



Artículo de Investigación

Perfil psicológico deportivo y ansiedad estado en función del género en deportistas universitarios

Sport psychological profile and anxiety state by gender in university athletes

<https://doi.org/10.62364/cneip.6.1.2024.222>

Erick-Yael Fernández-Barradas*, Rafael E. Reigal**, Socorro Herrera-Meza***, Antonio Hernández-Mendo** y Verónica Morales-Sánchez**

Universidad de Guadalajara*

Universidad de Málaga**

Universidad Veracruzana***

Citación

Fernández-Barradas, E., Reigal, R., Herrera-Meza, S., Hernández-Mendo, A., y Morales-Sánchez, V. (2024). Perfil psicológico deportivo y ansiedad estado en función del género en deportistas universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 6(1), 1-13. <https://doi.org/10.62364/cneip.6.1.2024.222>

Artículo enviado: 15-03-2024, aceptado: 05-09-2024, publicado: 23-12-2024

Resumen

El presente estudio analiza la relación entre el perfil psicológico deportivo con el estado de ansiedad en deportistas universitarios, así como posibles diferencias en función de género (mujeres vs. hombres). Participaron en esta investigación 262 universitarios mexicanos (mujeres, n=123; hombres, n=139) con edades entre los 18 y 23 años. Se utilizaron como herramientas de evaluación el Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI). Los resultados indicaron relaciones estadísticamente significativas entre el perfil psicológico deportivo con las medidas de ansiedad. El control de afrontamiento negativo fue la habilidad psicológica que mejor predice los niveles de ansiedad en mujeres, mientras que en hombres son las dimensiones autoconfianza y el control atencional. Asimismo, los datos encontrados pusieron de relieve diferencias estadísticamente significativas entre mujeres y hombres, tanto en perfil psicológico deportivo como en ansiedad.

Palabras Clave | salud mental, dureza mental, estudiantes, deporte.

Abstract

The present study analyzes the relationship between the sport psychological profile with the state of anxiety in university athletes, as well as possible differences according to gender (women vs. men). A total of 262 Mexican university students (women, n=123; men, n=139) between 18 and 23 years of age participated in this study. The Psychological Inventory of Sport Performance (IPED) and the Beck Anxiety Inventory (BAI) were used as assessment tools. Results indicated statistically significant relationships between the sport psychological profile with anxiety measures. Negative coping control was the psychological skill that best predicted anxiety levels in women, in men it was self-confidence and attentional control. Likewise, the data found highlighted statistically significant differences between women and men, both in sport psychological profile and in anxiety.

Keywords | mental health, mental toughness, students, sports.

Correspondencia:

Verónica Morales Sánchez. Correo electrónico: vmorales@uma.es ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6943-9896>

*Universidad de Málaga. C. Dr. Ortiz Ramos S/N. Málaga, España, 29010

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la ansiedad es un estado que suele ser poco placentero y lleva consigo sensaciones de inseguridad, temor, miedo y preocupaciones recurrentes (OMS, 2023). Los trastornos de ansiedad representan una falla en el procesamiento de los riesgos a los que una persona se enfrenta en su vida cotidiana, haciéndole creer al individuo que no es capaz de detectar y gestionar las amenazas del entorno (Beck & Haigh, 2014). Además, este trastorno tiene una alta prevalencia a nivel mundial, afectando al 28% de las personas en algún momento a lo largo de su vida (INCyTU, 2018).

En México, de acuerdo con la Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado (ENBIARE) llevada a cabo por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2021), se ha detectado que el 31.3% de las personas mayores de 18 años han presentado síntomas de ansiedad mínima en algún momento de su vida, mientras que el 19.3% de la población reporta sintomatología de ansiedad severa.

En cuestiones de género, esta encuesta señala que el 32.8% de las mujeres que participaron reportaron una sintomatología mínima de ansiedad, mientras que el 23.3% reportó sintomatología severa. Por su parte, el 29.7% de los hombres reportaron sintomatología mínima y el 15% sintomatología severa (INEGI, 2021). Estas cifras muestran la existencia de diferencias en la presencia de ansiedad, tanto en mujeres como en hombres, y revelan una problemática social que la misma OMS pretende prevenir y tratar dentro de sus planes de trabajo (WHO, 2016).

Entre las estrategias para reducir los riesgos de padecer este trastorno se ha considerado la promoción de estilos de vida con actividad física como una medida eficaz (WHO, 2018). En esta línea, diversos estudios han evidenciado que, en distintas poblaciones, ser físicamente activo se relaciona con bajos niveles de ansiedad, dotando a las personas de una mayor capacidad para afrontar el estrés y contribuyendo con una mejor salud mental (Fernández-Barradas & Herrera-Meza, 2022; Fouilloux et al., 2021).

Sin embargo, y a pesar de que la práctica deportiva puede ayudar a reducir los niveles de ansiedad que padece la población, existe una paradoja que se produce en los contextos de alto rendimiento deportivo. Cuando se analiza a la población de deportistas de alto rendimiento, distintos estudios en el campo sugieren que este contexto suele generar niveles elevados de ansiedad derivados de la alta exigencia deportiva, así como de la constante presión por ganar, expectativas propias o la misma instancia deportiva en la que se compite (Aranzana et al., 2021; Chang et al., 2020; Lope-Fernández & Solis Briceño, 2020; Weber et al., 2018), siendo esta una de las condiciones de mayor impacto en el rendimiento deportivo (Santesteban et al., 2017).

Por ello, se vuelve de suma importancia que las y los deportistas desarrollen ciertas habilidades psicológicas que les permitan enfrentarse a este tipo de situaciones y que sirvan para reducir los riesgos de sufrir episodios de ansiedad.

