

ANSIEDAD-ESTADO A LO LARGO DE LAS FASES DE COMPETENCIA DEPORTIVA*

ANXIETY-STATE THROUGHOUT SPORTS COMPETITION

*Jaime Alberto Arenas Granada***

*Héctor Haney Aguirre-Loaiza****

Resumen

Con el objetivo de conocer el comportamiento de la ansiedad-estado en tres fases de competencia deportiva (clasificatoria, semifinal y final) e identificar diferencias entre el género, delegaciones y experiencia deportiva, fue empleada la escala de ansiedad-estado del Inventario de Ansiedad Estado y Rasgo (IDARE/STAI), para lo cual se obtuvo un total de 173 datos (clasificatoria, n= 98; semifinal, n= 43; final n= 32) en una muestra intencional de hombres y mujeres voleibolistas representantes de seis instituciones universitarias. Estudio empírico cuantitativo, de alcance longitudinal y análisis estadístico no paramétrico. Los resultados permitieron establecer la correlación positiva y significativa entre las fases de competencia y los niveles de ansiedad-estado, se observaron diferencias significativas en el género, en función al promedio general y la fase clasificatoria; con mayores puntajes de ansiedad-estado por parte de las mujeres. Los promedios de las fases no establecieron diferencias estadísticamente significativas, como tampoco se observó en las delegaciones, ni en la experiencia deportiva. Sin embargo, se destaca la importancia de la experiencia deportiva como variable a considerar en las demandas de la competencia deportiva. Los resultados son discutidos y direccionados a la instauración de programas de entrenamiento psicológico, así como el desarrollo de nuevos trabajos en esta línea.

Palabras clave: ansiedad-estado, desempeño deportivo, diferencias entre género, experiencia deportiva, deporte universitario, voleibol.

Abstract

In order to know anxiety- state behavior in three phases of sports competition (qualifying, semifinal and final), and identify gender, delegation and sports experience differences, it was used the scale from anxiety-state and feature inventory (IDARE/STAI), which it was obtained a total of 173 data (qualifying, n=98; semifinal n= 43; final n=32) in a purposive sample of men and women representative volleyball players from six universities. Quantitative empirical study, of longitudinal reach and non-parametric statistical analysis. The results allowed to establish positive and meaningful correlation between competition phases and anxiety-state levels, significant differences were observed in gender, according to general average and qualifying phase; with higher scores of anxiety-state by women. Phases averages did not establish statistically significant differences, neither delegations nor sports experience. Nevertheless, it highlights the importance of sports experience as a variable to consider in sports competitions demands. The results are discussed and addressed the establishment of psychological training programs and the development of new work in this line.

Keywords: anxiety-state, sports performance, gender differences, sports experience, university sport, volleyball.

Fecha de recepción: 16 de diciembre de 2013

Fecha de aprobación: 17 de marzo de 2014

* El presente artículo hace parte de la tesis de pregrado par optar por el título de Licenciado en Educación física y Deporte de la Universidad del Quindío por parte de los autores.

** Licenciado en Educación Física y Deportes, Universidad del Quindío. Estudiante de Psicología, Universidad Autónoma de Bucaramanga. Estudiante investigador del Grupo Problemas Clínicos y Psicosociales. Correo electrónico: jaarenasg85@gmail.com

*** Licenciado en Educación Física y Deportes. Psicólogo. Docente del programa de Educación Física y Deportes de la Universidad del Quindío Investigador Grupo Cumanday, Actividad Física y Deportes. Correo electrónico: haney.aguirre@gmail.com

INTRODUCCIÓN

La ansiedad es un área de investigación y un campo de actuación desde la clínica psicológica y psiquiátrica con una larga trayectoria y con gran sustento empírico reflejado en el gran volumen de literatura existente. Estas suposiciones sugieren que la ansiedad está presente en la mayoría de los trastornos psiquiátricos, en muchos de los cuales es un síntoma secundario y en los llamados *trastornos de ansiedad* es la manifestación principal (Cardioli, 2008); incluso existen estudios que enmarcan la prevalencia de los trastornos de ansiedad en pacientes psiquiátricos (Achim, Maziade, y Raymond, 2011) y revisiones de ansiedad desde un punto de vista clínico aplicado al contexto del deporte (Patel, Omar, y Terry, 2010) han demostrado mayores niveles de ansiedad en las mujeres.

Por otra parte, nuevas posturas buscan dejar a un lado el endemismo clínico que caracteriza a la ansiedad; de este modo, las nuevas investigaciones referentes a la ansiedad competitiva buscan examinar los factores que pueden intervenir de forma individual en el rendimiento de los deportistas (Mellalieu, Hanton, y Fletcher, 2009). Por esta razón, la ansiedad constituye un tema de estudio y de interés de los investigadores en los diferentes campos de la psicología, y en el contexto del deporte, entendido este desde su acepción más amplia, también se configura en una variable que ha cobrado interés en la psicología de la actividad física y el deporte (Dosil, 2008).

Así, la ansiedad-estado (AE) es conceptualizada como un estado emocional transitorio del organismo humano que se determina por sentimientos de tensión y de aprensión subjetivos conscientemente percibidos y por un aumento de la actividad del sistema nervioso autónomo (Spielberger y Díaz-Guerrero, 2002). Esta afirmación sugiere que la ansiedad-estado tiene un fundamento cognitivo estrechamente vinculado al funcionamiento cerebral y anclado a procesos psicológicos básicos (atención, percepción, memoria, emoción y pensamiento). Además, la ansiedad-estado no debe entenderse exclusivamente como un estado constituido y determinado por componentes ambientales de la *competición* como los espectadores, el rival, la cohesión de equipo y otras condiciones. En consecuencia, parece entenderse que es un factor que incide en el bajo desempeño deportivo (Bakker, Whiting y Van de Brug, 1993; Cox, 2009). Este bajo desempeño se

explica desde los resultados experimentales de Mercado (2004), donde encontró que el sesgo atencional en la AE no se circunscribe únicamente a la estimulación amenazante, sino que se manifiesta también hacia estímulos neutros dentro de un contexto emocional amenazante; en este caso, la AE es más sensible a dicho sesgo atencional, produciéndose en personas con elevadas puntuaciones en esta variable.

