

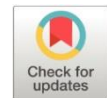


La ansiedad en árbitros profesionales de fútbol antes de ser evaluados físicamente

Anxiety in professional soccer referees before being physically evaluated

- ¹ René Fabián Marín Inca  <https://orcid.org/0000-0001-9013-2485>
Maestría en Educación Física y Entrenamiento Deportivo, Universidad Católica de Cuenca,
Azogues, Ecuador
rene.marin.83@est.ucacue.edu.ec
- ² Wilson Hernando Bravo Navarro  <https://orcid.org/0000-0003-3381-8063>
Universidad Católica de Cuenca, Azogues – Ecuador
Wilson.bravo@ucacue.edu.ec



Artículo de Investigación Científica y Tecnológica

Enviado: 22/08/2023

Revisado: 20/09/2023

Aceptado: 02/10/2023

Publicado: 06/11/2023

DOI: <https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v6i4.2.2771>

Cítese:

Marín Inca, R. F., & Bravo Navarro, W. H. (2023). La ansiedad en árbitros profesionales de fútbol antes de ser evaluados físicamente. *ConcienciaDigital*, 6(4.2), 109-125. <https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v6i4.2.2771>



CONCIENCIA DIGITAL, es una revista multidisciplinar, **trimestral**, que se publicará en soporte electrónico tiene como **misión** contribuir a la formación de profesionales competentes con visión humanística y crítica que sean capaces de exponer sus resultados investigativos y científicos en la misma medida que se promueva mediante su intervención cambios positivos en la sociedad. <https://concienciadigital.org>

La revista es editada por la Editorial Ciencia Digital (Editorial de prestigio registrada en la Cámara Ecuatoriana de Libro con No de Afiliación 663) www.celibro.org.ec

Esta revista está protegida bajo una licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 International. Copia de la licencia: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>

Palabras claves:

Ansiedad precompetitiva, pruebas físicas, arbitraje

Keywords:

Pre-competitive anxiety, physical tests, refereeing

Resumen

Introducción. Para dirigir los partidos de fútbol profesional, es necesario que el árbitro cuente con un buen nivel de preparación física y mental, debido a que el esfuerzo que realizan es similar al de los jugadores, sin embargo, la ansiedad precompetitiva se refiere a un tipo de ansiedad de estado emocional inmediato, que puede ser modificable en el tiempo. **Objetivo.** El presente estudio tuvo como objetivo analizar el grado de ansiedad precompetitiva de los árbitros de fútbol antes de ser evaluados físicamente mediante el Cuestionario de Aproximación al Afrontamiento en el Deporte (ACSQ-1) para conocer la afectación de la ansiedad en los árbitros. **Metodología.** Se utilizó un diseño no experimental-transversal con un enfoque cuantitativo. Se tomó como muestra a 102 árbitros primera categoría, serie A y B. Para medir la ansiedad precompetitiva se aplicó el Cuestionario de Aproximación al Afrontamiento en el Deporte y los resultados de la evaluación física por la Comisión Nacional de Árbitros del Ecuador 2023. **Resultados.** Los resultados indicaron que la ansiedad precompetitiva incide en forma mínima en la evaluación de las pruebas físicas de los árbitros asistentes, se encontró un buen manejo de la carga emocional y que los árbitros están activos en su planificación. También se encontró que la gran mayoría de la muestra aprobó la prueba de velocidad 6 x 40 e intermitente. **Conclusión.** Demostrando una excelente condición física. **Área de estudio general.** Deporte. **Área de estudio específica.** Preparación Física.

Abstract

Introduction. To direct professional soccer matches, it is necessary for the referee to have a proficient level of physical and mental preparation, because the effort they make is like that of the players; however, precompetitive anxiety refers to a type of Immediate emotional state anxiety, which can be modifiable over time. **Objective.** The present study aimed to analyze the degree of pre-competitive anxiety of soccer referees before being physically evaluated using the Sports Coping Approach Questionnaire (ACSQ-1.) to know the impact of anxiety on referees. **Methodology.** A non-experimental-cross-sectional design with a quantitative approach was used. 106 first category referees, series A and B, were taken as a sample. To measure pre-

competitive anxiety, the Approach to Coping in Sports Questionnaire and the results of the physical evaluation by the National Commission of Referees of Ecuador 2023 were applied. **Results.** The results indicated that precompetitive anxiety minimally affects the evaluation of the physical tests of the referees and referees, good management of the emotional load was found and that the referees are active in their planning. It was also found that most of the sample passed the 6 x 40 speed and resistance test. **Conclusion.** demonstrating excellent physical condition. **General study area.** Sport. **Specific study area.** Physical training.