Existe un conjunto de habilidades psicológicas que han demostrado una alta relación con los niveles de ansiedad pre-competencia en población deportista de alto rendimiento (Hernández-Mendo, 2006; Reigal et al., 2018). A este conjunto de habilidades se les conoce como perfil psicológico deportivo y pueden ser evaluadas a través del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) y está compuesto por siete dimensiones:

1. Autoconfianza (certeza que se tiene sobre las propias habilidades para llevar a cabo una tarea de forma exitosa).
2. Control de Afrontamiento Negativo (esfuerzo cognitivo y conductual para sobrellevar situaciones adversas/negativas dentro de la competencia deportiva).
3. Control Atencional (capacidad para centrarse en las tareas del entrenamiento y competencia deportiva).
4. Control Viso-imaginativo (capacidad cognitiva para crear imágenes y estímulos sensoriales).
5. Nivel Motivacional (procesos que inician, dirigen, mantienen y detienen la conducta de los atletas).
6. Control de Afrontamiento Positivo (esfuerzo cognitivo y conductual para sobrellevar situaciones favorables/positivas dentro de la competencia deportiva).

7. Control Actitudinal (predisposición positiva que presenta el atleta con la práctica deportiva) (Hernández-Mendo, 2006; Hernández-Mendo et al., 2014).

La utilización del IPED se ha mostrado como una estrategia confiable para la evaluación del perfil psicológico deportivo (Cortez-Saldarriga et al., 2022; González-Reyes et al., 2017; Hernández-Mendo, 2006; Pérez et al., 2022; Raimundi et al., 2016; Véliz Véliz et al., 2018) y su relación con algunas variables psicológicas como estados de ánimo y autoeficacia (Reigal et al., 2019), autoconcepto (Cazorla et al., 2014) y ansiedad pre-competitiva (Pérez et al., 2022; Reigal et al., 2018), en diversas poblaciones que practican deporte de alto rendimiento.

Para el caso específico de poblaciones universitarias que son deportistas de alto rendimiento, se ha visto que podrían existir diferencias en cuestiones de género, se ha mostrado que las mujeres universitarias que realizan deporte de alto rendimiento son más propensas a presentar sintomatología de ansiedad cognitiva que los hombres (Villareal-Angeles et al., 2021), coincidiendo con lo reportado en otros estudios donde se ha repetido ese patrón (Barrera-Herrera et al., 2019; INEGI, 2021; Menéndez-Fierros, 2020).

Otra situación significativa, para el caso de estudiantes universitarios, es que se ha detectado que la actividad académica por sí sola está relacionada con una alta prevalencia de ansiedad (Arévalo-García et al., 2019; Cuamba-Osorio & Zazueta-Sánchez, 2020), situación que en conjunto con un estilo de vida sedentario puede afectar la salud mental de los mismos.

Por lo que la vida universitaria y la vida deportiva es una condición importante que considerar para la presencia de ansiedad en mujeres y hombres universitarios. Debido a las diferencias entre género y el impacto que puede tener la actividad deportiva sobre la salud mental de las personas, es que se vuelve importante determinar qué características psicológicas pueden estar protegiendo a mujeres y hombres que cumplen con dos condiciones (ser estudiantes universitarios y deportistas de alto rendimiento) que en determinado contexto pueden contribuir con el desarrollo de sintomatología ansiosa.

Objetivo

Analizar la relación entre el perfil psicológico deportivo y la sintomatología de ansiedad (cognitiva y somática) en mujeres y hombres universitarios que practican deporte de alto rendimiento. Además, analizar las diferencias en el perfil psicológico deportivo y los niveles de ansiedad en función del género.

Método

Diseño del estudio

Se realizó un estudio cuantitativo, no experimental, transversal, con un alcance correlacional-explicativo, se tuvo como finalidad conocer por qué ocurre el fenómeno, las condiciones en las que se manifiesta y la explicación de la relación de dos o más variables (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

Participantes

La muestra estuvo compuesta por un total 262 estudiantes universitarios deportistas (mujeres n=123, hombres n=139) que representan al estado de Veracruz (divididos en cinco regiones: Xalapa, Veracruz, Orizaba-Córdoba, Poza Rica-Tuxpan y Coatzacoalcas-Minatitlán) en diferentes eventos deportivos a nivel local, estatal y nacional, con edades entre los 18 y 23 años ($M = 20.57$, $DE = 1.57$). Los participantes forman parte de las distintas disciplinas deportivas individuales o colectivas reportadas por el Consejo Nacional del Deporte de la Educación A.C. (CONDDE), siendo estas: Baloncesto, Baloncesto 3x3, Béisbol, Fútbol Asociación, Fútbol Bardas, Balonmano, Softbol, Tochito, Voleibol Sala, Voleibol Playa, Ajedrez, Boxeo, Judo, Karate, Halterofilia, Lucha Universitaria, Taekwondo y Tenis de Mesa.

Se utilizaron como criterios de inclusión: 1) Estar inscrito al semestre en curso dentro de la universidad en el periodo febrero-junio 2023. 2) Formar parte de un equipo representativo de la Universidad; 3) Cumplir con práctica/entrenamiento deportivo durante cinco días de la semana por al menos 100 minutos por sesión; y, 4) Aceptar formar parte del estudio; y como criterios de exclusión: 1) No estar inscrito en el semestre en curso; 2) Haber abandonado el equipo representativo el semestre

anterior al de la investigación; 3) Rechazar la invitación al estudio; finalmente el criterio de eliminación fue: 1) No finalizar el proceso de evaluación.

Instrumentos

Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED)

Se utilizó el IPED para evaluar el perfil psicológico deportivo en su versión mexicana (González-Reyes, et al., 2017). Este inventario está compuesto por 42 ítems que se dividen en siete dimensiones: 1) Autoconfianza (e.g. ítem “me veo más como un ganador que como un perdedor”); 2) Control Afrontamiento Negativo (e.g. ítem “me enoja y me frustra durante las competencias”); 3) Control Atencional (e.g. ítem “me distraigo y pierdo mi concentración durante las competencias y partidos”); 4) Control Visoimaginativo (e.g. ítem “antes de las competencias, me visualizo a mí mismo”); 5) Nivel Motivacional (e.g. ítem “estoy muy motivado para dar lo mejor de mí en cada competencia”); 6) Control Afrontamiento Positivo (e.g. ítem “puedo mantener emociones positivas durante las competencias”); y, 7) Control Actitudinal (e.g. ítem “durante las competencias pienso positivamente”).