Es así que el carácter competitivo del deporte pone a prueba el estado emocional de los competidores, que durante el desarrollo de la competencia no son conscientes de sus verdaderos sentimientos, y de cómo estos pueden afectar el desempeño atlético de los deportistas. En este sentido, las emociones pueden ser facilitadores o debilitadores del desempeño atlético. A esto se añade que la competición deportiva es un evento que genera ansiedad: se trata de un hecho irrepetible, irreparable y efímero en muchas ocasiones (Núñez, 2008). Bajo esta consideración, investigaciones anteriores han brindado evidencias sobre la manera en que varía los niveles de ansiedad-estado según el tiempo que resta para la competencia (López, 2011; Ries, Castañeda, Campos y Del Castillo, 2012).

Por otra parte, los deportistas jóvenes en particular se preocupan por la calidad del rendimiento, incluso cuando este no es objeto de observación por otros (Sherry y Stephen, 2002), en consecuencia, la experiencia deportiva puede ser el producto del aprendizaje y conocimiento de situaciones y, por ende, la apropiación de características psicológicas que acompañan la ansiedad en situaciones determinantes como la exigencia misma de competencia deportiva. Varias investigaciones dentro del área de estudio han comenzado a esclarecer, contrastar y describir las estrechas relaciones entre la ansiedad-estado y demás variables que pueden asociarse al rendimiento deportivo (Abenza, Alarcón, Leite, Ureña y Piñar, 2009; Aguirre-Loaiza y Ramos, 2011, 2013; Cano, Olmedilla y Ortega, 2010; Cox, 2009; López, 2011; Wang, Marchant, Morris, y Gibbs, 2004).

En detalle, se han establecido correlaciones significativas con los niveles de AE y el rendimiento en remadores de élite (Hanin, 1986), la motivación en golfistas amateurs (Irazusta y Arruza, 2006), la autoconfianza en judocas de élite (Montero, Moreno-Murcia, González, Pulido y Cervello, 2012) y los niveles individuales en hándicap de golfistas amateurs (Pinto y Vázquez,

2013). En Colombia, previos trabajos en futbolistas juveniles han relacionado el rendimiento, variables sociodemográficas y variables deportivas (p. ej., posición de juego, experiencia deportiva) observándose altos valores de ansiedad ante la competencia deportiva (Aguirre-Loaiza y Ramos, 2011 y 2013). En definitiva, desconocer la influencia de la AE en el rendimiento y la salud mental del deportista, resulta tan arriesgado como desconocer la integralidad de los componentes del entrenamiento deportivo (Issurin, 2012).

En la teoría de la zona de funcionamiento óptimo desarrollada por Hanin (1980, 1989, 1993, 1997), propone que los deportistas poseen una zona de estado óptimo de ansiedad en el que se origina el máximo rendimiento, de forma que, fuera de este rango de ansiedad, el rendimiento es inferior; otros modelos teóricos revisados en la literatura como la U invertida, cuya hipótesis sostiene una relación continua entre el rendimiento y la ansiedad, y el mejor rendimiento ocurre en un punto intermedio de la activación de la ansiedad, también la teoría multidimensional de la ansiedad explora dos componentes de este concepto: (a) la ansiedad cognitiva debido a pensamientos negativos, las preocupaciones sobre el rendimiento, concentración alterada originada a partir de una evaluación de la situación y (b) la ansiedad somática, con reacciones psicofisiológicas clásicamente condicionadas en y por la competencia deportiva, incluyendo la sudoración, aumento del ritmo cardíaco, temblor; entre otros (Patel *et al.*, 2010). La complejidad del constructo es aún más evidente sobre todo en disciplinas como el voleibol, puesto que en competencia los fundamentos técnicos y tácticos implican evaluaciones ambientales e internas tanto del individuo como del equipo, así como resolución de problemas y toma de decisiones en tiempos cortos.

Los estudios consultados demuestran trabajos no experimentales de corte transversal, en tanto otros diseños experimentales actúan sobre el control de variables específicas (Elliott, Polman y Taylor, 2012). No obstante, no se conocen trabajos que describan el comportamiento de la ansiedad-estado sobre el trazado de las distintas fases de competencia deportiva en situaciones reales. Por lo anterior, el presente trabajo tuvo como objetivo principal conocer el comportamiento de la ansiedad-estado en tres fases de competencia –clasificatoria, semifinal y final–, al igual que determinar

las diferencias entre sexo, experiencia deportiva y por delegaciones universitarias. Frente a las delegaciones universitarias se indaga en función al alcance logrado por equipos, es decir, el rendimiento se pudo entender como aquellas selecciones que consiguieron llegar a la final del campeonato. En este mismo sentido, se señalan tres hipótesis, (a) a mayor compromiso (avance de la fase) de la competencia deportiva, mayores niveles de ansiedad-estado, por tanto, entre la fase competitiva, sea de mayor alcance, se generará mayor ansiedad, (b) existen diferencias entre hombres y mujeres voleibolistas, y por último, (c) se permiten establecer diferencias en cuanto a la experiencia deportiva y las delegaciones institucionales.

MÉTODO

Diseño

El siguiente estudio se clasifica como un estudio empírico con metodología cuantitativa, caracterizado por presentar datos empíricos originales producidos por los autores y en enmarcados dentro de la lógica epistemológica de tradición objetivista (Montero y León, 2007). No se manipularon variables, por tanto, se considera no experimental y de alcance longitudinal o evolutivo (Hernández-Sampieri, González y Baptista 2010), puesto que las observaciones se establecieron en tres momentos diferentes de la competencia deportiva.

