to have a slight effect on sports performance. Cognitive Anxiety and Worry could indirectly affect sports performance, based on the influence that both have on the athlete's perception.

Introducción

En toda actividad realizada por un sujeto, ya sea intelectual o deportiva, se puede presentar el rasgo de ansiedad. Esta es definida por Anshel et al. como: “un sentimiento subjetivo de aprensión o amenaza percibida, a veces acompañada

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

por un incremento de la activación fisiológica” (1). A partir de esta definición, en el ámbito deportivo, se desprende la Ansiedad Precompetitiva, la cual es aquella ansiedad manifestada por el atleta en las 24 horas previas o durante a una competición (2). Los deportistas, frente a la presencia de la ansiedad precompetitiva, responden modulando aspectos fisiológicos mediante procesos de somatización, los cuales se pueden traducir en: variaciones de la presión arterial, frecuencia cardíaca, niveles de glicemia, entre otros (3). En función a las modificaciones del estado fisiológico y los niveles de Ansiedad Precompetitiva que posea el atleta, se podría presentar un efecto benéfico (4) o adverso para el buen desempeño deportivo (5-7).

Se tiene conocimiento que el desempeño deportivo de un atleta, depende de múltiples factores, entre los cuales encontramos: aspectos genéticos (8), la calidad del sueño (9, 10), el tipo de dieta y alimentación (11, 12), los factores ambientales (13), tipo de deporte (14), tipo de prueba realizada, tipo de entrenamiento, experiencia deportiva y el estado psicológico (15). Este último factor, muy ligado al componente emocional y personal del deportista, ha adquirido una gran importancia al momento de la planificación del entrenamiento en las últimas décadas. Actualmente es fundamental poder comprender al deportista desde un enfoque multiparamétrico, que posibilite diseñar metodologías y trabajar características propias de cada individuo,

frente a una competición. Desde una perspectiva psicofisiológica, se ha observado lo importante que es la presencia de ansiedad en el rendimiento de deportistas de alta competencia. En deportes como el atletismo, el análisis de estas variables puede ser fundamental, dado que ciertas pruebas requieren de un alto nivel de concentración por su escaso tiempo de ejecución, como ocurre en las pruebas de 100 metros planos, 110 metros valla o bien, en la entrega de los testimonios durante las pruebas de relevo. Los factores somáticos y cognitivos pueden ser altamente influyentes en el rendimiento deportivo, por lo que estudiar y comprender como afectan los distintos factores a los niveles de ansiedad del deportista, podría tener un rol crucial durante la competición.

Para la detección de estas variable se han diseñados distintos instrumentos que permiten medir y evaluar estos parámetros, tales como: Cuestionario de la ansiedad en competición (16), Escala de ansiedad deportiva-2 (SAS-2) (17), Inventario de ansiedad competitiva revisado-2 (CSAI-2R) (18-22), State-Trait Anxiety Inventory (23), entre otros.

En Chile contamos con la adaptación y validación del cuestionario CSAI-2R realizado por Valdebenito en 2015 (24), el cual presenta una fuerte consistencia interna (α de Cronbach de 0.84) en relación a la versión original de Cox, Martens y Russell (22). En relación al cuestionario SAS-2, su adaptación y

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

validación a lengua española por Ramis et al. (17), muestra buenos coeficientes de fiabilidad (α de Cronbach de 0.83) en todas sus subescalas y estructura factorial respecto de la versión original de Smith et al.(25).

Ambos instrumentos, permiten relacionar los niveles de ansiedad y el desempeño deportivo en instancias relevantes para los atletas, facilitando la comprensión de los mecanismos psicofisiológicos subyacentes a su desempeño, permitiendo lograr una optimización de las condiciones físicas y psicológicas del deportista al momento de participar en una competición.

El objetivo de este estudio ha sido determinar si existe una relación entre los niveles de Ansiedad Precompetitiva y el desempeño deportivo en atletas adolescentes de alta competencia. Los resultados de este estudio permitirán aumentar el conocimiento sobre esta temática a nivel nacional, pudiendo contribuir a diseñar y establecer metodologías de entrenamiento que potencien tanto el aspecto físico como el psicológico de deportistas, especialmente en edades tempranas, donde las técnicas y los procesos de aprendizaje aún no están consolidados en su totalidad.

Material y método

Sujetos

La población encuestada fue de 126 atletas quienes compitieron entre el 11 y 17 de noviembre de 2018 en la 27ª edición de los Juegos Binacionales de la Araucanía (JBBAA), celebrados en la ciudad de Punta Arenas, Región de Magallanes y la Antártica Chilena – Chile. Los criterios de inclusión fueron: cumplir todos los requisitos para su participación y haber competido en la 27ª versión de los JBBAA; ser un atleta validado para la prueba; responder ambos cuestionarios de forma completa; tener registro de la clasificación del deportista.