Introducción

Teniendo en cuenta que el fútbol es el deporte más popular del mundo y que el arbitraje es parte fundamental para el buen desarrollo de este, existen varios parámetros para que los colegiados puedan ser tomados en cuenta en las designaciones de los partidos de fútbol en las diferentes categorías que se desarrolla el campeonato ecuatoriano (Pineda et al., (2020). Uno de los requisitos es pasar las pruebas físicas, por lo tanto, la preparación física es primordial en la vida profesional de un árbitro.

Los árbitros son la figura clave en el ámbito deportivo, debido a que son quienes se encargan de mantener el orden dentro del campo en un entorno de seguridad, justicia e integridad, el desempeño arbitral es una tarea muy exigente por lo que depende de varios elementos como el porte de atención y concentración, estado físico y autocontrol emocional ante los diferentes eventos que les generan presión y estrés. Por ello, es fundamental que el árbitro mantenga sus condiciones físicas y mentales en un nivel óptimo (Regueira, 2019).

En el estudio realizado por Patiño & Cañadas (2015), se argumenta que, las cualidades primordiales que debe poseer un árbitro deportivo abarcan la comprensión del juego, destrezas para tomar decisiones, una sólida preparación física, efectiva comunicación, control del desarrollo del juego, aptitudes psicológicas y tácticas es por ello que, los árbitros deben cumplir con un entrenamiento planificado y monitoreado por el preparador físico provincial de la Comisión Nacional de Arbitraje, durante todos los días de la semana excepto los días que cumplieran la designación. El preparador físico provincial enviará a la Comisión Nacional de Arbitraje (CNA) un informe detallado de las personas que cumplieron o no estos entrenamientos de manera regular o idónea, con este

documento los árbitros estarán habilitados o no para ser evaluados físicamente (Federación Ecuatoriana de Fútbol, 2023).

Las pruebas físicas que se evalúan son emitidas por la FIFA, permiten medir la velocidad y la resistencia por medio de dos pruebas la primera es Capacidad de Sprint Repetido (RSA), y la segunda es una prueba de intervalos en la cual se debe realizar una serie de carreras de alta velocidad (Federación Internacional de Fútbol Asociado, 2016). Uno de los factores clave que influyen en los árbitros al momento de realizar las pruebas físicas es la ansiedad precompetitiva, la cual se refiere a un tipo de ansiedad de estado, que conlleva reacciones emocionales de nerviosismo, aprehensión, y tensión en condiciones de competencia (Sepúlveda et al., 2019). Dicho estado de ansiedad puede ser favorable o perjudicial al momento de realizar las pruebas físicas ya que de esto dependerá estar habilitado para dirigir los encuentros de fútbol. Por tal razón los árbitros se encuentran sometidos a la incertidumbre y el miedo de no aprobar.

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo analizar el grado de ansiedad precompetitiva de los árbitros de fútbol antes de ser evaluados físicamente mediante el Cuestionario de Aproximación al Afrontamiento en el Deporte (ACSQ-1) para conocer la afectación de la ansiedad en los árbitros.

Marco Teórico

Condición Física Arbitral

El estado físico es un aspecto importante de un árbitro profesional de fútbol para poder dirigir los encuentros deportivos. Conseguir y mantener una buena condición física permite realizar un trabajo de manera correcta garantizando una mayor eficiencia en circunstancias que requieran evaluar y juzgar las acciones durante el partido, permitiendo tomar decisiones rápidas y correctas (Fernández, 2015).

Para dirigir los partidos de fútbol profesional, es necesario que el árbitro cuente con un buen nivel de preparación física, debido a que la energía que se desgasta es similar al de los jugadores (Teoldo et al., 2020). Un estudio demostró que en el fútbol profesional un árbitro recorre entre 9 a 13 km aproximadamente en cada partido, con una intensidad del 85-90% de su FCM. y 70-80% del consumo máximo de oxígeno. Entre 4-18% de la cantidad de lactato en la sangre de estos atletas aumenta significativamente debido a la alta intensidad a la que realizan la mayor parte de la distancia total recorrida, lo que resulta en niveles similares a los observados en futbolistas (Castagna et al., 2007).