Participantes

Se abordó el total de la población de deportistas universitarios de manera intencional y previa aprobación del consentimiento informado, lo anterior se argumenta debido al acceso de asumir todos los participantes la competencia (Pardinas, 1978). Los participantes están compuestos por estudiantes voleibolistas de ambos sexos (varones, $n=47$; mujeres $n=126$). El total de datos recolectados fue de 173 distribuidos en tres fases (clasificatoria, $n=98$; semifinal, $n=43$; final, $n=32$). El promedio de edad fue 19,9 años ($DE=2,6$) y con mínimo de 16 y máximo de 27 años. Competieron en el zonal regional de voleibol, organizado por la Asociación Colombiana de Universidades (Ascun) con apoyo de la Fundación Universitaria del Área Andina y representaban seis instituciones de educación superior (Universidad del Área Andina, Universidad Tecnológica de Pereira, Universidad la Gran Colombia, Uni-

versidad de Manizales, Universidad Libre y Universidad del Quindío), provenientes de tres departamentos de Colombia (eje cafetero), Risaralda, Caldas y Quindío.

Instrumentos

Para la medición de las variables sociodemográficas, se realizó un cuestionario de autoinforme ad hoc por parte de los investigadores, que consta de información relacionada con las características de estudio como edad cronológica, género, edad deportiva (experiencia deportiva) y la respectiva fase competitiva.

La medición de la ansiedad-estado se efectuó a través de la prueba State-Trait Anxiety Inventory (STAI), diseñada por Spielberger, Gorsuch y Lushene (1970), adaptada en español como IDARE Inventario de Ansiedad Rasgo y Estado (Spielbergery y Díaz-Guerrero, 2002). El STAI (Spielberger, 1971, Spielberger, Gorsuch y Lushene, 1982) es un inventario conformado por dos escalas, en cada una de ellas, evalúa de forma separada los niveles de ansiedad-rasgo y ansiedad-estado. Esta última escala empleada en el presente trabajo, es valorada en una puntuación tipo *Likert*, siendo 1 el menor y 4 el mayor puntaje, en valores respectivos “no en lo absoluto”, “un poco”, “bastante” y “mucho”, está compuesta por 20 reactivos, de los cuales algunos están de forma indirecta: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 y 20, el resto son medidos de forma directa. La puntuación bruta fue transformada a través de los baremos a una escala normalizada. Por otra parte, los niveles de AE se codificaron de la siguiente manera: Menor de 39 *baja*, entre 40-59 *moderada* y superior a 60 *alta*. Si bien es un instrumento diseñado de manera global y no comprende criterios específicos aplicados al deporte, su utilidad es recomendada y perfectamente utilizada en el área de la psicología del deporte (Dosil, 2008; Roffé, 2009; Ramis *et al.*, 2010; Weinberg y Gould, 2010); inclusive, el STAI mantiene adecuadas propiedades psicométricas y sensible a los estímulos ambientales (Guillén y Buela-Casal, 2011).

PROCEDIMIENTO Y CONSIDERACIONES ÉTICAS

Se abordó a los deportistas universitarios en el lugar del evento (Coliseo Menor de la Ciudad de Pereira, Colombia). En cada fase de la competencia, se tomaron las mediciones de la AE entre 60 y 45 minutos antes

de cada partido, solicitándole previa autorización al cuerpo técnico de cada delegación universitaria. Posterior al aval de cada director técnico, se procedió a la aplicación del instrumento (STAI), y previa información de manera verbal y escrita a través del consentimiento informado sobre ningún riesgo de la investigación y su alcance, el desarrollo del proceso fue ejecutado por nosotros, además se contó con la colaboración de estudiantes previamente instruidos en la recolección de la información y aplicación de la prueba. Los instructivos se realizaron de forma verbal, asimismo se le proporcionó a cada deportista universitario un plantillero, un lapicero, el consentimiento informado y el respectivo formulario de la escala de ansiedad-estado.

Las consideraciones éticas para la investigación se desarrollaron bajo los lineamientos de la Resolución N° 008430 de (1993) del Ministerio de Salud y Protección Social de la República de Colombia, por los cuales se establecen las normas académicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. Prevalció el criterio del respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y su bienestar. El presente estudio se clasifica como una investigación sin riesgo, según el Artículo 11, literal a, donde se expresan que emplean técnicas y métodos de investigación donde no se realiza ninguna intervención o modificación intencionada de las variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales de los individuos que participan en el estudio, entre los que se consideran: revisión de historias clínicas, entrevistas, cuestionarios y otros en los que no se le identifique ni se traten aspectos sensitivos de su conducta.

De igual modo, se toman como referentes las disposiciones de la Ley 1090 (2006) del Ministerio de Protección Social, por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético, en el Capítulo VII de la investigación científica, *la propiedad intelectual y las publicaciones*, contenido en el artículo 50: “al llevar a cabo investigaciones científicas, deberán basarse en principios éticos de respeto y dignidad, lo mismo que salvaguardar el bienestar y los derechos de los participantes”.

ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

La información fue procesada en una matriz de datos de Excel de Office 2010, posteriormente analizada en una base de datos de SPSS, v.17.0, donde se calcularon medidas de tendencia central y desviación estándar. Para la estadística inferencial, se emplearon medidas no paramétricas, para el contraste de muestras se usó el estadístico *U* de Mann Whitney, y para más de dos muestras independientes, la prueba de Kruskal-Wallis. Esto entendido porque los supuestos de normalidad calculados a través de Kolmogorov-Smirnov no fueron acordes con la distribución normal de los datos. Se asumieron niveles de significancia de $p < .05$.