La muestra analizada estuvo compuesta por 67 atletas, con edades comprendidas entre los 15 y 19 años (Media 17.21 ± 1.3) quienes cumplieron con los todos los criterios de inclusión. En la Tabla I se describen los sujetos estudiados, según los criterios de: sexo, tipo de prueba realizada y nacionalidad.

El estudio fue retrospectivo transversal, con un método de selección no probabilístico por conveniencia.

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

Tabla 1: Distribución cuantitativa de deportistas

Sexo		Prueba		Nacionalidad	
Masculino	Femenino	Pista	Campo	Chilena	Argentina
33	34	37	30	38	29

Distribución cuantitativa de los participantes (n = 67) del estudio en base a los criterios de: sexo, prueba realizada y nacionalidad.

Instrumentos

Para la recopilación de información se utilizaron los instrumentos; CSAI-2R, SAS-2 y un cuestionario de diseño propio denominado “Anamnesis”, los que fueron aplicados a los deportistas de la disciplina de atletismo en la 27ª edición de los Juegos Binacionales de la Araucanía.

Inventario de ansiedad competitiva revisado-2 (CSAI-2R) consiste en un test autoadministrable, con 17 afirmaciones que los atletas deben responder en una escala tipo Likert según qué tan de acuerdo estén con dicha afirmación (18), en donde un puntaje de 1 implica “nada” y un puntaje de 4 “mucho”. Este instrumento consta de tres subescalas: Ansiedad Somática, descrita como los efectos fisiológicos observados por el atleta en relación a su estado previo a la competición; Ansiedad Cognitiva, escala que mide las sensaciones negativas que el sujeto posee acerca de su rendimiento y de las consecuencias del resultado; Autoconfianza, descrita como el grado de seguridad que el atleta cree tener acerca de sus posibilidades de éxito en la competición (7, 20, 24).

Escala de ansiedad deportiva-2 (SAS-2) es un cuestionario autoadministrable con tipo de respuesta tipo Likert (17). La puntuación va de 1 al 4 (1 nada; 4 mucho) para medir las tres subescalas: Ansiedad Somática, descrita como los efectos fisiológicos observados por el atleta en relación a su estado previo a la competición; Preocupación, definida como la inquietud respecto de las consecuencias potencialmente negativas asociadas a un pobre rendimiento; Desconcentración, descrita y asociada a la dificultad del deportista para focalizarse en los aspectos claves de la tarea a realizar, lo que impide tener una claridad sobre la siguiente competencia (7).

El cuestionario Anamnesis, consistió en un formulario donde se solicitaba información para la identificación del participante: nombre, sexo, fecha de nacimiento, delegación a la cual representaba, nacionalidad y prueba realizada.

Procedimiento

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

La administración de los cuestionarios (CSAI-2R, SAS-2 y Anamnesis) se realizó 15 a 45 minutos previo al ingreso a la pista, es decir, desde el primer llamado hasta que se autorizaba el ingreso a la pista atlética. Todo cuestionario fue respondido en las cercanías de la cámara de llamado. A cada atleta se le consultó sobre si deseaba participar del estudio, indicándole que este poseía un carácter voluntario, por lo cual la negativa o no participación en este no tendría ninguna repercusión en su participación actual o futura en los Juegos Binacionales de la Araucanía. Si el atleta asentía, se le entregaban los cuestionarios en formato impreso para que procediera a rellenar la información solicitada. Este proceso se encontraba supervisado por un encuestador, el cual se encontraba capacitado para solucionar cualquier duda o interrogativa que pudiese manifestar el atleta referido al cuestionario. Finalmente, el material es recopilado por los encuestadores y digitalizado.

El proceso de digitalización consistió en el vaciado de los datos en una planilla de Microsoft Office Excel 2016, los nombres de los participantes fueron foliados con el objetivo de que solo la entidad recolectora de la información supiera la identidad del deportista y finalmente, se encriptó la base de datos a fin de asegurar la confidencialidad de la misma.

Análisis estadístico

Para el análisis de la base de datos, se utilizó el software estadístico *Statistical Package for the Social Sciences*[®] (SPSS) versión 25. Los datos vaciados correspondieron a: clasificación, en la cual se asignó un valor numérico según el orden de llegada (ejemplo: primer lugar = 1, segundo lugar = 2, octavo lugar = 8); sexo; edad; nacionalidad; tipo de prueba (campo o pista); puntaje obtenido en cada test, considerando las distintas subescalas (Ansiedad Somática, Ansiedad Cognitiva, Preocupación, Desconcentración y Autoconfianza).

Se realizaron correlaciones bivariadas, determinación de rango, media, valor mínimo, valor máximo, comparación de medias, así como una comparación de promedio mediante ANOVA. Se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson (r_p) y prueba de significación bilateral con niveles de seguridad del 95% ($p < 0,05$).

Consentimiento informado

El consentimiento informado fue administrado por el Instituto Nacional de Deporte (IND), Región de Magallanes y la Antártica Chilena, donde se contó con el consentimiento de padres y/o tutores legales de los participantes.

