



**UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA – UNIBE**

Escuela de Psicología

**“Relación entre factores que afectan el rendimiento deportivo y los niveles de ansiedad en beisbolistas dominicanos.”**

Sustentante(s):

Carolina Dominici / 19-0089  
Mariene Veras / 19-0205  
Miranda Pedraza / 19-0168

Proyecto Final de Grado para optar por el título de  
Licenciado(a) en Psicología Clínica

Nombre asesoras:

Dra. Laura V. Sánchez Vincitore  
Dra. Iris E. Bello-Castillo

Los conceptos expuestos en el presente trabajo son de la exclusiva responsabilidad del/la (los) sustentante(s) del mismo.

Santo Domingo, D.N.  
República Dominicana  
Diciembre 2021

### **Resumen**

El objetivo del presente estudio fue determinar la relación entre el desempeño deportivo y la ansiedad en beisbolistas dominicanos. La muestra estaba conformada por 51 beisbolistas novatos de diversas academias internacionales localizadas en la República Dominicana. Se utilizó el Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD) para medir factores que afectan el rendimiento deportivo, como la Influencia de la percepción del rendimiento, control de estrés, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo, y el Instrumento de Ansiedad Estado Rasgo, para determinar los niveles de ansiedad en los participantes. Se encontró una correlación negativa entre la Influencia de la percepción del rendimiento, Control de Estrés, Habilidad Mental y Cohesión de Equipo con la ansiedad estado y rasgo, mientras que con la Motivación los resultados no mostraron correlación entre los constructos. Por igual, se destaca un elevado porcentaje de ansiedad en la muestra, ya que el 72% de los mismos presentan ansiedad clínica. En conclusión, la ansiedad afecta la mayoría de los factores relacionados con el rendimiento deportivo, por lo que el desempeño de los mismos se puede ver perjudicado por la ansiedad que experimentan durante los eventos competitivos.

*Palabras clave:* rendimiento deportivo, ansiedad estado-rasgo, STAI, CPRD.

### **Abstract**

The purpose of the present study was to analyze the relationship between sports performance and anxiety in Dominican baseball player. The sample consisted of 51 novice baseball players from different international academies located in the Dominican Republic. The “Psychological Characteristics Related to Sports Performance (CPRD) was used to measure factor that affect sports performance, such as the Influence of performance perception, Stress

control, Motivation, Mental Abilities and Team Cohesion, and the State-Trait Anxiety Inventory (STAI), to determine the levels of anxiety in the participant. A negative correlation was found between the Influence of performance perception, Stress Control, Mental Abilities and Team Cohesion with state and trait anxiety, while with Motivation the results did not show correlation between the constructs. Likewise, a high percentage of anxiety stands out in the sample, since 27% of them present clinical anxiety. In conclusion, anxiety affects most of the factor related to sports performance, so their performance can be affected by anxiety they experience during competitive events.

*Keywords:* Sport performance, state-trait anxiety, STAI, CPRD.

### **Relación entre el rendimiento deportivo y la ansiedad en deportistas dominicanos**

El rendimiento deportivo se refiere al desempeño del deportista durante los entrenamientos y las competiciones (Núñez & Garcia, 2017). Este hace referencia a las capacidades físicas y psicológicas del atleta que influyen positiva o negativamente en su desempeño durante los entrenamientos y los encuentros competitivos. Está asociado con las capacidades físicas del atleta –resistencia, velocidad, tiempo de reacción, etc. – que influyen en que el jugador consiga la victoria durante las competiciones (Monero-Fernández et al., 2019). Además, Núñez & García (2017) han planteado que el rendimiento deportivo engloba factores adicionales a la preparación física del atleta, como es el apoyo del equipo técnico, la preparación táctica, el control médico, el nutricional y la preparación psicológica. Por lo que, el rendimiento deportivo, y por ende el éxito deportivo, está compuesto por distintas disciplinas y son el resultado de un conjunto de factores internos y externos del jugador.

Diversos autores han demostrado que el rendimiento y/o desempeño de los deportistas se ve afectado de manera previa o durante los encuentros competitivos por la ansiedad, la motivación, el estrés, la activación y las características y habilidades psicológicas (Borges et al., 2020; Fradejas & Espada-Mateos, 2018; Gomez-Marcos & Sanchez-Sanchez, 2019; Monero-Fernandez et al., 2019; Núñez & Garcia, 2017; Vittorio Manuel Arrese Tomat, 2020). Siendo estos aspectos de carácter intrínsecos que pueden perjudicar directamente los factores físicos que comprende el desempeño del deportista como la velocidad, tiempo de reacción, toma de decisiones, fuerza, puntería, precisión, entre otros.

Entre los aspectos que pueden afectar el rendimiento deportivo, se encuentra la ansiedad (Beltran & Avella, 2015; Núñez & Garcia, 2017). Aunque es cierto que la práctica de actividades deportivas puede ayudar a la reducción de estrés y ansiedad, cuando se pasa a un nivel de

competición, los efectos pueden llegar a ser opuestos ya que el deportista puede sentirse en una situación amenazante, causado por sus niveles de inseguridad presentes o por una preocupación excesiva por los resultados (Borges et al., 2020). Esto consecuentemente causa un estado ansioso en el individuo provocando un alto nivel de segregación de adrenalina (sustancia que libera el organismo para poder enfrentar en situaciones de estrés, miedo, peligro o incluso excitación) que puede llegar a perjudicar el desempeño del atleta si este no cuenta con las herramientas para controlar su estado emocional al instante (Santiesteban et al., 2017a).

