

Olmedilla Zafra, A.; Andreu Álvarez, M.D.; Ortín Montero, Francisco J. y Blas Redondo, A. (2009). Ansiedad competitiva, percepción de éxito y lesiones: un estudio en futbolistas. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 9 (33) pp. 51-66 [Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista33/artansiedad107.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista33/artansiedad107.htm)

ANSIEDAD COMPETITIVA, PERCEPCIÓN DE ÉXITO Y LESIONES: UN ESTUDIO EN FUTBOLISTAS

TRAIT ANXIETY, SUCCESS PERCEPTION AND INJURIES: A SEARCH IN FOOTBALL PLAYERS

Olmedilla Zafra, A.¹; Andreu Álvarez, M.D.²; Ortín Montero, Francisco J.³ y Blas Redondo, A.²

¹ Universidad Católica San Antonio. Facultad de Ciencias de la Salud, de la Actividad Física y del Deporte. Campus de los Jerónimos, s/n. 30107 GUADALUPE (Murcia) ESPAÑA. Correo electrónico: aolmedilla@pdi.ucam.edu

² Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte. Murcia. España.

³ Universidad de Murcia. Murcia. España.

Código UNESCO 6199 “Psicología del Deporte”

En parte, este trabajo se ha realizado gracias a la ayuda 05691/PPC/07 (Fundación Séneca, Agencia Regional de Ciencia y Tecnología de Murcia)

Recibido 29 de octubre 2008

Aceptado 15 de enero de 2009

RESUMEN

El objetivo del presente trabajo es analizar las relaciones entre el nivel de ansiedad rasgo, la percepción de éxito y las lesiones en jugadores jóvenes de fútbol. La muestra está formada por 72 futbolistas jóvenes. Se les administró un cuestionario de auto-informe que recogía información de las lesiones. Para la evaluación de la percepción de éxito se administró el *Cuestionario de Percepción de Éxito (POSQ)* y para la ansiedad rasgo se utilizó el *Test de Ansiedad Rasgo en el Deporte (SCAT)*. Los resultados indican que la ansiedad rasgo manifiesta una relación significativa con el número de lesiones y con las lesiones producidas durante los partidos. Se aprecia una relación negativa entre la ansiedad y la percepción de éxito. No se pudo confirmar el papel de la percepción de éxito, como modulador del efecto de la ansiedad rasgo sobre las lesiones.

PALABRAS CLAVE: lesiones, ansiedad, percepción de éxito, jóvenes futbolistas

ABSTRACT

The aim of the present work is to analyze the relations between the level of trait anxiety, success perception and injuries in young football players. The sample is composed by 72 young football players. All the football players were administered an auto-report questionnaire that was gathering information of the injuries. For the evaluation of success perception, the *Questionnaire of Success Perception (POSQ)* was administered and for trait anxiety, the *Test of Trait anxiety in sport (SCAT)* was used. Results indicate that anxiety reveals a significant relation to the number of injuries and to injuries produced during the matches. A negative relation is noticed between anxiety and success perception. It was impossible to confirm the role of the success perception, to modulate the effect of the anxiety trait on injuries.

KEY WORDS: Injuries, anxiety, success perception, young football players

INTRODUCCIÓN

La ansiedad y la motivación son dos aspectos contemplados por Andersen y Williams (1988) como variables de personalidad (ansiedad competitiva y motivación de logro) dentro de su modelo de estrés y lesión deportiva. Este modelo propugna tres grandes áreas que recogen la influencia de los factores psicosociales fundamentales en la respuesta de estrés: la personalidad, la historia de los factores de estrés y los recursos de afrontamiento del sujeto. Estos factores pueden actuar independientemente, o junto a otros, influyendo en la respuesta al estrés y por último, en la producción de lesiones. El modelo propone que los factores relativos a la historia de estrés del deportista, contribuyen directamente a la respuesta al estrés, mientras que la personalidad y los recursos de afrontamiento, además de su influencia directa, pueden mediar en los efectos de la historia de estrés, amortiguando o incrementando la respuesta de estrés y la vulnerabilidad a la lesión.

Si bien sobre la ansiedad se ha realizado un buen número de trabajos en relación con las lesiones deportivas, no ocurre lo mismo con la motivación, ni con la relación entre ambas y su influencia en la vulnerabilidad del deportista a la lesión. Respecto al estudio de la ansiedad, los resultados de la mayoría de trabajos indican que existe relación entre la ansiedad y las lesiones (Blackwell y McCullagh, 1990; Falkstein, 2000; Hanson, McCullagh y Tonymonn, 1992; Pascual y Aragués, 1998; Petrie, 1993), aunque otros trabajos no encuentran esa relación (Kerr y Minden, 1988; Lysens, Auweele y Ostyn, 1986; Passer y Seese, 1983). En líneas generales, aquellos estudios que encuentran relación entre ansiedad y lesión, indican que aquellos deportistas con niveles altos de ansiedad son más propensos a sufrir lesión que los que tienen niveles bajos. Por otro lado, también se ha estudiado la relación entre la conjunción de la ansiedad rasgo con otros factores psicológicos o psicosociales, y su relación con la lesión. Así, Petrie (1993a, 1993b), evaluó la relación entre ansiedad competitiva y cambios vitales; los resultados indicaron que en los jugadores

que jugaban con regularidad, aquellos que habían tenido mayor número de sucesos vitales positivos en el último año, y que además presentaban niveles más altos de ansiedad rasgo, perdieron más tiempo de actividad a causa de lesiones deportivas. Además, en el desarrollo de programas de entrenamiento psicológico también se ha podido demostrar la influencia del control de la ansiedad en la prevención de las lesiones (Johnson, Ekengren y Andersen, 2005; Maddison y Prapavessis, 2005; Noh, Morris y Andersen, 2007).

