

Relación entre ansiedad competitiva y control de afrontamiento en jugadores de fútbol de un Club en Ascenso

María Paz Chiriani Bianciotto
chirianipaz@gmail.com
Enrique Fernando Bazán Flecha
efbazan@filouna.edu.py

Universidad Nacional de Asunción
Facultad de Filosofía
Paraguay

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad competitiva y el control de afrontamiento en jugadores de fútbol pertenecientes a un club en ascenso de la ciudad de Lambaré, Paraguay. Se empleó un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, de tipo correlacional y corte transversal. Participaron 74 futbolistas de las categorías formativas, reserva y primera, a quienes se les aplicaron el Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) y el test de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD-F). Los datos fueron analizados mediante técnicas estadísticas correlacionales utilizando el software SPSS (v.22). Los resultados indicaron una relación estadísticamente significativa, positiva y de magnitud moderada entre la ansiedad competitiva y el control actitudinal ($r = .251; p = .031$), mientras que no se hallaron diferencias significativas según categoría o puesto de juego. Estos hallazgos sugieren que niveles moderados de ansiedad podrían estar asociados a una actitud psicológica funcional en contextos deportivos exigentes. A nivel aplicado, los resultados apoyan el diseño de programas de entrenamiento psicológico orientados a canalizar adecuadamente la ansiedad competitiva mediante el fortalecimiento de recursos actitudinales en deportistas jóvenes.

Palabras clave: ansiedad, control de Afrontamiento, fútbol, evaluación psicodeportológica

Relationship between competitive anxiety and coping control in soccer players belonging to a developing club from the city of Lambaré, Paraguay

Abstract

The present study aimed to determine the relationship between competitive anxiety and coping control in soccer players belonging to a developing club from the city of Lambaré, Paraguay. A quantitative approach was used, with a non-experimental, correlational, and cross-sectional design. Seventy-four soccer players from the reserve and first categories participated, and were administered the Psychological Inventory of Sports Performance (IPED) and the Psychological Characteristics Related to Sports Performance (CPRD-F) test. The data were analyzed using correlational statistical techniques using SPSS software (v. 22). The results indicated a statistically significant, positive, and moderate relationship between competitive anxiety and attitudinal control ($r = .251; p = .031$), while no significant differences were found according to category or playing position. These findings suggest that moderate levels of anxiety could be associated with a functional psychological attitude in demanding sporting contexts. At the applied level, the results support the design of psychological training programs aimed at properly channeling competitive anxiety by strengthening attitudinal resources in young athletes.

Keywords: anxiety, coping control, soccer, sport psychological evaluation.

Introducción

Este estudio se desarrolló dentro de la línea de investigación sobre psicología del deporte, en el campo del rendimiento y bienestar psicológico de los atletas. La investigación se enfocó en la exploración de variables psicológicas como la ansiedad competitiva y el control de afrontamiento, especialmente en futbolistas de equipos en etapas de desarrollo competitivo.

El propósito principal de esta investigación fue determinar la relación entre la ansiedad competitiva y el control de afrontamiento en jugadores de fútbol de un club en ascenso, buscando aportar evidencias empíricas que puedan orientar intervenciones psicológicas efectivas en contextos deportivos de alto estrés. La población estudiada estuvo conformada por 74 jugadores de las categorías formativas, reserva y primera, pertenecientes a un club de fútbol de la ciudad de Lambaré, Paraguay, durante el periodo comprendido entre abril y julio del año 2023.

El enunciado literal del estudio es determinar la relación entre la ansiedad competitiva y el control de afrontamiento en jugadores de fútbol de un club en ascenso de la ciudad de Lambaré.

En cuanto a la justificación del estudio, se destaca la necesidad de profundizar en el conocimiento de variables psicológicas que inciden directamente en el rendimiento deportivo, en especial en contextos con alta carga emocional como el fútbol competitivo. En cuanto al propósito, la ansiedad competitiva, si bien ha sido ampliamente estudiada, aún presenta vacíos respecto a su relación con estrategias de afrontamiento específicas en jugadores de fútbol de clubes de ascenso. Puesto que, los jugadores de clubes en ascenso representan una población susceptible a intervenciones preventivas y formativas, lo que favorece la aplicabilidad de los hallazgos.

En términos de alcances y limitaciones, el estudio posee una alta especificidad poblacional, lo cual puede limitar la generalización a otros niveles competitivos o deportes. Sin embargo, sus hallazgos resultan altamente pertinentes para diseñar estrategias de intervención adaptadas a contextos similares.

En la revisión de la literatura se identificó que, aunque existen estudios sobre ansiedad y afrontamiento por separado, pocos han abordado la relación directa entre ambas variables en futbolistas.