Respecto a la población comprendida en esta investigación, existen estudios que muestran que estos jugadores de beisbol deben contar con un buen control emocional y de concentración en situaciones con un alto nivel de tensión competitiva (Ríos Garit et al., 2021), por lo que la presencia de un estado ansioso durante encuentros deportivos puede perjudicar notoriamente su desempeño. Las variables como la edad, sexo y los niveles de competición influyen en los niveles de ansiedad que se puedan presentar previos a los partidos (Rice et al., 2019).

Por igual, el estrés es de los factores que influyen directamente en el desempeño de cada atleta durante las competiciones y los entrenamientos (González-Reyes et al., 2017). En el contexto deportivo este se define como la manifestación somática (hiperventilación, altas palpitations, desconcentración, entre otras) debido a la percepción de una discordancia entre las capacidades de respuesta y las habilidades físicas del atleta (Beltran & Avella, 2015). Esto causa que el atleta malgaste su energía y aparezcan síntomas como dolores corporales, irritabilidad, frustración, aceleración, etc. La presencia del estrés, junto con la tensión, provoca en los atletas errores no forzados o involuntarios, afecta su interés en entrenar y participar en competiciones, perjudica su capacidad de enfoque, y por ende, su desempeño tanto en contextos competitivos

como en los entrenamientos se ve afectado. Sentir tanto ansiedad como estrés es algo normal en el ser humano, que, si se sabe manejar, no presenta grandes repercusiones personales ni físicas en el individuo. No obstante, cuando el estrés sobrepasa de los parámetros de capacidad del atleta es cuando su rendimiento se ve afectado (Montero, 2021). Por esta razón, es importante que los deportistas, sin importar la disciplina que practiquen, cuenten con las herramientas necesarias para manejar estos aspectos en los diversos contextos que se presenten.

Según Buceta (1998), existen cinco factores generales que influyen directamente en el desempeño deportivo del atleta, como son: a) el control de estrés, el cual abarca la capacidad de concentración, reactividad, confianza, entre otros; b) los efectos de la percepción del rendimiento atlético, el cual mide el nivel de influencia de comentarios externos en el jugador junto a su capacidad y nivel de exigencia a la hora del individuo evaluar su propio desempeño; c) la motivación, que determina el nivel de importancia del deporte para el atleta, los beneficios y costos reflejados en su vida, y la capacidad de este lograr las metas que se proponga; d) la habilidad mental, que incluye habilidades psicológicas como la regulación y activación en el atleta; y e) la cohesión de equipo, que hace referencia a la capacidad del jugador para trabajar en equipo, las relaciones interpersonales con sus compañeros y la importancia que representa el equipo para este (Gimeno et al., 2012; Paz-Illanos et al., 2019)

Los modelos teóricos *Achivement Goal Theory* por Nicholls (1984) y *Self-Determination Theory* por Deci & Richard (1985) destacan los factores psicológicos que afectan directamente el rendimiento (Smith, 1988). El primer modelo plantea la existencia de diferentes tipos de metas que puede tener un individuo, como las destinadas a desarrollar habilidades, a demostrar habilidades y para evitar situaciones, junto con las conductas que las caracterizan. Estipula que los diferentes tipos de metas buscan satisfacer diferentes necesidades del individuo (de carácter

intrínseco o extrínseco) y por ende siente una mayor motivación a lograr unas más que otras (Deci & Ryan, 2000).

La segunda teoría establece que el significado de habilidad y ser una persona competente puede variar entre las edades de cada individuo. Su motivación intrínseca por igual variará dependiendo de si se encuentra en situaciones que involucren en ego o su capacidad para realizar una tarea (Nicholls, 1984). Cuando los individuos están más involucrados en la tarea, estos entienden que el esfuerzo lleva a mayor dominio y capacidad para lograr lo que se propongan. En cuanto a la presencia del ego de los individuos, el demostrar sus habilidades depende totalmente de las habilidades de los demás. En los niños se observa cómo, a medida que van creciendo en el entorno escolar, realizan actividades centradas más en el ego que en la misma tarea.

Los atletas con altos niveles competitivos se encuentran constantemente expuestos a opiniones públicas y su imagen está directamente asociada con su rendimiento deportivo lo cual tiene como consecuencia la presencia de un alto nivel de ansiedad en los mismos (Rocha & Osório, 2018). La ansiedad se ha definido como un estado y/o reacción inmediata del individuo cuando este se encuentra frente a situaciones estresantes o que percibe como peligrosas. Esta provoca un estado de tensión nerviosa y se manifiesta a través de síntomas somáticos como la hiperventilación, sudoración excesiva, temblor, palpitaciones, pérdida de concentración, entre otras (Mendoza, 2019). Esto indica que, la ansiedad es un conjunto de síntomas físicos y cognitivos que se presentan en el individuo como una manera de enfrentar el peligro que percibe. Esta percepción de la ansiedad ha ido evolucionando y han surgido diversas teorías que las categorizan en 3 partes: somática (física), cognitiva y desconcentración (Borges et al., 2020; Santiesteban et al., 2017a).

