



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA

“ANSIEDAD COMPETITIVA Y SU ASOCIACIÓN CON EL
RENDIMIENTO DEPORTIVO EN JUGADORES PERUANOS DE
EQUIPOS PROFESIONALES DE FÚTBOL”

Tesis para optar el título profesional de:
MÉDICO CIRUJANO

Presentado por:
STEFANY KATHERINE CASTILLO FARFÁN (0000-0003-3152-
3499)
BENJAMIN JOSEPH NAMUCHE MARÍN (0000-0003-2756-583X)

Asesor:
FERNANDO MIGUEL RUNZER COLMENARES (0000-0003-4045-
0260)

Lima – Perú
2021

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 3 de febrero de 2021.

Las integrantes del Jurado de tesis:

Presidente: Méd. Esp. Dauma Yesenia Gastiaturú Rodríguez	<input type="checkbox"/>
Miembro: Méd. Esp. Laura Fiorella Zapata Takahashi	
Miembro: Méd. Katerine Maite García Moreno	

Se reúnen para evaluar la tesis titulada:

“ANSIEDAD COMPETITIVA Y SU ASOCIACIÓN CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN JUGADORES PERUANOS DE EQUIPOS PROFESIONALES DE FÚTBOL”

Presentada por los estudiantes:

Castillo Farfán, Stefany Katherine y Namuche Marín, Benjamín Joseph


Para optar el Título Profesional de Médicos Cirujanos.

Asesorados por: Méd. Esp. Fernando Miguel Runzer Colmenares

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño de los estudiantes de la carrera de Medicina Humana en la sustentación, concluyen de manera unánime (x) por mayoría simple () calificar a:

Tesis: Castillo Farfán, Stefany Katherine			Nota (en letras): Catorce (14)
Aprobado (x)	Aprobado - Muy buena ()	Aprobado - Sobresaliente ()	Desaprobado ()
Tesis: Namuche Marín, Benjamín Joseph			Nota (en letras): Catorce (14)
Aprobado (x)	Aprobado - Muy buena ()	Aprobado - Sobresaliente ()	Desaprobado ()

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.


 Méd. Esp. Dauma Yesenia Gastiaturú Rodríguez
 Presidente del Jurado


 Méd. Esp. Laura Fiorella Zapata Takahashi
 Miembro 1


 Méd. Esp. Fernando Miguel Runzer Colmenares
 Asesor


 Méd. Katerine Maite García Moreno
 Miembro 2

RESUMEN

Objetivos: Determinar la asociación entre ansiedad competitiva y rendimiento deportivo en jugadores peruanos. Metodología: Se realizó un estudio observacional analítico retrospectivo Resultados: Se encontró un promedio del puntaje de rendimiento deportivo de 2.95 (Desviación Estándar = 0.65) y un promedio del puntaje de ansiedad competitiva 10.39 (Desviación Estándar = 3.88). Un promedio de edad de los participantes de 18.4 años (Desviación Estándar = 4.64). Se encontró una asociación estadísticamente significativa entre rendimiento deportivo y las diferentes covariables que existieron en el presente estudio.

PALABRAS CLAVE

Ansiedad, Rendimiento atlético, Fútbol, Deporte, Salud mental

ABSTRACT

Objective: To determine the association between competitive anxiety and sports performance in Peruvian soccer players. Methodology: A cross-sectional, retrospective, analytical observational Results: A mean of the sports performance score of 2.95 (Standart Deviation = 0.65) and a mean of the competitive anxiety score of 10.39 (Standart Deviation = 3.88) were found. The mean age of the participants was 18.4 years (Standart Deviation = 4.64). A statistically significant association was found between athletic performance and the different covariates that existed in the present study.

KEY WORDS

Anxiety, athletic performance, soccer, sport, mental health

INTRODUCCIÓN

No es fácil para los deportistas lograr buenos resultados en los eventos importantes, ya que la lucha por el éxito y la competencia puede ser complicada (Chirivella et al., 2015; Fronso et al., 2017). La ansiedad competitiva es muy importante en la psicología del deporte, debido a su posible influencia sobre el rendimiento de los deportistas en una competencia (León-Prados et al., 2011; Ponseti et al., 2016). Por tal motivo es importante analizar de manera conjunta el nivel y la interpretación de la ansiedad precompetitiva, ya que ambas son percibidas e interpretadas por el deportista de manera distinta a otros (Kar, 2013; Khan, 2017). La ansiedad es un estado emocional negativo se caracteriza por altos niveles de activación del sistema nervioso autónomo, preocupación, estrés y pensamientos auto orientados que pueden afectar los procesos de atención y otras funciones cognitivas; es considerada un factor negativo, aunque en algunas situaciones esta puede ayudar a los jugadores a concentrarse y estar alerta al realizar acciones (Irina Milanés-Torres, 2015; Mondin et al., 2013; Parnabas & Mahamood, 2010; Pons, J. et al., 2016; Ponseti et al., 2016; Ramis & Torregrosa, s. f.). Los deportistas nuevos son más propensos que los profesionales a experimentar ansiedad, lo que interfiere con su desempeño. Se suele tener la idea de que los deportistas tienen una buena salud física y mental, y es que no es raro llegar a la conclusión de que una buena salud física genera una buena salud mental (Khan, 2017).