Investigaciones recientes han contribuido significativamente a comprender la complejidad multifactorial de la ansiedad competitiva en el deporte, al relacionarla con distintas variables psicológicas que intervienen en el rendimiento, la salud mental y la adaptación al entorno competitivo. Por ejemplo, Domínguez-González et al. (2024) analizaron la relación entre el perfil psicológico deportivo, la autoconfianza, la ansiedad competitiva y el estado de flujo en jóvenes futbolistas, concluyendo que la ansiedad competitiva se asocia negativamente con el flujo y la autoconfianza, elementos clave en la experiencia óptima del rendimiento. Este hallazgo refuerza la noción de que niveles elevados de ansiedad pueden interferir con estados psicológicos deseables para el desempeño.

En el ámbito de la resiliencia, Córdova-Castillo et al. (2023) encontraron una relación inversa entre esta y la ansiedad competitiva en deportistas acuáticos de alto rendimiento durante la pandemia por COVID-19. Este estudio subraya cómo los recursos psicológicos individuales pueden modular el impacto emocional del entorno competitivo, especialmente en condiciones adversas. Por su parte, Conde-Ripoll et al. (2024) observaron variaciones significativas en los niveles de ansiedad y autoconfianza antes y después de la competencia en jugadores de pádel de alto nivel, lo que evidencia la sensibilidad de estas variables ante los cambios situacionales y la importancia de monitorearlas en tiempo real para diseñar intervenciones efectivas.

En una línea distinta pero complementaria, Yang et al. (2024) demostraron que la ansiedad competitiva predice significativamente el agotamiento emocional (burnout) en deportistas universitarios, siendo esta relación mediada por las necesidades psicológicas básicas de competencia y autonomía. Estos resultados refuerzan la importancia de considerar el contexto motivacional y el ajuste persona-entorno al analizar el impacto de la ansiedad en la trayectoria deportiva.

En el ámbito latinoamericano, Sepúlveda-Páez et al. (2019) identificaron diferencias significativas en las estrategias de afrontamiento según el tipo de disciplina (individual vs. colectiva), lo cual refuerza la importancia de examinar estas variables en deportes de equipo como el fútbol. Por otro lado, programas de intervención psicológica específicos, como el Programa AG basado en terapia cognitivo-conductual, han mostrado efectividad para reducir la ansiedad somática y cognitiva e incrementar la autoconfianza en futbolistas (Zegarra-López & Guzmán-Mendoza, 2023).

En el contexto paraguayo, Bazán Flecha y Rodríguez Gryciuk (2022) identificaron una relación significativa entre el control de estrés y el bienestar psicológico en futbolistas

juveniles, lo cual refuerza la importancia de examinar variables psicológicas vinculadas al rendimiento y la salud mental en poblaciones deportivas locales

Estos hallazgos recientes no solo evidencian la complejidad de la ansiedad competitiva en distintos contextos deportivos, sino que también sugieren que su influencia sobre el rendimiento está mediada por factores como la autoconfianza, el flujo, la resiliencia y el agotamiento emocional, el bienestar psicológico.

En consecuencia, analizar la relación entre ansiedad competitiva y recursos psicológicos específicos, como el control actitudinal, resulta clave para comprender si ciertos niveles de activación emocional pueden ser funcionales o disfuncionales según el perfil del deportista. Partiendo de esta base teórica y empírica, el presente estudio tiene como objetivo analizar la relación entre la ansiedad competitiva y el control de afrontamiento en futbolistas de un club en ascenso.

Objetivos

Objetivo general

- Determinar la relación entre la ansiedad competitiva y el control de afrontamiento en jugadores de fútbol de un club de ascenso.

Objetivos específicos

- Identificar los niveles de ansiedad competitiva y del control de afrontamiento en jugadores de fútbol de un club de ascenso.
- Comparar los niveles de ansiedad competitiva y del control de afrontamiento según la categoría y puesto de los jugadores.

Definición conceptual

Ansiedad competitiva: respuesta emocional de aprensión, tensión y nerviosismo ante situaciones de competencia (Sepúlveda et al., 2019).

Control de afrontamiento: el afrontamiento se define como el conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales que realiza una persona para manejar las demandas externas e

internas que son evaluadas como desbordantes o que exceden sus recursos (Lazarus & Folkman, 1986). En el contexto deportivo, estas estrategias pueden clasificarse en afrontamiento centrado en el problema, centrado en la emoción o evitativo, dependiendo del objetivo que persiga el deportista ante la situación competitiva (Nicholls et al., 2005).