Por ello, este cuestionario se responde con una escala de tipo Likert de cinco puntos, siendo 1 “totalmente en desacuerdo” y 5 “totalmente de acuerdo”. Los análisis de consistencia interna mostraron los siguientes valores: 1) Autoconfianza ($\alpha = .79$); 2) Afrontamiento Negativo ($\alpha = .70$); 3) Control Atencional ($\alpha = .79$); 4) Visoimaginación ($\alpha = .70$); 5) Motivación ($\alpha = .67$); 6) Afrontamiento Positivo ($\alpha = .72$); y, 7) Control Actitudinal ($\alpha = .70$), siendo estos similares a los reportados en otros estudios con este instrumento (Cortez-Saldarriga et al., 2022; Raimundi et al., 2016; Reigal et al., 2018).

Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)

Es un instrumento constituido por 21 ítems divididos en dos dimensiones: 1) Dimensión Cognitiva con 7 ítems (e.g. ítem “Miedo de que pase lo peor”); y, 2) Dimensión Somática con 14 ítems (e.g. ítem “Dificultad para respirar”).

A este inventario se responde con una escala de tipo Likert de 4 puntos que se puntúa de 0 (mínimo) a 3 (máximo) en la presencia de sintomatología de ansiedad durante la última semana (Padrós-Blázquez et al., 2020). Los análisis de consistencia interna mostraron valores aceptables para las dos dimensiones de la ansiedad ($\alpha = .84$ ansiedad somática, $\alpha = .77$ ansiedad cognitiva).

Procedimiento

Para llevar a cabo esta investigación, en primera instancia se contactó con la Dirección de Actividades Deportivas de la Universidad Veracruzana (DADUV) para presentar la propuesta de estudio. Una vez aceptada la propuesta, se procedió a invitar a los entrenadores y directivos de cada equipo representativo de la Universidad Veracruzana a ser parte de esta investigación. Se extendió una invitación a todos los universitarios que cumplieran los criterios de inclusión y posterior a esto, se les facilitó una carta de consentimiento informado en formato digital.

Los participantes que aceptaron ser parte del estudio completaron los cuestionarios a través de la plataforma Google Forms durante una sesión de entrenamiento en las instalaciones deportivas de la DADUV con supervisión del entrenador y el responsable de la investigación. Una vez obtenidos los resultados, se utilizó el software SPSS (Statistical Package for Social Sciences) V.23 para su procesamiento. Al finalizar todo el proceso, los resultados fueron presentados a la DADUV.

Análisis de datos

Los datos fueron sometidos a análisis descriptivos e inferenciales. Se utilizó la prueba Kolmogórov-Smirnov para corroborar la normalidad de los datos y un análisis de consistencia interna para cada dimensión de los instrumentos (α de Cronbach). Posteriormente se compararon los puntajes de cada dimensión de los dos instrumentos por género (mujer vs. hombre) con la prueba U de Mann Whitney. Además, para determinar el tamaño del efecto se utilizó d' Cohen (Cohen, 1988), siendo los valores $.30 =$

pequeño, .50 = mediano y .80 = grande, (Dominguez-Lara, 2018), ahora bien, para determinar la relación existente entre las variables que componen el IPED y las dimensiones somático y cognitivo la ansiedad, se utilizó el estadístico Rho de Spearman.

Finalmente, para analizar la relación del perfil psicológico del deportista sobre las dimensiones del BAI se realizó un análisis de regresión logística binaria, tomando como ajuste de bondad la prueba Hosmer-Lemeshow y el contraste Omnibus, para dicotomizar las variables dependientes, previo paso para los análisis de regresión logística, se empleó un análisis por conglomerados (K-medias) en función de las dimensiones de ansiedad, se generaron dos grupos para tres condiciones diferentes: 1) Nivel bajo/alto ansiedad somática; 2) Nivel bajo/alto de ansiedad cognitiva y 3) Nivel bajo/alto de ansiedad somática y cognitiva.

Consideraciones éticas

La presente investigación se llevó a cabo conforme al Código Ético del Psicólogo de la Sociedad Mexicana de Psicología (SMP) en sus capítulos II y III (SMP, 2010). En todo momento se respetaron los principios establecidos en la declaración de Helsinki de 1964. Cada participante fue informado sobre la utilización de sus datos, la confidencialidad de estos y voluntariedad en su participación, no hubo ninguna consecuencia desfavorable en caso de no querer participar y no hubo remuneración por participación.

Resultados

En la Tabla 1 se presentan los estadísticos descriptivos y las pruebas de normalidad de las dimensiones del perfil psicológico deportivo y de ansiedad en mujeres y hombres. Todas las variables de análisis presentan una distribución no normal ($p > .05$), por lo que se optó por la utilización de pruebas no paramétricas como U de Mann Whitney para comparaciones, Rho de Spearman para correlaciones y Regresión Logística Binaria para estimaciones de probabilidad.