No obstante, se ha demostrado que hay un vínculo positivo entre el ejercicio y el bienestar psicológico, como mejoras en la autoestima, reducción de la ansiedad y el ánimo negativo. Pero también se ha encontrado que ser un deportista no te protege de trastornos mentales, siendo así que los más comunes en este grupo son la ansiedad y la depresión (Hálfdanardóttir, s. f.; Schaal et al., 2011). La depresión y la ansiedad suelen ser estacionales y estar asociadas a lesiones que pueden acabar con su carrera, alimentación desordenada en aquellos que son influidos por la estética y abuso de sustancias ilegales para mejorar su rendimiento. Las mujeres son diagnosticadas el doble de veces con depresión y ansiedad que los hombres, y de trastornos alimentarios de seis a diez veces más. En cambio, los varones son más diagnosticados con abuso de alcohol y drogas (Schaal et al., 2011; Schweltnus et al., 2016).

En una investigación realizada por Kumar et al, se evidenció que la mayoría de jugadores inexpertos o jóvenes tendrían tendencia a ponerse ansiosos y esto podría afectar su rendimiento, consideró además que los jugadores podrían ser aceptables hasta ciertos niveles de ansiedad por temas competitivos pero lo ideal sería que no lleguen niveles moderados o más altos de ansiedad (Khan, 2017). Se postula que un nivel muy alto de ansiedad competitiva afectará el rendimiento del atleta, por el contrario que un nivel menor de ansiedad mejora su rendimiento (Kar, 2013; Parnabas & Mahamood, 2010). La percepción del deportista ante una situación como desafiante, peligrosa o dañina genera estas respuestas; además afecta la percepción del deportista, por lo cual se considera que afecta su rendimiento, por lo tanto, si no se controla afectará su

desempeño (Mondin et al., 2013; Parnabas & Mahamood, 2010; Ponseti et al., 2016).

Por otra parte, los deportistas tienen diversas causas de estrés, identificarlas y entenderlas nos ayudaría a comprender el desarrollo y la prevención de la ansiedad y el agotamiento en los deportistas (Cho et al., 2019; Sancho & Ruiz-Juan, 2013). Una de las principales causas de ansiedad es el comportamiento de los entrenadores como factor unipersonal. Se encontró que un apoyo superior por parte del entrenador disminuye la ansiedad precompetitiva. Además, se ha visto que la ansiedad competitiva aumenta si el deportista tiene una relación negativa con el entrenador (Cho et al., 2019; Schwellnus et al., 2016). La ansiedad depende de varios factores como patrones de respuesta a la ansiedad en episodios anteriores, el momento en el que se presenta, la naturaleza de la competencia, el género y la habilidad técnica del atleta (Baro & Garrido, s. f.; Ponseti et al., 2016).

Asimismo, los deportes de contacto individuales y aquellos que se juzgan subjetivamente tienen mayor ansiedad cognitiva que los deportes sin contacto, en equipo o que se juzgan objetivamente (Kar, 2013; Ponseti et al., 2016). Existe evidencia de que un equipo siente más presión cuando juega en el lugar del equipo contrario. Por consiguiente, tener un mayor apoyo de los fanáticos y una mayor familiaridad con el lugar, juega un papel importante en sus niveles de ansiedad (Kar, 2013).

El deporte exige un alto rendimiento por lo que es normal que el deportista se vea sometido a presión de su entorno desde su entrenador, compañeros de equipo, oponentes, familia hasta la que es aplicada por el mismo (Ponseti et al., 2016; Santiesteban et al., s. f.). Se ha visto que la ansiedad aumenta progresivamente conforme el inicio de la competencia se ve más cercano y que las habilidades del deportista influyen en su nivel de ansiedad (Hanton et al., 2008). La confianza en uno mismo tiene un papel importante en la forma en la que reacciona el deportista ante la ansiedad. Debido a ello, las personas que confían en sus habilidades tienen más tendencia a responder bien frente al estrés y prosperar en una competencia. La preocupación y la confianza son opuestos, cuando la confianza es fuerte disminuye las preocupaciones (Kar, 2013; Sancho & Ruiz-Juan, 2013). Por causa de que el miedo influye en la naturaleza humana, cuando se enfrenta a una amenaza responde tanto físicamente como psicológicamente y esto le ayuda a luchar o huir en un instinto de supervivencia, sin embargo, este mismo se puede convertir en ansiedad (Hálfdanardóttir, s. f.).