Definición operacional

Ansiedad competitiva: Se evaluó mediante la subescala de ansiedad competitiva del *Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo* (CPRD-F) de Olmedilla et al. (2003, citado en Roffé, 2022). Esta subescala consta de ítems que indagan sobre síntomas cognitivos y fisiológicos previos a la competencia (por ejemplo: “Antes de competir suelo tener pensamientos que me bloquean” o “Me cuesta controlar los nervios antes de empezar un partido”). Una puntuación elevada indica mayor presencia de ansiedad asociada al contexto competitivo. La escala ha mostrado adecuada fiabilidad y validez en estudios previos, aunque se sugiere cautela en su aplicación intercultural.

Control de afrontamiento: Se evaluó mediante el *Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva* (IPED) en su versión adaptada por Raimondi et al. (2016), el cual incluye siete subescalas. Para este estudio se consideraron cinco dominios directamente relacionados con el afrontamiento: afrontamiento negativo, afrontamiento positivo, control actitudinal, control atencional y control visuo-imaginativo. Cada dimensión se representa a través de afirmaciones como “Cuando fallo, me cuesta seguir concentrado” (afrontamiento negativo), “Me esfuerzo por mantener una actitud positiva durante toda la competencia” (control actitudinal), o “Visualizo situaciones del partido para anticiparme” (control visuo-imaginativo). Las respuestas se registran en formato Likert, y mayores puntuaciones reflejan mayor dominio del recurso psicológico evaluado.

Materiales y métodos

Diseño del estudio

Se desarrolló un estudio con enfoque cuantitativo, diseño no experimental, alcance correlacional y corte transversal. Este enfoque permitió analizar la relación entre variables sin manipulación directa, mediante observación natural y recolección única de datos en un punto temporal específico.

Población de estudio

La población estuvo compuesta por 74 jugadores de fútbol pertenecientes a la categoría formativa, reserva y de primera del plantel de un club en ascenso ubicado en la ciudad de Lambaré, Paraguay. Los participantes tenían edades comprendidas entre los 15 y 35 años.

Criterios de inclusión

Se incluyeron todos los jugadores de las categorías mencionadas que aceptaron participar de forma voluntaria.

Criterios de exclusión

Fueron excluidos aquellos jugadores que no brindaron consentimiento para participar o que no completaron adecuadamente los cuestionarios, afectando la validez de sus respuestas.

Unidades de estudio

Las unidades de estudio fueron jugadores de fútbol del club mencionado, considerados como población y muestra al mismo tiempo debido al uso de un muestreo censal. Todos los integrantes del plantel de formativas, reserva y primera fueron evaluados.

Se optó por un muestreo censal debido a que la población objetivo estuvo constituida por la totalidad de los jugadores de las categorías formativas, reserva y primera del club seleccionado, quienes estaban disponibles y accesibles durante el periodo de recolección de datos. Esta estrategia permitió maximizar la representatividad de la muestra, evitando errores de muestreo y asegurando una cobertura completa del universo relevante para los objetivos del estudio. Además, dada la estructura cerrada del plantel y el tamaño manejable de la población ($N = 74$), el muestreo censal resultó metodológicamente adecuado y operacionalmente viable.

Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Se utilizaron dos instrumentos psicométricos con formato de escala tipo Likert:

Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED):

Se empleó la versión adaptada por Raimondi et al. (2016), compuesta por 42 ítems con formato Likert, distribuidos en siete subescalas que evalúan dimensiones clave del funcionamiento psicológico durante la competencia: autoconfianza, control de afrontamiento negativo, control atencional, control visuo-imaginativo, nivel motivacional, control de afrontamiento positivo y control actitudinal.

Para el presente estudio, se analizaron cinco subescalas directamente relacionadas con el afrontamiento:

- *Afrontamiento negativo*: tendencia a respuestas autocriticas tras errores.
- *Afrontamiento positivo*: estrategias constructivas ante situaciones adversas.
- *Control actitudinal*: perseverancia, disposición al esfuerzo y enfoque en metas.

- *Control atencional*: capacidad de concentración y gestión de distracciones.
- *Control visuo-imaginativo*: uso de imágenes mentales para anticipar o regular el desempeño.

Los ítems se responden en escala de tipo Likert y mayores puntuaciones indican mayor dominio de la capacidad evaluada. Este instrumento ha reportado coeficientes alfa de Cronbach entre 0.67 y 0.76 para sus subescalas, lo que respalda su fiabilidad interna.