La preparación física es un componente esencial del entrenamiento deportivo que consiste en una repetición regular, sistemática y progresiva de tracción y compresión muscular, orientado al fortalecimiento morfológico y funcional de órganos, músculos y sistemas

que permitan desarrollar las capacidades motoras de fuerza, resistencia, velocidad flexibilidad y coordinación (Casas, 2016).

Pruebas de Condición Física de la FIFA (FIFA Fitness Test)

La FIFA utiliza un conjunto de evaluaciones físicas para medir el desempeño físico de los árbitros, consta de dos pruebas que permite conocer las condiciones físicas de velocidad y resistencia. La prueba 1, denominada Capacidad de Sprint Repetido (RSA), se encarga de evaluar la capacidad para realizar Sprint repetidos de más de 40 m. La prueba 2, denominada como una prueba de intervalos, esta evaluación evalúa la capacidad del árbitro para ejecutar una secuencia de carreras de alta velocidad que abarcan distancias superiores a 75 metros, intercaladas con segmentos de 25 metros de caminata (Federación Internacional de Fútbol Asociados, 2016).

Entre el final de la prueba 1 y el inicio de la prueba 2 se debe esperar un tiempo de un lapso de no más de 6 a 8 minutos como tope, las evaluaciones deben llevarse a cabo en una pista de atletismo o en un campo de fútbol, ya sea natural o artificial en caso de que no se cuente con una pista disponible. Es necesario que los colegiados aprueben al menos una vez al año los test de condición física, finalmente, es recomendable que todas las pruebas se realicen por un instructor físico calificado, así mismo se debe contar obligatoriamente con un equipo de primeros auxilios (Federación Internacional de Fútbol Asociados, 2016).

Prueba 1: Habilidad de Sprint Repetido: Procedimiento

- a. Los cronometrajes de las carreras deben ser efectuados mediante el empleo de sistemas de puertas de cronometraje electrónicos, específicamente, células fotoeléctricas. En caso de que no sea factible utilizar estos dispositivos electrónicos, un instructor físico experimentado y certificado se encargará de medir manualmente los tiempos de cada carrera mediante un cronómetro convencional.
- b. La posición inicial de los competidores debe situarse en el punto 0, mientras que la meta se establecerá a una distancia de 40 metros. Además, la línea de salida se ubicará a 1.5 metros detrás de la puerta de salida.
- c. Los árbitros deben disponerse en fila, partiendo desde la línea de inicio y tocando esta con el pie delantero antes de iniciar. Cuando estén preparados las puertas de cronometraje electrónicas lista, los árbitros podrán salir de manera inmediata cuando el primero llegue sale el siguiente. Al no existir estos instrumentos electrónicos, se trabajará con 2 preparadores físicos, uno se pondrá al inicio para controlar la salida y el otro verificará la llegada mediante un cronometro manual.

- d. Los árbitros tendrán como máximo 60 segundos de recuperación entre cada repetición, regresarán caminado para la siguiente repetición. Son un total de 6 carreras de 40m en máximo 6 segundos.
- e. En caso de que un árbitro caiga o tropiece, tendrá la opción de reintentar la carrera.
- f. Si un árbitro no cumple satisfactoriamente una de las seis carreras, tendrá la oportunidad de realizar una séptima carrera de inmediato después de finalizar la sexta. No obstante, si falla en las dos de las siete carreras, no superará el test.