La ansiedad se puede categorizar en dos dimensiones basado en el tiempo de presencia, su intensidad y características personales del individuo, siendo estas la Ansiedad Estado y la Ansiedad Rasgo (Buela-Casal & Guillén-Riquelme, 2017) . La ansiedad como estado (AE) hace referencia a la condición emocional caracterizada por sentimientos parcializados pero percibidos de manera consciente por el individuo. Estos son transitorios y su intensidad y tiempo presente varía. La ansiedad como rasgo (AR) indica lo propenso que es el individuo a actuar de manera ansiosa frente a situaciones que perciba como amenazantes en su entorno. Esta sí se mantiene presente de manera estable en el sujeto y eleva por ende la AE del mismo (Castro-Sánchez et al., 2020; Guillén-Riquelme & Buela-Casal, 2015).

El modelo de Ansiedad Estado-Rasgo de Spielberg (1972) plantea que para entender la influencia de la ansiedad en el rendimiento académico es importante conocer las tendencias disposicionales de cada individuo hacia la ansiedad en general. Esto incluye la gravedad de la ansiedad y su tiempo de presencia en contextos específicos. La presencia de una ansiedad estado elevada perjudica el rendimiento debido a la presencia de pensamientos distractores que limitan la eficiencia para procesar la información (Thomas & Cassady, 2021). En cuanto a la ansiedad rasgo, el modelo plantea que estos individuos experimentan un mayor aumento de la ansiedad estado debido a una predisposición general para ver diferentes eventos como amenazantes (Cassady & Thomas, 2021).

Con el paso de los años ha aumentado el número de investigaciones enfocadas al análisis de la influencia de la ansiedad en aspectos que afectan en el rendimiento deportivo (Smith, 1988). De esto han surgido investigaciones estableciendo la relación entre la ansiedad estado y el desempeño de los atletas (Reigal Garrido et al., 2018). Los autores afirman que en el área deportiva las competiciones generan presiones intrínsecas en el atleta para lograr la victoria. En



estos momentos previos aparecen un sinnúmero de pensamientos donde el jugador cuestiona sus habilidades, aumenta el nivel de relevancia real de la competencia y surgen pensamientos catastróficos o pesimistas. Estos sentimientos generan estados ansiosos que se manifiestan de diferentes maneras dependiendo de cada individuo (Fernández et al., 2019a). La ansiedad estado hace referencia a estas reacciones y sentimientos que pueden aparecer en su mayoría antes o durante los enfrentamientos deportivos (de Castro Fernández, 2019). La falta de herramientas para el atleta afrontar estos pensamientos y somatizaciones de la ansiedad en los encuentros competitivos puede afectar su rendimiento durante los mismos (Ries et al., 2012).

En cuanto a la ansiedad rasgo, Spielberg (1966) plantea que, si el deportista muestra un alto nivel de ansiedad rasgo, sus niveles de ansiedad estado se encontraran en niveles más elevados en comparación con jugadores que presentan un grado bajo de ansiedad rasgo. Consecuentemente los jugadores con altos niveles de ansiedad rasgo tienen una mayor probabilidad de tener un rendimiento competitivo por debajo del resto de sus compañeros. Estos atletas tienen una mayor inclinación hacia la pérdida del control de sus emociones y a que sus niveles de ansiedad estado aumenten durante encuentros competitivos (Castro-Sánchez et al., 2020). Es decir, que el desempeño deportivo de estos individuos se ve directamente perjudicado por la falta de herramientas que estos poseen para calmar y trabajar sus impulsos ansiosos.

En la República Dominicana, el béisbol se ha convertido en una de las vías más importantes de superación económica y social para muchas familias ya que en el país existen academias correspondientes a cada uno de los equipos que componen la liga de la MLB y el 70% consta de jóvenes dominicanos (Franz & Cook, 2020). Aunque es cierto que existe una literatura extensa relacionada a los efectos de la ansiedad en el desempeño deportivo de los atletas (de Castro Fernández, 2019; Fernández et al., 2019b; Matus et al., 2019; Núñez & García, 2017;

Reigal Garrido et al., 2018; Santiesteban et al., 2017b), son limitados los estudios realizados con una población de beisbolistas de procedencia dominicana. Al ser el deporte con la mayor tasa de éxito profesional en el país, resulta de gran importancia llevar a cabo estudios que continúen aportando datos sobre la presencia de ansiedad en jugadores dominicanos y cómo se ve afectado su desempeño.