Test de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD-F):

Se utilizó la versión factorializada por Olmedilla et al. (2003, citado en Roffé, 2022), compuesta por 28 ítems distribuidos en cuatro subescalas: autoconfianza, influencia de la evaluación del rendimiento, ansiedad competitiva y concentración. Para este estudio se empleó exclusivamente la subescala de *ansiedad competitiva*, la cual evalúa respuestas emocionales y cognitivas anticipatorias asociadas a situaciones de competencia, tales como tensión, preocupación o bloqueo mental.

Las respuestas también se registran en formato Likert. Puntuaciones altas reflejan mayor presencia de ansiedad ante la competencia. Este cuestionario ha mostrado adecuados niveles de validez de constructo y confiabilidad en poblaciones deportivas, aunque se recomienda considerar adaptaciones contextuales cuando se aplica en países fuera de su validación original.

Si bien en el presente estudio se empleó la versión original española del CPRD-F (Olmedilla et al., 2003, citado en Roffé, 2022), investigaciones recientes han iniciado procesos de adaptación y validación en población paraguaya. Por ejemplo, Bazán Flecha (2023) desarrolló una adaptación del cuestionario en una muestra de 652 deportistas nacionales, reportando adecuada consistencia interna y una estructura factorial pertinente al contexto local. Este antecedente respalda la pertinencia del instrumento como referente válido para evaluar variables psicodeportivas en Paraguay, aunque no se utilizó su versión adaptada en este estudio.

Estrategias de recolección

Los instrumentos fueron administrados de forma presencial a cada jugador en un único momento entre abril y julio del año 2023. La aplicación se realizó en el entorno habitual del club, garantizando condiciones homogéneas y la comprensión de las consignas por parte de los participantes.

Procedimientos

Los jugadores fueron informados sobre los objetivos del estudio y se les solicitó su consentimiento informado. Posteriormente, completaron los cuestionarios de forma individual bajo supervisión, siguiendo el orden establecido por la investigadora. Los datos obtenidos fueron codificados y procesados estadísticamente.

Análisis estadístico

Los datos fueron analizados mediante el programa estadístico SPSS versión 22.0, empleando estadística descriptiva, correlacional y comparativa. En primer lugar, se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson para determinar la magnitud, dirección y significación estadística de la relación entre la ansiedad competitiva y las distintas dimensiones del control de afrontamiento. Este coeficiente se seleccionó debido al carácter continuo y cuantitativo de las variables, así como a la distribución aproximadamente normal observada en los datos. El nivel de significación estadística se estableció en $p < .05$.

Además, se realizaron pruebas de comparación de medias con el objetivo de analizar posibles diferencias según la categoría competitiva (formativas, reserva, primera) y la posición de juego (arquero, defensa, mediocampo, delantero). Para las comparaciones por categoría y por posición (variable polimórfica), se empleó el análisis de varianza (ANOVA) de un factor. En ambos casos, se examinó la significación estadística con un valor crítico de $p < .05$.

Este conjunto de análisis permitió evaluar tanto la relación entre variables psicológicas como las posibles diferencias estructurales entre grupos dentro del plantel evaluado.

Resultados

En cuanto a los niveles de ansiedad competitiva, se observó que la mayoría de los jugadores presentó niveles moderados ($n = 54$), mientras que un grupo menor reportó niveles bajos ($n = 13$) y solo una minoría presentó niveles altos ($n = 7$). Este patrón sugiere que, en general, los jugadores del club manejan un grado de activación emocional compatible con las exigencias de la competencia. No obstante, el hallazgo de casos con ansiedad elevada plantea la necesidad de atención individualizada (Figura 1).

Respecto al control de afrontamiento, se identificaron diferencias sustanciales entre las dimensiones evaluadas. En el control de afrontamiento negativo, un número importante de jugadores mostró puntuaciones bajas ($n = 53$), lo que podría indicar una menor tendencia a

pensamientos autocríticos o desadaptativos tras errores o situaciones de presión. En contraste, el control actitudinal presentó una distribución más equilibrada, con 52 jugadores en un nivel medio y 2 en nivel alto, reflejando la presencia moderada de actitudes perseverantes y centradas en metas, incluso ante situaciones adversas (Figura 2).