Figura 1

Habilidad de Sprint

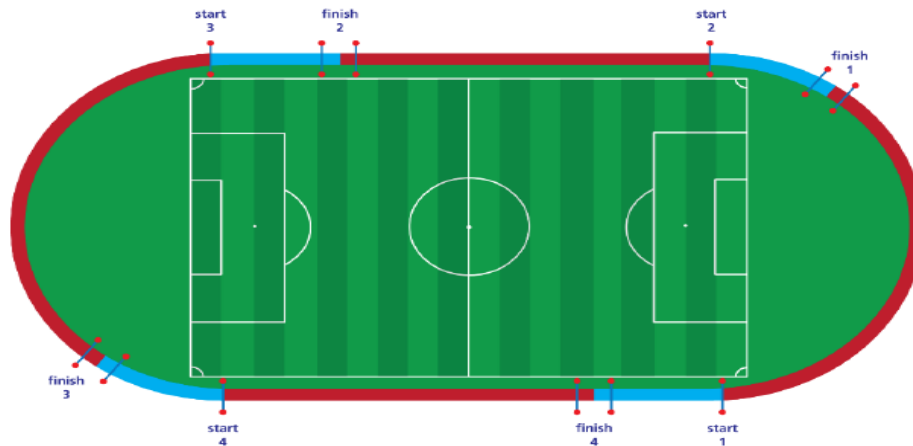


Fuente: Tomado de Federación Internacional de Fútbol Asociados (2016)

Prueba 2: Test de Intervalos:

- a. Los árbitros tienen la tarea de llevar a cabo 40 series de carreras de 75 metros seguidas de 25 metros de caminata, lo que suma un total de 4000 metros, equivalente a dar 10 vueltas a una pista de 400 metros, el tiempo será de los 75 m. en máximo 15 segundos y los 25m en máximo 18 segundos. El preparador físico dará las señales mediante un silbato para la salida y la llegada, con un cronometro manual.
- b. Los árbitros saldrán de pie, no deben salir antes del silbato, en cada línea de salida deberá estar una persona que controle la llegada y no se adelanten la salida.
- c. Si un árbitro no entra en el tiempo establecido en la carrera de los 75 metros, el responsable realizará un llamado de atención claro y si se produce nuevamente este incidente, el árbitro quedará fuera de la prueba.
- d. Es aconsejable llevar a cabo la prueba en grupos de un máximo de 6 personas. Se permite la realización simultánea de la prueba por hasta 4 grupos, lo que

implica que se pueden evaluar hasta un máximo de 24 árbitros en total. Cada grupo contará con un encargado de supervisar la prueba con atención.

Figura 2*Prueba de intervalos*

Fuente: Tomado de Federación Internacional de Fútbol Asociados (2016)

Ansiedad Precompetitiva

La ansiedad es un estado emocional negativo considerado como un factor permanente de la personalidad y también como un estado temporal de cada individuo (Kent, 2003), está acompañada de sensaciones de preocupación, nerviosismo y aprensión, las cuales conllevan a manifestaciones físicas externas como sudoración en las manos, dificultad para respirar, tensión muscular, mareos, pérdida de la capacidad de concentración, entre otros (Guerra et al., 2017). Es importante conocer que la ansiedad está compuesta por dos componentes; el componente del pensamiento denominado ansiedad cognitiva relacionado con la aprensión y preocupación, y otro componente llamado ansiedad somática, que establece el nivel de activación física (Aragón, 2006).

La ansiedad precompetitiva se refiere a un tipo de ansiedad de estado emocional inmediato, que puede ser modificable en el tiempo, está compuesta por tres componentes: ansiedad cognitiva, somática y autoconfianza (Regueira, 2019). Este tipo de ansiedad puede tener un impacto negativo, positivo o irrelevante en la participación deportiva, esto depende de la personalidad del deportista, el grado de dificultad de las actividades, el tipo de deporte o la complejidad de la tarea, preparación física, nivel de los rivales con los que compite y la no familiarización con el contexto (Rodríguez & Granero, 2014).

Según Kent (2003), afirma que la ansiedad en el deporte puede ser afectada por la situación competitiva objetiva y subjetiva. Un grado alto de ansiedad precompetitiva disminuye el nivel de rendimiento porque afecta la selectividad y la intensidad de la

atención. El efecto negativo puede deberse al estado de ansiedad cognitivo que reduce la capacidad para segregar la información relevante de la irrelevante, lo cual provoca pérdida de tiempo en la ejecución de las tareas.