En definitiva, la ansiedad ha sido estudiada como una variable importante del contexto deportivo, bien aisladamente, bien como moduladora en este contexto (Falkstein, 2000; Petrie, 1993a, 1993b); la hipótesis con la que han trabajado los investigadores, es que los deportistas con niveles altos de ansiedad competitiva tendrían más probabilidad de lesionarse en situaciones de alto grado de estrés. Aunque en un principio los resultados de los estudios fueron dispares, quizá por problemas metodológicos (Petrie y Flakstein, 1998; Williams y Roepke, 1993), las investigaciones más recientes refuerzan la tesis de la importancia de la ansiedad en las lesiones (Aslan, Aslan y Alparslan, 2000; Goodrich, 2001; Kleinert, 2002a, 2002b; Ye, 2002).

Sin embargo, no existen datos claros respecto a la relación entre motivación y lesiones; si bien algunos autores como Buceta (1996) propugnan que tanto un exceso de motivación, como un nivel bajo de ésta pueden predisponer al deportista a un mayor nivel de vulnerabilidad a lesionarse. La motivación de logro, propuesta por Andersen y Williams (1988), es uno de los modelos de motivación más utilizados en la comprensión de las variables cognitivas, emocionales y conductuales relacionadas con el logro de los deportistas (Nicholls, 1989). Según esta teoría, en contextos de logro existen dos orientaciones motivacionales predominantes: una orientación a la tarea y una orientación al ego. Desde la propuesta de Williams y Andersen (1998), puede ser muy importante el estudio de las relaciones entre las diferentes variables psicológicas de su modelo, dado que la bidireccionalidad de la relación entre variables permite una mejor comprensión de su funcionamiento; así, el analizar la relación entre la ansiedad y la motivación es uno de los propósitos de este trabajo, además del análisis de esta relación con las lesiones. Sin embargo, son muy pocos los estudios que relacionen directa o indirectamente esta variable con las lesiones deportivas; en todo caso, en algún trabajo se analiza como factor covariante de otros aspectos deportivos (Olmedilla, Andreu y Blas, 2005).

Así, uno de los propósitos de este trabajo es observar si dos factores psicológicos con características de rasgo (factores de personalidad) median entre ellos para incrementar la vulnerabilidad a la lesión del deportista, en la línea del trabajo de Smith, Smoll y Ptacek (1990), y de las sugerencias realizadas por éstos. El objetivo del presente trabajo es analizar las relaciones entre el nivel de ansiedad rasgo, la percepción de éxito y las lesiones en jugadores jóvenes de fútbol. De manera específica: a) analizar la relación entre el nivel de ansiedad rasgo y las lesiones; b) analizar la relación entre la

ansiedad rasgo y la percepción de éxito; y c) analizar la mediación de la percepción de éxito entre el nivel de ansiedad y las lesiones.

MÉTODO

Participantes

La muestra está formada por 72 futbolistas, de edades comprendidas entre los 14 y los 24 años, con una media de 17,2 años (dt de 2,7). Todos los jugadores pertenecían a equipos que competían en la Federación de Fútbol de la Región de Murcia. En la Tabla 1 se pueden ver los datos descriptivos más relevantes de la muestra.

Tabla 1. *Características descriptivas de los jugadores (en porcentaje)*

Puesto táctico habitual	Jugadores	Categoría de competición	Jugadores
Portero	9,0	Cadete	31,0
Defensa	28,4	Juvenil Nacional	22,5
Medio	43,8	Juvenil DH	28,1
Delantero	18,8	Tercera División	18,4
Total	100,00	Total	100,00

Instrumentos y Procedimiento

A todos los futbolistas se les administró un cuestionario de auto-informe (Olmedilla, Ortega y Abenza, 2007) que recogía información de tipo deportivo, así como la derivada de las lesiones. La información solicitada respecto a las lesiones hacía referencia al hecho de si habían sufrido lesión o no durante la temporada en curso, el número de lesiones que habían sufrido, si éstas se habían producido en entrenamientos o en partidos, el tipo de lesión sufrida (muscular, contusión, esguince, tendinitis, lesión ósea), y su gravedad. Siguiendo las sugerencias de diversos autores (Buceta, 1996; Olmedilla, García-Montalvo y Martínez-Sánchez, 2006) en el cuestionario se describían cuatro niveles de gravedad de lesiones: lesión leve (requiere tratamiento e interrumpe al menos un día de entrenamiento), moderada (requiere tratamiento y obliga al futbolista a interrumpir seis días su participación en entrenamientos e, incluso, en algún partido), grave (supone de uno a tres meses de baja deportiva) y muy grave (supone cuatro meses o más de baja deportiva, requiere hospitalización, intervención quirúrgica y, a veces, precisa de rehabilitación constante para evitar empeoramiento).