Figura 1

Nivel de Ansiedad competitiva

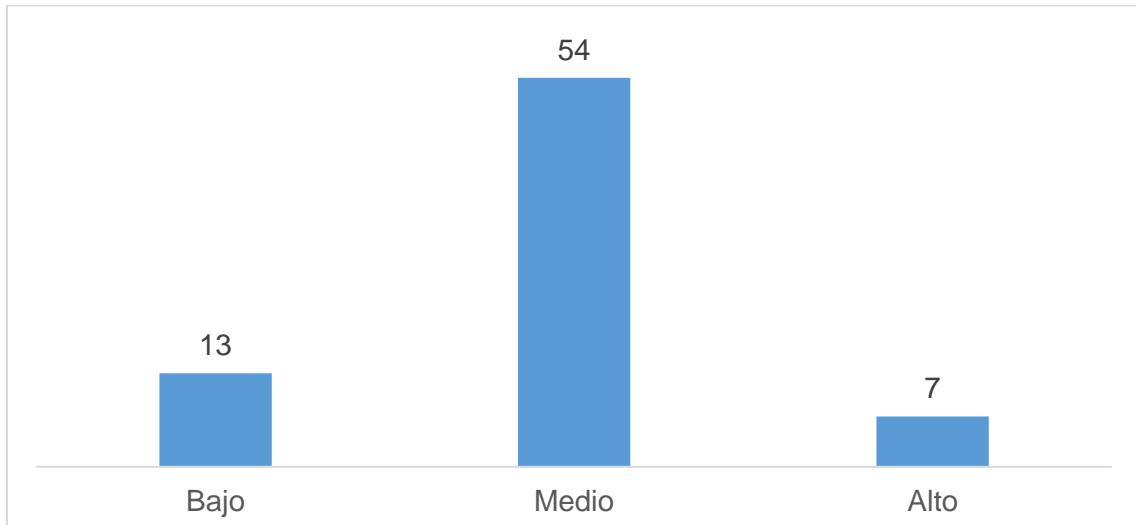
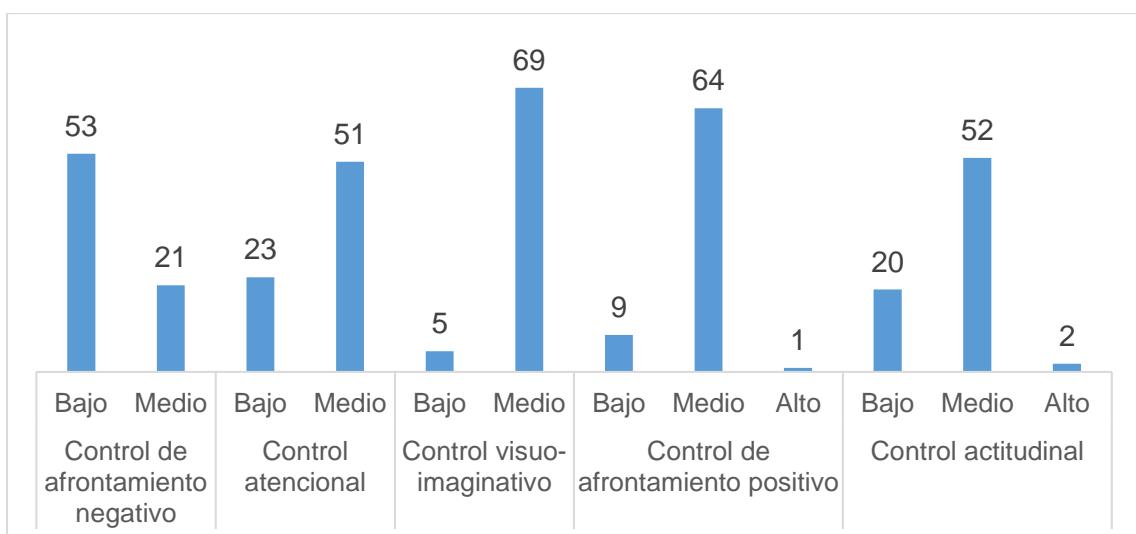


Figura 2

Niveles de Control de afrontamiento



Las comparaciones según categoría competitiva no revelaron diferencias estadísticamente significativas en ansiedad competitiva ni en ninguna de las dimensiones del afrontamiento.

Esto sugiere una relativa homogeneidad psicológica entre los jugadores de categoría formativa, reserva y primera, posiblemente atribuible a la similitud en sus contextos de entrenamiento y nivel competitivo (Tabla 1).

Tabla 1

Ansiedad competitiva y del control de afrontamiento según la categoría

		gl	F	p
Ansiedad competitiva	Entre grupos	2		
	Dentro de grupos	71	2.815	.067
	Total	73		
Control de afrontamiento negativo	Entre grupos	2		
	Dentro de grupos	71	2.809	.067
	Total	73		
Control atencional	Entre grupos	2		
	Dentro de grupos	71	2.039	.138
	Total	73		
Control visuo-imaginativo	Entre grupos	2		
	Dentro de grupos	71	0.817	.446
	Total	73		
Control de afrontamiento positivo	Entre grupos	2		
	Dentro de grupos	71	0.621	.540
	Total	73		
Control actitudinal	Entre grupos	2		
	Dentro de grupos	71	0.448	.641
	Total	73		

Del mismo modo, al analizar los datos según posición en el campo de juego (*arquero, defensa, mediocampo, delantera*), no se identificaron diferencias significativas en los niveles de ansiedad ni en las distintas formas de afrontamiento, lo cual refuerza la hipótesis de que estos recursos psicológicos son más personales que posicionales (Tabla 2).