Metodología

La presente investigación fue de diseño no experimental, debido que las variables no fueron manipuladas, de corte transversal y un enfoque cuantitativo debido a que se analizaron aspectos como conductas de riesgo, calma emocional, entre otros aspectos que brinda el ACSQ-1 teniendo en cuenta que se pretende medir el nivel de ansiedad antes de dar las pruebas físicas arbitrales, por consiguiente, la muestra de estudio fue de 102 árbitros del escalafón nacional de árbitros profesionales 2023, emitido por la CNA de la FEF y el listado del preparador físico nacional, se analizaron a los árbitros de primera categoría, serie A y B.

Instrumentos

Se utilizó el *Cuestionario de Aproximación al Afrontamiento en el Deporte* con sus siglas ACSQ-1 que fue desarrollada por Kim et al. (2003), este cuestionario mide 5 aspectos, el primero es la calma emocional que hace referencia a todos los conatos para gestionar las emociones adversas, mediante el control de pensamientos y los problemas físicos, seguido de la reestructuración cognitiva que se refiere a las veces que reinterpreta una situación complicada organizando los pensamientos y acciones para cumplir un objetivo en específico, tercero retraining mental que es mantener pensamientos positivos a instancias negativas al no poder cumplir con la meta deseada; cuarto es la conducta de riesgo que se define como el manejo de técnicas, habilidades, estrategias y desafíos que van más allá de los niveles de rendimiento actuales y la búsqueda de respaldo social que es la relación de los momentos difíciles con las situaciones interpersonales. Dicha evaluación se realizó minutos antes de las pruebas físicas y una vez realizado el cuestionario y de acuerdo con los resultados de ambas pruebas se pudo determinar si afecta la ansiedad precompetitiva en los árbitros de fútbol profesional (Kim et al., 2003).

El cuestionario consta de 28 preguntas, las cuales se deben responder por medio de una escala de 5 puntos o escala de Likert, en la que es necesario especificar con qué frecuencia emplea determinadas estrategias durante situaciones competitivas., siendo 1 nunca y 5 siempre (Romero et al., 2010).

Tabla 1*Clasificación de la subescala del Cuestionario de Aproximación al Afrontamiento en el Deporte*

Estrategia de afrontamiento	Ítems	Puntuación mínima	Puntuación máxima
Calma emocional	4, 9, 10, 18, 21, 23, 28	7	35
Planificación activa	11, 15, 19, 22, 24	6	30
Retraimiento mental	1,3, 8, 14, 17, 26	6	30
Conductas de riesgo	2,7, 16, 25	4	20
Búsqueda de apoyo social	5, 6, 12, 13, 20	5	25

Además, se empleó el *Reporte de Pruebas Físicas de la Comisión Nacional de Árbitros del Ecuador* el mismo que indica los resultados de las pruebas de velocidad y resistencia dando como evaluación final aprobado o reprobado.

Procedimiento

Para el progreso del cuestionario ACSQ-1 se solicitó la autorización a la Comisión Nacional de Arbitraje para realizar la investigación con árbitros profesionales de las categorías A y B, según el cronograma de las primeras pruebas físicas 2023. Además, fue necesario el permiso de los presidentes provinciales, instructores y preparadores físicos de cada asociación de árbitros de fútbol donde se realizó el estudio. Un aspecto importante fue el consentimiento informado para cada árbitro, una vez que aceptaron, se aplicó el instrumento.

Minutos antes de que los árbitros realicen el cuestionario se les pidió que bloquearan los pensamientos negativos para que pudieran mantenerse calmados y centrados en lo que estaban haciendo. En tal sentido, también se solicitó que se mantuvieran emocionalmente positivos para equilibrar los inconvenientes que causaban su negatividad, y de esa forma, mantener la mente enfocada en los aspectos importantes de su tarea, respirando profundamente para relajarse. El cuestionario ACSQ-1 se aplicó minutos antes de la evaluación física, con el fin de determinar si la ansiedad repercute o no en el rendimiento de la prueba, este cuestionario se presentó de manera digital en el Google forms y el enlace se envió a cada árbitro para su ejecución. Finalmente se analizaron los resultados en el programa estadístico SPSS 25.

Resultados

A continuación, se presentan los resultados obtenidos de las pruebas de ansiedad y físicas realizadas al grupo de árbitros y asistentes de la primera categoría A y B del Ecuador.