Otra variable relacionada con la ansiedad y el rendimiento deportivo es el insomnio, Morris en 1982 fue uno de los primeros que se planteó la interrogante, si había relación entre los trastornos de sueño y la afectación en el rendimiento de los deportistas, aunque su investigación lo llevó a resultados diferentes creo la polémica entre si de verdad el sueño afecta el rendimiento competitivo en los deportistas (Francisco García, s. f.). Durand menciona que dormir menos de seis horas por un tiempo mayor a cuatro días consecutivos afecta negativamente a la función cognitiva, rendimiento y estado de ánimo (Samuel Durán et al., s. f.). Mata agrega que además de la cantidad de horas

de sueño, también debe verse que este sea efectivo porque los deportistas requieren un sueño adicional por la recuperación del entrenamiento y la competición; aparte del estrés que los jugadores presentan (Fernando Mata-Ordoñez et al., s. f.).

OBJETIVOS

Determinar la asociación entre la ansiedad competitiva y el rendimiento deportivo en futbolistas peruanos inscritos en la Federación Peruana de Fútbol.

MATERIAL Y MÉTODOS

El diseño es un estudio observacional analítico retrospectivo, análisis secundario de una base de datos.

La población proviene del estudio “Diagnóstico situacional de salud física, mental, nutricional y social de futbolistas” donde se analizaron las características de salud social, mental, nutricional y física de futbolistas inscritos en la Federación Peruana de Fútbol (FPF) entre 2019 y 2020. El muestreo fue aleatorio simple, estratificado por cada club de fútbol. Dicho estudio contaba con datos de 168 futbolistas. Se incluyeron a deportistas inscritos en la FPF en el momento de la recolección de datos de equipos profesionales de fútbol y se excluyeron a participantes que no desearon ser evaluados, participantes que se encuentren fuera de la ciudad de Lima, Perú durante la evaluación.

Para el cálculo de potencia, se asumió una frecuencia de ansiedad en deportistas de 8.6% y una frecuencia de ansiedad en la población general joven de 19% con un intervalo de confianza del 95% por lo cual se calculó una potencia estadística de 82.88% para hacer frente a la hipótesis de investigación (Hálfdanardóttir, s. f.). Se incluyó todos los datos de los participantes de la base de datos para la realización de este estudio.

Variables

Rendimiento deportivo: Se evaluó mediante una pregunta de autorreporte medido con una escala de Likert. La pregunta fue: “En general, ¿cómo consideras tu rendimiento deportivo actualmente?” y las respuestas probables fueron: *muy malo*, *malo*, *regular*, *bueno* y *muy bueno*. Se asignó un puntaje de 0 a 4 siendo considerada la de menor valor la respuesta, *muy malo* y la de mayor valor *muy bueno*; y la variable se expresó como dato numérico (Sanchez-Pato et al., s. f.).

Ansiedad competitiva: fue nuestra variable independiente, que fue calculada por la escala *Sport Competition Anxiety Test* (SCAT) contando con 15 preguntas con un valor de 0 a 45 puntos, donde a mayor valor, mayor grado de ansiedad; se expresó como variable numérica (Sarfraj et al., s. f.). Presenta un coeficiente de Cronbach de 0.83 para la escala somática; de 0.78 para la escala de preocupación y de 0.73 para la escala de desconcentración. Todos estos criterios superan el valor establecido por Nunnally que es 0.70, que establece que la consistencia interna es aceptable en el ámbito de investigación en psicología. (Ramis & Torregrosa, s. f.)

Se evaluaron variables socio-demográficas como edad, sexo, años de entrenamiento, peso, talla, club deportivo; el cual fue categorizado en dos grupos: club de la capital y club de provincia; y si está llevando una carrera profesional o técnica. Además, se evaluó las variables sobre experiencias y prácticas deportivas como la cantidad de años de práctica de fútbol, si practicó algún otro deporte, si en algún momento participó de manera internacional en

algún deporte, el número de partidos que ha jugado de titular con su club actual; y una evaluación de salud, comorbilidades (metabólicas, cardiovasculares, endocrinológicas, inmunológicas, osteomusculares e infecciosas) y hábitos nocivos, como el haber fumado cigarrillos en los últimos seis meses, si ha consumido bebidas alcohólicas dentro de los últimos seis meses, como considera su salud actualmente y si presenta alguna dificultad para entrenar o jugar partidos.

Conjuntamente se evaluaron variables con el fin de saber si los participantes contaban con un profesional en psicología en su club, presentaban algún personal al cual acudir en caso de presentar un problema de esta índole o si había alguien dentro del club que le preguntaba sobre estos problemas.