Para la evaluación de la percepción de éxito se administró el *Cuestionario de Percepción de Éxito (POSQ)*. Se utilizó la versión en castellano de Cervelló, Escartí y Balagué (1999) del cuestionario original (Roberts y Balagué, 1989, 1991; Roberts, Treasure y Balagué, 1998). Está compuesto por 12 ítems, distribuidos en dos factores de 6 ítems cada uno (orientación hacia la tarea – OT - y orientación hacia el ego - OE). Las respuestas al cuestionario son cerradas y en una escala tipo Likert (0 = totalmente en desacuerdo; 5 = totalmente de acuerdo). La fiabilidad de dicho cuestionario ha sido demostrada en diferentes estudios llevados a cabo tanto en el ámbito deportivo (Roberts,

Treasure y Hall, 1994; Treasure y Roberts, 1994), como en el ámbito escolar (Jiménez, Iglesias, Santos-Rosa y Cervelló, 2003).

Para la evaluación de la ansiedad rasgo se utilizó el *Test de Ansiedad Rasgo en el Deporte (SCAT)* de Martens (1977). Martens (1977) construyó el *Sport Competition Anxiety Test (SCAT)* con el fin de hacer operativo el término de ansiedad competitiva. Define la ansiedad rasgo competitiva como una tendencia a percibir las situaciones competitivas como amenazantes, y responder a éstas con sentimientos de aprensión o tensión. El cuestionario consta de 15 ítems sobre los que el sujeto debe responder en qué medida le ocurre el enunciado con las opciones casi nunca, algunas veces y a menudo. El SCAT ha sido utilizado frecuentemente, en nuestro país, para diferentes objetivos dentro del estudio de la variable ansiedad en el ámbito del deporte (Escudero 1992; Jaenes, 2003; Llames 1999; Martín-Albo, Nuñez y Navarro, 2003; Olmedilla et al., 2005; Ortega, Ramos, González y Miguel, 2003; Ramírez, Alonso, Falcó y López, 2006).

Tras solicitar permiso a los responsables de los clubes objeto de estudio, se procedió a informar a los entrenadores de los equipos implicados. Por último, en el momento de administrar los cuestionarios a los jugadores, se informó a éstos del carácter anónimo de las respuestas, así como el tratamiento protocolario de los resultados de la investigación. Los cuestionarios fueron administrados, por psicólogos especialistas en psicología del deporte, en las instalaciones que los clubes disponen para los entrenamientos de sus equipos, durante el último mes de competición oficial.

Análisis estadístico

Los análisis estadísticos se realizaron con la versión 15.0 del programa SPSS para Windows. El estudio de las relaciones entre las variables se ha llevado a cabo mediante una metodología correlacional. Los análisis realizados han consistido en un análisis de correlaciones bivariadas simples, empleando el estadístico *r* de Pearson. Para el estudio de la magnitud del efecto de la variable establecida como predictora (ansiedad rasgo), se ha realizado un análisis de regresión simple. Para el estudio del papel, como covariantes, de las variables derivadas de la percepción de éxito en la relación lineal anterior se ha utilizado un análisis de covarianza (ANCOVA).

RESULTADOS

En primer lugar, en la Tabla 2 se pueden observar los valores medios y la desviación típica de los diferentes aspectos relacionados con las lesiones. Destaca el hecho de que las lesiones producidas durante los entrenamientos duplican a las producidas en partidos, y que las lesiones más frecuentes son musculares y de carácter leve o moderado.

Tabla 2. Estadísticos descriptivos; Tipos lesiones y número de partidos perdidos por lesiones tomando la muestra general de futbolistas

	N	Media	D. T.
--	---	-------	-------

Lugar ocurrencia lesión			
- Lesión en entrenamiento	69	,98	,89
- Lesión en partido	69	,47	,58
Tipo de lesión			
- Musculares	71	,77	,84
- Contusiones	71	,15	,40
- Esguinces	71	,25	,43
- Tendinitis	71	,12	,37
- Lesión ósea	71	,14	,35
Gravedad de la lesión			
- Lesión leve	71	,61	,79
- Lesión moderada	71	,53	,73
- Lesión grave	71	,22	,53
- Lesión muy grave	71	,08	,32
Nº partidos perdidos por lesión	71	3,59	4,74

En la tabla 3 se pueden observar las relaciones entre la ansiedad rasgo con las lesiones y con la percepción de éxito. La ansiedad rasgo manifiesta una relación significativa, aunque leve, con el número de lesiones ($r=0,340$; $\alpha \leq 0.01$) y con las lesiones producidas durante los partidos ($r=0,287$; $\alpha \leq 0.05$). Además, se aprecia que al relacionar la ansiedad rasgo con la percepción de éxito, y sus dos factores (OT y OE), aquella correlaciona negativamente con la percepción de éxito ($r=-0,418$; $\alpha \leq 0.05$).

Tabla 3. Correlaciones entre ansiedad rasgo, percepción de éxito, orientación a la tarea, orientación al éxito, lesiones totales y lesiones en los partidos.

		Ansiedad Rasgo	Lesiones totales	Lesiones partidos	Orientac Tarea	Orientac Ego	PE Total
Ansiedad Rasgo	Correlación de Pearson	1	,340(**)	,287(*)	-,540(**)	-,182	-,418(*)
	Sig. (bilateral)		,007	,027	,004	,354	,030
	N	61	61	59	27	28	27
Lesiones totales	Correlación de Pearson	,340(**)	1	,384(**)	-,099	-,255	-,187
	Sig. (bilateral)	,007		,001	,583	,145	,298
	N	61	71	69	33	34	33
Lesiones partidos	Correlación de Pearson	,287(*)	,384(**)	1	-,116	-,292	-,216
	Sig. (bilateral)	,027	,001		,533	,105	,242
	N	59	69	69	31	32	31
Orientación Tarea	Correlación de Pearson	-,540(**)	-,099	-,116	1	,504(**)	,847(**)
	Sig. (bilateral)	,004	,583	,533		,003	,000
	N	27	33	31	33	33	33
Orientación Ego	Correlación de Pearson	-,182	-,255	-,292	,504(**)	1	,886(**)
	Sig. (bilateral)	,354	,145	,105	,003		,000
	N	28	34	32	33	34	33
PE Total	Correlación de Pearson	-,418(*)	-,187	-,216	,847(**)	,886(**)	1
	Sig. (bilateral)	,030	,298	,242	,000	,000	
	N	27	33	31	33	33	33

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

* La correlación es significante al nivel 0,05 (bilateral).

