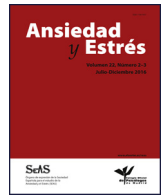




# Ansiedad y Estrés

www.elsevier.es/reas



Original

## Ira y valoración subjetiva de que el físico influye en el deporte

Higinio González-García\*, Antonia Pelegrín y José Luis Carballo

Departamento de Psicología de la Salud, Universidad Miguel Hernández, Elche, Alicante, España

### INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

**Historia del artículo:**

Recibido el 23 de septiembre de 2017

Aceptado el 12 de noviembre de 2017

On-line el xxx

**Palabras clave:**

Emoción  
Valoración  
Deportistas  
Práctica deportiva  
Influencia

**Keywords:**

Emotion  
Assessment  
Athletes  
Sport practice  
Influence

### R E S U M E N

El objetivo es conocer las diferencias en el rasgo de ira de los deportistas y practicantes de actividad física que valoraron que el físico influyó en su práctica deportiva. La muestra está constituida por 366 deportistas y practicantes de actividad física entre 18 y 64 años ( $M = 27.76$ ;  $DE = 9.11$ ). Se utilizó un cuestionario sociodemográfico *ad hoc* y el Inventario de Expresión de Ira Estado-Rasgo (STAXI 2). Los resultados mostraron que los participantes que valoraron que el físico influyó en su práctica tuvieron mayores niveles de: ira rasgo ( $p < .05$ ), temperamento ( $p < .01$ ), expresión interna ( $p < .01$ ) expresión externa ( $p < .01$ ) e índice de expresión ( $p < .01$ ). Se concluyó que los participantes que valoraron que el físico influyó presentaron mayores niveles en las variables de ira. Esto puede ser porque sus altos niveles de ira distorsionan sus valoraciones acerca de su físico o que la mala valoración de su físico les hace presentar mayor ira.

© 2017 Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés - SEAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

### Anger and subjective assessment that physical influences on sport

#### A B S T R A C T

The goal is to identify the differences in trait anger among athletes and people who practice sports in general who considered their body structure and physical characteristics had an influence on their athletic performance. The sample consisted of 366 athletes and people who practice sports in general with an age range from 18 to 64 years old ( $M = 27.76$ ;  $SD = 9.11$ ). An *ad hoc* sociodemographic questionnaire and the Trait-State Anger Expression Inventory (STAXI 2) were used to measure the different variables. Results showed that participants who believed that their physical morphology had a negative influence on their performance showed greater levels of: trait anger ( $p < .05$ ), temperament ( $p < .01$ ), internal expression ( $p < .01$ ), external expression ( $p < .01$ ) and expression index ( $p < .01$ ). A negative perception of one's own body structure and physical characteristics was associated with higher levels of anger. This result may either be due to the higher levels of anger which may distort one's perception of his/her body structure and physical characteristics, or that a biased perception of the latter may be responsible for the high levels of anger.

© 2017 Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés - SEAS. Published by Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

El camino hacia el rendimiento deportivo se encuentra compuesto de un amplio número de variables que pueden modificar el alcance del éxito, tanto de manera positiva como negativa (Elferink-Gemser, 2013; González-García, 2017). En este sentido, siguiendo a Elferink-Gemser y Visscher (2012), las variables que influyen en el rendimiento deportivo pueden dividirse en variables perso-

nales y variables ambientales. Dentro de las variables personales destacan: las antropométricas, genéticas, fisiológicas, destrezas técnicas, destrezas tácticas, destrezas psicológicas y personalidad (Elferink-Gemser, 2013; Robazza y Bortoli, 2007). Por otro lado, dentro de las variables ambientales destacan: los padres, profesores, entrenadores, mánager, programas de desarrollo de talentos, competición, facilidades en el entrenamiento y las características del país (Jayantha y Ubayachandra, 2015; Rubin y Rosser, 2014).

En este sentido, la morfología física del deportista constituye una importante variable personal que puede predecir el rendimiento

\* Autor para correspondencia.  
Correo electrónico: higinio.gonzalez@goumh.es (H. González-García).