Finalmente, se evaluó el insomnio por medio de la escala *Insomnia Severity Index* que cuenta con siete preguntas donde se utiliza un puntaje de cinco puntos para calificar cada pregunta de 0-4, a mayor valor mayor nivel de insomnio. Variable numérica (Morin et al., 2011). Presenta un coeficiente de Cronbach de 0.82. Los ítems fueron homogéneos ya que el intervalo corregido ítem-total para los ítems vario de 0.47 a 0.71. (Fernandez-Mendoza et al., 2012)

Análisis estadístico

Se utilizó el programa Stata versión 15.0, con una base de datos que contaba con información sobre las variables descritas; las variables categóricas se expresaron en frecuencia y porcentajes y las variables numéricas se expresaron en medidas de tendencia central y medidas de dispersión. Dependiendo de la distribución según la gráfica del histograma, se verificó que la variable dependiente tiene una distribución no normal por lo cual el análisis bivariado se realizó mediante la prueba de Mann-Whitney para variables categóricas, y correlación de Spearman para variables numéricas. Finalmente se hizo un análisis estratificado por sexo de correlación entre las variables principales de estudio. Se tomó como valor significativo de P a los menores a 0.05.

El presente estudio fue solventado gracias al fondo SEMILLA de la Universidad Científica del Sur. Tanto el estudio original como el presente análisis secundario fueron aprobados por el comité institucional de ética e investigación de la Universidad Científica del Sur y la base de datos fue completamente anónima para nuestro análisis.

RESULTADOS

En el presente estudio encontramos un promedio del puntaje de rendimiento deportivo de 2.95 (Desviación estándar DE = 0.65) y un promedio del puntaje de ansiedad competitiva 10.39 (DE = 3.88). El promedio de edad de los participantes era de 18.4 años (DE = 4.64).

Tabla N° 1 Análisis descriptivo de las variables principales de estudio (N= 168)

Variable	Media	Desviación estándar	N	%
Edad	18.41	4.64		
Años de entrenamiento	8.02	4.66		
Número de partidos jugando de titular	8.95	13.95		
Peso (Kilogramos)	64.8	10.36		
Talla (Metros)	1.69	0.09		
Insomnia Severity Index (Puntaje)	10.65	4.6		
Sport Competition Anxiety Test (Puntaje)	10.39	3.88		
Rendimiento deportivo (Puntaje)	2.95	0.65		
Sexo				
Femenino			70	41.67
Masculino			98	58.33
Club deportivo				
Lima			137	81.55
Provincias			31	18.45
¿Estudia actualmente?				
No			59	35.12
Si			109	64.88
¿Consideras que, si tuvieras un problema de cualquier tipo, alguien del club podría ayudarte?				
No			36	21.43
Si			132	78.57
¿Cómo consideras tu estado de salud actualmente?				
Lo siento mejor			166	98.8
Lo siento igual			2	1.2
En la última semana, ¿tuviste dificultades para entrenar o jugar partidos?				
Ninguna			133	79.17
He tenido problemas, pero puedo entrenar			8	4.76
He tenido problemas, pero puedo entrenar			20	11.9
Problemas familiares			7	4.17
¿Practica algún otro deporte?				
No			60	35.71
Sí			108	64.29
¿Participó en partidos internacionales?				
No			58	34.52
Si			110	65.48
Autorreporte de estado físico				
Muy malo			1	0.6
Malo			4	2.38
Regular/ Normal			33	19.64
Bueno			93	55.38
Muy bueno			37	22.02
Autorreporte de consumo de alcohol (6 meses)				
No			127	75.6
Si			41	24.4
En tu club deportivo, ¿hay algún profesional en psicología?				
No			84	50
Si			84	50
¿Alguien pregunta por tus problemas personales en tu club?				
No			96	57.14
Si			72	42.86

Adicionalmente se hizo un análisis bivariado entre las covariables y la variable dependiente (Rendimiento deportivo), encontrándose una asociación estadísticamente significativa entre dicha variable y años de entrenamiento, cómo considera su estado de salud actualmente, la realización de algún otro deporte previo al fútbol, el insomnio y ansiedad competitiva, donde a mayor nivel de ansiedad competitiva el reporte de rendimiento deportivo fue más bajo.