Finalmente, el análisis correlacional reveló una relación estadísticamente significativa entre ansiedad competitiva y control actitudinal ($r = .251$, $p = .031$), de dirección positiva y magnitud moderada. Este resultado indica que, en este grupo de futbolistas, mayores niveles de ansiedad competitiva se asocian con mayores niveles de actitud perseverante, interpretándose como una forma adaptativa de canalizar la activación emocional hacia metas deportivas. En cambio, las demás dimensiones del control de afrontamiento no mostraron correlaciones significativas con la ansiedad, lo que sugiere que no todas las estrategias de afrontamiento se ven igualmente influenciadas por esta variable (Tabla 3).

Tabla 2

Ansiedad competitiva y del control de afrontamiento según puesto

		gl	F	p
Ansiedad competitiva	Entre grupos	3		
	Dentro de grupos	70	1.464	.232
	Total	73		
Control de afrontamiento negativo	Entre grupos	3		
	Dentro de grupos	70	1.783	.158
	Total	73		
Control atencional	Entre grupos	3		
	Dentro de grupos	70	1.937	.131
	Total	73		
Control visuo-imaginativo	Entre grupos	3		
	Dentro de grupos	70	0.790	.504
	Total	73		
Control de afrontamiento positivo	Entre grupos	3		
	Dentro de grupos	70	0.232	.874
	Total	73		
Control actitudinal	Entre grupos	3		
	Dentro de grupos	70	1.428	.242
	Total	73		

Tabla 3

Relación entre ansiedad competitiva y control de afrontamiento

	Control de afrontamiento negativo	Control atencional	Control visuo-imaginativo	Control de afrontamiento positivo	Control actitudinal
Ansiedad competitiva r	-.194	-.184	.117	.172	.251*
Ansiedad competitiva p	.097	.117	.319	.143	.031

**. La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

*. La correlación es significativa en el nivel 0.05 (bilateral).

Discusión de los resultados

Los resultados obtenidos revelan una relación estadísticamente significativa, positiva y de magnitud moderada entre la ansiedad competitiva y el control actitudinal. Este hallazgo resulta particularmente relevante, ya que desafía la concepción tradicional de la ansiedad como un factor exclusivamente perjudicial para el rendimiento deportivo. En línea con teorías contemporáneas sobre ansiedad funcional (Jones, 1995; Weinberg & Gould, 2019), este resultado sugiere que niveles moderados de ansiedad, cuando son acompañados por estrategias de afrontamiento adecuadas, pueden potenciar la preparación psicológica del deportista y favorecer una disposición actitudinal proactiva frente a la competencia.

El control actitudinal implica la capacidad de mantener una actitud positiva, perseverante y enfocada en metas, aun ante situaciones estresantes. Que esta dimensión del

afrontamiento se relacione directamente con la ansiedad competitiva podría indicar que los jugadores con mayor activación emocional también desarrollan mecanismos para sostener el esfuerzo y la motivación en contextos demandantes.

Los hallazgos de este estudio, que evidencian una asociación positiva entre ansiedad competitiva y control actitudinal, coinciden con investigaciones recientes que sugieren una comprensión más compleja y multifactorial de la ansiedad en el deporte. Domínguez-González et al. (2024) identificaron que niveles moderados de ansiedad se relacionan negativamente con el flujo y la autoconfianza en futbolistas jóvenes, aunque pueden ser funcionales si coexisten con recursos psicológicos adecuados. De manera complementaria, Córdova-Castillo et al. (2023) hallaron una relación inversa entre ansiedad y resiliencia en deportistas acuáticos, destacando el papel regulador de esta última ante situaciones de alta presión. Además, Yang et al. (2024) demostraron que la ansiedad competitiva puede predecir síntomas de agotamiento emocional, dependiendo del grado de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas como la autonomía y competencia. En conjunto, estos estudios refuerzan la idea de que la ansiedad no actúa de forma unidimensional, sino que su impacto sobre el rendimiento y el bienestar depende de su interacción con otras variables psicosociales. Este enfoque es consistente con los resultados obtenidos en la presente investigación, donde un control actitudinal más elevado podría representar una forma adaptativa de canalizar la activación emocional previa a la competencia.

