



NIVELES DE ANSIEDAD PRECOMPETITIVA EN CICLISTAS PROFESIONALES LEVELS OF PRECOMPETITIVE ANXIETY IN PROFESSIONAL CYCLISTS

Sebastian Sitko¹, Isaac López Laval¹

¹Universidad de Zaragoza, Grupo de investigación movimiento humano, España. E-mail: sebastiansitko@yahoo.es.

RESUMEN

El ciclismo de carretera es un deporte con un gran seguimiento y un impacto económico importante. Los ciclistas profesionales se ven sometidos a una gran presión por conseguir resultados para prolongar sus contratos y aumentar sus ganancias. Por otra parte, las pruebas cicloturistas como la Quebrantahuesos pueden llegar a ser extremadamente competitivas y conllevar unos niveles importantes de ansiedad en los participantes. En este estudio se ha comprobado, mediante el uso de un cuestionario validado, que los ciclistas profesionales sufren unos niveles de ansiedad precompetitiva superiores a los vistos en los participantes en las pruebas cicloturistas comúnmente disputadas como la Quebrantahuesos.

PALABRAS CLAVE: ciclismo, ansiedad, rendimiento, presión.

ABSTRACT

Road cycling is a sport discipline with a great follow up and an important economical impact. Professional cyclists are often subject of great pressure in order to achieve results that would help them improve their contracts and get paid better. On the other side, cyclosportive events such as Quebrantahuesos can be extremely competitive and be associated to high anxiety levels in the participants. In this study it has been proved, through a validated questionnaire, that professional cyclists suffer from higher anxiety levels than the participants in common cyclosportive events such as the Quebrantahuesos.

KEYWORDS: cycling, anxiety, performance, pressure.

1. INTRODUCCIÓN

El Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R¹ es un instrumento validado para la medición de los niveles de ansiedad precompetitivos. Su versión traducida al castellano² consta de 18 ítems referentes a tres subescalas: ansiedad cognitiva, somática y autoconfianza. Hasta la fecha no se han analizado los niveles de ansiedad precompetitiva en ciclistas profesionales.

2. MÉTODOS

La versión del CSAI-2R en español fue administrada a 35 ciclistas profesionales que participaron durante el año 2017 en la Clásica de San Sebastián y 37 ciclistas aficionados que participaron en la marcha ciclodeportiva Quebrantahuesos 2017 entre 15 y 45 minutos antes de la competición. Se informó a los deportistas de que al participar lo hacían de forma voluntaria y anónima, así como de la confidencialidad de sus respuestas. Además, se insistió en que no existían respuestas correctas o incorrectas y en que no debían dedicar mucho tiempo a cada ítem; simplemente debían responder según se sintieran en ese momento. La presentación fue realizada por un único investigador y planificada, de modo que todos los sujetos recibiesen las mismas instrucciones. No se controló la edad de los sujetos debido a que no se quiso recoger datos personales de los participantes. Los datos fueron recogidos en la Clásica de San Sebastián y en la marcha ciclodeportiva Quebrantahuesos. El tratamiento estadístico se realizó con Statistic Package for the Social Sciences versión 23. La prueba T para muestras independientes se utilizó para valorar las diferencias estadísticas entre ambos grupos. El nivel de significación estadística se situó en $\alpha = 0,05$.

¹ CASTRONOVO, A.M., CONFORTO, S., SCHMID, M., BIBBO, D. y D'ALESSIO, T., 2013. How to assess performance in cycling: the multivariate nature of influencing factors and related indicators. *Frontiers in physiology*, vol. 4, pp. 116. ISSN 1664-042X. DOI 10.3389/fphys.2013.00116.

² MARQUETA, P.M. y MANONELLES, P., 2016. La Quebrantahuesos y los reconocimientos médico-deportivos La Quebrantahuesos y los reconocimientos médico-deportivos The "Quebrantahuesos" (breaks bones) and the sports-medical examinations. *Arch Med Deporte*, vol. 33, no. 2, pp. 91-93.

3. RESULTADOS

El grupo de los ciclistas profesionales obtuvo resultados significativamente superiores en el cuestionario al respecto del grupo de los ciclistas aficionados. Los resultados se pueden observar en la Tabla 1.

Tabla 1.- Resultados del cuestionario de ansiedad en competición

Grupo	Ciclistas profesionales (N=35)	Ciclistas aficionados (N=37)	Valor <i>p</i>
Puntos CSAI 2R test	51.43±6.245	31.46±7.443	≤0.05

Los resultados se expresan como media +/- desviación estándar

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Los ciclistas profesionales presentan niveles de ansiedad precompetitivos superiores estadísticamente a un grupo equiparable de ciclistas aficionados participantes en una marcha ciclodeportiva. Esto puede ser debido a una mayor disposición de premios económicos, posibilidad de alcanzar fama o un mejor contrato en el grupo de ciclistas profesionales³. Además, a pesar de que las pruebas cicloturistas pueden llegar a ser extremadamente competitivas⁴, muchos de los participantes en las mismas lo hacen por placer, hecho que ha podido influenciar los resultados inferiores de nuestra muestra.

BIBLIOGRAFÍA

- CASTRONOVO, A.M., CONFORTO, S., SCHMID, M., BIBBO, D. y D'ALESSIO, T., 2013. How to assess performance in cycling: the multivariate nature of influencing factors and related indicators. *Frontiers in physiology*, vol. 4, pp. 116. ISSN 1664-042X.

³ MARTENS, R. VEALEY, R., & BURTON, D., 1990. Competitive Anxiety in Sport. Champaign, IL: *Human Kinetics*.

⁴ FERNÁNDEZ, E. M. A., RÍO, G. L., & FERNÁNDEZ, C. A., 2007. Propiedades psicométricas de la versión española del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R en deportistas. *Psicothema*, 19(1), 150-155.

SEBASTIAN SITKO, ISAAC LÓPEZ LAVAL. "Los escaladores de alto nivel sufren mayor ansiedad precompetitiva que los escaladores aficionados"

REVISTA INTERNACIONAL DE DEPORTES COLECTIVOS. 39, 16-19

DOI 10.3389/fphys.2013.00116.

- FERNÁNDEZ, E. M. A., RÍO, G. L., & FERNÁNDEZ, C. A., 2007. Propiedades psicométricas de la versión española del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R en deportistas. *Psicothema*, 19(1), 150-155.
- MARQUETA, P.M. y MANONELLES, P., 2016. La Quebrantahuesos y los reconocimientos médico-deportivos La Quebrantahuesos y los reconocimientos médico-deportivos The "Quebrantahuesos" (breaks bones) and the sports-medical examinations. *Arch Med Deporte*, vol. 33, no. 2, pp. 91-93.
- MARTENS, R. VEALEY, R., & BURTON, D., 1990. *Competitive Anxiety in Sport*. Champaign, IL: *Human Kinetics*.