Tabla N°2 Análisis Bivariado entre covariables y rendimiento deportivo

Variable	Coeficiente Spearman	Medidas de tendencia central		Medidas de dispersión	Valor de P
		Mediana	Rango intercuartílico		
Edad	-0.11				0.2
Sexo					0.3
Femenino		3.00		0.1	
Masculino		3.00		0.1	
Club deportivo					0.15
Lima		3.00		0.1	
Provincia		3.00		1	
¿Estudia actualmente?					0.77
No		3.00		0.1	
Si		3.00		0.1	
¿Consideras que, si tuvieras un problema de cualquier tipo, alguien del club podría ayudarte?					0.28
No		3.00		1	
Si		3.00		0.1	
Años de entrenamiento	0.18				0.01
Número de partidos jugando de titular	0.09				0.22
¿Cómo consideras tu estado de salud actualmente?					0.01
Lo siento mejor		3.00		0.1	
Lo siento igual		3.00		0.1	
En la última semana, ¿tuviste dificultades para entrenar o jugar partidos?					0.63
Ninguna		3.00		0.1	
He tenido problemas		3.00		0.5	
He tenido problemas, pero puedo entrenar		3.00		0.5	
Problemas familiares		3.00		0.1	
¿Practica algún otro deporte?					0.01
No		3.00		1	
Si		3.00		0.1	
¿Participó en partidos internacionales?					0.25
No		3.00		0.1	
Si		3.00		0.1	
Autorreporte de estado físico	0.6				0.01
Autorreporte de consumo de alcohol (6 meses)					0.48
No		3.00		0.1	
Si		3.00		0.1	
Peso	-0.07				0.34
Talla	0.03				0.62
En tu club deportivo, ¿hay algún profesional en psicología?					0.35
No		3.00		0.1	
Si		3.00		0.1	
¿Alguien pregunta por tus problemas personales en tu club?					0.72
No		3.00		0.1	
Si		3.00		0.1	
Insomnia Severity Index (Puntaje)	-0.2				0.01
Sport Competition Anxiety Test (Puntaje)	-0.19				0.01

Los valores de P para los coeficientes de correlación fueron calculados por la técnica de Spearman y los valores de P para la diferencia de medianas fueron calculados mediante la prueba U de Mann-Whitney

Finalmente se hizo un análisis de correlación entre ansiedad competitiva y rendimiento deportivo según sexo, encontrándose que en ambos grupos la ansiedad competitiva se asoció con un menor rendimiento deportivo.

Tabla N° 3 Análisis estratificado según sexo de la correlación entre ansiedad competitiva y rendimiento deportivo (N=168)

Variable	Coefficiente	Valor de P
Femenino	-0.01	0.97
Masculino	-0.04	0.01

El valor de P para evaluar el coeficiente de correlación fue evaluado por medio de la prueba de Spearman

DISCUSIÓN

En nuestro estudio nos planteamos como objetivo determinar la correlación entre rendimiento deportivo y ansiedad competitiva en deportistas de ambos sexos inscritos en la FPF. Al respecto Fronso, Robazza et al. mencionan en su artículo que la ansiedad tiene un efecto sobre el rendimiento de los jugadores, que incluso ellos mismos perciben, premisa con la que estamos de acuerdo ya que en nuestro estudio que se enfoca en solo un grupo de deportistas, futbolistas, se comprobaría que el desempeño se ve afectado por la ansiedad competitiva. También describe que existe un efecto significativo de la ansiedad sobre el rendimiento deportivo (Fronso et al., 2017).

Por otro lado, Khan señala en su investigación que las deportistas tienen mayor nivel de ansiedad frente a sus contrapartes masculinas, hecho que se contradice con nuestros resultados, que demuestran mayor nivel de ansiedad en los varones. Sin embargo, mencionan que los atletas que han tenido una participación en una competencia anterior en otro deporte tienen menos ansiedad que uno que no las tiene; coincidimos con este enunciado ya que en nuestro artículo se demuestra que, a mayor participación competitiva previa del jugador, menor será la ansiedad. Mencionan también que los atletas con mayor ansiedad previa al partido tienen un peor rendimiento, lo que coincide con nuestros resultados. (Jaramillo et al., s. f.; Khan, 2017). Respecto a lo mencionado, una probable razón por la cual nuestros resultados difieren la literatura sería que nuestro grupo de estudio tenía en promedio 18 años en los cuales no habría aún el factor protector frente al estrés descrito por Valadez, que encontró que mientras más edad tengan los deportistas, se adquieren más herramientas para afrontar el estrés (Valadez et al., s. f.).

Para el género femenino, la variable que mejor predice este tipo de ansiedad sería el nivel motivacional que es descrita por Baro y Garrido, que, al tener baja motivación, las mujeres tienden a tener más estrés frente a una competencia, mientras que las mujeres motivadas tienden a estar más enfocadas y tener menos ansiedad para el momento de una competición. A pesar de no haber sido evaluada en nuestro estudio, da pie para poder hacer un futuro análisis y encontrar similitudes entre estas dos poblaciones de deportistas (Baro & Garrido, s. f.).

Respecto a los factores asociados a la ansiedad, en el presente estudio fue el factor psicológico y el insomnio de forma general, mientras que en un estudio de niveles de ansiedad de gimnastas en el que se evaluó seis factores específicos: el miedo, preocupación, nivel de tranquilidad, evitación, ira y tristeza que bajo una metodología cuantitativa de tipo no experimental la fiabilidad y una de las características más asociadas a esta fue el factor miedo que presentó una tendencia alta frente los demás factores (Merchán Osorio et al., s. f.). Por otra parte, Sarfraj evidencia en su artículo que el entrenamiento y los requisitos que deben cumplir los jugadores para pertenecer a un club influyen en su ansiedad y por lo tanto en su rendimiento, esto también se presentó en nuestra investigación, donde se puede apreciar en la tabla 1 como se ven afectados los atletas (Sarfraj et al., s. f.).

