



apunts

MEDICINA DE L'ESPORT

www.apunts.org



REVIEW

Lesiones deportivas y personalidad: una revisión sistemática



Joel Manuel Prieto Andreu^{a,*}, António Labisa Palmeira^b y Aurelio Olmedilla Zafra^a

^a Universidad de Murcia, Murcia, España

^b Universidade Lusófona de Lisboa, Lisboa, Portugal

Recibido el 20 de diciembre de 2013; aceptado el 16 de junio de 2014

Disponible en Internet el 26 de julio de 2014

PALABRAS CLAVE

Personalidad resistente;
Ansiedad competitiva;
Competitividad;
Lesión deportiva

KEYWORDS

Hardiness;
Competitive anxiety;
Competitiveness;
Sport injury

Resumen Aunque existe un bloque de la literatura que estudia la relación entre psicología y lesiones deportivas, los estudios sobre personalidad resistente, ansiedad competitiva y competitividad son muy escasos. Esta revisión sistemática muestra que la información concerniente a estos resulta incompleta y, en ocasiones, es contradictoria. El propósito de este trabajo es revisar la literatura que analiza estos factores psicológicos en las lesiones de los deportistas. Se identificaron estudios significativos a través de una búsqueda sistemática en PubMed y Sport-Discus, extrayéndose datos sobre el diseño del estudio, participantes, variables, instrumentos y resultados. Se incluyeron 6 estudios, 2 referentes a personalidad resistente y otros 4 relacionados con ansiedad competitiva, sin encontrar ninguno significativo respecto a competitividad relacionada con lesiones deportivas. La evidencia inicial indica que mayores puntuaciones en personalidad resistente y menores puntuaciones en ansiedad competitiva disminuyen la vulnerabilidad del deportista a padecer lesiones deportivas. Se señalan estadísticamente y se discuten los resultados.

© 2014 Consell Català de l'Esport. Generalitat de Catalunya. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

Sport injuries and personality: A systematic review

Abstract Although there is a block of literature that examines the relationship between psychology and sports injuries, studies on hardiness, competitive anxiety and competitiveness are very scarce. This systematic review shows that the information concerning these is incomplete and, at times, contradictory. The purpose of this study is to review the literature that analyzes these psychological factors in the injuries of athletes. It was identified significant studies through a systematic search in PubMed and SportDiscus, extracting data on the design of the

* Autor para correspondencia.

Correos electrónicos: joel.manuel.prieto@uch.ceu.es, joel.prieto@um.es (J.M. Prieto Andreu).

study, participants, variables, instruments and outcomes. Six studies were included, 2 benchmarks to hardiness and other 4 related to competitive anxiety, did not find any significant with respect to competitiveness associated with sport injuries. Initial evidence indicates that higher scores in hardiness and lower scores on competitive anxiety decrease the vulnerability of the athlete to suffer sports injuries. Statistically and results are discussed.

© 2014 Consell Català de l'Esport. Generalitat de Catalunya. Published by Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

Introducción

¿Influyen los factores psicológicos relacionados con la personalidad en la vulnerabilidad del deportista a las lesiones deportivas? En concreto, ¿afecta la personalidad resistente, la ansiedad competitiva y la competitividad en la propensión de un deportista a lesionarse?

Considerando la personalidad como un conjunto de características psicológicas que, sumadas, comprenden el carácter único de cada individuo¹, y considerando los estudios, muy pocos, realizados hasta ahora, puede resultar muy interesante una investigación que intente analizar determinados perfiles de personalidad con 3 de los elementos básicos de la misma (resistencia, ansiedad y competitividad), en contextos deportivos, concretamente con relación a las lesiones deportivas. El Modelo de Estrés y Lesión Deportiva (MELD)² pretende conocer si existe relación entre las variables psicológicas más importantes en el ámbito competitivo de los deportes y la propensión del deportista a sufrir lesiones. Tanto los factores de la personalidad como los antecedentes de situaciones estresantes y los recursos para afrontar circunstancias adversas repercuten en el proceso del estrés y, a su vez, en la probabilidad de sufrir una lesión. Entre todas las variables que propone el modelo, están las referentes a la personalidad, que son las que se estudian en esta revisión: resistencia, ansiedad competitiva y competitividad.