Estos resultados son coherentes con lo reportado por Bazán Flecha y Rodríguez Gryciuk (2022), quienes hallaron asociaciones positivas entre recursos psicológicos (como el control de estrés) y bienestar en futbolistas paraguayos, destacando el rol funcional del afrontamiento ante demandas competitivas. Esto refuerza la noción de que ciertos niveles de ansiedad pueden tener un efecto potenciador, siempre que el deportista cuente con estrategias de afrontamiento efectivas.

Por otro lado, la ausencia de relaciones significativas entre ansiedad competitiva y otros factores del control de afrontamiento (como el afrontamiento negativo o el control atencional) sugiere que la ansiedad no impacta de manera homogénea en todas las dimensiones del afrontamiento psicológico. Esto puede deberse a que el control actitudinal, al centrarse en componentes motivacionales y disposicionales, se encuentra más influido por la activación emocional que otras formas de regulación cognitiva.

Asimismo, el hecho de no hallar diferencias significativas por categoría o puesto en el campo de juego refuerza la idea de que la relación entre ansiedad y afrontamiento es más

transversal que situacional. Esta homogeneidad en las respuestas podría reflejar una cultura de entrenamiento compartida, o bien, una experiencia competitiva acumulada que promueve ciertos patrones psicológicos comunes dentro del grupo.

En conjunto, estos resultados aportan evidencia empírica sobre la coexistencia de la ansiedad competitiva con formas adaptativas de afrontamiento en futbolistas jóvenes. A nivel aplicado, respaldan la implementación de programas de entrenamiento psicológico que no busquen eliminar la ansiedad per se, sino enseñar a canalizarla mediante estrategias que fortalezcan el control actitudinal y la autoeficacia percibida.

Los hallazgos obtenidos sugieren que, en este grupo de futbolistas, niveles más altos de ansiedad competitiva podrían estar asociados a un mayor control actitudinal, lo que se interpreta como una canalización funcional de la activación emocional. Esta relación puede ser aprovechada en contextos de intervención psicológica aplicada, a través de entrenamientos específicos que fortalezcan la autoconfianza, la reformulación cognitiva y el control emocional. Por ejemplo, programas basados en la práctica sistemática de visualización positiva, rutinas de activación precompetitiva o mindfulness han mostrado eficacia en deportistas para consolidar respuestas actitudinales adaptativas (Weinberg & Gould, 2017).

En cuanto a los resultados no significativos respecto a otras dimensiones del afrontamiento (como control del estrés, control mental o actitud positiva general), es posible que estos reflejen la influencia de variables contextuales no controladas, como el momento de la temporada, diferencias individuales en la experiencia competitiva o la existencia de factores externos estresores ajenos al entorno deportivo inmediato. Además, podría considerarse que las categorías de afrontamiento utilizadas por el instrumento tienen diferentes niveles de sensibilidad para detectar respuestas específicas al estrés competitivo en fútbol, particularmente cuando se analizan muestras pequeñas o contextos de competición local.

Finalmente, estos resultados se alinean con estudios realizados en otras disciplinas deportivas, como el atletismo y la natación, donde se ha observado que ciertos niveles de ansiedad no siempre son perjudiciales para el rendimiento, sino que pueden operar como señales funcionales si son acompañados de estrategias adaptativas (Haase, 2020; Ruiz-Juan et al., 2015). Esta convergencia teórica entre deportes individuales y colectivos abre una línea de investigación comparativa que permitiría explorar cómo se manifiestan y gestionan las respuestas emocionales ante la competencia según el tipo de disciplina, nivel competitivo o cultura deportiva.

Conclusiones

Los resultados de este estudio permiten concluir que existe una relación positiva y significativa entre la ansiedad competitiva y el control actitudinal en jugadores de fútbol de un club en ascenso. Este hallazgo sugiere que la ansiedad, lejos de ser un obstáculo uniforme para el rendimiento, puede desempeñar un papel funcional si se canaliza mediante estrategias psicológicas adecuadas, en particular aquellas que refuerzan la actitud positiva y la perseverancia frente a las demandas competitivas.

La evidencia obtenida pone en relieve la importancia de considerar la ansiedad no solo como un factor de riesgo, sino también como una oportunidad para desarrollar recursos personales que contribuyan al afrontamiento eficaz en contextos de alto estrés deportivo. El control actitudinal emerge como una dimensión clave del afrontamiento que podría ser entrenada mediante intervenciones psicológicas específicas orientadas al fortalecimiento emocional y motivacional de los deportistas.