Comité de ética

El resguardo de la información y la confidencialidad de la identidad de los deportistas, así como de sus respuestas, es asegurada por el Instituto Nacional de Deportes de la Región de Magallanes y la Antártica Chilena. Siendo el presente trabajo de investigación aprobado por el

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

comité de ética de la Universidad de Magallanes, certificado N° 015/CEC/2019.

Resultados

En este estudio se analizaron las respuestas de 67 atletas. La subescala con mayor puntaje en el cuestionario CSAI-2R fue la Autoconfianza (14.43 ± 3.05), seguida por la Ansiedad Somática (14.04 ± 4.50) y la Ansiedad Cognitiva (12.48 ± 3.36). En el cuestionario SAS-2 fue la Preocupación ($13.24 \pm .61$), seguida de la

Ansiedad Somática (9.84 ± 3.61) y la Desconcentración (9.25 ± 3.61). Para todas las subescalas el puntaje mínimo era 5 y el máximo 20, salvo para la escala de ansiedad somática (CSAI-2R) donde el mínimo era 7 y el máximo 28.

Para asegurar la pertinencia en el área somática, se correlacionaron los resultados obtenidos en ambas subescalas evaluadas (CSAI-2R y SAS-2), obteniéndose una correlación significativamente fuerte y positiva entre ambos test ($r_p = 0.844$, $p < 0.01$) (t I).

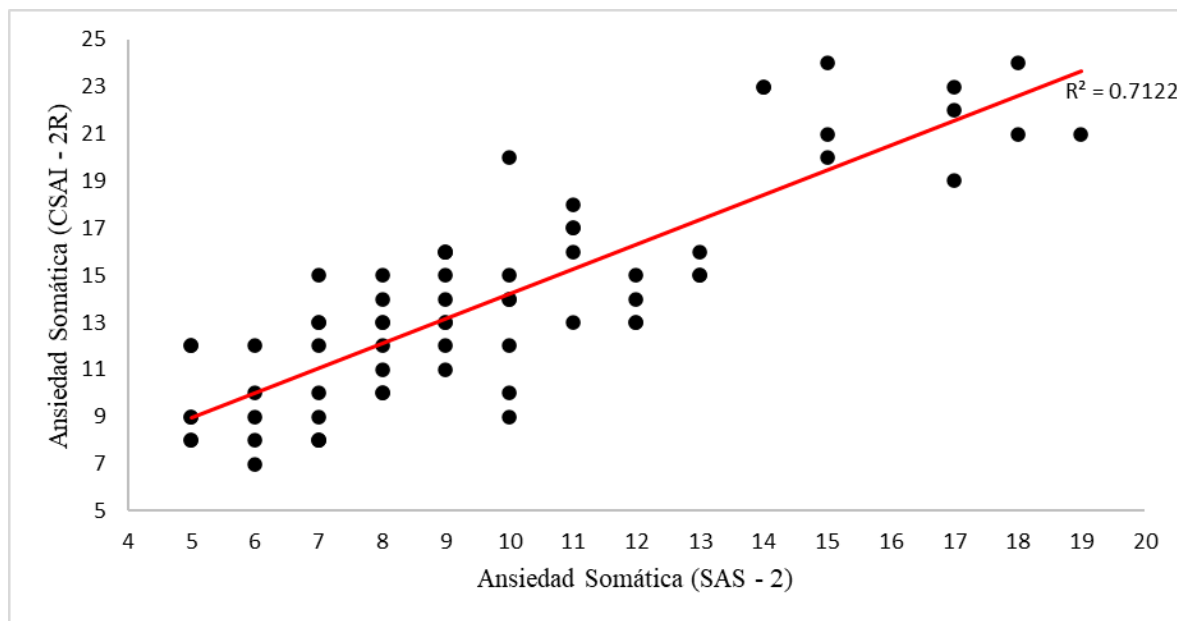


Gráfico I: *Dispersión simple entre ambas subescalas de ansiedad Somática evaluados por cuestionarios CSAI – 2R y SAS – 2.*

En la tabla II, se presentan las correlaciones entre la Clasificación y las distintas subescalas de la Ansiedad Precompetitiva, evaluadas por cada cuestionario. Para establecer la relación con el desempeño deportivo, se utilizó el valor obtenido en la variable clasificación, donde valores bajos indican un mejor rendimiento o desempeño deportivo. Los resultados muestran que solo la Autoconfianza influye en la clasificación, siendo una asociación lineal negativa y leve ($r_p = -0.325$, $p < 0.01$), mientras las otras subescalas no presentan correlaciones estadísticamente significativas.