Más concretamente, es la OT la responsable de la correlación negativa entre la percepción de éxito y la ansiedad, ya que ésta influye negativamente en la OT ($r=-0.54$; $\alpha \leq 0.05$). Por tanto, se puede considerar al factor OT como mediador en la correlación entre ansiedad rasgo y percepción de éxito, dado que, como también se puede ver, no hay una correlación significativa entre ansiedad y el otro factor de la percepción de éxito, OE. Por lo tanto, se puede considerar que, dado que la ansiedad rasgo es una variable psicológica relativamente estable en el tiempo, la dirección de causalidad más probable es que un nivel alto de ansiedad rasgo predispone a una menor orientación a la tarea. Este hallazgo puede tener importantes implicaciones para estudios posteriores.

Se procedió posteriormente, a examinar la relación lineal entre la ansiedad rasgo y la OT. Como se puede observar en la tabla 4 la puntuación de ansiedad rasgo explica aproximadamente un 26% de la varianza de la variable OT. Además, cada incremento de un punto en la variable ansiedad rasgo supone un decremento de 0,382 unidades en el nivel de OT ($B=-,382$; $\alpha \leq 0.01$).

Tabla 4. Análisis de regresión de la ansiedad rasgo sobre la orientación a la tarea.

Resumen del modelo					
Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado corregida	Error típ. de la estimación	
1	,540(a)	,291	,263	6,04568	

a Variables predictoras: (Constante), Ansiedad rasgo

ANOVA(b)						
Modelo		Suma de cuadrados	Gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	375,428	1	375,428	10,272	,004(a)
	Residual	913,757	25	36,550		
	Total	1289,185	26			

a Variables predictoras: (Constante), Ansiedad rasgo
b Variable dependiente: OTAREA

Coeficientes(a)						
Modelo		Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	T	Sig.
		B	Error típ.	Beta		
1	(Constante)	57,956	2,534		22,869	,000
	Ansiedad rasgo	-,382	,119	-,540	-3,205	,004

a Variable dependiente: OTAREA

El modelo de regresión lineal de la variable ansiedad rasgo sobre el número de lesiones pudo confirmarse ($F=7,702$; $\alpha \leq 0,01$) como se puede observar en la tabla 5. Por cada unidad en el nivel de ansiedad rasgo, el número de lesiones sube como término medio 0,043 unidades ($B=0,043$; $\alpha \leq 0,01$), aunque los datos indican una relación leve y un porcentaje de varianza explicado reducido (del 10%).

Tabla 5. Análisis de regresión de la variable ansiedad rasgo sobre el número de lesiones

Variables introducidas/eliminadas(b)			
Modelo	Variables introducidas	Variables eliminadas	Método
1	Ansiedad rasgo(a)		Introducir

a Todas las variables solicitadas introducidas

b Variable dependiente: N° de lesiones totales desde inicio temporada

Resumen del modelo				
Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado corregida	Error típ. de la estimación
1	,340(a)	,115	,100	1,06212

a Variables predictoras: (Constante), Ansiedad rasgo

ANOVA(b)						
Modelo		Suma de cuadrados	Gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	8,688	1	8,688	7,702	,007(a)
	Residual	66,558	59	1,128		
	Total	75,246	60			

a Variables predictoras: (Constante), Ansiedad rasgo

b Variable dependiente: N° de lesiones totales desde inicio temporada

Coeficientes(a)						
Modelo		Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	t	Sig.
		B	Error típ.	Beta		
1	(Constante)	,684	,321		2,129	,037
	Ansiedad rasgo	,043	,016	,340	2,775	,007

a Variable dependiente: N° de lesiones totales desde inicio temporada

Posteriormente a confirmar la relación lineal entre la ansiedad rasgo y el número de lesiones, se analizó la percepción de éxito y la OT como covariantes entre tal relación. Como indica la tabla 6 ninguno de los modelos resultó significativo, con lo que no se puede confirmar el papel de la percepción de éxito (ni del factor OT), como modulador del efecto de la ansiedad rasgo sobre el número de lesiones.

Tabla 6. Modelos de covarianza

Análisis de covariación entre la orientación a la tarea y la percepción de éxito sobre el efecto de la ansiedad rasgo sobre el número de lesiones totales

Variable dependiente: N° de lesiones totales

Fuente	Suma de cuadrados tipo III	Gl	Media cuadrática	F	Significación
Modelo corregido	14,850(a)	19	,782	2,343	,127
Intersección	,841	1	,841	2,523	,156
OTAREA	,186	1	,186	,557	,480
PETOTAL	1,157	1	1,157	3,470	,105
Ansiedad rasgo	14,179	17	,834	2,501	,111
Error	2,335	7	,334		
Total	60,000	27			
Total corregida	17,185	26			

a R cuadrado = ,864 (R cuadrado corregida = ,495)

Modelo de covarianza tomando la puntuación total de percepción de éxito como covariable entre el efecto de la ansiedad rasgo sobre las lesiones totales.