Por tanto, el propósito de este estudio es determinar si existe una relación entre los factores que influyen rendimiento deportivo y la ansiedad en beisbolistas dominicanos. Por lo que planteamos las siguientes hipótesis: H1.1) A mayor ansiedad rasgo, menor la puntuación de Control de Estrés; H1.2) La relación entre ansiedad estado y control de estrés puede ser variable; H2) A menor ansiedad rasgo y ansiedad estado, mayor la puntuación de la subescala de efectos de la percepción del rendimiento atlético; H3) A mayor presencia de ansiedad rasgo y ansiedad estado, menor la puntuación en la escala de Motivación; H4) A menor presencia de ansiedad estado y ansiedad rasgo, mayor la puntuación en Habilidad Mental; H5.1) A mayor presencia de ansiedad rasgo, menor será la puntuación en cohesión de equipo; H5.2) Mientras que ante la presencia de ansiedad estado, la puntuación en Cohesión de Equipo se mantendrá en parámetros normales/altos.

### **Método**

El estudio que realizaremos será una investigación correlacional no probabilística ya que se llevará a cabo una comparación entre las diversas variables que componen el estudio.

Específicamente se determinará la relación entre las variables de ansiedad y las variables que componen el rendimiento deportivo.

### **Participantes**

Los participantes que componen el estudio fueron jugadores de béisbol masculino en desarrollo y formación profesional, mayores de 18 años comprendidos en la República Dominicana. Por ende, no se evaluaron jugadores menores de 17 años, que realizan la disciplina por ocio, ni se encuentren fuera del territorio nacional. De estos participantes el 26.5% son jugadores de procedencia dominicana, mientras que un 54.9% provienen de Venezuela, un 9.8% de Cuba, un 5.8% de Nicaragua y un 3% de Puerto Rico. En cuanto a las posiciones de juego de los participantes, se contó con un 43% de lanzador (pitchers), un 15.6% de receptores (catchers), un 9.8% de paradores en corto, al igual que un 9.8% de segundas bases, un 5.8% de terceras bases, un 5.8% de Jardineros derechos, 5.8% de jardineros centrales, un 1.9% de primeras bases y 1.9% de jardineros izquierdos. El 80% de la muestra pertenece a la academia KC Royals, mientras que el otro 20% proviene de academias externas como Dream Big, Valdez Academy, entre otras. Al realizar un análisis de potencia para calcular el tamaño de muestra requerido que detecte una correlación con un tamaño de efecto ( $r=0.3$ ) (mediano) con un 0.05 de Alfa y con una potencia de 0.9 obteniendo como resultado la participación de 109 individuos en el estudio.

### **Instrumentos**

En esta investigación se realizará una comparación entre los resultados obtenidos en la prueba de “*Ansiedad Estado-Rasgo*” y el inventario de “*Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo*”.

***State-Trait Anxiety Inventory:*** El instrumento “Ansiedad Estado-Rasgo” de Spielberg (1982) (Buela-Casal et al., 2015) tiene como objetivo medir los niveles de ansiedad, categorizando la misma en dos dimensiones. Es un cuestionario donde los participantes deben contestar las 40 afirmaciones positivas y negativas que se plantean en el instrumento. Esto lo hacen a través de un estilo de respuesta Likert de 4 puntos según la intensidad de la ansiedad,

siendo 0 equivalente a “casi nunca”, 1 “algo/a veces”, 2 “bastante/a menudo”, 3 “mucho/casi siempre”. Las subescalas comprendidas en el cuestionario reciben el nombre de ansiedad estado y ansiedad rasgo y ambas cuentan con 20 ítems que la conforman. La primera subescala hace referencia a un estado ansioso transitorio causado por tensiones momentáneas, mientras que la segunda define la tendencia o predisposición del individuo a percibir ciertas situaciones y personas como amenazantes y causantes de la ansiedad. En cuanto a las propiedades psicométricas del instrumento, este cuenta con un coeficiente Alfa de Cronbach en la ansiedad estado de un .84, y en la ansiedad rasgo un .93.

*Cuestionario Características Psicológicas relacionadas el Rendimiento Deportivo:* El inventario de “Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo” de Gimeno et al., 2012, sus siglas siendo CPRD, busca medir y evaluar las 5 variables psicológicas comprendidas en la misma, las cuales están relacionadas al rendimiento deportivo del atleta en los entrenamientos y las competiciones. Es un cuestionario donde el deportista debe contestar los ítems marcando del 1-4 si se encuentra de acuerdo con el enunciado. Los ítems comprendidos en el instrumento son de estilo Likert de 4 puntos. En este el 1 corresponde a “no cumple con el criterio”, 2 “bajo nivel”, 3 “moderado nivel” y 4 “alto nivel”. Está compuesto por 55 ítems las cuales permiten medir las 5 subescalas comprendidas en esta prueba, contando con la siguiente distribución: Control de Estrés (20 ítems), Influencia de Evaluación del Rendimiento (12 ítems), Motivación (8 ítems), Habilidad Mental (9 ítems), Cohesión de Equipo (6 ítems). La primera subescala comprende la concentración, confianza y tensión del deportista en los contextos de competición y entrenamiento. Por igual, están dirigidas a aquellos momentos donde existe la posibilidad de experimentar estrés y/o donde sea necesario el control del deportista (día previo a la competición, durante un entrenamiento deficiente, lesiones, etc.). La segunda subescala está