<https://doi.org/10.1016/j.anyes.2017.11.001>

1134-7937/© 2017 Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés - SEAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

deportivo, ya que los factores antropométricos influyen tanto desde el punto de vista fisiológico como biomecánico (Fornasiero et al., 2017). Los factores físicos como la altura, la longitud de los huesos, el somatotipo y la localización del centro de gravedad son algunos ejemplos de variables personales que pueden predecir el éxito deportivo (Menaspà et al., 2010). De este modo, en algunos deportes el factor antropométrico es una variable limitante del rendimiento, por ejemplo: la altura y peso, en el baloncesto y voleibol; el peso, la talla, la envergadura y el tamaño de la mano, en balonmano (Almagià et al., 2009; Gómez-Landero, Vernetta y López-Bedoya, 2009). Además, se ha mostrado que atletas de una misma modalidad deportiva con similar rendimiento deportivo pueden mostrar morfologías corporales similares (Gómez-Landero et al., 2009). Por ello, existen perfiles antropométricos en cada modalidad deportiva que acercan al deportista a los patrones morfológicos óptimos en cada tipo de deporte (Almagià et al., 2009; Fornasiero et al., 2017; Gómez-Landero et al., 2009; Menaspà et al., 2010). De este modo, en este trabajo de investigación se evaluó de manera subjetiva la valoración de que el físico del sujeto había influido en su práctica deportiva. Esta valoración puede entenderse como una evaluación interna del deportista, estable en el tiempo, que él/ella mismo/a piensa que no pudo controlar y que le hizo no poder alcanzar sus propios objetivos (Jiménez, Sáenz-López, Ibañez y Lorenzo, 2012). En este sentido, el físico hace referencia a aspectos anatómicos, estructurales, morfológicos, antropométricos, de carácter genético y que el deportista valora que afectaron a su práctica deportiva.

Una variable que ha mostrado influencia positiva y negativa en la práctica deportiva, en el autoconcepto físico y en variables relacionadas con el rendimiento es la ira (Baumeister, Smart y Boden, 1996; Davis, 2011; Davis, Woodman y Callow, 2010; Sanz-Martínez, 2012; Wu, Chang, Tsai y Liang, 2017). En este sentido, la ira es una emoción primaria que se caracteriza por sentimientos de enfado o enojo, de intensidad variable, que todas las personas experimentan durante su vida diaria (Deffenbacher y McKay, 2000; Spielberger, 1999). Esta emoción presenta un carácter adaptativo, activa el organismo, facilita y potencia el ataque, lo cual tiene importantes funciones adaptativas con un significado evolutivo, aunque no provoca siempre agresión (Deffenbacher y McKay, 2000; Lench, 2004). Además de poseer un componente inminentemente fisiológico y conductual, la ira presenta un carácter moral, cultural y social. En este caso, la forma de expresar la ira, la intensidad de esta vivencia y los desencadenantes de esta emoción son aprendidos desde la infancia (Deffenbacher y McKay, 2000). Por otra parte, siguiendo a Pelegrín, Serpa y Rosado (2013), las variables que más influencia tienen en el comportamiento irascible son: la inestabilidad emocional, la intolerancia, falta de habilidades sociales, la hostilidad, la inseguridad y la falta de confianza.

De este modo, diversos trabajos científicos han mostrado que las puntuaciones altas en ira rasgo muestran una relación con poseer un bajo autoconcepto físico (Baumeister et al., 1996; Sanz-Martínez, 2012; Wu et al., 2017). En este sentido, Sanz-Martínez (2012) mostró que los adolescentes que expresaban de manera externa su ira presentaron un autoconcepto general inadecuado de sí mismos. Por otro lado, Wu et al. (2017) en pacientes con cáncer también mostraron la relación entre la ira y el desajustado autoconcepto físico. En otro trabajo de Baumeister et al. (1996) se mostró que tanto el bajo autoconcepto como el alto autoconcepto físico pueden ser causantes de presentar mayores niveles de ira.