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

Tabla II: Correlaciones bivariadas entre la clasificación y las formas de ansiedad precompetitiva

		CSAI – 2R			SAS – 2		
		Ansiedad cognitiva	Ansiedad somática	Autoconfianza	Ansiedad somática	Preocupación	Desconcentración
Clasificación	r_p	0.120	-0.094	-0.325	0.064	0.200	0.106
	p	0.335	0.448	0.007**	0.608	0.104	0.391

r_p : correlación de Pearson, p : Significancia bilateral

*. La correlación es significativa en el nivel 0.05 (bilateral).

**. La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

En esta tabla se presentan las correlaciones bivariadas entre la clasificación y las diferentes modalidades de la ansiedad precompetitiva evaluada por los cuestionarios CSAI – 2R y SAS – 2, para un grupo de 67 deportistas.

Respecto a las correlaciones entre las distintas subescalas, se observa que la Autoconfianza se correlaciona negativamente y de forma leve con la Ansiedad Somática ($r_p = -0.256$, $p < 0.05$) y con la Desconcentración ($r_p = -0.246$, $p < 0.05$), ambas evaluadas en el cuestionario SAS-2. Paralelamente se observa que la Ansiedad Cognitiva se correlaciona positivamente y de modo leve con la Desconcentración ($r_p = 0.453$, $p < 0.01$) y de modo positivo y fuerte con la Preocupación ($r_p = 0.813$, $p < 0.01$), (Tabla III).

Al comparar los puntajes medios obtenidos en cada subescala, en base a criterios de sexo, nacionalidad y tipo de

prueba realizada, se aprecia lo siguiente: las mujeres obtienen promedios superiores que los varones en la variable de Ansiedad Cognitiva ($p < 0.05$) y Preocupación ($p < 0.05$); en función a la nacionalidad del deportista se observa que los atletas argentinos poseen promedios superiores a los chilenos en la subescala de Ansiedad Cognitiva ($p < 0.01$) y Preocupación ($p < 0.05$). Finalmente, al comparar los promedios obtenidos en las pruebas de campo contra las de pista, se obtienen que los atletas de campo obtuvieron promedios menores en la subescala de Ansiedad Somática evaluada tanto en CSAI-2R ($p < 0.05$) como en SAS-2 ($p < 0.05$) (Tabla IV).

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

Tabla III: Correlaciones entre las formas de ansiedad precompetitiva evaluadas en CSAI-2R y SAS-2

Correlación				r_p	p
Ansiedad cognitiva	(CSAI – 2R)	Ansiedad somática	(CSAI – 2R)	0.475	0.000**
		Autoconfianza	(CSAI – 2R)	-0.177	0.151
		Ansiedad somática	(SAS – 2)	0.518	0.000**
		Preocupación	(SAS – 2)	0.813	0.000**
		Desconcentración	(SAS – 2)	0.453	0.000**
Ansiedad somática	(CSAI – 2R)	Ansiedad cognitiva	(CSAI – 2R)	0.475	0.000**
		Autoconfianza	(CSAI – 2R)	-0.233	0.058
		Ansiedad somática	(SAS – 2)	0.844	0.000**
		Preocupación	(SAS – 2)	0.467	0.000**
		Desconcentración	(SAS – 2)	0.480	0.000**
Autoconfianza	(CSAI – 2R)	Ansiedad cognitiva	(CSAI – 2R)	-0.177	0.151
		Ansiedad somática	(CSAI – 2R)	-0.233	0.058
		Ansiedad somática	(SAS – 2)	-0.256	0.037*
		Preocupación	(SAS – 2)	-0.172	0.164
		Desconcentración	(SAS – 2)	-0.246	0.044*
Ansiedad somática	(SAS-2)	Ansiedad cognitiva	(CSAI – 2R)	0.518	0.000**
		Ansiedad somática	(CSAI – 2R)	0.844	0.000**
		Autoconfianza	(CSAI – 2R)	-0.256	0.037*
		Preocupación	(SAS – 2)	0.524	0.000**
		Desconcentración	(SAS – 2)	0.510	0.000**
Preocupación	(SAS-2)	Ansiedad cognitiva	(CSAI – 2R)	0.813	0.000**
		Ansiedad somática	(CSAI – 2R)	0.467	0.000**
		Autoconfianza	(CSAI – 2R)	-0.172	0.164
		Ansiedad somática	(SAS – 2)	0.524	0.000**
		Desconcentración	(SAS – 2)	0.454	0.000**
Desconcentración	(SAS-2)	Ansiedad cognitiva	(CSAI – 2R)	0.453	0.000**
		Ansiedad somática	(CSAI – 2R)	0.480	0.000**
		Autoconfianza	(CSAI – 2R)	-0.246	0.044*
		Ansiedad somática	(SAS – 2)	0.510	0.000**
		Preocupación	(SAS – 2)	0.454	0.000**

r_p : correlación de Pearson, p : significancia.

*. La correlación es significativa en el nivel 0.05 (bilateral).

**. La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

En esta tabla se presentan las correlaciones entre las diferentes modalidades de la ansiedad precompetitiva evaluada por los cuestionarios CSAI – 2R y SAS – 2, para un grupo de 67 deportistas.