Tabla 1

Estadísticos descriptivos y pruebas de normalidad para las dimensiones del IPED y BAI en mujeres y hombres

	Mujeres (n=123)					Hombres (n=139)				
	M	DT	A	K	K-S	M	DT	A	K	K-S
IPED										
AC	4.16	.66	-.61	-.26	.00	3.91	.65	-.52	-.14	.00
CAN	3.65	.61	.07	-.51	.01	3.48	.66	-.00	-.16	.02
CAT	3.85	.64	-.28	-.40	.02	3.50	.72	-.28	.03	.01
CVI	3.93	.66	-.41	-.14	.00	3.75	.70	-.72	.90	.00
NM	4.31	.51	-1.02	.99	.00	4.16	.32	-1.26	3.37	.00
CAP	4.23	.53	-.81	.49	.00	4.03	.57	-.65	.22	.00
CACT	4.19	.54	-.34	-.41	.04	4.02	.57	-.35	-.16	.00
BAI										
ANSCOG	.36	.40	1.27	.94	.00	.50	.45	1.06	.64	.00
ANSSOM	.29	.30	1.49	1.48	.00	.45	.37	1.04	.85	.00

Nota: AC=Autoconfianza, CAN = Control de Afrontamiento Negativo, CAT=Control Atencional, CVI, Visoimaginación, NM = Nivel Motivacional, CAP = Control de Afrontamiento Positivo, CACT = Control Actitudinal, ANSCOG = Ansiedad Cognitiva, ANSSOM = Ansiedad Somática, M = Media, DE = Desviación Típica, A= Asimetría, K = Curtosis, K-S = Kolmogorov-Smirnov.

Por un lado, las comparaciones realizadas con la prueba U de Mann Whitney muestran diferencias estadísticamente significativas en todas las dimensiones del perfil psicológico deportivo (IPED) ($p < .05$), evidenciando un mayor puntaje en mujeres, mientras que, por otro lado, para las dimensiones de la ansiedad (BAI) existieron diferencias que indican que los hombres presentan mayores puntajes en las dimensiones cognitivo y somático de la ansiedad ($p < .05$, ver Tabla 2.), con tamaños del efecto pequeños para ambos casos.

Tabla 2

Comparación de las dimensiones del IPED y BAI entre mujeres y hombres

Rangos Promedio			U	Z	d Cohen (IC 95% Inferior, Superior)
Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva					
AC	Mujeres	146.75	6672.50	-3.07*	.37 (.12, .61)
	Hombres	118.00			
CAN	Mujeres	141.26	7348.50	-1.96*	.26 (.01, .50)
	Hombres	122.87			
CAT	Mujeres	150.46	6216.50	-3.82*	.49 (.25, .74)
	Hombres	114.72			
CVI	Mujeres	141.53	7315.00	-2.02*	.26 (.02, .51)
	Hombres	122.63			
NM	Mujeres	143.77	7039.00	-2.48*	.28 (.03, .52)
	Hombres	120.64			
CAP	Mujeres	145.68	6804.00	-2.86*	.35 (.10, .59)
	Hombres	118.95			
CACT	Mujeres	143.04	7129.50	-2.32*	.30 (.05, .54)
	Hombres	121.29			
Inventario de Ansiedad de Beck					
ANSCOG	Mujeres	117.39	6812.50	-2.86*	.32 (.07, .56)
	Hombres	143.99			
ANSSOM	Mujeres	112.26	6181.50	-3.84*	.46 (.21, .71)
	Hombres	148.53			

Nota: * = $p < .05$, AC=Autoconfianza, CAN = Control de Afrontamiento Negativo, CAT=Control Atencional, CVI, Visoimaginación, NM = Nivel Motivacional, CAP = Control de Afrontamiento Positivo, CACT = Control Actitudinal, ANSCOG = Ansiedad Cognitiva, ANSSOM = Ansiedad Somática.

En la Tabla 3, se muestran los coeficientes de correlación encontrados en mujeres y hombres. Para ambos casos, la variable Visoimaginación (CVI) no presenta correlación estadísticamente significativa con ninguna de las dimensiones del BAI, así como el Nivel Motivacional (NM) no presentó correlación con la dimensión Ansiedad Somática (ANSSOM, $p > .05$) en hombres, el resto de los coeficientes son estadísticamente significativos ($p < .05$) con correlaciones negativas en ambos géneros.

Tabla 3

Coeficientes de correlación entre las dimensiones del IPED y BAI en mujeres y hombres

Rho de Spearman		Ansiedad Cognitiva	Ansiedad Somática
AC	Mujeres	-.37**	-.29**
	Hombres	-.40**	-.32**
CAN	Mujeres	-.49**	-.38**
	Hombres	-.44**	-.42**
CAT	Mujeres	-.41**	-.31**
	Hombres	-.50**	-.42**
CVI	Mujeres	-.07	-.01
	Hombres	-.02	.04
NM	Mujeres	-.18*	-.23**
	Hombres	-.20*	-.09
CAP	Mujeres	-.34**	-.27**
	Hombres	-.30**	-.28**
CACT	Mujeres	-.34**	-.23**
	Hombres	-.36**	-.23**

Nota: * = $p < .05$, ** $p < .01$, AC=Autoconfianza, CAN = Control de Afrontamiento Negativo, CAT=Control Atencional, CVI, Visoimaginación, NM = Nivel Motivacional, CAP = Control de Afrontamiento Positivo, CACT = Control Actitudinal.

Por otra parte, las tablas 4 y 5 contienen las regresiones logísticas realizadas, tomando como variables predictoras las dimensiones del IPED y como variables criterio las dimensiones del BAI, se utilizaron sólo aquellas variables que presentaron correlaciones estadísticamente significativas ($p < .05$).

A través del análisis k-medias se generaron dos grupos para las condiciones: 1) Nivel bajo de ansiedad cognitiva, 2) Nivel bajo de ansiedad somática, 3) Nivel bajo de ansiedad cognitiva y somática. Para cada condición el grupo cero presentaba mayores puntajes en la condición evaluada, mientras que el grupo uno tenía puntajes menores en la misma condición, es decir, se buscó predecir de forma positiva una mayor probabilidad de presentar un menor nivel de ansiedad.

Cabe señalar que cada caso estuvo bien clasificado, tomando en consideración que la distancia máxima de cada uno al centro de su grupo era inferior a la distancia entre el centro de los conglomerados.