Variable dependiente: N° de lesiones totales

Fuente	Suma de cuadrados tipo III	Gl	Media cuadrática	F	Significación
Modelo corregido	14,665(a)	18	,815	2,586	,086
Intersección	1,699	1	1,699	5,392	,049
PETOTAL	,980	1	,980	3,109	,116
Ansiedad rasgo	14,117	17	,830	2,636	,083
Error	2,520	8	,315		
Total	60,000	27			
Total corregida	17,185	26			

a R cuadrado = ,853 (R cuadrado corregida = ,523)

Análisis de covarianza: orientación a la tarea como covariante entre el efecto de la ansiedad rasgo sobre las lesiones.

Variable dependiente: N° de lesiones totales desde inicio temporada

Fuente	Suma de cuadrados tipo III	Gl	Media cuadrática	F	Significación
Modelo corregido	13,693(a)	18	,761	1,743	,214
Intersección	,168	1	,168	,385	,552
OTAREA	,008	1	,008	,018	,897
Ansiedad rasgo	13,464	17	,792	1,814	,198
Error	3,492	8	,437		
Total	60,000	27			
Total corregida	17,185	26			

DISCUSIÓN

El estudio de la relación entre factores psicológicos y lesiones en los jóvenes deportistas debe aportar datos con base científica, que permitan conocer mejor que factores están implicados en la vulnerabilidad a la lesión, y cómo actúan. Su aplicación a medidas y programas de prevención debe ser una consecuencia de lo anterior. En general, los resultados encontrados en los estudios en que se han relacionado estas variables indican que la causalidad de la lesión debe ser entendida de forma multifactorial, donde los factores psicológicos tienen un papel importante (Díaz, Buceta y Bueno, 2004; Olmedilla et al., 2005; Olmedilla et al., 2006).

En el presente trabajo el objetivo es analizar las relaciones entre el nivel de ansiedad rasgo, la percepción de éxito y las lesiones en jugadores jóvenes de fútbol; concretamente, la relación entre el nivel de ansiedad rasgo y las lesiones, la relación entre la ansiedad rasgo y la percepción de éxito, y la mediación de la percepción de éxito entre el nivel de ansiedad y las lesiones.

Los resultados muestran, por un lado, que la ansiedad rasgo se relaciona con un mayor número de lesiones, y especialmente, con un mayor número de lesiones sufridas en los partidos. Por otro, que la ansiedad rasgo se relaciona con una menor puntuación en el factor OT, pero no existe relación alguna con el factor OE; es decir, el efecto de la ansiedad rasgo es desigual en la percepción de éxito, afectando sólo a la OT. Y por último, en cuanto a la relación lineal entre la ansiedad rasgo y las lesiones, que es modesta pero significativa no se ha podido demostrar la influencia, como covariables, de la percepción de éxito ni de la OT.

Respecto a la relación entre la ansiedad rasgo y las lesiones, los resultados del presente trabajo indican que los futbolistas jóvenes con niveles altos de ansiedad sufren un mayor número de lesiones, en concordancia con otros trabajos (Blackwell y McCullagh, 1990; Falkstein, 2000; Hanson *et al.*, 1992; Noh, Morris y Andersen, 2005; Pascual y Aragués, 1998). Sin embargo, en el trabajo de Olmedilla *et al.* (2005), realizado con futbolistas jóvenes, no aparecen relaciones entre la ansiedad y la vulnerabilidad de los jugadores a lesionarse. Quizá la influencia de la ansiedad competitiva se manifieste en edades algo mayores que las de los futbolistas del estudio de Olmedilla *et al.* (2005). Por otro lado, aunque en términos absolutos se producen más lesiones durante los entrenamientos que durante los partidos, el porcentaje de futbolistas lesionados durante la competición es importante; Schiff (2007), en un estudio con jóvenes jugadoras de fútbol, encontró que el 44,6% de ellas sufrieron alguna lesión en la temporada, indicando una incidencia de 2,2 por cada 1000 horas de competición.

Además, al relacionar la ansiedad con este factor deportivo, los resultados indican que los niveles altos de ansiedad competitiva se relacionan con una mayor probabilidad de sufrir lesión durante los partidos; es decir, los futbolistas que presentan niveles mayores de ansiedad competitiva, sufren un mayor número de lesiones durante los partidos. Parece que, en términos comparativos, el hecho de jugar un partido incrementa la probabilidad de lesión frente al entrenamiento (Emery, Meewisse y Hartmann, 2005), por lo que el jugarlo con niveles altos de ansiedad competitiva, tal y como indican los resultados de este trabajo, podría incrementar aún más el riesgo de lesionarse. En este sentido, en un trabajo de Olmedilla, Andreu, Abenza, Ortín y Blas (2006), los futbolistas jóvenes se lesionan con mayor frecuencia cuanto más tiempo de participación tienen en el partido, sin embargo, resulta muy interesante observar que aquellos que han competido menos de 500 minutos, tienen un porcentaje mayor de lesiones (23.5%), que aquellos que lo hacen entre 501 y 1000 minutos (11.1%). Tal y como indican estos autores, los jugadores que compiten tan escaso número de minutos, suelen hacerlo en los minutos finales de los partidos; este hecho puede favorecer conductas deportivas inadecuadas por parte del futbolista, así como una disposición psicológica diferente a aquellos que juegan de inicio, y pueden manifestar actitudes de sobremotivación, de querer demostrar que se es bueno para ser titular, mostrando niveles altos de activación, ansiedad y conductas atencionales inadecuadas, con lo que la disposición general del jugador es de vulnerabilidad a sufrir una lesión (Díaz *et al.*, 2004; Olmedilla *et al.*, 2006).