destinada a medir la ansiedad, dudas, motivación y capacidad de mantener la concentración en aquellos momentos en los que este sabe que otra persona lo está evaluando o debe evaluarse a sí mismo. La tercera subescala incluye la motivación y el interés del atleta para realizar los entrenamientos y superarse diariamente, su capacidad para plantearse y lograr metas, qué tan importante es el deporte en su vida y los sacrificios y beneficios que el atleta percibe de su vida deportiva. La cuarta subescala comprende aquellos factores psicológicos que pueden optimizar el rendimiento del atleta como son, la visualización, autorregulación cognitiva, determinar metas, etc. La quinta y última subescala, como su nombre lo indica, mide la capacidad del deportista para relacionarse con sus compañeros a través del análisis de las relaciones interpersonales, sus tendencias a la individualidad, que tanto disfruta de trabajar con sus compañeros, etc. Con relación a las propiedades psicométricas de la prueba, la CPRD en su totalidad cuenta con un coeficiente Alfa de Cronbach de .85., mientras que de manera individual la escala de “Control de Estrés” cuenta con un .88, la Influencia de la Evaluación del Rendimiento un .72, la Motivación .67, la Habilidad Mental .34 y la Cohesión de equipo un .78.

Por otro lado, se desarrolló un cuestionario sociodemográfico para establecer las características individuales de los participantes. Entre las variables significativas comprendidas en el mismo se encuentran (1) la institución/academia en la cual entrena, (2) el nivel competitivo, (3) posición en la que juega y, por último, (4) indicar como percibe su rendimiento deportivo en una escala lineal.

### **Procedimiento**

La comunicación con los atletas se realizará a través de los departamentos psicológicos y administrativos de las academias y las instituciones deportivas en República Dominicana. Estos antes de iniciar las pruebas leerán y completarán el consentimiento informado confirmando su

participación en el estudio escribiendo sus iniciales al pie del documento. Los datos se recopilarán en una modalidad virtual y presencial, realizando en primer lugar el Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo seguido del Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo.

### Resultados

En el presente apartado, se presentan los resultados obtenidos a través de los análisis estadísticos correspondientes a la investigación. Para determinar cómo se relacionan las variables entre sí, se calculó el coeficiente de correlación de Pearson. Como se puede observar en la Tabla I, la Evaluación del Rendimiento muestra una correlación negativa con la Ansiedad Estado ( $r = -.281; p < .05$ ), esto quiere decir que entre más bajo sea su nivel de ansiedad estado, mayor será su puntuación en evaluación de rendimiento. Por igual, la Evaluación del Rendimiento muestra una correlación negativa con relación a la Ansiedad Rasgo ( $r = -.297; p < .05$ ), indicando que, entre menos nivel de Ansiedad Rasgo, mayor será la importancia que este preste a comentarios y observaciones relacionadas a su rendimiento.

**Tabla 1**

*Correlación entre ansiedad y rendimiento deportivo*

Variable	Ansiedad Estado	Ansiedad Rasgo
Influencia percepción del rendimiento	-0.281 *	-0.297 *
Control de estrés	-0.417 **	-0.335 *
Motivación	-0.269	-0.189
Habilidad mental	-0.351 *	-0.26
Cohesión de equipo	-0.28 *	-0.143

Nota. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

Por otro lado, el índice de Control de Estrés presenta una correlación negativa con los índices de Ansiedad Estado ( $r = -.417; p < .01$ ), lo que significa que entre más alta sea la presencia de ansiedad en el individuo, menor será su capacidad para controlar el estrés durante entrenamientos o competiciones. En cuanto a la Ansiedad Rasgo ( $r = -.335; p < .05$ ), por igual se muestra una correlación negativa fuerte entre ambas variables.

En relación al índice de Habilidad Mental, se observa una correlación negativa con respecto a la Ansiedad Estado ( $r = -.334; p < .05$ ). Esto quiere decir que entre menor la ansiedad presente en los individuos en determinados momentos, mayor será la capacidad del jugador para tomar decisiones objetivas y autorregularse durante las competencias.

Por último, existe una correlación negativa entre el índice de Cohesión de Equipo y la Ansiedad Estado ( $r = -.297; p < .05$ ), lo que indica que entre mayor ansiedad estado, menor será el ánimo del deportista para integrarse con sus demás compañeros de equipo. Este índice no muestra una correlación significativa con el índice de Ansiedad Rasgo ( $r = .335; p < .05$ )

De igual manera, se buscó categorizar los participantes evaluados según su presentación de ansiedad clínicamente relevante como se puede observar en la Tabla 2. De estos, el 78% de los jugadores mostró una ansiedad clínicamente significativa, mientras que el otro 22% no mostró presencia de ansiedad clínica.