Se recomienda continuar explorando esta línea de investigación, incorporando otras variables psicológicas relevantes como la autoconfianza, la resiliencia o el locus de control. Asimismo, se sugiere implementar programas de entrenamiento mental adaptados al perfil competitivo de los jugadores, que contemplen no solo la regulación emocional, sino también la potenciación de actitudes funcionales frente a la competencia.

Limitaciones

Entre las principales limitaciones del presente estudio se destaca el tamaño reducido de la muestra, circunscrita a un solo club de fútbol en la ciudad de Lambaré, lo cual restringe la generalización de los resultados a otros contextos deportivos o poblaciones. Asimismo, el diseño transversal impide establecer relaciones causales entre las variables analizadas. Otra limitación es la ausencia de datos específicos sobre la validación de los instrumentos utilizados en el contexto paraguayo, lo que podría afectar la precisión de las mediciones. Finalmente, al basarse en autoinformes, los resultados podrían estar influenciados por sesgos de deseabilidad social o falta de introspección por parte de los participantes.

Referencias bibliográficas

- Bazán Flecha, E. F. (2023). Adaptación paraguaya del Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD). *Revista Científica de la Facultad de Filosofía – UNA (RECIFUNA)*, 18(2), 28–36.
<https://doi.org/10.57201/rcff.v18i2.4000>

Bazán Flecha, E. F., y Rodríguez Gryciuk, C. (2022). Relación entre el control de estrés y el bienestar psicológico en futbolistas de divisiones inferiores. *Revista Científica de la Facultad de Filosofía – UNA (RECIFUNA)*, 15(2). <https://revistascientificas.una.py/index.php/rcff/article/view/3063>

Conde-Ripoll, R., Escudero-Tena, A., & Bustamante-Sánchez, Á. (2024). Pre and post-competitive anxiety and self-confidence and their relationship with technical-tactical performance in high-level men's padel players. *Frontiers in Sports and Active Living*. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1393980>

Córdova-Castillo, R., Brandão, R., Tutte-Vallarino, V., & Reyes-Bossio, M. (2023). Relación entre la ansiedad competitiva y resiliencia en practicantes de deportes acuáticos de alto rendimiento durante la COVID-19. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 8(2), Artículo e10. <https://doi.org/10.5093/rpadef2023a12>

Domínguez-González, J. A., Reigal, R. E., Morales-Sánchez, V., & Hernández-Mendo, A. (2024). Analysis of the sports psychological profile, competitive anxiety, self-confidence and flow state in young football players. *Sports*, 12(1), 1-13. <https://doi.org/10.3390/sports12010020>

Haase, M. (2020). Ansiedad precompetitiva y motivación en nadadores costarricenses de élite. *Revista Electrónica Educare*, 24(1), 111–130. <https://www.redalyc.org/pdf/2370/237066090006.pdf>

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.
Nicholls, A. R., Polman, R. C. J., & Levy, A. R. (2005). Coping strategies and psychological skills of adolescent athletes. *Journal of Sport Behavior*, 28(3), 225–242.

Raimondi, M. J., Balaguer, I., Castillo, I., & Cervelló, E. (2016). Propiedades psicométricas del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) en deportistas argentinos. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(3), 153–164.

Roffé, M. (2022). *Evaluación psicodeportológica. 30 test psicométrico y proyectivos* (4ta edición). Lugar Editorial

Ruiz-Juan, F., Zarauz, A., & Flores-Allende, G. (2015). Ansiedad precompetitiva en corredores de fondo en ruta en función de sus variables de entrenamiento.

Universitas Psychologica, 14(3), 1023–1034.

<https://www.redalyc.org/pdf/3457/345744747021.pdf>

Sepúlveda-Páez, G., Díaz-Karmelic, Y., & Ferrer-Urbina, R. (2019). Ansiedad pre-competitiva y estrategias de afrontamiento deportivo en disciplinas acuáticas individuales y colectivas en deportistas juveniles de alto nivel. *Límite (Arica)*, 14(16), 1–10.
<https://dx.doi.org/10.4067/s0718-50652019000100216>

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2017). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico* (6^a ed.). Paidotribo.

Yang, L., Zhang, Z., Zhang, J., & Veloo, A. (2024). The relationship between competitive anxiety and athlete burnout in college athletes: The mediating roles of competence and autonomy. *BMC Psychology*, 12(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01888-2>

Zegarra-López, D., & Guzmán-Mendoza, M. (2023). Intervención cognitivo-conductual para reducir ansiedad precompetitiva en futbolistas de un club limeño. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 7(31), 2252–2264.
<http://www.scielo.org.bo/pdf/hrce/v7n31/a3-2252-2264.pdf>