RESULTADOS

Se estableció que existe correlación entre la competencia deportiva y los puntajes de ansiedad-estado, ($r_s = .16, p = .34$), indicando que, a mayor nivel de la competencia, también aumentan los niveles de ansiedad-estado. A continuación se describen (tabla 1 y figura 1) los promedios y desviación estándar de los puntajes de AE en función a la competencia deportiva, así, los promedios de ansiedad-estado aumentaron en la misma medida que aumentaba la fase competitiva. Asimismo, de acuerdo con las fases de competencia, no se evidenciaron diferencias estadísticamente significativas $\chi^2 (2, N=173) = 4.45, p = .108$.

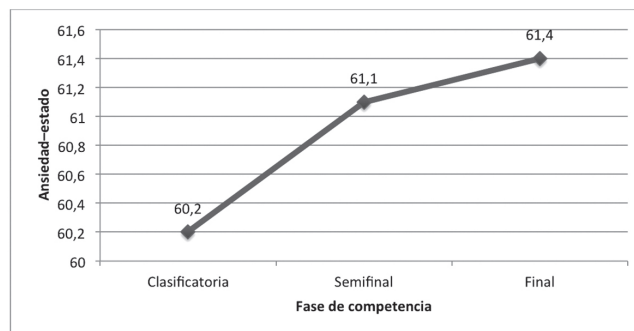


Figura 1. Puntajes de ansiedad-estado en función de la competencia deportiva.

Se describen también (tabla 2) los puntajes promedios y las diferencias entre género, resultados que corresponden al objetivo de contraste de los niveles de ansiedad-estado en función a dos fases de la competencia deportiva (clasificatoria y final), no se contrasta en la fase de semifinal porque no se establecieron muestras masculinas. Así, a partir de un análisis estadístico paramétrico, los resultados demostraron diferencias estadísticamente significativas en la fase clasificatoria ($U = 850,0, p = .04$), siendo valores superiores de AE por parte de las mujeres. Similar situación fue descrita en los promedios generales entre varones y mujeres $M= 59,3$ y $M= 61,1$, respectivamente, estableciéndose diferencias significativas ($U = 2237,5, p = .01$). No así en la fase final, donde las diferencias entre género no fueron significativas, sin embargo, los promedios también fueron superiores en mujeres. De acuerdo con lo anterior, la fase clasificatoria y el promedio total discriminan diferencias significativas de acuerdo al género.

Tabla 1. Ansiedad-estado en función de las fases de competencia.

Fases de competencia			
	Clasificatoria	Semifinal ^a	Final
M	60,2	61,1	61,4
DE	3,9	3,7	4,9
n	98	43	32
%	56,6	24,9	18,5

Nota: a= en esta fase no se contó con participantes en la rama masculina, como estaba estructurado el campeonato.

Tabla 2. Diferencias de puntajes de ansiedad-estado en función del género.

Fase	Género				U	P
	Varones (n= 47)		Mujeres (n= 126)			
	M	DE	M	DE		
Clasificatoria	59,1	4,2	60,9	3,5	850,0	,04
Final	60,0	7,4	62,0	3,2	98,0	,62
Total	59,3	5,0	61,1	3,5	2237,5	,01

Nota: U= u de Mann Whitney.

VARIABLES como la delegación deportiva (selecciones universitarias) y la experiencia deportiva de los estudiantes también fueron analizadas (tabla 3). En ninguna de las variables se encontraron diferencias significativas. Ni en los puntajes de AE de las selecciones deportivas $\chi^2 (5, N=173) = 9,66, p = ,85$, ni en los puntajes de AE de la experiencia deportiva, $\chi^2 (4, N=173) = 3,91, p = ,41$. Tampoco se hallaron correlaciones significativas entre los valores de AE y la experiencia deportiva. No obstante, se observan una relación nega-

tiva entre los puntajes de AE y los años de experiencia deportiva, es decir, entre menos experiencia mayores valores de ansiedad. Se destaca que los puntajes de AE reportados, muestran valores superiores en las mujeres en comparación a los varones, a excepción del promedio en la experiencia deportiva en el rango entre los 7 a 8 años; lo cual puede señalar que la experiencia deportiva entre los siete y ocho años favoreció a las mujeres al obtener menor puntaje de ansiedad que sus homólogos masculinos.

Tabla 3. Puntajes de ansiedad-estado en función de la selección universitaria y la experiencia deportiva.

Variables	n	Género					
		Varones		Mujeres		Todos	
		M	DE	M	DE	M	DE
Selección Universitaria							
Universidad del Área Andina ^a	33	-	-	61,8	3,4	61,8	3,4
Universidad Tecnológica de Pereira ^b	43	61,0	3,1	61,7	2,8	61,6	2,8
Universidad La Gran Colombia	20	-	-	60,7	3,1	60,6	3,1
Universidad de Manizales	20	59,3	4,7	62,7	3,1	61,0	4,3
Universidad Libre ^a	14	57,8	4,0	60,4	4,1	59,3	4,1
Universidad del Quindío ^b	43	58,9	6,0	59,6	4,5	59,3	5,2
Experiencia deportiva							
1 a 2 años	40	58,7	5,8	62,4	2,9	61,3	4,3
3 a 4 años	32	59,4	2,1	60,1	3,9	60,0	3,5
5 a 6 años	47	58,4	5,6	61,6	3,4	60,7	4,3
7 a 8 años	29	63,6	4,0	60,5	4,0	60,9	4,0
Más de 8 años	25	59,5	4,9	60,4	2,7	60,0	3,9
Total	173	59,3	5,0	61,2	3,5	60,6	4,0

Nota: a= selecciones finalistas en la rama femenina. b= selecciones finalistas en la rama masculina.
El guión significa que no se obtuvieron datos. Los guiones corresponden a universidades que no participaron por parte de la rama masculina.