**Tabla 2**

*Porcentaje de ansiedad presente en los participantes*

Categorización de Ansiedad Estado	Frecuencia	Porcentaje
No presenta ansiedad clínica	11	21.569
Presenta ansiedad clínica	40	78.431

Total	51	100
-------	----	-----

---

### Discusión

El propósito del presente estudio fue determinar si existe una relación entre factores que afectan el rendimiento y la ansiedad estado-rasgo en beisbolistas dominicanos. Se encontró que existe una correlación negativa entre la ansiedad estado-rasgo y diversos componentes que conforman el rendimiento deportivo de los atletas. Esto se ve corroborado ya que todas las dimensiones relacionadas al rendimiento muestran una correlación negativa con la ansiedad estado y, en alguno de los casos, con la ansiedad rasgo. Resulta interesante resaltar que se observó no existe una diferencia significativa entre las puntuaciones de la Ansiedad Estado y la Ansiedad Rasgo. Es decir, aunque una persona muestra una mayor tendencia a presentar ansiedad de manera cotidiana, sus resultados son muy similares a aquellos individuos que experimentan ansiedad únicamente en determinadas situaciones. Estos resultados difieren con aquellos obtenidos por Borges et al. (2020), Núñez & Garcia, (2017) Santiesteban et al. (2017a) y Torres Ortíz (2018) donde la ansiedad no afecta de manera significativa el rendimiento o por el contrario lo potencializa. Esta discrepancia puede deberse a que los participantes del estudio actual se encuentran en momentos de incertidumbre sobre su proyección profesional y personal debido a la pandemia y son individuos que se encuentran en un proceso inicial en su trayectoria profesional mientras que en los demás estudios se utilizaron individuos que ya forman parte de un equipo competitivo. De igual manera, nuestra muestra presentó mayores niveles de ansiedad clínica debido a las diferentes formas en que fue operacionalizada la ansiedad los demás estudios.



Para la mayor comprensión de la ansiedad y el rendimiento deportivo, se hipotetizó una posible correlación negativa entre la ansiedad estado y ansiedad rasgo y los niveles de Influencia Percepción del Rendimiento, las cuales fueron confirmadas a través del análisis correlacional realizado. Esto quiere decir que entre mayor sea la puntuación en la Influencia percepción del rendimiento, menor será la ansiedad presente. Un estudio realizado con futbolistas profesionales bolivianos concluye que estos niveles de Influencia percepción del rendimiento afectan positiva o negativamente su desempeño durante las competiciones (González Campos et al., 2014; González-Reyes et al., 2017). Los autores exponen que la importancia otorgada a estos comentarios, dependerá en gran medida de quién los realiza y su relevancia en la carrera del atleta, por ende, variará el impacto que estos presenten en su desempeño.

Con respecto al Control de Estrés, aunque se propuso una relación levemente significativa, en los resultados se pudo observar una correlación negativa significativa entre la ansiedad rasgo y la ansiedad estado. Esto quiere decir, que entre menor sea la capacidad del individuo para regular y manejar su estrés durante las competiciones, mayor será su ansiedad. Estos resultados coinciden con estudios anteriores donde se plantea que el estrés es de los principales catalizadores de la ansiedad y consecuentemente afectan el rendimiento (Espejo, 2015). Por otro lado, este factor además de afectar el rendimiento se ha visto relacionado con una mayor propensión de lesiones en jugadores (Carmen et al., 2012).

Continuando con la Motivación, de manera inicial se propuso la posibilidad de una correlación negativa entre ésta y la ansiedad, sin embargo, los resultados revelaron que entre estas no existe una correlación significativa. No obstante, este constructo ha sido relacionado con el interés de los deportistas para iniciar y mantenerse en la práctica competitiva, ya que igualmente ha resaltado en estudios relacionados al rendimiento atlético y la propensión del

atleta presentar burnout (García et al., 2014; Murillo-Jiménez et al., 2021). Aunque este aspecto no se ve afectado por los niveles de ansiedad en los competidores, sigue siendo de los factores más importantes en relación al rendimiento atlético.

Con relación a la Habilidad Mental, se planteó y confirmó una correlación negativa entre esta y la ansiedad estado, es decir, entre mayor Habilidad Mental, menores serán los niveles de ansiedad. No obstante, los resultados mostraron que no existe una correlación significativa entre la ansiedad rasgo y la capacidad del atleta a utilizar recursos efectivos para prepararse para las competiciones y autorregularse durante las mismas. Esto se debe a que durante las competiciones se presentan situaciones específicas que son generadoras de ansiedad y estrés en el jugador, y su habilidad de tomar decisiones y autorregularse pueden aumentar o disminuir los errores que realice en el juego (Barahona-Fuentes & Huerta Ojeda, 2019). Por ende, resulta de gran importancia que los jugadores con altos niveles competitivos cuenten con las herramientas necesarias para lograr canalizar la ansiedad y sus emociones durante los partidos, con el fin de que su rendimiento no se vea comprometido.

Por último, se observó que existe una correlación negativa significativa entre la Ansiedad Estado y los niveles de Cohesión de Equipo, no obstante, la Ansiedad Rasgo no mostró una influencia significativa en este apartado. Esto quiere decir que el nivel de integración con el equipo de un individuo se ve afectado negativamente por los niveles de ansiedad que éste presente. Estas puntuaciones de ansiedad se pueden ver influenciadas por las relaciones con los demás compañeros, la cual puede afectar la autorregulación emocional de los atletas (Campo et al., 2012). Por igual, Pons et al., 2016 expone que las dinámicas grupales pueden afectar la disposición del atleta a participar en encuentros deportivos y su actitud de colaboración durante los mismos.