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

Tabla IV: Medias para cada subescala de ansiedad.

		N	Ansiedad cognitiva (CSAI – 2R)	Ansiedad somática (CSAI – 2R)	Autoconfianza (CSAI – 2R)	Ansiedad somática (SAS – 2)	Preocupación (SAS – 2)	Desconcentración (SAS – 2)
Sexo	Femenino	34	13.29 ± (3.119)	13.91 ± (4.757)	14.74 ± (3.117)	10.53 ± (3.964)	14.24 ± (3.144)	9.47 ± (2.842)
	Masculino	33	11.64 ± (3.426)	14.18 ± (4.290)	14.12 ± (2.997)	9.12 ± (3.110)	12.21 ± (3.806)	9.03 ± (3.432)
	<i>p</i>		0.042*	0.808	0.414	0.111	0.020*	0.569
Nacionalidad	Argentina	29	13.76 ± (3.113)	14.83 ± (5.169)	14.00 ± (2.940)	10.79 ± (4.378)	14.48 ± (3.460)	10.00 ± (3.218)
	Chilena	38	11.50 ± (3.236)	13.45 ± (3.881)	14.76 ± (3.132)	9.11 ± (2.739)	12.29 ± (3.463)	8.68 ± (2.978)
	<i>p</i>		0.005**	0.216	0.314	0.057	0.012*	0.088
Tipo de prueba	Campo	30	12.33 ± (3.044)	12.77 ± (4.861)	14.23 ± (2.921)	8.83 ± (3.860)	12.90 ± (3.595)	9.30 ± (2.996)
	Pista	37	12.59 ± (3.624)	15.08 ± (3.954)	14.59 ± (3.184)	10.65 ± (3.225)	13.51 ± (3.641)	9.22 ± (3.276)
	<i>p</i>		0.754	0.035*	0.633	0.040*	0.493	0.914

p: Significancia

* La diferencia entre los promedios es significativa en el nivel 0,05.

** La diferencia entre los promedios es significativa en el nivel 0,01.

En la presente tabla se presentan los puntajes promedios acompañados de su desviación estándar (Media ± DE), obtenidos por los atletas, en base a los criterios de sexo (femenino – masculino), nacionalidad (argentina – chilena) y tipo de prueba (pista – campo) en cada arista evaluada en los cuestionarios, donde la; Ansiedad Cognitiva, Ansiedad Somática y Autoconfianza pertenecen a CSAI – 2R y la Ansiedad somática, Preocupación y Desconcentración pertenecen a SAS – 2.

Discusión

El objetivo del estudio fue determinar la relación entre los niveles de Ansiedad Precompetitiva y el desempeño deportivo de atletas adolescentes. Para ello se cuantificaron los niveles de Ansiedad Precompetitiva de un grupo de atletas mediante los instrumentos CSAI-2R y SAS-2.

Existen pocos estudios que aborden la relación entre los niveles obtenidos en las distintas modalidades de la Ansiedad Precompetitiva con el desempeño deportivo (25), ya sea utilizando el cuestionario CSAI-2R o el cuestionario SAS-2. Las investigaciones en esta línea, han estado enfocadas en los factores asociados a las distintas modalidades, más que el efecto de ésta en el

desempeño deportivo (3, 4, 13, 14, 26, 27). Sin embargo, los resultados obtenidos en la disciplina de atletismo se pueden correlacionar con los obtenidos en otras áreas deportivas, como la natación, debido a que sus demandas de cooperación y esfuerzo son similares a los existentes en las pruebas atléticas (14).

Pozo et al, estudió una muestra de atletas y nadadores, observando que los deportistas con mayores niveles de Autoconfianza obtuvieron mejores resultados deportivos (14). Sus resultados son semejantes a los obtenidos en la presente investigación, donde se aprecia una tendencia leve, en la cual los atletas con niveles más altos de Autoconfianza obtuvieron una mejor clasificación, es decir un mejor rendimiento. Por otra

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

parte, los resultados obtenidos por Sanchez et al., al estudiar triatletas, indican que no existe una relación significativa entre las variables estudiadas (Ansiedad Cognitiva, Ansiedad Somática Y Autoconfianza) y el rendimiento deportivo (28). Esta diferencia puede estar dada por el tipo de competencia en la cual se encuestó a los deportistas. Mientras que Sanchez et al., basó su estudio en un evento de carácter recreativo, nuestra investigación se realizó en un evento de carácter competitivo, lo cual es considerado como una motivación extrínseca (15, 26). Bajo estos parámetros, se observó una relación significativa entre la Autoconfianza y el rendimiento, la cual creemos está supeditada a las características del evento en que participó el deportista. En relación a la Ansiedad Precompetitiva y el rendimiento deportivo, un estudio realizado en Taekwondistas muestra que existiría una tendencia leve entre ambas variables pero sin ser estadísticamente significativa, señalando que su relación también se encontraría influenciada por el clima deportivo (29).