Para el caso de las mujeres (ver Tabla 4), el primer modelo contiene CAN como variable predictora, con un valor en la prueba Ómnibus significativo ($p < .05$) y no significativo para la prueba de Homer y Lemeshow ($p > .05$), se logra explicar el 35% de la varianza total (R^2 Nagelkerke), que presenta un Odds Ratio (OR) de 14.496 y se clasificaron correctamente el 82% de los casos.

Para el modelo de ansiedad somática la variable CAN logra explicar un 25.5% de la varianza total con un OR de 9.695 y clasificando correctamente el 86.2% de los casos, este modelo obtuvo un valor en la prueba Ómnibus significativo ($p < .05$) y no significativo para la prueba de Homer y Lemeshow ($p > .05$). El último modelo realizado vuelve a tener la variable CAN como predictora con un OR de 22.616, clasificando correctamente el 84.6% de los casos y explicando un 39% de la varianza total, la prueba Ómnibus fue estadísticamente significativa ($p < .05$) mientras que Hosmer y Lemeshow no ($p > .05$).

Tabla 4*Regresión logística binaria en mujeres con las dimensiones del BAI divididas en conglomerados*

Variable Criterio	Variables Predictoras	R ² Nagelkerke	B	Sig.	OR	95% CI Exp (B)	
						Inferior	Superior
Nivel bajo de Ansiedad Cognitiva	CAN	.35	2.67	.00*	14.49	4.37	48.07
Nivel bajo de Ansiedad Somática	CAN	.25	2.27	.00*	9.69	2.76	34.03
Nivel bajo de Ansiedad Somática y Cognitiva	CAN	.39	3.11	.00*	22.61	5.32	96.12

Nota. * = $p < .05$, CAN = Control de Afrontamiento Negativo, OR = Odds Ratio.

Las regresiones logísticas en hombres (ver Tabla 5) muestran el primer modelo la variable CAT como predictora de un nivel bajo de ansiedad cognitiva, clasificando correctamente el 72.7% de los casos con un valor en la prueba Ómnibus significativo ($p < .05$) y no significativo para la prueba de Homer y Lemeshow ($p > .05$), se logra explicar el 27.2% de la varianza total y se presenta OR de 5028.

En el modelo de ansiedad somática se explica un 14.5% de la varianza total, logrando clasificar el 71.2% de los casos de forma correcta, el OR es de 2.889 en la variable CAT, el modelo tuvo un valor en la prueba Ómnibus significativo ($p < .05$) y no significativo para la prueba de Homer y Lemeshow ($p > .05$).

Por último, el tercer modelo, que incluye como variable criterio nivel bajo de ansiedad cognitiva y somática, explica un 28.2% de la varianza, clasificando correctamente al 74.8% de los casos, con un valor en la prueba Ómnibus significativo ($p < .05$) y no significativo para la prueba de Homer y Lemeshow ($p > .05$), los OR son 2.682 para AC y 3.201 para CAN.

Tabla 5*Regresión logística binaria en hombres con las dimensiones del BAI divididas en conglomerados*

Variable Criterio	Variables Predictoras	R ² Nagelkerke	B	Sig.	OR	95% CI Exp (B)	
						Inferior	Superior
Nivel bajo de Ansiedad Cognitiva	CAT	.27	1.61	.00*	5.02	2.55	9.89
Nivel bajo de Ansiedad Somática	CAT	.14	1.06	.00*	2.88	1.61	5.15
Nivel bajo de Ansiedad Cognitiva y Somática	AC	.28	.98	.00*	2.68	1.30	5.51
	CAN		1.16	.00*	3.20	1.49	6.87

Nota. * = $p < .05$, CAT=Control Atencional, CAN=Control de Afrontamiento Negativo, AC=Autoconfianza, OR = Odds

Discusión

El objetivo principal de esta investigación fue analizar la relación entre el perfil psicológico deportivo y la sintomatología de ansiedad cognitiva y somática en mujeres y hombres que practican deporte de alto rendimiento. Respecto a esto, los resultados evidenciaron relaciones entre las variables estudiadas, cumpliendo con el objetivo planteado en esta investigación.

Las dimensiones del IPED y BAI mostraron correlaciones estadísticamente significativas, en donde los participantes que presentan mayor puntaje en las habilidades del perfil psicológico deportivo tienen menores puntajes en las dimensiones de ansiedad tanto cognitiva como somática, exceptuando CVI en ambas poblaciones y NM en hombres.

Estos resultados son similares a los reportados en otros estudios, donde se demuestra que el perfil del IPED está estrechamente relacionado con los niveles de ansiedad en deportistas de alto rendimiento (Reigal et al., 2018; 2019), también aumenta la evidencia que sostiene que estas habilidades son fundamentales para el desarrollo y desempeño deportivo (Hernández-Mendo, 2006; Hernández-Mendo et al., 2014).

Estos hallazgos pueden ser explicados por la influencia que tiene la práctica deportiva en el desarrollo de diferentes características psicológicas como la mejora de autoestima (Gaspar & Alguacil, 2022), reducción de estrés (Fernández-Barradas, et al., 2024) e incluso la mejora de procesos cognitivos (Sánchez, et al., 2024), condiciones que contribuyen con el desarrollo de la salud en las personas y, por lo tanto, pueden ser condicionantes para que los practicantes de deporte se protejan o disminuyan considerablemente sus niveles de ansiedad (Amador et al., 2017; Fernández-Barradas & Herrera-Meza, 2022; Fouilloux et al., 2021).