Después de realizada la presente investigación, se observaron una serie de limitaciones desde el punto de vista muestral y estratégico que pueden haber influido en desempeño de los participantes al momento de completar los instrumentos de recolección de datos. Esto se debe a que los beisbolistas participaron en el estudio después de su jornada de entrenamiento matutina, lo cual eleva las posibilidades de fatiga al momento de completar los cuestionarios. Seguido, debido al nivel académico predominante en los participantes, resulta necesario simplificar los enunciados de las pruebas a un vocabulario que encuentren más comprensible. El que los participantes no manejaran algunos términos, resultó en una duración más larga de la anticipada durante la recolección de los datos y una mayor fatiga en los mismos. Por último, vale resaltar que, debido a la naturaleza de nuestro estudio y las características específicas de nuestros participantes, contamos con un número muestral más limitado. El tamaño de la muestra no es significativo por lo que no se pueden realizar inferencias para toda la población.

Este estudio realizado con el fin de determinar la relación entre la ansiedad y el rendimiento deportivo de beisbolistas dominicanos resalta cómo sí pueden verse afectadas diversas dimensiones que componen el desempeño atlético de los jugadores. Teniendo en cuenta el peso de la ansiedad estado presente en los participantes se recomienda implementar programas de control de la ansiedad incluyendo técnicas de Mindfulness, Visualización deportiva, Técnicas de control de respiración, entre otras (Beltran & Avella, 2015; Matus et al., 2019; Monero-Fernandez et al., 2019). Resulta de vital importancia que los atletas sean capaces de regular sus emociones ya que los momentos previos a una competición están cargados de pensamientos relacionados al desempeño en competiciones anteriores, comentarios realizados por familiares o entrenadores y la autoconfianza del mismo atleta (Reigal Garrido et al., 2018; Torres Ortíz, 2018).

### Referencias

- Barahona-Fuentes, G., & Huerta, Á. (2019). Influencia de las habilidades psicológicas sobre los niveles de ansiedad y estrés en el deporte. *Revista Educación Las Américas*, 9, 120–129.  
<https://doi.org/10.35811/rea.v9i0.59>
- Beltran, O., & Avella, R. (2015). La influencia del estrés y la ansiedad en el rendimiento deportivo durante la competencia en tenis de campo. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 9.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5880053>
- Borges, P. J., Argudo, F. M., Ruiz-Barquín, R., & Ruiz, E. (2020). Análisis de la ansiedad competitiva en jugadores jóvenes de waterpolo en función del género y rendimiento. *Retos*, 2041(38), 20–25.  
<https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.73450>
- Buela-Casal, G., & Guillén-Riquelme, A. (2017). Versión breve de la adaptación española del State-Trait Anxiety Inventory. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 17(3), 261–268.  
<https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2017.07.003>
- Buela-Casal, G., Guillén-Riquelme, A., & Sisdedos, N. (2015). Manual STAI, Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo. Adaptación española. *Tea Ediciones*, 7, 7–16.  
<http://www.web.teaediciones.com/Ejemplos/STAI-Manual-Extracto.pdf>
- Campo, M., Mellalieu, S., Ferrand, C., Martinent, G., & Rosnet, E. (2012). Emotions in team contact sports: A systematic review. *Sport Psychologist*, 26(1), 62–97. <https://doi.org/10.1123/tsp.26.1.62>
- Carmen, M., Llave, L. de, Rivas, C., Romero, A., Pérez-Ilantada, M. C., López, A., Llave, D., Pourtau, M., Molina, I., & González, J. (2012). *Bienestar psicológico, salud general, autonomía percibida y lesiones en futbolistas*. 21(2), 265–371.
- Castro-Sanchez, M., Zurita-Ortega, F., Ramirez-Granizo, I., & Ubago-Jimenez, J. L. (2020). Relación entre la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en deportistas. *Journal of Sport and Health Research*, 12(1), 42–53.
- de Castro Fernández, P. (2019). Análisis de la relación entre ansiedad rasgo y experiencia profesional en la danza. *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 7(1), 15–22.  
<https://doi.org/10.30552/ejpad.v7i1.85>
- Espejo, O. J. (2015). *Niveles de ansiedad y rendimiento deportivo*. 1–152.  
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/1150>
- Fernández, M. M., Dal Bello, F., Barreto, L. B. M., Brito, C. J., Miarka, B., & Díaz-De-Durana, A. L. (2019a). State-trait anxiety and reduced emotional intelligence in combat sport athletes of different genders and competitive levels. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(2), 363–368.  
<https://doi.org/10.7752/jpes.2019.s2054>
- Fernández, M. M., Dal Bello, F., Barreto, L. B. M., Brito, C. J., Miarka, B., & Díaz-De-Durana, A. L. (2019b). State-trait anxiety and reduced emotional intelligence in combat sport athletes of different genders and competitive levels. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(2), 363–368.  
<https://doi.org/10.7752/jpes.2019.s2054>