En la literatura, la relación entre los niveles de Ansiedad Precompetitiva y rendimiento deportivo se abordan de modo indirecto. Múltiples autores indican que, según el nivel de ansiedad presente en el deportista, se podrían obtener distintos resultados. También se expone que las subescalas de ansiedad se ven influenciadas por distintos factores, entre los cuales podemos nombrar; disciplina realizada, grupo etario, contexto

deportivo, experiencia deportiva, motivaciones intrínsecas y motivaciones extrínsecas (3, 13, 15, 24, 25, 27, 30). En consideración a lo anterior es interesante analizar como las distintas subescalas interactúan entre sí, y como la combinación de factores, pudiesen dar lugar a un efecto sobre el rendimiento. Un aspecto interesante en esta línea, es la correlación existente entre la Preocupación y la Ansiedad Cognitiva, las cuales están asociadas al supuesto rendimiento deportivo que percibe el atleta (25).

En el presente estudio se obtuvo que la puntuación en Ansiedad Somática tiende a correlacionarse de forma positiva y moderada con la obtenida en Ansiedad Cognitiva, resultados que se condicen con los obtenidos en otras investigaciones (27, 31). Sin embargo, no se observó una correlación entre la puntuación obtenida en Ansiedad Somática y Autoconfianza, a diferencia de lo observado en maratonistas, donde los niveles de Ansiedad Somática se correlacionaron positivamente con los de Ansiedad Cognitiva y negativamente con los de Autoconfianza (32). Probablemente esta relación esté condicionada por el tiempo de duración de la prueba deportiva, donde un mayor grado Ansiedad Somática implique una menor Autoconfianza en deportes de larga duración.

Al analizar los puntajes obtenidos por sexo, se obtienen resultados similares a

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

otros estudios que contemplaban una muestra de atletas y nadadores (14, 33). En nuestro estudio, los varones presentaron promedios más bajos en Ansiedad Cognitiva, situación similar se observó en una muestra de deportista argentinos, donde los varones obtuvieron promedios menores respecto a las mujeres estudiadas (21). En este último estudio se hace referencia a las diferencias en los valores de Ansiedad Somática según la disciplina realizada, donde deportes individuales (artes marciales) presentaron puntuaciones más altas en la subescala de Ansiedad Somática que aquellas obtenidas en los deportes colectivos (hockey y fútbol). Si extrapolamos la condición técnica de ambos deportes al atletismo, correspondería encasillarlas a las pruebas de pista y campo respectivamente, dado que en las primeras existe un único intento para cumplir el objetivo a diferencia de lo que ocurre en las de campo donde tienden a existir 3 intentos por prueba, permitiendo al atleta modificar y posiblemente mejorar su técnica. Por tanto, el promedio menor de Ansiedad Somática en las pruebas de campo, puede explicarse por el tiempo de desempeño y oportunidades que tiene en la prueba deportiva, siendo interesante poder evaluar en futuras investigaciones como varía el comportamiento de la Ansiedad Somática entre cada uno de los intentos realizados por el deportista.

Centrándonos en la Ansiedad Somática, Desconcentración y Preocupación, evaluadas en nuestro estudio a través del

cuestionario SAS-2, se observaron correlaciones positivas entre la Ansiedad Somática y la Preocupación, entre la Ansiedad Somática y la Desconcentración y entre la Preocupación y la Desconcentración, similar a los resultados obtenidos en estudios con basquetbolistas (34). Solo la subescala de Desconcentración se correlacionó positivamente con la Autoconfianza, sin embargo, su incidencia en ésta es escasa.

En lo que respecta a los puntajes promedios para cada subescala la Preocupación fue la subescala con mayor puntaje promedio, seguido de la Ansiedad Somática y finalmente de la Desconcentración, situación que se refleja en otros estudios en donde la Preocupación parece ser uno de los ejes importante al determinar la presencia de ansiedad (35). En esta misma línea, el estudio de Ponseti, quien relaciono sexo, ansiedad competitiva y tipo de deporte, observó que la Preocupación es la variable de mayor puntaje (36), replicado en nuestros resultados. Así se puede determinar que esta variable de ansiedad se ve influenciada por las distintas subescalas, en modo moderado y elevado, presentando una tendencia a influir en el rendimiento deportivo aun cuando su efecto en el rendimiento sería leve.

En relación a la nacionalidad de los deportistas, la Ansiedad Cognitiva y Preocupación en la población argentina fueron estadísticamente superiores a los

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

obtenidos en la población chilena. Estos ítems corresponden a manifestaciones cognitivas de la ansiedad, lo cual puede deberse a que las competencias se realizaron fuera de su país, lo que implica que el atleta se encuentra fuera de la zona de confort, existiendo además un cambio de latitud y altitud, lo cual puede afectar al organismo de múltiples maneras. Esta situación resulta interesante evaluarla en una futura versión de los juegos binacionales de la Araucanía o en los Juegos Binacionales de Integración Andina "Cristo Redentor", para evaluar si el lugar o país de competencias influye en las variables descritas y en el desempeño deportivo.