En un estudio que evaluaron la variable de la presión de los padres frente a hijos deportistas se encontró mediante un análisis de correlación no paramétrica por medio de correlaciones de Spearman, que no existía relación significativa entre estos factores, siendo la presión de los padres una variable a descartar al momento de relacionarla con la ansiedad en los deportistas ante una competencia. (Sepúlveda-Páez et al., 2020).

En el presente estudio se encontró algunas limitaciones siendo una de ellas el tipo de estudio, al ser este de tipo transversal no se pudo determinar la causalidad entre las dos variables principales, además se agrega que durante el 2020 las entrevistas se realizaron de manera virtual para la mayoría de las variables por lo cual podría tener algún nivel de diferencia con respecto a las entrevistas presenciales. Sin embargo, varios estudios mencionan que, en la práctica, el ejercicio puede suponer una situación ambigua, puesto que puede ser agravante de la ansiedad si no se controla de forma adecuada, pero al mismo tiempo para los deportistas que están iniciando profesionalmente es un medio de desfogue para la ansiedad de su vida diaria, siendo incluso mejor que otras terapias (Sarraj et al., s. f.).

CONCLUSIONES

Después de realizar el estudio con los datos recolectados de los futbolistas profesionales y compararlos con la literatura disponible, podemos concluir que la ansiedad competitiva sí influiría significativamente en el rendimiento deportivo en los jugadores de la FPF. También concluimos que los futbolistas de género masculino presentan mayor nivel de ansiedad competitiva y en consiguiente un menor rendimiento deportivo a diferencia de las mujeres. Podemos concluir que a mayor cantidad de años de entrenamiento menor es el nivel de ansiedad y es mejor el rendimiento. Además, si el jugador presenta trastornos del sueño, su ansiedad será mayor y su rendimiento se verá afectado.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Baro, J. P. M., & Garrido, R. E. R. (s. f.). Relaciones entre el perfil psicológico deportivo y la ansiedad competitiva en jugadores de balonmano playa. *Revista de Psicología del Deporte.*, 25, 8.
- Chirivella, E. C., Esquivá, I. C., & González, M. Y. V. (2015). *Bienestar psicológico y ansiedad competitiva: El papel de las estrategias de afrontamiento.* 34, 8.
- Cho, S., Choi, H., & Kim, Y. (2019). The Relationship between Perceived Coaching Behaviors, Competitive Trait Anxiety, and Athlete Burnout: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(8), 1424. <https://doi.org/10.3390/ijerph16081424>
- Fernandez-Mendoza, J., Rodriguez-Muñoz, A., Vela-Bueno, A., Olavarrieta-Bernardino, S., Calhoun, S. L., Bixler, E. O., & Vgontzas, A. N. (2012). The Spanish version of the Insomnia Severity Index: A confirmatory factor analysis. *Sleep Medicine*, 13(2), 207-210. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2011.06.019>
- Fernando Mata-Ordoñez, Pedro Carrera, & Raúl Dominguez. (s. f.). Importancia del sueño en el rendimiento y la salud del deportista. 2018.
- Francisco García. (s. f.). *Trastornos del sueño en deportistas.*
- Fronso, S. di, Robazza, C., Bortoli, L., & Bertollo, M. (2017). Performance Optimization in Sport: A Psychophysiological Approach. *Motriz: Revista de Educação Física*, 23(4). <https://doi.org/10.1590/s1980-6574201700040001>
- Hálfdanardóttir, B. F. (s. f.). *Anxiety and Depression Symptoms in Athletes and Their Attitudes Towards These Problems.* 47.

- Hanton, S., Neil, R., & Mellalieu, S. D. (2008). Recent developments in competitive anxiety direction and competition stress research. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 45-57. <https://doi.org/10.1080/17509840701827445>
- Irina Milanés-Torres. (2015). *Generalidades del estudio de la ansiedad competitiva (revisión)*. XII(38).
- Jaramillo, Mayorga, & Moreta. (s. f.). Ansiedad competitiva y autoeficacia en tenistas de alto rendimiento antes y después de una competencia. 2020.
- Kar, D. S. (2013). *Measurement of Competition Level Anxiety of College Level Athletes by Using SCAT*. 2(3), 9.
- Khan, A. (2017). Effects of Anxiety on Athletic Performance. *Research & Investigations in Sports Medicine*, 1(2). <https://doi.org/10.31031/RISM.2017.01.000508>
- León-Prados, J. A., Fuentes, I., & Calvo, Á. (2011). Ansiedad estado y autoconfianza precompetitiva en gimnastas. (Precompetitive anxiety state and self-confidence in gymnasts). *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(23), 76-91. <https://doi.org/10.5232/ricyde2011.02301>
- Merchán Osorio, Florez Florez, & Caro Celv. (s. f.). Los niveles de ansiedad en gimnastas de iniciación del equipo Titanes. 2020, 11.
- Mondin, T. C., Konradt, C. E., Cardoso, T. de A., Quevedo, L. de A., Jansen, K., Mattos, L. D. de, Pinheiro, R. T., & Silva, R. A. da. (2013). Anxiety disorders in young people: A population-based study. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 35(4), 347-352. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2013-1155>