Respecto a la relación entre la ansiedad competitiva y la percepción de éxito, los resultados indican que la ansiedad se relaciona de manera diferente con cada uno de los dos factores de la percepción de éxito; los jugadores con niveles altos de ansiedad, tenían puntuaciones más bajas en el factor OT, pero no se encontró relación con el otro factor, la OE. De alguna manera, estos datos ratifican la propuesta de Andersen y Williams (1998), en la que los elementos que forman su modelo se relacionan entre sí de manera bidireccional; por lo que podemos decir que efectivamente existe una relación

entre la ansiedad y la motivación de logro. Sin embargo, esta relación conjunta no mostró relación estadísticamente significativa con las lesiones. Quizá sería necesario estudiar este tipo de relación entre variables moduladoras (covariaciones) y probabilidad de sufrir lesión con muestras de mayor número de participantes. En otros estudios (Olmedilla et al., 2005) sí se ha encontrado una relación entre la conjunción de la percepción de éxito junto a la categoría deportiva, y las lesiones; los autores encontraron una tendencia a la significación estadística entre la percepción de éxito y las lesiones, en la que el grupo de futbolistas lesionados (con al menos una lesión), tenía puntuaciones mayores en percepción de éxito que el grupo de no lesionados.

El estudio de la ansiedad como una de las variables clave en la comprensión de los factores que influyen en la vulnerabilidad del deportista a lesionarse, y su estudio junto a otras variables psicológicas resulta muy importante para un mejor conocimiento de cómo actúa, lo que podría posibilitar programas de prevención más específicos desde una intervención, no solo psicológica, sino multidisciplinar. Así, resulta de capital importancia el estudio de otros factores asociados o relacionados con la ansiedad. Como por ejemplo el trabajo de Clow y Hucklebridge (2001) en el que analizan la influencia del estrés prolongado y la ansiedad en el sistema inmunológico de la población deportista; aspectos como el sobreentrenamiento, o periodos de entrenamiento muy prolongados, pueden ejercer en el deportista consecuencias psicológicas y fisiológicas negativas, que podrían suponer una mayor vulnerabilidad a la lesión. El estudio de la relación entre la ansiedad competitiva y las lesiones en los jóvenes deportistas, debe aportar datos con base científica, que permitan conocer mejor qué tipo de relación se da, en qué franjas de edad o de competición, y de que manera está implicada en la vulnerabilidad a la lesión. Su aplicación a medidas y programas de prevención debe ser una consecuencia de lo anterior. En este sentido, algunos trabajos han presentado programas de entrenamiento psicológico para la prevención de lesiones (Jonson et al., 2005; Kerr y Goss, 1996; Maddison y Prapavessis, 2005), en los que incluían el control de la ansiedad entre otras estrategias, y en los que aquellos deportistas que fueron entrenados en estrategias y técnicas psicológicas, redujeron significativamente su probabilidad de lesión, frente a aquellos que no utilizaron estos programas. Sin embargo, es necesario tener en cuenta que, en estos trabajos, los programas se llevaron a cabo con deportistas profesionales (Johnson et al., 2005; Maddison y Prapavessis, 2005), y en algún caso con bailarinas de ballet clásico (Noh et al., 2007). El análisis de los factores psicológicos que inciden en la lesión es fundamental para estos programas; su especificidad en el fútbol base será una de las cuestiones básicas de las futuras líneas de investigación.

CONCLUSIONES

Los resultados de este trabajo permiten establecer las siguientes conclusiones:

1. La ansiedad rasgo se relaciona con un mayor número de lesiones, sobre todo con las ocurridas en los partidos. Los futbolistas jóvenes que presentan niveles mayores de ansiedad competitiva, sufren un mayor número de lesiones durante los partidos.
2. La ansiedad rasgo se relaciona con una menor puntuación en el factor OT, pero no existe relación alguna con el factor OE; es decir, el efecto de la ansiedad rasgo es desigual en la percepción de éxito, afectando sólo a la OT.

LIMITACIONES DEL ESTUDIO Y PROPUESTA DE TRABAJOS FUTUROS

Aunque pensamos que es muy importante el estudio de la ansiedad competitiva como única medida de la disposición del jugador, sería necesario realizar estudios en los que, de manera complementaria, se pudiera diferenciar entre la ansiedad cognitiva, por un lado, y la ansiedad fisiológica, por otro. Esto podría permitir una mejor evaluación y comprensión de la actuación de la ansiedad en la vulnerabilidad del deportista a lesionarse. En esta línea, Noh et al. (2005) estudiaron durante diez meses a 105 bailarines de ballet clásico, con el objetivo de evaluar el estrés, la ansiedad, el apoyo social y los recursos de afrontamiento como predictores de lesiones en esta actividad; los resultados indicaron que existen relaciones significativas entre la ansiedad cognitiva y el estrés negativo con la frecuencia y duración de las lesiones. Por otro lado, Aslan et al. (2000) comparando los niveles de ansiedad rasgo y estado, no encontraron diferencias significativas entre dos grupos de futbolistas seleccionados y no seleccionados; tampoco encontraron resultados significativos entre las lesiones en la temporada anterior y la ansiedad estado.