DISCUSIÓN

El objetivo del estudio era determinar los niveles de ansiedad-estado a lo largo de las fases de competencia deportiva en voleibolistas universitarios, a la vez que se pretendió observar si existían diferencias entre el género, la experiencia deportiva y las delegaciones universitarias. Debido a esto, los resultados demuestran la importancia que señala la ansiedad-estado en función a otras variables, como las fases de competencia, el género y la experiencia deportiva de los participantes, por consiguiente el presente estudio cobra relevancia en el campo de las ciencias de la actividad física y del deporte, puesto que describe el comportamiento de un constructo psicológico y las dimensiones que la subyacen.

Los resultados señalaron correlaciones significativas entre las fases de competencia y la AE, lo cual indica que, a medida que aumentan las fases de competencia, también ocurre con puntajes de AE. Por otro lado, no se encontraron diferencias significativas en cuanto a los puntajes de AE y las fases del campeonato. En términos generales, puede derivarse de estos resultados la relación con dos factores que pueden favorecer la aparición de la ansiedad, los cuales son: *la importancia del evento y la inminencia del evento* (Dosil, 2008). En suma, el campeonato propicia altos niveles de activación psicofisiológica sin poseer certeza a cual tipo de activación (negativa o positiva) aluden los voleibolistas universitarios. En la misma línea, diferentes estudios (Abenza et al., 2009; Aguirre-Loaiza y Ramos, 2011; Cárdenas y Labastida, 2012; Ciucurel, 2012; Ries et al., 2012) confirman a través de correlaciones estadísticas la afectación recíproca, ya sea de forma proporcional o inversamente proporcional entre la AE y el rendimiento, en relación con la importancia de la competencia o el tiempo restante para su inicio.

Lo anterior también recibe apoyo a la primera hipótesis planteada, entendiendo que el nivel de la competencia puede ser un predictor de los niveles de ansiedad y, por consiguiente, puede perjudicar el rendimiento deportivo de los deportistas, de modo que es importante asumir un programa de entrenamiento multidimensional (Issurin, 2012) con la vinculación de los aspectos técnicos, tácticos, físicos, teóricos y, desde luego psicológicos aplicados al voleibol universitario. En consecuencia, Weinberg y Gould (2010) asumen que los deportistas mentalmente entrenados

podrán tener mejores recursos apropiados para el enfrentamiento de situaciones estresantes, por ende, las estrategias o habilidades psicológicas aprendidas por los deportistas permitirán enfrentar con solvencia las demandas que la competencia exige, situación que no solo corresponde a los deportistas de alto rendimiento, sino que también incumbe en aquellos donde rendimiento deportivo universitario lo exige.

Sin embargo, algunos meta-análisis (Craft, Magyar, Becker y Feltz, 2003; Woodman y Hardy, 2003) sugieren relaciones débiles a moderadas entre los subcomponentes de la ansiedad y el rendimiento deportivo. Un estudio realizado por Pinto y Vázquez (2013) encontró que, en una muestra de golfistas, se hallaron correlaciones estadísticamente significativas, entre los niveles de hándicap y los niveles de ansiedad somática (fisiológica). De manera que deben entenderse la complejidad del fenómeno y la cantidad de variables intervinientes en situaciones específicas como la multifactoriedad del binomio entre el entrenamiento-competencia; la participación de otros dominios psicológicos como la atención-concentración, la autoconfianza, la motivación, entre otras habilidades.

Otro objetivo del estudio consistió en identificar las diferencias entre género de acuerdo con los puntajes de AE en las fases de competencia deportiva (clasificatoria y final). Los resultados evidenciaron diferencias estadísticamente significativas en la primera de las fases, observándose mayores puntajes promedios en las mujeres. En la fase final no se hallaron diferencias y, como se había mencionado anteriormente, la fase semifinal, por no contar con participación masculina, no fue calculada. El puntaje promedio general también arrojó diferencias entre ambos géneros, siendo en ellas las que mayor puntaje de AE reportaron. Los datos apoyan la segunda hipótesis planteada en el presente trabajo, sin embargo, es escasa la literatura que ilustre y explique las posibles causas que puedan existir entre género y la competencia en el ámbito deportivo, del mismo modo, futuros estudios pueden estar encaminados en esta línea.

Algunas aproximaciones teóricas pueden ser leídas desde la psicología clínica, argumentándose que las diferencias entre ambos sexos son respecto a la anatomía y patrones de activación y respuesta a los estímulos ambientales (Arenas y Puigcerver, 2009), en conse-

cuencia, los mecanismos neuropsicológicos describen procesos cognitivos y conductuales que subyacen los niveles de ansiedad en la competencia deportiva. En la misma línea, se ha encontrado que variables psicológicas como la ansiedad, la autoestima y la satisfacción autopercebida predicen de mejor manera la salud física de las mujeres en comparación a los hombres (Sánchez-López, Aparicio y Dresch, 2006). Además, Spielberger y Díaz-Guerrero (2002) “sugieren que las mujeres son más lábiles emocionalmente que los varones o que ellas están más dispuestas a reportar sus sentimientos” (p. 11). Este fenómeno también ha sido observado ante situaciones específicas en contextos artísticos como la música, donde las mujeres han sido más ansiosas que los varones (Lusca y Dafinoiu, 2012).