Debido a la escasa literatura referida a atletas adolescente, la influencia de los niveles de ansiedad precompetitiva en el rendimiento deportivo es un campo con mucho por explorar. Una de las relaciones interesantes se encuentra al determinar si la Autoconfianza se asocia a un mejor rendimiento deportivo, y evaluar el efecto que tiene la Preocupación y la Ansiedad Cognitiva en el desempeño del deportista. Se requiere seguir investigando en el área para conocer los efectos que tienen las subescalas de ansiedad en el organismo, pudiendo determinar, si el estado psicológico del deportista al momento de enfrentarse a un desafío físico puede suponer una ventaja o no frente a su rival, permitiendo diseñar estrategias de entrenamiento pertinentes para la búsqueda de los mejores resultados que el cuerpo permita.

Conclusiones

Se logra establecer que la Ansiedad Precompetitiva tiene un efecto leve en el desempeño deportivo, sin poderse establecer una relación lineal entre ambos. Se observó que tanto la Ansiedad Cognitiva (SAS-2) como la Preocupación (SAS-2) pudiesen afectar indirectamente el desempeño deportivo, ya que influyen en la percepción del atleta de poder lograr sus expectativas en la prueba a realizar, requiriéndose más estudios para establecerlo.

En base a lo anterior, los niveles de Ansiedad Precompetitiva de los deportistas adolescentes, al momento de enfrentarse a una competición, no estarían relacionados de forma categórica con el rendimiento deportivo del atleta.

Limitaciones del estudio

Entre las limitaciones del estudio, se encuentra: desconocer la experiencia deportiva de los participantes, clima deportivo, motivaciones personales, motivaciones extrínsecas, características biológicas (altura, peso, talla, masa muscular) los cuales son factores que puede tener una incidencia en los niveles de ansiedad observados, y por ende en el desempeño deportivo del atleta.

Reconocimientos y Agradecimientos

Se agradece al Instituto Nacional de Deportes de la Región de Magallanes y la Antártica Chilena por el apoyo brindado en este estudio, así como a los atletas por su participación, disposición y tiempo

para el correcto desarrollo de esta investigación.

Conflictos de intereses

No existen conflictos de intereses para la realización de esta investigación.

Referencias

1. Anshel MH, Freedson P. Dictionary of the Sport and Exercise Sciences: Human Kinetics Books; 1991.
2. López-Walle J, del Pilar Rodríguez M, Rodríguez J, Ceballos O. Psicología del Deporte: Conceptos, Aplicaciones e Investigación 2015.
3. Gutiérrez M, Estévez A, otros o. Ansiedad y rendimiento atlético en condiciones de estrés: efectos moduladores de la práctica. 2007. 2007;6(2).
4. Jones G, Swain A. Predispositions to Experience Debilitative and Facilitative Anxiety in Elite and Nonelite Performers 1995. 201-11 p.
5. Scanlan TK, Babkes ML, Scanlan LA. Participation in sport: A developmental glimpse at emotion. Organized activities as contexts of development: Extracurricular activities, after-school and community programs. 2005:275-309.
6. Mahoney J, W. Larson R, Eccles J. Organized activities as contexts of development: Extracurricular activities, after-school and community programs 2005.
7. Scanlan TK, Lewthwaite R. Social psychological aspects of competition for male youth sport participants: IV. Predictors of enjoyment. Journal of sport psychology. 1986;8(1):25-35.
8. Arias DG, Fernández EA. Que hace a un campeón? Explicando la variaciones en el desempeño deportivo en humanos. Revista Médica de Risaralda. 2009;15(1).
9. Durán Agüero S, Arroyo Jofre P, Varas Standen C, Herrera-Valenzuela T, Moya Cantillana C, Pereira Robledo R, et al. Calidad del sueño, somnolencia e insomnio en deportistas paralímpicos de elite chilenos. Nutrición Hospitalaria. 2015;32:2832-7.
10. García-Mas A, Aguado FJ, otros o. Sueño, descanso y rendimiento en jóvenes deportistas de competición. 2007. 2007;12(2).
11. Torres Flores F, Mata F, Pavia Rubio E, Ríos C, Sánchez-Oliver A. Dieta vegetariana y rendimiento deportivo 2017. 27-38 p.
12. Uberuaga M, Bustamante Á, Morán-Bravo M. Nutritional supplements for sports performance: a narrative review. Sociedad Chilena de Medicina del Deporte. 2018;63:37 - 42.
13. Ruiz-Juan F, Zarauz Sancho A. Ansiedad en maratonianos en función de variables socio demográficas. RETOS Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación. 2014(25).
14. Pozo A. Intensidad y dirección de la ansiedad competitiva y expectativas de resultados en atletas y nadadores. 2007. 2007;16(2).
15. Zarauz Sancho A, Ruiz-Juan F. Factores determinantes de la ansiedad en atletas veteranos españoles. Universitas Psychologica. 2014;13(3):1047-58.
16. Martens R. Sport competition anxiety test. 1977.