La línea de investigación de la ansiedad como moduladora de otras variables psicológicas o deportivas, en su relación con la frecuencia y gravedad de las lesiones de los deportistas, puede ser muy importante, en la línea de lo realizado y sugerido por otros autores (Olmedilla et al., 2005; Petrie y Falkstein, 1998). En este sentido, sería muy interesante profundizar en diseños como los propuestos en los trabajos de Petrie (1993a, 1993b), donde evaluó la relación entre ansiedad rasgo competitiva y cambios vitales; los resultados indicaron que los jugadores que jugaban con regularidad, aquellos que habían tenido mayor número de sucesos vitales positivos en el último año, y que además presentaban niveles más altos de ansiedad, perdieron más tiempo de actividad a causa de lesiones deportivas; o de Falkstein (2000), quien evalúa la relación entre lesiones y ansiedad rasgo competitiva en las fases de pretemporada y de competición regular; en ambas fases, la ansiedad aparece como moderadora entre la tensión negativa y las lesiones; o de Rozen y Horne (2007), aunque en este caso, desde la perspectiva del impacto psicológico de la lesión, quienes evaluaron la ansiedad rasgo de los futbolistas, antes del comienzo de la temporada, y la relacionaron con la gravedad de la lesión y el impacto emocional. Por otro lado, resulta muy importante determinar que niveles de ansiedad son los que relacionan con las lesiones, ya que no solo parecen ser los niveles altos; así, Pascual y Aragüés (1998) evalúan la relación entre ansiedad y lesiones en futbolistas, encontrando que aquellos

que muestran una mayor vulnerabilidad a la lesión son los que presentaban puntuaciones extremas en ansiedad (altas o bajas). También en esta dirección se encuentra el trabajo de Passer y Seese (1983), donde, paradójicamente, son los niveles bajos de ansiedad rasgo los que, junto a niveles altos de acontecimientos estresantes negativos, se relacionaban con un mayor índice de lesiones.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andersen, M.B. y Williams, J.M. (1988). A model of stress and athletic injury: Prediction and prevention. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10, 294-306.
- Aslan, S.H., Aslan, R.O. y Alparslan, Z.N. (2000). Anxiety levels of the football players participating in the U-21 national team infrastructure selection. *Turkish Journal of Sports Medicine*, 35(2), 51-58.
- Blackwell, B. y McCullagh, P. (1990). The Relationship of Athletic Injury to life Stress, Competitive Anxiety and Coping Resources. *Athletic Training*, 25, 23-27.
- Buceta, J.M. (1996). *Psicología y lesiones deportivas: prevención y recuperación*. Madrid: Dykinson.
- Cervelló, E.M., Escartí, A., y Balagué, G. (1999). Relaciones entre la orientación de metas disposicional y la satisfacción con los resultados deportivos, las creencias sobre las causas de éxito en deporte y la diversión con la práctica deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 8, 7-19.
- Clow, A. y Hucklebridge, F. (2001). The impact of psychological stress on immune function in the athletic population. *Exercise Immunology Review*, 7, 5-17.
- Díaz, P., Buceta, J.M. y Bueno, A.M. (2004). Situaciones estresantes y vulnerabilidad a las lesiones deportivas: un estudio con deportistas de equipo. *Revista de Psicología del Deporte*, 14(1), 7-24.
- Emery, C.A., Meeuwisse, W.H. y Hartmann, S.E. (2005). Evaluation of risk factors for the injury in adolescent soccer implementation and validation of an injury surveillance system. *American Journal of Sports Medicine*, 33(12), 1882-1891.
- Escudero, J.T. (1992). Preparación psicológica de la Selección olímpica Española de Ciclismo: Barcelona 92. *Revista de Psicología del Deporte*, 2, 95-101.
- Falkstein, D.L. (2000). Prediction of athletic injury and postinjury emotional response in collegiate athletes: A prospective study of an NCAA Division I football team. *The Sciences and Engineering*, 60, 4885.
- Goodrich, D.E. (2001). Psychological and perceptual responses of overuse-injured and uninjured collegiate athletes. Microform Publications, University of Oregon: Eugene.
- Hanson, S.J., McCullagh, P. y Tonymon, P. (1992). The relationship of personality characteristics, life stress, and coping resources to athletic injury. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14, 262-272.