En cuanto a los análisis de regresión logística, existieron diferencias en los modelos generados tanto en mujeres como en hombres. En las primeras, la dimensión CAN fue la que figuró como variable predictora en las tres condiciones planteadas, mientras que en los segundos figuraron las dimensiones CAT, AC y CAN del IPED. Este resultado se encuentra relacionado con el desarrollo de ciertas estrategias de afrontamiento como el apoyo social, la reestructuración cognitiva o la expresión emocional (Fernández-Barradas, et al., 2024) que se presentan como protectoras de la salud mental (Aguinaga et al., 2021; Cantón-Chirivella et al., 2015) y que a su vez están contempladas dentro de la capacidad de control de afrontamiento negativo (CAN).

Esto coincide con lo reportado en otros estudios con poblaciones similares, en donde las dimensiones CAN y CAT son predictoras de ansiedad tanto cognitiva como somática (Reigal et al., 2018; 2019). En cuanto a la dimensión AC, esta se encuentra reportada en el modelo multidimensional de ansiedad competitiva, siendo contraparte de los niveles de ansiedad tanto cognitiva como somática (Pineda-Espejel et al., 2014), además de ser un mediador del rendimiento deportivo en atletas escolares y universitarios (Chun et al., 2022).

Como objetivo secundario se compararon los constructos psicológicos evaluados por género, detectando que existen diferencias entre mujeres y hombres. Estos resultados muestran evidencia de diferencias en los niveles de ansiedad y en el perfil psicológico deportivo, favoreciendo en ambos casos a las mujeres y contradiciendo lo que generalmente se reporta en comparaciones con esta variable entre mujeres y hombres (INEGI, 2021; Menéndez-Fierros, 2020); eso puede deberse a diversas condiciones, entre las que se destacan la intensidad de la actividad física y práctica deportiva (Wassenaar et al., 2021), al tipo de práctica deportiva que puede ser individual o colectiva (Aguinaga et al., 2021; Marín-González et al., 2022), a factores sociales e individuales (Barrera-Herrera et al., 2019) o al tipo de actividades académicas que presentaban los deportistas universitarios (Arévalo-García et al., 2019; Villarreal-Angeles et al., 2021).

Otra posible explicación puede estar relacionada a los estilos y estrategias de afrontamiento que presentan los universitarios, en este sentido, es importante mencionar que estudios previos en la temática señalan que las mujeres suelen presentar más competencias sociales, autoconocimiento y expresión de emociones, mejor autoestima, mayor bienestar psicológico y una mayor sensación de crecimiento personal en comparación con los hombres (Fernández-Barradas, et al., 2024; Huamán & Huamán, 2019; Matalinares et al., 2016; Ponseti Verdaguer et al., 2016; Villarreal-Angeles et al., 2021) siendo estas estrategias de afrontamiento más saludables y posibles mediadoras sobre esta condición.

Aunado a esto, algunos autores consideran que en las mujeres hay mayor prevalencia de ansiedad cuando se comprara la población en general, al hacerlo en poblaciones deportistas o físicamente activas, estas diferencias pueden ser nulas o escasas (Freire-Izurieta & Lara-Salazar, 2022; Weber et al., 2018), por último, sería importante considerar la creciente participación deportiva de las mujeres en México que se propicia derivado de esta, pues se ha visto que el 66% de las mujeres que realizan actividad física lo hacen en niveles suficientes como para tener beneficios en la salud en general, mientras que en el caso de los hombres sólo el 55% tiene esta suficiencia (INEGI, 2023).

De este modo se puede decir que los niveles de ansiedad tanto en mujeres como en hombres podrían estar siendo moderados por otro tipo de características que no fueron tomadas en cuenta en este estudio, siendo esta una de las limitantes de esta investigación, otra limitación es la utilización de un diseño transversal que permite hacer inferencias en un determinado momento pero no profundizar en estas a lo largo del tiempo, además de la falta de datos cualitativos que puedan enriquecer la interpretación de los hallazgos de este estudio.

Por otro lado, las fortalezas se encuentran en la utilización de tres herramientas de evaluación a través de una plataforma digital obteniendo niveles de confiabilidad aceptables, así como el tamaño de la muestra, la participación tanto de mujeres como de hombres y la diversidad de disciplinas deportivas.

Este tipo de estudios pueden dar pie al inicio de intervenciones psicológicas que busquen el desarrollo de las habilidades psicológicas de ejecución deportiva en poblaciones universitarias en México, no sólo para la mejora del rendimiento deportivo, sino también para la prevención de altos niveles de ansiedad y la promoción de la salud mental. Se sugiere que en futuras investigaciones se considere la utilización de diseños longitudinales que puedan mostrar cómo los fenómenos psicológicos pueden modificarse a lo largo del tiempo (durante una temporada competitiva), así como analizar si existen diferencias entre las prácticas deportivas o las modalidades individuales/colectivas de la práctica deportiva.

Conclusiones

Los resultados expuestos en este estudio sirven para evidenciar la importancia que tiene el desarrollo de ciertas habilidades psicológicas, como la capacidad de afrontar eventos negativos, el control atencional o la autoconfianza en entornos deportivos para la protección contra los estados de ansiedad y, por lo tanto, para la promoción de una mejor salud mental dentro de la práctica deportiva y el entorno universitario; siendo este un medio para la promoción de actividad físico-deportiva. Por último, queda claro que existen diferencias entre mujeres y hombres con la presencia de estados de ansiedad, siendo las primeras las que generalmente tienen mayor prevalencia de esta condición, sin embargo, los hallazgos de este estudio permiten observar que el desarrollo de habilidades psicológicas para la práctica deportiva contribuye con la disminución de ansiedad, beneficiando más a las mujeres.