Evaluación de la ansiedad

Tabla 2

Evaluación de la ansiedad precompetitiva de los árbitros de primera categoría A y B

	Calma emocional	Planificación Activa	Retraimiento mental	Conductas de riesgo	Búsqueda de apoyo
M	26,63	18,30	10,62	10,98	12,58
Me	27,00	19,00	10,00	12,00	12,00
Mo	29,00	20,00	9,00	8,00	11,00
D S	5,28	3,94	3,51	3,74	4,58
Var	27,97	15,59	12,36	14,01	21,04
Mín.	10,00	6,00	6,00	4,00	5,00
Max	35,00	25,00	23,00	19,00	25,00

En la tabla 2, se pueden observar los resultados de las evaluaciones alcanzadas por 102 árbitros y los respectivos asistentes tanto la serie A como la serie B del fútbol profesional ecuatoriano donde los resultados obtenidos corresponden a la variable ansiedad precompetitiva, donde la categoría calma emocional y planificación activa son las más altas con promedios de 26,63/35 y 18,30/30 puntos respectivamente lo que indica que los árbitros se mantienen concentrados y calmados durante las pruebas físicas, también se puede decir que tienen un buen control sobre situaciones de estrés y en la mayor parte de tiempo tienen pensamientos positivos ante situaciones adversas.

Mientras que las categorías más bajas son el retraimiento mental (10,62/30), conductas de riesgo (10,98/25) y la búsqueda de apoyo emocional (12,58/25) lo cual es positivo para el grupo pues estos indicadores son negativos. En tal sentido, en la categoría retraimiento mental, se pudo determinar que los árbitros que realizaron la evaluación la gran mayoría están activos en su planificación en lo que quieren lograr como jueces profesionales. Los participantes manipularon métodos nuevos, así mismo, intentaron usar habilidades y técnicas más difíciles para enfrentar los conflictos, además manejaron habilidades, estrategias o técnicas que apenas habían practicado antes. Por último, en la categoría de

apoyo emocional se detectó que los árbitros no acudieron al mismo debido a que se encuentran optimistas y seguros de sí mismos por su buena preparación física.

Evaluación Física

A continuación, se exhiben los efectos de la evaluación física efectuada a los participantes datos facilitados por la Comisión Nacional de Árbitros, afiliados a la FEF (2023).

Tabla 3

Pruebas de condición física de la FIFA, árbitros de primera categoría serie A y B

Prueba de velocidad 6x40	Aprobados		Reprobados		Velocidad
	Fr	%	Fr	%	Media en 10v
Serie "A"	59	58 %	0	0 %	4,75Seg
Serie "B"	39	38 %	4	4 %	4.89Seg
Total	98	96 %	4	4 %	4,82Seg

Nota: Resultados obtenidos de la Comisión Nacional de Árbitros del Ecuador 2023.

Análisis e interpretación

En la tabla 3, correspondiente a los resultados a la prueba de velocidad 6 x 40 e intermitente, se muestran las medias alcanzadas en los test físicos llevadas a cabo por 102 árbitros y árbitros asistentes de la primera categoría del fútbol profesional ecuatoriano, en tal sentido se pueden apreciar que de los 102 árbitros profesionales que rindieron dicha prueba, 59 de ellos pertenecen a la serie "A" lo que corresponde al 58 %, el 100 % de los árbitros de la serie "A" mostraron buen rendimiento físico y aprobaron la prueba física.

Mientras que, 39 árbitros corresponden a la Serie "B" lo que indica el 38 % del total, en tal sentido se puede decir que el 96% de los árbitros de la serie B, fueron aprobados ya que, demostraron tener buen rendimiento durante la prueba. Mientras que el 4 % reprobó la prueba física de velocidad.

Discusión

Una vez obtenido los resultados se procede a contrastarlos con los autores antes mencionados, como lo es el caso de Fernández (2015) quien refiere que el estado físico es un aspecto importante de un árbitro profesional de fútbol para poder dirigir los encuentros deportivos. De igual manera Teoldo et al. (2020) manifiestan que, para dirigir los partidos de fútbol profesional, es necesario que el árbitro cuente con un buen nivel de preparación física, debido a que el esfuerzo que realizan es similar al de los jugadores.