- Morin, C. M., Belleville, G., Bélanger, L., & Ivers, H. (2011). The Insomnia Severity Index: Psychometric Indicators to Detect Insomnia Cases and Evaluate Treatment Response. *Sleep*, 34(5), 601-608.
<https://doi.org/10.1093/sleep/34.5.601>
- Parnabas, V. A., & Mahamood, Y. (2010). *Competitive Anxiety Level before and during Competition among Malaysian Athletes*. 18, 8.
- Pons, J., Ramis, Y., Garcia-Mas, A., López de la Llave, A., & Pérez-Llantada, M.C. (2016). Percepción de la Ansiedad Competitiva en relación al Nivel de Cooperación y Compromiso Deportivo en Jugadores de Baloncesto de Formación. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(3), 45-54.
- Ponseti, F. J., Sese, A., & Garcia-Mas, A. (2016). *THE IMPACT OF COMPETITIVE ANXIETY AND PARENTAL INFLUENCE ON THE PERFORMANCE OF YOUNG SWIMMERS*. 11, 11.
- Ramis, Y., & Torregrosa, M. (s. f.). *Adaptación y validación de la versión española de la Escala de Ansiedad Competitiva SAS-2 para deportistas de iniciación*. 6.
- Samuel Durán, Patricio Arroyo, & Camila Varas. (s. f.). Calidad del sueño, somnolencia e insomnio en deportistas paralímpicos de elite chilenos. 2015.
- Sanchez-Pato, Calderón, & Arias. (s. f.). Diseño y validación del cuestionario de percepción de los estudiantes universitarios-deportistas de alto nivel sobre la carrera dual (ESTPORT). 2016.
- Sancho, A. Z., & Ruiz-Juan, F. (2013). Factores determinantes de la ansiedad en atletas veteranos españoles. *Universitas Psychologica*, 13(3).
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-3.fdaa>

- Santiesteban, J. R. G., Cruz, M. G., Zavala, M., Álvarez, J. S., Campoverde, D. G., & Frómeta, R. (s. f.). *Relación entre ansiedad y ejercicio físico*. 9.
- Sarfraj, Pramod, & Mainaw. (s. f.). A study of sport competition anxiety test for the different level of Uttarakhand male football players. 2016.
- Schaal, K., Tafflet, M., Nassif, H., Thibault, V., Pichard, C., Alcotte, M., Guillet, T., El Helou, N., Berthelot, G., Simon, S., & Toussaint, J.-F. (2011). Psychological Balance in High Level Athletes: Gender-Based Differences and Sport-Specific Patterns. *PLoS ONE*, 6(5), e19007. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0019007>
- Schwellnus, M., Soligard, T., Alonso, J.-M., Bahr, R., Clarsen, B., Dijkstra, H. P., Gabbett, T. J., Gleeson, M., Hägglund, M., Hutchinson, M. R., Janse Van Rensburg, C., Meeusen, R., Orchard, J. W., Pluim, B. M., Raftery, M., Budgett, R., & Engebretsen, L. (2016). How much is too much? (Part 2) International Olympic Committee consensus statement on load in sport and risk of illness. *British Journal of Sports Medicine*, 50(17), 1043-1052. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2016-096572>
- Sepúlveda-Páez, G., Díaz-Karmelic, Y., & Ferrer-Urbina, R. (2020). ANSIEDAD PRE-COMPETITIVA Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEPORTIVO, EN DISCIPLINAS ACUÁTICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS EN DEPORTISTAS JUVENILES DE ALTO NIVEL. *Límite (Arica)*, 14. <https://doi.org/10.4067/S0718-50652019000100216>
- Valadez, Jimenez, & Alvarado. (s. f.). *Relación entre situaciones generadoras de estrés, burnout y afrontamiento en entrenadores deportivos*. 8.

Número de citas totales/Total references: 30

ANEXOS

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 3 de febrero de 2021.

Las integrantes del Jurado de tesis:

Presidente: Méd. Esp. Dauma Yesenia Gastiaburú Rodríguez	<input type="checkbox"/>
Miembro: Méd. Esp. Laura Fiorella Zapata Takahashi	
Miembro: Méd. Katerine Maite García Moreno	

Se reúnen para evaluar la tesis titulada:

“ANSIEDAD COMPETITIVA Y SU ASOCIACIÓN CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN JUGADORES PERUANOS DE EQUIPOS PROFESIONALES DE FÚTBOL”

Presentada por los estudiantes:

Castillo Farfán, Stefany Katherine y Namuche Marín, Benjamín Joseph

Para optar el Título Profesional de Médicos Cirujanos.