Referencias

- Aguinaga, Í., Herrero-Fernández, D., & Santamaría, T. (2021). Factor protector de las estrategias de afrontamiento y la cohesión de grupo sobre el bienestar psicológico ante situaciones de ansiedad competitiva en futbolistas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21(1), 86–101. <https://doi.org/10.6018/cpd.414281>
- Amador, B., Montero, C., Beltrán-Carrillo, V. J., & Cervelló, E. (2017). Ejercicio físico agudo, agotamiento, calidad del sueño, bienestar psicológico e intención de práctica de actividad física. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 12(1), 121-127. <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311148817012.pdf>
- Aranzana, M., Salguero, A., Molinero, O., Rosado, A., & Márquez, S. (2021). Modelo predictivo de estrés y recuperación en nadadores de competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 31(1), 49–59. <https://www.rpd-online.com/index.php/rpd/article/view/304>
- Arévalo-García, E., Castillo-Jimenez, D. A., Cepeda, I., López-Pacheco, J., & Pacheco-López, R. (2019). Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios: Relación con rendimiento académico. *Interdisciplinary Journal & Epidemiology and Public Health*, 2(1). <https://doi.org/10.18041/2665-427X/ijeph.1.5342>
- Barrera-Herrera, A., Neira-Cofré, M., Raipán-Gómez, P., Riquelme-Lobos, P., & Escobar-Alaniz, B. (2019). Apoyo social percibido y factores sociodemográficos en relación con los síntomas de ansiedad, depresión y estrés en universitarios chilenos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 24(2), 105-115. <https://doi.org/10.5944/rppc.23676>

- Beck, A. T., & Haigh, E. A. P. (2014). Advances in Cognitive Theory and Therapy: The Generic Cognitive Model. *Annual Review of Clinical Psychology*, 10(1), 1–24. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032813-153734>
- Cantón-Chirivella, E., Checa-Esquivá, I., & Vellisca-González, M. Y. (2015). Bienestar psicológico y ansiedad competitiva: El papel de las estrategias de afrontamiento / Competitive Anxiety and Psychological Well-being: the Role of Coping Strategies. *Revista Costarricense de Psicología*, 34(2), 71–78. <https://doi.org/10.22544/rcps.v34i02.02>
- Cazorla, R. L., Hernández-Mendo, A., & Reigal, R. E. (2014). Relaciones entre el autoconcepto y el perfil psicológico deportivo en triatletas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(2), 95–102. <https://dx.doi.org/10.4321/S1578-84232015000200011>
- Chang, C., Putukian, M., Aerni, G., Diamond, A., Hong, G., Ingram, Y., Reardon, C., & Wolanin, A. (2020). Mental health issues and psychological factors in athletes: Detection, management, effect on performance and prevention: American Medical Society for Sports Medicine Position Statement—Executive Summary. *British Journal of Sports Medicine*, 54(4), 216–220. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-101583>
- Chun, D.-R., Lee, M.-Y., Kim, S.-W., Cho, E.-Y., & Lee, B.-H. (2022). The Mediated Effect of Sports Confidence on Competitive State Anxiety and Perceived Performance of Basketball Game. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(1), 334. <https://doi.org/10.3390/ijerph20010334>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203771587>
- Cortez-Saldarriga, M., Quiroz-Villarán, S., Caycho-Rodríguez, T., Hernández-Mendo, A., Ferrerira-Brandao, M., & Reyes-Bossio, M. (2022). Propiedades Psicométricas del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) en deportistas peruanos de Alto Rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 22(2), 113–135. <https://doi.org/10.6018/cpd.487641>
- Cuamba-Osorio, N., & Zazueta-Sánchez, N. (2020). Salud mental, habilidades de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *PSICUMEX*, 10(2), 71–94. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v10i2.351>
- Dominguez-Lara, S. (2018). Magnitud del efecto, una guía rápida. *Educación Médica*, 19(4), 251–254. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2017.07.002>
- Fernández-Barradas, E.-Y., & Herrera-Meza, S. (2022). Educación en el deporte: Una píldora para eliminar el estrés. *Eduscientia. Divulgación de la ciencia educativa*, 9(5), 105–116. <https://www.eduscientia.com/index.php/journal/article/view/176>
- Fernández-Barradas, E.-Y., Marván-Garduño, M.-L., Cibrián-Llanderal, T., Reynoso-Sánchez, F., & Herrera-Meza, S. (11 de noviembre de 2024). Physical Activity and Engagement Coping: A Key for Stress-Recovery in Mexican University Students. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 18(1), 165–182. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2022-0070>
- Fouilloux, C., Fouilloux-Morales, M., Tafoya, S. A., & Petra-Micu, I. (2021). Asociación entre actividad física y salud mental positiva en estudiantes de medicina en México: Un estudio transversal. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21(3), 1–15. <https://doi.org/10.6018/cpd.414381>
- Freire-Izurieta, K. L., & Lara-Salazar, M. (2022). Estrategias de afrontamiento y su relación con la ansiedad en deportistas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 9322–9333. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.407
- Gaspar, A. & Alguacil, M. (2022). Influencia de la Actividad Físico-Deportiva en el rendimiento académico, la autoestima y el autoconcepto de las adolescentes: el caso de la isla de Tenerife. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 46, 120–128. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8542830>
- González-Reyes, 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(2), 71–77. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235152045010.pdf>