Conforme a lo anterior, el papel de la competencia resulta cumplir una función mediadora y definitiva en los constructos psicológicos (Gómez-López, Ruiz, García-Montes, Granero y Piéron, 2009), y posiblemente puede ser asumido de manera diferente entre ambos géneros, principalmente en elementos de ansiedad y de motivación, así, por ejemplo, la dirección de tareas y metas establecidas permite orientar la búsqueda de motivación extrínseca en situaciones de competencia (Almagro, Sáenz-López, y Moreno-Murcia, 2012; Moreno-Murcia, Blanco, Galindo, Villodre y González-Cutre, 2007), y estas condiciones repercuten en el deseo de ganar y aumentar los niveles de ansiedad (Jamshidi, Hossien, Sajadi, Safari y Zare, 2011). Otro elemento que vale la pena asociar se identifica con datos de prevalencia de cuadros nosológicos ansiosos cuyos datos respaldan mayor presencia en las mujeres (Elliott *et al.*, 2012) y la competencia deportiva corresponde a un ambiente potencialmente generador de ansiedad. De esta manera, las mujeres pueden tener diferentes lecturas de las exigencias de la competencia, situación que va acorde con lo demostrado por Jamshidi *et al.* (2011), donde se observó que los deportistas masculinos son más competitivos que las mujeres, y además se concluyó que cuando la competitividad y la orientación a objetivos crece, la ansiedad competitiva se reduce. Cabe también mencionar que una perspectiva sociocultural e histórica frente a la participación de la mujer en el deporte, y en general en la inserción del rol femenino en la sociedad, puede ser entendido como unos de los aspectos que explique los altos niveles de ansiedad en la mujeres, así, la inclusión feme-

nina en ambientes deportivos ha sido tardía y pueden determinar cierta desventaja en contextos competitivos (Vázquez, 2002), brecha que parcialmente se ha ido estrechando en las estrategias del concurso deportivo por parte de las mujeres.

Finalmente, ante la variable de delegación y la experiencia deportiva no se hallaron diferencias estadísticamente significativas. Este objetivo y planteamiento de la tercera hipótesis no confirma lo postulado por los investigadores. Frente a los equipos representantes de las universidades, el análisis se pueden derivar en dos perspectivas; la primera se identifica en el carácter de la universidad (estatal o pública/privada), la Universidad Tecnológica de Pereira y la Universidad del Quindío son instituciones de carácter estatal o público y sus ubicaciones en las fases de competencias fueron diversas en el puntaje promedio general, igualmente ocurrió con las mismas delegaciones de carácter privado, donde su ubicación de los puntajes de AE fueron dispersos, por tanto, no se estableció una determinada tendencia que permitiera esclarecer la condición de las universidades en función a la AE. La segunda perspectiva se encamina en las consecuencias que pueden obtenerse a partir los alcances de los logros deportivos en instancias regionales, donde, por lo general, las instituciones ofrecen beneficios asociados a los descuentos en el valor de la matrícula y/o incentivos de reconocimientos sociales.

Por el lado de la experiencia deportiva, se demuestra una tendencia en que a mayor experiencia, menores puntajes de ansiedad; estos datos no tienen el respaldo de correlaciones significativas, ni diferencias entre los grupos. Inclusive, en las mujeres, la experiencia deportiva demostró tener menores valores de ansiedad, en comparación a los hombres. Es decir, cuanta más familiarización y aprendizajes puedan obtener a través de la competencia deportiva y en relación con el deporte en específico, puede leerse como un factor en control de la ansiedad en voleibolistas. Sin embargo, esta hipótesis carece de apoyo, y debe sustentarse en futuros trabajos tanto en muestras de voleibolistas de distintos niveles de rendimiento, como en otros deportes. Por su parte, trabajos previos han demostrado que la experiencia deportiva es una variable que se asocia a la ansiedad-estado y al rendimiento deportivo (Aguirre-Loaiza y Ramos, 2011, 2013; Buceta, López de la Llave, Pérez, Vallejo y Del Pino 2003), en consecuencia, se pueden

sugerir que programas de intervención en el entrenamiento de habilidades psicológicas consideren la experiencia deportiva como variable destacada al momento de enfrentar con apropiados recursos las demandas que exige la competencia deportiva. En estos términos, la experiencia deportiva parece influir en la interpretación de estímulos relacionados con la ansiedad (Hanton, Croy, Neil, Mellalieu, y Miles, 2008).

Puede ser lógico considerar que los presentes resultados que se obtengan estén en concordancia con el marco conceptual ofrecido en la teoría de la zona de funcionamiento óptimo (Hanin, 1980, 1989, 1993, 1997), donde el estado óptimo de ansiedad en función al máximo rendimiento es exclusivo a cada deportista, para lo cual es pertinente efectuar un perfil psicológico y fisiológico para cada deportista (Cervantes, Rodas y Capdevila, 2009). También tiene sentido, si se entiende que el rendimiento de las delegaciones (rendimiento entendido como el avance a fases finales) no marcó una tendencia de un punto continuo intermedio, como lo plantea la hipótesis de la "U" invertida, sino que fue diferente en cada delegación, sin embargo, identificar el rendimiento y la eficacia de cada deportista tanto dentro de equipo como en función a la competencia se circunscribe a futuros trabajos.

Las implicaciones de los resultados sugieren que los profesionales deben ser conscientes de los posibles efectos negativos entre la ansiedad y los niveles óptimos en el rendimiento del deportista (Abouzekri y Karageorghis, 2010), además, a medida que el evento implica mayor compromiso, mayor es el puntaje AE reportado. Asimismo, el efecto de otras habilidades psicológicas, como la autoconfianza, está relacionado con el rendimiento deportivo, tanto para deportistas de alto nivel como para aquellos en niveles más bajos (Woodman y Hardy, 2003).

A la luz de estos resultados, es pertinente advertir algunas de las limitaciones con las que se contó en el desarrollo del presente trabajo; entre ellas se encuentran la resistencia de dirigentes, entrenadores y deportistas ante los ejercicios investigativos y la negativa de participación en tales procedimientos, por otro lado, a nivel metodológico, vincular instrumentos específicos del ámbito deportivo puede permitir una focalización en un contexto específico, aunque el STAI goza de validez y confiabilidad en distintos ámbitos (Guillén y

Buela-Casal, 2011) y aporta información consistente en una competición concreta (Ramis *et al.*, 2010), asimismo, se derivan recomendaciones que se pueden considerar para futuros trabajos, como estimar otras poblaciones en diversas disciplinas deportivas y su comportamiento a lo largo de la competencia deportiva y diseños metodológicos que permitan el control de variables permitirán observar el desempeño de la ansiedad en contextos deportivos.