Andersen y Williams recomendaron en 1988 que *los investigadores deberían investigar la relación entre resistencia y lesiones*. Los estudios acerca de la personalidad en un principio infundieron cierto optimismo para poder predecir los deportistas más susceptibles de lesiones, según señalan varios autores³, pero los resultados de esas investigaciones no permiten relacionar patrones específicos de personalidad y propensión a las lesiones. Sin embargo, un determinado patrón de personalidad, la resistencia (*hardiness*), sí parece ser una variable que actúa como moderadora en el contexto deportivo. El término resistencia define una variable personal que resulta ser un constructo de 3 niveles o tendencias, control, compromiso y reto⁴.

El control es la tendencia de la persona a percibir que controla los eventos potencialmente estresantes que suceden en su vida; su contrario es la indefensión. Hace referencia al sentimiento de influencia personal sobre los acontecimientos que uno experimenta y sus consecuencias, conseguido a través de un esfuerzo activo sobre lo que uno vive. El compromiso es la tendencia a involucrarse en aquello que uno hace o que necesariamente tiene que afrontar, (lo contrario: eludirlo); es decir, se refiere a la implicación

plena del individuo con las personas y las actividades que lleva a cabo en las diversas áreas de su vida, y, sobre todo, con uno mismo, lo cual dota a todo lo que ocurre de significado y sentido dentro de esta. El desafío es la tendencia a considerar las situaciones potencialmente estresantes como dificultades que pueden ser superadas, e incluso a considerarlas como interesantes oportunidades para superarse, en vez de percibir las como amenazantes; por otro lado se refiere a la creencia de que el cambio, y no la estabilidad, es una característica habitual, importante y necesaria en la vida, pues el reto introducido supone una oportunidad de aprendizaje, crecimiento, enriquecimiento y desarrollo personal⁴.

Dentro del estudio de la personalidad, algunas variables o constructos relacionados directamente con esta (ansiedad competitiva, competitividad) han tenido un tratamiento privilegiado en el interés de los investigadores, aunque los resultados, a veces, no han satisfecho las expectativas creadas. Los resultados parecen ser más sólidos con las investigaciones que relacionan estrés con lesión deportiva. Por este motivo, el estudio de la personalidad con relación a la propensión de los deportistas a la lesión deportiva ha ido dejando paso a otro tipo de acercamientos.

Por otro lado, abordaremos los conceptos de ansiedad competitiva y competitividad. Entendemos por ansiedad competitiva al estado emocional displacentero, cognitivo y fisiológico, del deportista ante las situaciones competitivas⁵, por otra parte, la ansiedad competitiva puede presentarse de forma cognitiva o somática. Respecto a la competitividad, existen 2 motivaciones relacionadas entre sí, que influyen en el desempeño y en la participación para alcanzar un logro deportivo: la motivación enfocada hacia el logro de objetivos y la competitividad⁶. La motivación enfocada hacia el logro de objetivos hace referencia al esfuerzo de una persona para dominar una tarea o alcanzar la excelencia y la motivación enfocada hacia el logro de objetivos en el ámbito deportivo se llama competitividad. Quizá uno de los aspectos de la personalidad que más tiene que ver con la práctica deportiva sea la competitividad, entendida como una expresión de la motivación de logro en contextos deportivos. Encontramos un estudio⁷, en el que se plantea que *las personas altamente competitivas tienden a buscar situaciones de competición y están más motivadas para obtener éxito en ellas, en comparación con personas con bajo nivel de competitividad*.

Las primeras investigaciones que realizaron comparaciones entre factores psicológicos y lesiones deportivas utilizaron los rasgos de la personalidad, pero no se han identificado y medido con buenos resultados las características

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/2738705>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/2738705>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)