Asesorados por: Méd. Esp. Fernando Miguel Runzer Colmenares

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño de los estudiantes de la carrera de Medicina Humana en la sustentación, concluyen de manera unánime (x) por mayoría simple () calificar a:

Tesisista: Castillo Farfán, Stefany Katherine			Nota (en letras): Catorce (14)
Aprobado (x)	Aprobado - Muy buena ()	Aprobado - Sobresaliente ()	Desaprobado ()
Tesisista: Namuche Marín, Benjamín Joseph			Nota (en letras): Catorce (14)
Aprobado (x)	Aprobado - Muy buena ()	Aprobado - Sobresaliente ()	Desaprobado ()

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.



Méd. Esp. Dauma Yesenia Gastiaburú Rodríguez
Presidente del Jurado



Méd. Esp. Laura Fiorella Zapata Takahashi
Miembro 1



Méd. Esp. Fernando Miguel Runzer Colmenares
Asesor



Méd. Katerine Maite García Moreno
Miembro 2

RESOLUCIÓN DIRECTORAL ACADÉMICA DE CARRERA No. 006 - DACMH-DAFCS-U. CIENTIFICA-2021

Lima, 08 de enero del 2021

VISTO:

El informe de revisión independiente académica y la aprobación de un Comité de Ética del proyecto de tesis titulado: "ANSIEDAD COMPETITIVA Y SU ASOCIACIÓN CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN JUGADORES PERUANOS DE EQUIPOS PROFESIONALES DE FUTBOL".

CONSIDERANDO:

Que, de acuerdo al Reglamento General de la Universidad Científica del Sur y el reglamento y Procedimientos de trabajos de Investigación para obtener el Título Profesional de Médico Cirujano.

Que, de acuerdo a la normativa vigente de la Universidad Científica del Sur, en uso de las atribuciones conferidas al Director Académico de la Carrera.

SE RESUELVE:

ART. 1° Aprobar, en vías de regularización e inscribir el proyecto de tesis titulado: "ANSIEDAD COMPETITIVA Y SU ASOCIACIÓN CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN JUGADORES PERUANOS DE EQUIPOS PROFESIONALES DE FUTBOL", presentado por los alumnos STEFANY KATHERINE CASTILLO FARFÁN y BENJAMIN JOSEPH NAMUCHE MARIN con N° de registro: 417-2020-PRE15.

ART. 2° Nombrar al Docente Fernando Runzer Colmenares, como asesor para el desarrollo de la tesis en cuestión.

Regístrese, comuníquese y archívese.



Mg. JORDI GRAU MONGE
 Director Académico
 Carrera de Medicina Humana



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN 

CONSTANCIA N° 352-CIEI-CIENTÍFICA-2020

El presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Científica del Sur (CIEI-CIENTÍFICA) da constancia que el proyecto de Investigación, cuyos datos se registran a continuación, ha sido aprobado por el CIEI-CIENTÍFICA.

Código de registro: 417-2020-PRE15
 Título: Ansiedad competitiva y su asociación con el rendimiento deportivo en jugadores peruanos de equipos profesionales de fútbol
 Investigador(a): Stefany Katherine Castillo Farfan
 Benjamin Joseph Namuche Marin

La aprobación del proyecto de Investigación implica que el documento presentado a evaluación cumple con los lineamientos de Universidad en materia de Investigación y ética, los cuales se sustentan en la normativa Internacional vigente. Adicionalmente, en el contexto de la pandemia de enfermedad por COVID-19, le recomendamos cumplir con las normas publicadas por el estado peruano (accesos, medidas de bioseguridad, etc.) y tener los permisos de las Instituciones en las que realizará el estudio antes de ejecutarlo.

En tal sentido, esta aprobación carecerá de valor si es que el proyecto de Investigación arriba indicado es modificado de cualquier forma. Toda enmienda, añadido, eliminación o eventualidad (eventos adversos, etc.) posterior a la fecha de aprobación debe ser reportado al CIEI-CIENTÍFICA.

La vigencia de la aprobación de este documento es de dieciocho (18) meses (hasta el 08 de mayo del 2022), periodo en el que puede desarrollarse el proyecto. Cualquier trámite para su renovación deberá ser enviado antes del término de la vigencia de este documento, debiendo suspenderse todo desarrollo hasta que la renovación sea aprobada. La presente aprobación será ratificada en la sesión del CIEI más próxima.

Villa El Salvador, 09 de noviembre de 2020



 Mg. Fuiton Paul Rivera Albinagorta
 Presidente
 Comité Institucional de Ética en Investigación