- Jaenes, J.C. (2003). Entrenamiento psicológico para corredores de fondo y maratón. *Psicología de la Actividad Física y el Deporte: Perspectiva Latina* (pp. 343-348). Universidad de León.
- Jiménez, R., Iglesias, D., Santos-Rosa, F.J., y Cervelló, E.M. (2003). Análisis de la relación entre el clima motivacional, las orientaciones de meta y la igualdad de trato en función del género en las clases de Educación Física. *IX Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte "Perspectiva Latina"*. León.
- Johnson, U., Ekengren, J. y Andersen, M.B. (2005). Injury prevention in Sweden: Helping soccer players at risk. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 27*, 32-38.
- Kerr, G. y Goss, J. (1996). The effects of a stress management program on injuries and stress levels. *Journal of Applied Sport Psychology, 8*, 109-117.
- Kerr, G. y Minden, H. (1988). Psychological factors related to the occurrence of athletic injuries. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 10*, 167-173.
- Kleinert, J. (2002a). The stress reinjury model: a psychological approach to the explanation and prevention of reinjuries in sport. *Revue Suisse de Medecine et de Traumatologie du Sport, 50(2)*, 49-57.
- Kleinert, J. (2002b). An approach to sport injury trait anxiety: scale construction and structure analysis. *European Journal of Sport Science, 2(3)*, 49-57.
- Llames, R. (1999). Selección de jóvenes deportistas en fútbol. *Revista de Psicología del Deporte, 8(2)*, 249-257.
- Lysens, R., Auweele, Y.V. y Ostyn, M. (1986). The relationship between psychosocial factors and sports injuries. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, 26*, 77-84.
- Maddison, R. y Prapavessis, H. (2005). A psychological approach to the prediction and prevention of athletic injury. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 27*, 289-310.
- Martens, R. (1977). *Sport competition anxiety test*. Champaign, Ill.: Human Kinetics.
- Martín-Albo, J. Núñez, J.L. y Navarro, J. G. (2003). Planificación de un programa de entrenamiento psicológico en voleibol. *IX Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte "Perspectiva Latina"*. León.
- Nicholls, J.G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Noh, Y.E. Morris, T. y Andersen, M.B. (2005). Psychological factors and Ballet injuries. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 3(1)*, 79-90.
- Noh, Y.E., Morris, T. y Andersen, M.B. (2007). Psychological intervention programs for reduction of injury in ballet dancers. *Research in Sports Medicine, 15*, 13-32.
- Olmedilla, A., Andreu, M.D. y Blas, A. (2005). Variables psicológicas, categorías deportivas y lesiones en futbolistas jóvenes: un estudio correlacional. *Analise Psicologica, 4(XXIII)*, 449-459.
- Olmedilla, A., Andreu, M.D., Abenza, L., Ortín, F.J. y Blas, A. (2006). Lesiones y factores deportivos en futbolistas jóvenes. *Cultura, Ciencia y Deporte, 5(2)*, 59-66.

- Olmedilla, A., García-Montalvo, C. y Martínez-Sánchez, F. (2006). Factores psicológicos y vulnerabilidad a las lesiones deportivas: un estudio en futbolistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 15(1), 37-52.
- Olmedilla, A., Ortega, E. y Abenza, L. (2007). Percepción de los futbolistas juveniles e influencia del trabajo psicológico en la relación entre variables psicológicas y lesiones. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 7(2), 75-87.
- Ortega, M.J. Ramos, J.J. González, F y Miguel, F. (2003). Perfil de ansiedad precompetitiva en un equipo de fútbol. *Psicología de la Actividad Física y el Deporte: Perspectiva Latina*, (pp. 143-146). Universidad de León.
- Pascual, A. y Aragües, G.M. (1998). Lesiones deportivas y rasgos de ansiedad en los jugadores de fútbol. *Medicina Clínica*, 111(2), 45-48.
- Passer, M.W. y Seese, M.D. (1983). Life stress and athletic injury: Examination of positive versus negative events and three moderator variables. *Journal of Human Stress*, 10, 11-16.
- Petrie, T.A. (1993). The moderating effects of social support and playing status on the life stress-injury relationship. *Journal of Applied Sport Psychology*, 5, 1-16.
- Petrie, T.A. (1993a). Coping skills, competitive trait anxiety, and playing status: Moderating effects on the life stress-injury relationship. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, 261-274.
- Petrie, T.A. (1993b). The moderating effects of social support and playing status on the life stress-injury relationship. *Journal of Applied Sport Psychology*, 5, 1-16.
- Petrie, T.A. y Falkstein, D.L. (1998). Methodological, measurement and statistical issues in research on sport injury prediction. *Journal of Applied Sport Psychology*, 10, 26-45.
- Ramírez, A., Alonso, D., Falcó, F. y López, M. (2006). Programa de intervención psicológica con árbitros de fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, 15(2), 311-325.
- Roberts, G.C. y Balagué, G. (1989). The development of a social-cognitive scale in motivation. Paper presented at the Seventh World Congress of Sport Psychology. Singapore.
- Roberts, G.C., Treasure, D.C. y Balagué, G. (1998). Achievement goals in sport: The development and validation of the Perception of Success Questionnaire. *Journal of Sport Science*, 16, 337-347.
- Roberts, G.C., Treasure, D.C., y Hall, H. (1994). Parental goal orientations and beliefs about the competitive sport experience of their child. *Journal of Applied Social Psychology*, 24, 631-645.
- Roberts, G.C., y Balagué, G. (1991). *The development and validation of the Perception of Success Questionnaire*. Paper presented at the FEPSAC Congress, Cologne, Germany.
- Rozen, W.M. y Horne, D.J.L. (2007). The Association of Psychological Factors with Injury. Incidence and Outcome in the Australian Football League. *Individual Differences*, 5(1), 73-80.
- Schiff, M.A. (2007). Soccer injuries in female youth players. *Journal of Adolescent Health*, 40(4), 369-391.
- Smith, R.E., Smoll, F. y Ptacek, J.L. (1990). Conjunctive moderator variable and resiliency research: Life stress, social support and coping resources, and

- adolescent sport injuries. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 360-370.
- Treasure, D.C., y Roberts, G.C. (1994). Cognitive and affective concomitants of task and ego goal orientations during the middle school years. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16, 15-28.
- Williams, J.M. y Andersen, M.B. (1998). Psychological Antecedents of Sport Injury: Review and Critique of the Stress and Injury Model. *Journal of Applied Sport Psychology*, 10, 5-25
- Williams, J.M. y Roepke, N. (1993). Psychology of Injury and Injury Rehabilitation. En R. Singer, M. Murphey y L. Tennant (Eds.), *Handbook of Research on Sport Psychology*, (pp. 815-838). New York: MacMillan.
- Ye, P. (2002). Differences of competitive trait anxiety between athletes. *Journal of Beijing University of Physical Education*, 25(2), 183-185.