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

17. Ramis Y, Torregrosa M, Viladrich C, Cruz J. Adaptación y validación de la versión española de la Escala de Ansiedad Competitiva SAS-2 para deportistas de iniciación. *Psicothema*. 2010;22(4).
18. Andrade Fernández EM, Lois Río G, Arce Fernández C. Propiedades psicométricas de la versión española del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R en deportistas. *Psicothema*. 2007;19(1).
19. Arruza Gabilondo JA, González Rodríguez O, Palacios Moreno M, Arribas Galarranga S, Cecchini Estrada JA. Validación del competitive state anxiety inventory 2 reducido (csai-2 re) mediante una aplicación web. 2012.
20. López Walle JM, Pineda Espejel HA, Tomás I. Validación de la versión mexicana del CSAI-2R en sus escalas de intensidad y dirección. *Revista Mexicana de Psicología*. 2014;31(2):198-212.
21. Cavagnis EEC. Adaptación del Inventario Revisado de Ansiedad Estado Competitiva-2 a población deportiva argentina. *Interdisciplinaria Revista de Psicología y Ciencias Afines*. 2018;34(2).
22. Cox RH, Martens MP, Russell WD. Measuring anxiety in athletics: the revised competitive state anxiety inventory-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 2003;25(4):519-33.
23. Bartholomeu D, Montiel JM, Machado AA, Marín Rueda FJ. Análisis de la estructura factorial del Stai-T en una muestra de deportistas brasileiros. *Acta Colombiana de Psicología*, Vol 17, no 2 (jul-dic 2014); p 123-132. 2014.
24. Valdebenito C. Adaptación y validación del "test de ansiedad precompetitiva versión revisada (CSAI-2R)" de Cox, Martens y Russell (2003), en deportistas universitarios pertenecientes a la ciudad de Concepción. 2015.
25. Prats AN, Mas AG. Relación entre el rendimiento y la ansiedad en el deporte: una revisión sistemática. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*. 2017(32):172-7.
26. Ruiz-Juan F, Sancho AZ. Ansiedad, satisfacción, percepción y creencias sobre las causas del éxito en atletas veteranos españoles. *Ansiedad y estrés*. 2013;19(1).
27. Ruiz-Juan F, Sancho AZ, Flores-Allende G. Variables predictoras de la ansiedad precompetitiva: aspectos diferenciales en corredores de fondo en ruta. *Universitas Psychologica*. 2015;14(3).
28. Sánchez JCJ, Gómez RP, Dueñas KGN, Gómez-Millán MRB. Ansiedad y autoconfianza precompetitiva en triatletas. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*. 2012;7(1):113-24.
29. Ballesteros Y, Vallejos L. Relación entre la ansiedad precompetitiva, el clima deportivo y su efecto sobre el rendimiento de un grupo de taekwondistas universitario de Bogotá. 2014. 2014;4(1):26.
30. Cruz DV, Silva C. Construcción de una escala para evaluar factores situacionales y externos asociados al rendimiento deportivo. *Educación Física y Deporte*. 2015;34(2):3.
31. Ceballos Gurrola O, Pineda Espejel HA, López Walle JM, Rodríguez T, Leandro J, Medina Villanueva M. Pre-competitive anxiety and self-confidence in pan american gymnasts. *Science of Gymnastics Journal*. 2013;5(1):39-48.
32. Buceta JM, De La Llave AL, Llantada MdCP, Vallejo M, del Pino MD. Estado psicológico de los corredores populares de maratón en los días anteriores a la prueba. *Psicothema*. 2003;15(2):273-7.
33. Vargas JCG, Vargas RG, Bonilla PU. Autoeficacia general, ansiedad precompetitiva y sensación de fluir en jugadores (as) de balonmano de la selección nacional de Costa Rica. *MHSalud: Movimiento Humano y Salud*. 2013;10(2):1-16.
34. Martín JF, Rodríguez JR, Robles MTA, González JD, Fuentes-Guerra FJG, Sánchez ACJ, et al., editors. Influencia de un modelo alternativo de competición sobre la ansiedad en jóvenes deportistas. *Anais do IX Congresso Ibérico de Basquetebol*; 2018.

Relación entre los niveles de ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en atletas adolescentes

35. Ramis Laloux Y, Torregrosa M, Cruz Feliu J. Revisitando a Simon & Martens: la ansiedad competitiva en deportes de iniciación. Revista de psicología del deporte. 2013;22(1):0077-83.
36. Verdaguer FXP, Más AG, Ramón JC, Conti JV. Diferencias de sexo respecto de la ansiedad asociada a la competición deportiva. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación. 2017(31):193-6.