Por otro lado, la relación de la ira con el rendimiento deportivo se entiende porque la ira puede aumentar o disminuir el rendimiento deportivo, según la tipología del deporte (Davis et al., 2010; Hanin, 2007; Martinent y Ferrand, 2009; Robazza y Bortoli, 2007; Ruiz y Yuri, 2011). Los deportes en los que la ira puede actuar de facilitador del rendimiento deportivo son: tareas de fuerza, deportes de colisión y en deportes con menor componente técnico (Davis et al., 2010; Hanin, 2007; Martinent y Ferrand, 2009; Robazza y Bortoli,

2007; Ruiz y Yuri, 2011). Por otro lado, en los deportes más técnicos, en los que un exceso de activación puede dificultar la coordinación, es donde la ira puede actuar como depresor del rendimiento deportivo, siempre y cuando el deportista sienta que no puede controlar ese exceso de activación que produce la ira (Davis et al., 2010; Hanin, 2007; Martinent y Ferrand, 2009; Robazza y Bortoli, 2007; Ruiz y Yuri, 2011; Sofia y Cruz, 2016).

Por lo tanto, tras la revisión del estado de la cuestión del tema, la ira es una variable susceptible de influir en la valoración de que la condición física influye en la práctica deportiva; además, ambas variables pueden influir en el rendimiento deportivo (Elferink-Gemser y Visscher, 2012; González-García, 2017). Por ello, se planteó el siguiente objetivo de investigación: conocer las diferencias en el rasgo de ira de los deportistas y practicantes de actividad física que valoraron subjetivamente que el físico influyó en su práctica deportiva. La hipótesis que se estableció en este trabajo de investigación fue que los deportistas que valoran subjetivamente que el físico influyó en su práctica deportiva presentan mayores niveles de ira rasgo.

## Método

### Participantes

La muestra está constituida por 366 deportistas y practicantes de actividad física. De ellos, 101 eran mujeres (22.6%) 265 eran hombres (72.4%) y con un rango de edad de 18 a 64 años ( $M=27.93$ ;  $DE=9.33$ ). Del total, 40 deportistas eran profesionales (10.9%), 167 deportistas eran federados (45.6%) y 199 eran no federados (54.4%). Los deportes con mayor representación en la muestra fueron: ciclismo (10.9%), running (10.7%), tenis de mesa (9.6%), fútbol (9.3%) y natación (6.6%). En los 102 practicantes de actividad física, la media de horas de práctica semanales fue de 6.35 ( $DT=4.23$ ). Las actividades físicas con mayor prevalencia en la muestra fueron: musculación (15.3%), actividades dirigidas (zumba, ciclo indoor, aeróbic, etc.; 6.4%) y senderismo (1%).

Como criterio de inclusión de la muestra, se seleccionó a los participantes que practicaban deportes o actividad física y tenían más de 18 años. Por otra parte, las personas mayores de 18 años que no practicaban deporte o actividad física fueron excluidas de su participación en el estudio. Este requisito se estableció para conocer si los deportistas y practicantes de actividad física adultos pensaban que el físico influyó en su práctica deportiva. El requisito para ser entendido como practicante de actividad física es realizar una actividad que exija gasto de energía corporal y puede ser realizada de manera estructurada o esporádica (OMS, 2017).

### Variables e instrumentos

Valoración subjetiva de que el físico influyó en la práctica deportiva y variables sociodemográficas. Para medir estas variables se creó un cuestionario sociodemográfico *ad hoc*. El cuestionario examinaba aspectos relacionados con: variables biológicas (altura, género, edad, etc.); variables profesionales y académicas (nivel de educación, trabajo, desempleo, etc.) y variables sociodeportivas (tipo de deporte, profesional o amateur, etc.). Del total de 16 ítems, 4 de ellos evaluaban variables biológicas, 4 evaluaban variables profesionales y académicas, y 8 medían variables sociodemográficas. La mayoría de las respuestas eran cerradas, pero también había preguntas con escalas tipo Likert, dicotómicas y politómicas. En el caso de medir la valoración de que la condición física había influido en la práctica deportiva, se midió a través de 2 preguntas dicotómicas, la primera de ellas fue: «¿Consideras que en el deporte has llegado hasta donde querías llegar?» (Sí/No). Posteriormente, los que contestaban que «No» a la anterior pregunta pasaban a contestar

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/7261459>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/7261459>

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