- Fradejas, E., & Espada-Mateos, M. (2018). How do psychological characteristics influence the sports performance of men and women? A study in school sports. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13(4), 858–872. <https://doi.org/10.14198/jhse.2018.134.13>
- García, R. F., Ortega, F. Z., Girela, D. L., Sandoval, J. A., de la Fuente, F. P., & Manrique, M. L. (2014). Relación entre la ansiedad estado/rasgo, posición en el terreno de juego y ocurrencia de lesiones deportivas. *Universitas Psychologica*, 13(2), 433–441. <https://doi.org/10.11144/Javeriana. UPSY13-2.reae>
- Gimeno, F., Buceta, J. M., & Pérez-Llanta, M. D. C. (2012). El cuestionario «Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo» (CPRD): Características psicométricas. *Análise Psicológica*, 19(1), 93–113. <https://doi.org/10.14417/ap.346>
- Gomez-Marcos, G., & Sanchez-Sanchez, M. (2019). Descripción y diferencias en las variables psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo de triatletas y para-triatletas. *Retos*, 2041(36), 22–25. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.66973>
- González, G., Campos, M., & Romero, S. (2014). Análisis de la influencia de la evaluación del rendimiento en jugadores de un equipo de fútbol. *RETOS. Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, 2041(25), 85–89.
- González-Reyes, A. A., Moo, J., & Olmedilla, A. (2017). Características psicológicas que influyen en las lesiones deportivas de triatletas amateurs de Yucatán, México. *Revista de Psicología Del Deporte*, 26, 71–77.
- Guillén-Riquelme, A., & Buela-Casal, G. (2015). Factorial structure of the State Trait Anxiety Inventory (STAI) for patients diagnosed with depression. *Salud Mental*, 38(4), 293–298. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2015.040>
- Matus, E., Molino, J., & Matus, L. (2019). El efecto de un programa de intervención psicológica en la motivación deportiva de los jugadores de fútbol. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 15(1), 67–73. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7501133>
- Mendoza, G. (2019). Revista de psicología aplicada al deporte y al ejercicio físico. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 4(5), 1–7. <https://doi.org/10.5093/rpadef2019a5>
- Monero-Fernandez, I. M., Gomez-Espejo, V., Olmedilla-Caballero, B., Ramos-Pastrana, L. M., Ortega-Toro, E., & Olmedilla-Zafra, A. (2019). Eficacia de un programa de preparación psicológica en jugadores jóvenes de fútbol. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 4(5), 1–7. <https://doi.org/10.5093/rpadef2019a5>
- Montero, J. (2021). *¿Cómo afectan a los deportistas la ansiedad y el estrés?* 2019–2022.
- Murillo-Jiménez, A.-N., Ovalle-Monroy, J.-M., & Riveros, F. (2021). Condiciones psicológicas de los deportistas en Hispanoamérica: una revisión sistemática. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 21(1), 1–9. <https://doi.org/10.18270/chps.v21i1.3535>
- Núñez, A., & Garcia, A. (2017). Relación entre el rendimiento y la ansiedad en el deporte: Una revisión sistemática. *Retos: Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, 32(2), 172–177. <http://revistaciaf.uclv.edu.cu/index.php/CIAF/article/view/6>

- Paz-Ilanos, G., Chel-hoil, D., & Estrada-carmona, S. (2019). Características psicológicas del rendimiento deportivo y la motivación en deportistas de patinaje de velocidad. *Revista Cultura Física y Deportes de Guantánamo*, 9(16), 18.
- 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.
- Reigal Garrido, R. E., Delgado Giralt, J. E., López Cazorla, R., & Hernández Mendo, A. (2018). Perfil psicológico deportivo y ansiedad estado competitiva en triatletas. *Revista de Psicología Del Deporte*, 27(2), 125–132.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6576018&orden=0&info=link%0Ahttps://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6576018&orden=1&info=link%0Ahttps://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=6576018>
- Ries, F., Vázquez, C. C., del Carmen Campos Mesa, M., & Andrés, O. D. C. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 12(2), 9–16. <https://doi.org/10.4321/S1578-84232012000200002>
- Ríos Garit, J., Pérez Surita, Y., Olmedilla Zafra, A., & Gómez-Espejo, V. (2021). Psicología y lesiones deportivas: Un estudio en lanzadores de beisbol. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 21(1), 102–118. <https://doi.org/10.6018/cpd.416351>
- Rocha, V. V. S., & Osório, F. de L. (2018). Associations between competitive anxiety, athlete characteristics and sport context: Evidence from a systematic review and meta-analysis. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 45(3), 67–74. <https://doi.org/10.1590/0101-60830000000160>
- Santiesteban, J. R. G., Cruz, M. G., Plaza, M. Z., Álvarez, J. S., Campoverde, D. G., & Frómeta, E. R. (2017a). Relación entre ansiedad y ejercicio físico. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(2), 169–177. <http://scielo.sld.cu>
- Santiesteban, J. R. G., Cruz, M. G., Plaza, M. Z., Álvarez, J. S., Campoverde, D. G., & Frómeta, E. R. (2017b). Relación entre ansiedad y ejercicio físico. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(2), 169–177. <http://scielo.sld.cu>
- Torres Ortíz, S. J. (2018). *Influencia de la ansiedad en el rendimiento deportivo en futbolistas*. 90. [http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/27584/2/TESIS\\_1.pdf](http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/27584/2/TESIS_1.pdf)
- Vittorio Manuel Arrese Tomat. (2020). *Bienestar psicológico y ansiedad rasgo-estado en basquetbolistas de Lima Metropolitana trabajo de investigación para la obtención del grado autor*. 50.