En conclusión, este trabajo contribuye a la observación del comportamiento de la AE a lo largo de las fases de competencia, se identifican diferencias en cuanto al género, lo cual implica que el modo en que se asumen y enfrentan las exigencias deportivas parece ser distinto entre hombres y mujeres; al igual, es esencial considerar la experiencia deportiva como factor en el control de situaciones ansiosas que pueden afectar el rendimiento, en consecuencia, describir y conocer el comportamiento de la AE ante circunstancias como la competencia deportiva ofrece herramientas al entrenador y profesionales de las ciencias de la actividad física y del deporte sobre las pautas que deben apropiarse en cuanto a decisiones técnicas y tácticas de la práctica deportiva.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abenza, L., Alarcón, F., Leite, N., Ureña, N. y Piñar, M. (2009). Relación entre la ansiedad y la eficacia de un equipo de baloncesto durante la competición. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9(51).
- Abouzekri, A. y Karageorghis, I. (2010). Effects of precompetition state anxiety interventions on performance time and accuracy among amateur soccer players: Revisiting the matching hypothesis. *European Journal of Sport Science*, 10, (3), 209-221, DOI: 10.1080/17461390903377134
- Achim, A., Maziade, M. y Raymond, E. (2011). ¿Cómo de prevalentes son los trastornos de ansiedad en la esquizofrenia? Una revisión de meta-análisis y revisión crítica sobre una asociación significativa. *Psiquiatría*, 37(4), 811-821. Recuperado de <http://www.psiquiatria.com/articulos/psicosis/esquizofrenia/52906/>
- Aguirre-Loaiza, H. y Ramos, S. (2011). Ansiedad-estado y variables sociodemográficas en futbolistas juveniles colombianos durante competencia. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 7(2), 239-251.

- Aguirre-Loaiza, H. y Ramos, S. (2013). Ansiedad ante la competencia en futbolistas: comparación entre titulares y suplentes. *Avances de la Psicología del Deporte en Iberoamérica*, 2(1), 47-61.
- Almagro, B., Sáenz-López, P. y Moreno-Murcia, J. A. (2012). Perfiles motivacionales de deportistas adolescentes españoles. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(2), 223-231.
- Arenas, M. C., y Puigcerver, A. (2009). Diferencias entre hombres y mujeres en los trastornos de ansiedad: una aproximación psicobiológica. *Escritos de Psicología (Internet)*, 3(1), 20-29.
- Bakker, F. C., Whiting, H. T., y Van de Brug, H. (1993). *Psicología del deporte. Conceptos y aplicaciones*. Madrid: Morata.
- Buceta, J. M., López De La Llave, A., Pérez--Llantada, M., Vallejo, M. y Del Pino, M. D. (2003). Estado psicológico de los corredores populares de maratón en los días anteriores a la prueba. *Psicothema*, 15(2), 273-277.
- Caballo, V. E. (2008). Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos. En A. Cardoli, *Terapia farmacológica* (pp. 663-692). España: Siglo XXI.
- Cano, L., Olmedilla Z. y Ortega, T. (2010). Efectos de las lesiones sobre las variables psicológicas en futbolistas juveniles. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(2), 265-277.
- Cárdenas, T. S., y Labastida, G. P. (2012). Ansiedad en ajedrecistas juveniles previo a una competencia de selección estatal. *Alternativas en Psicología*, 26, 39-46.
- Cervantes, J. C., Rodas, G. y Capdevila, L. (2009). Perfil psicofisiológico de rendimiento en nadadores basado en la variabilidad de la frecuencia cardiaca y en estados de ansiedad precompetitiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(1), 37-52.
- Ciucurel, M. M. (2012). The relation between anxiety, reaction time and performance before and after sport competitions. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 33, 885-889. Recuperado de <http://www.sciencedirect.com.bd.uniquindio.edu.co/>
- Cox, R. H. (2009). *Psicología del deporte, Conceptos y sus aplicaciones*. Buenos Aires: Médica Panamericana.
- Craft, L. L., Magyar, M., Becker, B. J., y Feltz, D. L. (2003). The relationship between competitive state anxiety inventory-2 and sport performance: A meta-analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 44-65.
- Dosil, J. (2008). *Psicología de la actividad física y del deporte*. Madrid: Mc Graw-Hill.
- Elliott, D., Polman, R. y Taylor, J. (2012). The effects of relaxing music for anxiety control on competitive sport anxiety. *European Journal of Sport Science*, DOI: 10.1080/17461391.2012.693952
- Gómez-López, M., Ruiz, F., García-Montes, M., Granero, A. y Piéron, M. (2009). Motivaciones aludidas por los universitarios que practican actividades físico-deportivas. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(3), 519-532.
- Guillén, A. y Buela-Casal, G. (2011). Actualización psicométrica y funcionamiento diferencial de los ítems en el State Trait Anxiety Inventory (STAI). *Psicothema*, 23(3), 510-515.
- Hanin, Y. (1980). A study of anxiety in sport. En W. Starub (ed.), *Sport Psychology: An Analysis of Athletic Behavior* (pp. 236-249) Ithaca: Movement Publications.
- Hanin, Y. (1986). *State-trait anxiety research on sports in the USSR*. In C. D. Spielberger y R. Dias-Guerrero (ed.), *Cross-cultural anxiety* (pp. 45-64). Washington, DC: Hemisphere.
- Hanin, Y. (1989). *Interpersonal and intragroup anxiety: Conceptual and methodological issues*. En D. Hackfort y C. D. Spielberger (ed.), *Anxiety in sports: An international perspective* (pp. 19-28). Washington: Hemisphere Publishing Corporation.
- Hanin, Y. (1993). *Optimal performance emotions in top athletes*. En S. Serpa, J. Alves, V. Ferreira y A. Paula Brito (ed.), *Sport Psychology: An integrated approach*. Proceedings of the VII World Congress of Sport Psychology (pp. 229-232). Lisboa.
- Hanin Y. (1997). Emotion and athletic performance: individual zones of optimal functioning. *European Yearbook of Sport Psychology*, 1, 29-72.
- Hanton, S., Cropley, B., Neil, R., Mellalieu, D. y Miles, A. (2008). Experience in sport and its relationship with competitive anxiety. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 5(1), 28-53, DOI:10.1080/1612197X.2008.9671811
- Hernández-Sampieri, R., Collado, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Irazusta, S. y Arruza, J. (2006). Influencia de variables psicológicas en el rendimiento de jugadores amateurs de golf. *Revista de Psicología del Deporte*, 15(1), 127-138.
- Issurin, V. (2012). *Entrenamiento deportivo. Periodización en bloques*. Barcelona: Paidotribo.
- Jamshidi, A., Hossien, T., Sajadi, S., Safari, K. y Zare, G. (2011). The relationship between sport orientation and competitive anxiety in elite athletes. *Procedia-Social and Behavioral Sciences* 30, 1161-1165.