- Hernández-Mendo, A. (2006). Un cuestionario para la evaluación psicológica de la ejecución deportiva: Estudio complementario entre TCT y TRI. *Revista de Psicología del Deporte*, 15(1), 71–93. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235119204003.pdf>
- Hernández-Mendo, A., Morales-Sánchez, V., & Peñalver, I. (2014). Replicación de las propiedades psicométricas del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 311–324. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235131674011.pdf>
- Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill Education. https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=5A2QDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=ruta+cuantitativa+y+cualitativa+sampieri&ots=TkVe_WWmL0&sig=iOI39W3XujVhbm-X33RjSR-OS7E#v=onepage&q=ruta%20cuantitativa%20y%20cualitativa%20sampieri&f=false
- Huamán, D., & Huamán, A. (2019). Estilos de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de postgrado. *Revista de Investigación Psicológica*, 21(1), 37–56. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322019000100004
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2021). *Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado (ENBIARRE) 2021 (Núm. 772)*. Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado (ENBIARE) 2021
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2023, noviembre) Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF). https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/moprade/def/doc/resultados_moprade_nov_2023.pdf
- Lope-Fernández, D., & Solis Briceño, O. (2020). *Estrategias de afrontamiento como intervención al estrés en futbolistas*. Retos, 38(2), 613–619. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.75724>
- Marín-González, F., Portela-Pino, I., Fuentes-García, J., & Martínez-Patiño, M. (2022). Relationship between Sports and Personal Variables and the Competitive Anxiety of Colombian Elite Athletes of Olympic and Paralympic Sports. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(13), 7791. <https://doi.org/10.3390/ijerph19137791>
- Matalinares, M., Díaz, G., Raymundo, O., Baca, D., Uceda, J., & Yaringaño, J. (2016). Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo. *Persona*, 19(019), 105–126. <https://doi.org/10.26439/persona2016.n019.975>
- Menéndez-Fierros, D. (2020). Ansiedad en deportistas jóvenes: Un estudio comparativo entre hombres y mujeres. *Horizonte Sanitario*, 19(1), 127–135. <https://doi.org/10.19136/hs.a19n1.3398>
- Oficina de Información Científica y Tecnológica Para el Congreso de la Unión. (2018, junio). *Salud Mental en México (Número 007)*. FCCyT. INCYTU_18-007.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (17 de septiembre de 2023). *Trastornos de ansiedad*. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
- Padrós-Blázquez, F., Montoya-Pérez, K., Bravo-Calderón, M., & Martínez-Medina, M. (2020). Propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI, Beck Anxiety Inventory) en población general de México. *Ansiedad y Estrés*, 26(2–3), 181–187. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2020.08.002>
- Pérez, Y., Surita, Y., & Cordero, R. (2022). Estudio de las características psicológicas de los tenistas escolares de Villa Clara. *Olimpia*, 19(3). <http://portal.amelica.org/ameli/journal/429/4293350020/>
- Pineda-Espejel, H., López-Walle, J., & Tomás, I. (2014). Validación de la versión mexicana del CSAI-2R en sus escalas de intensidad y dirección. *Revista Mexicana de Psicología*, 31(2), 198–212. <https://www.redalyc.org/pdf/2430/243033031011.pdf>
- Ponseti, F., García, A., Cantalops, J., & Vidal, J. (2016). Diferencias de sexo respecto de la ansiedad asociada a la competición deportiva (Gender differences in relation to anxiety associated with sports competitions). *Retos*, 31, 193–196. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i31.40325>
- Raimundi, M., Reigal, R., & Hernández-Mendo, A. (2016). Argentinian adaptation of the Sport Performance Psychological Inventory: Validity, reliability and accuracy. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 211–222. <https://doi.org/10.29035/rcap.19.2.3>

- Reigal, R., Delgado-Giralt, J., López-Cazorla, R., & Hernandez-Mendo, A. (2018). Perfil Psicológico Deportivo y Ansiedad Estado Competitiva en Triatletas. *Journal of Sports Psychology*, 27(2), 125–132.
- Reigal, R., Vázquez-Diz, J., Morillo-Baro, J., Hernández-Mendo, A., & Morales-Sánchez, V. (2019). Psychological Profile, Competitive Anxiety, Moods and Self-Efficacy in Beach Handball Players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17010241>
- Sánchez García, C., Morales-Sánchez, V., Reigal Garrido, R., & Hernández-Mendo, A. (2024). Relaciones entre el tipo de deporte practicado y las funciones ejecutivas de control en niños y adolescentes: una revisión sistemática. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 24(2), 1–19. <https://doi.org/10.6018/cpd.604451>
- Santisteban, J., Cruz, M., Zavala, M., Álvarez, J., Campoverde, D., & Frómeta, R. (2017). Relación entre ansiedad y ejercicio físico. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(2), 169–177. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002017000200021
- Sociedad Mexicana de Psicología. (2010). *Código ético del psicólogo* (p. 96). Trillas.
- Véliz Véliz, C., Maureira Cid, F., Laurido Huepe, J. M., Carmi Manacilla, N. M., & Cortés Rojas, R. A. (2018). Propiedades psicométricas del inventario psicológico de ejecución deportiva (IPED) en una muestra de nadadores de Chile. *Revista Ciencias de la Actividad Física*, 19(2), 1–10. <https://doi.org/10.29035/rcaf.19.2.3>
- Villarreal-Angeles, M. A., Rodriguez Vela, B., Tapia Martínez, R., Gallegos Sanchez, J., & Moncada-Jimenez, J. (2021). Comparación de constructos psicológicos en deportistas universitarios durante una competición nacional. *Retos*, 42 (6), 18–626. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.89282>
- Wassenaar, T. M., Wheatley, C. M., Beale, N., Nichols, T., Salvan, P., Meaney, A., Atherton, K., Diaz-Ordaz, K., Dawes, H., & Johansen-Berg, H. (2021). The effect of a one-year vigorous physical activity intervention on fitness, cognitive performance and mental health in young adolescents: The Fit to Study cluster randomised controlled trial. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 18(1), 47. <https://doi.org/10.1186/s12966-021-01113-y>
- Weber, S., Puta, C., Lesinski, M., Gabriel, B., Steidten, T., Bär, K.-J., Herbsleb, M., Granacher, U., & Gabriel, H. H. W. (2018). Symptoms of Anxiety and Depression in Young Athletes Using the Hospital Anxiety and Depression Scale. *Frontiers in Physiology*, 9(182), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fphys.2018.00182>
- World Health Organization (2016). MHGAP intervention guide for mental, neurological and substance use disorders in non-specialized health settings: Mental Health Gap Action Programme (mhGAP) (2.0). World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/250239>
- World Health Organization (2018). Global action plan on physical activity 2018–2030: More active people for a healthier world. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/272722>