- Ley 1090. (6 de Septiembre de 2006). Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el código deontológico y bioético y otras disposiciones. Congreso de la República de Colombia: Diario Oficial – Edición 46.383.
- López, N. (2011). Relación entre factores motivacionales y niveles de ansiedad en porristas en precompetencia. *International Journal of Psychological Research*, 4(1), 80-91.
- Lusca, D. y Dafinoiu, I. (2012). Performance anxiety and musical level of undergraduate students in exam situations: the role of gender and musical instrument. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 48, 448-452.
- Mahoney, M. J., y Avenier, M. (1977). Psychology of the elite athlete: An exploratory study. *Cognitive Therapy and Research*, 1, 135-141.
- Mellalieu, S. D., Hanton, S. y Fletchera, D. (2009). *Competitive anxiety review: recent directions in sport psychology research*. Nueva York: Nova Science Publishers.
- Mercado, R. (2004). *Sesgos atencionales en la ansiedad rasgo y el ansiedad estado: un estudio electrofisiológico de actividad cerebral*. (Tesis doctoral). Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, España.
- Montero, C. C., Moreno-Murcia, J. A., González, P. I., Pulido, G. J., y Cervello, G. E. (2012). Ansiedad-estado precompetitiva en judocas. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 7(1), 26-43.
- Montero, I. y León, O. (2007). A guide for naming research studies in psychology. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 847-862.
- Moreno-Múrcia, J. A., Blanco, M., Galindo, C., Villodre, N., y González-Cutre, D. (2007). Efeitos do gênero, a idade e a frequência de prática motivação e odesfrute do exercício físico. *Fitness y Performance Journal*, 6(3), 140-146.
- Núñez, J. L. (2008). *El bienestar, la satisfacción y el rendimiento de un deportista se ven afectados por diversos factores de carácter psicológico*. Diario médico. Recuperado de <http://www.psicologiaincientifica.com/ansiedad-estado>
- Pardinas, F. (1978). *Metodología y técnicas de investigación en ciencias sociales*. México: Siglo Veintiuno.
- Patel, D., Omar, H. y Terry, M. (2010). Sport-related Performance Anxiety in Young Female Athletes. *Journal of Pediatric Adolescent Gynecology*, 23, 325-335.
- Pinto, M. y Vázquez, N. (2013). Ansiedad-estado competitiva y estrategias de afrontamiento: su relación con el rendimiento en una muestra argentina de jugadores amateurs de golf. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 47-52.
- Ramis, Y., Torregrosa, M., Viladrich, C. y Cruz, J. (2010). Adaptación y validación de la versión española de la Escala de Ansiedad Competitiva SAS-2 para deportistas de iniciación. *Psicothema*, 22(4), 1004-1009.
- Resolución 8430. (4 de octubre de 1993). Por la cual se reglamenta las normas académicas, técnicas y administrativas para la investigación en Salud. Congreso de la República de Colombia.
- Ries, F., Castañeda, V. C., Campos, M. y Del Castillo, O. A. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(2), 9-16.
- Roffé, M. (2009). *Evaluación psicodeportológica*. Buenos aires: Lugar.
- Sánchez-López, M. P., Aparicio, M. E., y Dresch, V. (2006). Ansiedad, autoestima y satisfacción autopercibida como predictores de la salud: diferencias entre hombres y mujeres. *Psicothema*, 18(3), 584-590.
- Sherry, E. y Stephen, F. (2002). *Manual Oxford de medicina deportiva*. Barcelona: Paidotribo.
- Spielberger, C. D. (1971). Trait-state anxiety and motor behavior. *Journal of Motor Behavior*, 3, 265-279.
- Spielberger, C. D., y Guerrero-Díaz, R. (2002). *Inventario de ansiedad: rasgo-estado: manual e instructivo*. México: Manual Moderno.
- Spielberger, C., Gorsuch, R. y Lushene, R. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto: Consulting Psychologist Press.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., y Lushene, R. (1982). *Manual del Cuestionario de Ansiedad Estado/Rasgo (STAI)*. Madrid: TEA Ediciones.
- Vázquez, B. (2002). La mujer en ámbitos competitivos: el ámbito deportivo. FAISCA. *Revista de Altas Capacidades*, 9, 56-69.
- Wang, J., Marchant, D., Morris, T. y Gibbs, P. (2004). Self consciousness and trait anxiety as predictors of choking in sport. *Journal Science Medicine Sport*, 7(2), 174-85.
- Weinberg, R. S., y Gould, D. (2010). *Fundamentos de Psicología del Deporte y del Ejercicio Físico*. Madrid: Panamericana.
- Woodman, T. y Hardy, L. (2003). The relative impact of cognitive anxiety and self-confidence upon sport performance: a meta-analysis. *Journal of Sports Sciences*, 21(6), 443-457, DOI: 10.1080/0264041031000101809