De acuerdo con Castagna et al. (2007) en sus estudios demostraron que en el fútbol profesional un árbitro recorre entre 9 a 13 km aproximadamente en cada partido, con una intensidad del 90 % de la frecuencia cardíaca máxima y del 80 % del consumo máximo de O₂. Entre el [4-18] % de la distancia total recorrida la realizan a alta intensidad, esto provoca que acumulen cantidades de lactato en sangre muy similares a las de los futbolistas, según los resultados obtenidos en la evaluación de la condición física basada en el prueba de velocidad 6x40, se puede decir que coincide con lo mencionado por los autores citados anteriormente, donde los árbitros deben tener excelentes condiciones físicas y resistencia para desempeñar la labor como jueces en los partidos de fútbol, bien sea en la serie A o en la serie B.

De acuerdo con los resultados obtenidos en esta investigación de los 102 árbitros y asistentes que tiene el Ecuador tanto en la serie “A” como la “B” se puede decir que el 96 % aprobó la prueba de velocidad 6 x 40, demostrando que tienen buena resistencia física, sin embargo un pequeño grupo correspondiente al 4 % no aprobó dicha prueba quedando relegados para cuando exista una nueva prueba, también se pudo conocer que 2 árbitros no pudieron presentar la evaluación ya que para el momento se encontraban de permiso, arbitrando en la Liga Pro del Ecuador.

Es por ello por lo que, se puede decir que la preparación física es un componente esencial del entrenamiento deportivo que consiste en una repetición regular, sistemática y progresiva de tracción y compresión muscular, orientado al fortalecimiento morfológico y funcional de órganos, músculos y sistemas que permitan desarrollar las capacidades motoras de fuerza, resistencia, velocidad flexibilidad y coordinación. Por lo tanto, conseguir y mantener una buena condición física permite realizar un trabajo de manera correcta garantizando una mayor eficiencia en circunstancias que requieran evaluar y juzgar las acciones durante el partido, permitiendo tomar decisiones rápidas y correctas.

En cuanto a la ansiedad precompetitiva Rodríguez & Granero (2014), refieren que la ansiedad precompetitiva es un tipo de ansiedad de estado emocional inmediato, que puede ser modificable en el tiempo, está compuesta por tres componentes: ansiedad cognitiva, somática y autoconfianza. Para Regueira (2019), este tipo de ansiedad puede tener un impacto negativo, positivo o irrelevante en la participación deportiva, esto depende de la personalidad del deportista, el grado de dificultad de las actividades, el tipo de deporte o la complejidad de la tarea, preparación física, nivel de los rivales con los que compite y la no familiarización con el contexto.

Por su parte Kent (2003) afirma que, la ansiedad en el deporte puede ser afectada por la situación competitiva objetiva y subjetiva. Un grado alto de ansiedad precompetitiva disminuye el nivel de rendimiento porque afecta la selectividad y la intensidad de la atención. El efecto negativo puede deberse al estado de ansiedad cognitivo que reduce la capacidad para segregar la información relevante de la irrelevante, lo cual provoca

pérdida de tiempo en la ejecución de las tareas. En tal sentido, haciendo el contraste con los resultados alcanzados en esta investigación se puede decir que, los árbitros que fueron evaluados fueron sometidos a constante cargas emocionales, ya que del desempeño de su evaluación consiste su trabajo, lo que arrojó que la ansiedad es una patología que ataca a cualquier atleta que se encuentre sometido a una presión constante.

En cuanto a la variable ansiedad los árbitros y asistentes que presentaron la evaluación la categoría carga emocional se determinó que la gran mayoría correspondiente aproximadamente a un 63 % del total, manejó de buena manera la carga emocional, por ende, genera ansiedad motivado a lo que representa realizar una prueba de evaluación donde está en juego su participación como jueces profesionales, la categoría planificación activa, se pudo determinar que los árbitros que realizaron la evaluación la gran mayoría correspondiente aproximadamente a un 77 % del total, están activos en su planificación en lo que quieren lograr como jueces profesionales, por lo tanto, esto genera ansiedad en ellos, la categoría retraimiento mental, se pudo determinar que los árbitros que realizaron la evaluación la gran mayoría correspondiente aproximadamente a un 89 % del total, están activos en su planificación en lo que quieren lograr como jueces profesionales, por lo tanto, esto genera ansiedad en ellos. La categoría conducta de riesgo los árbitros participantes en la evaluación vieron alta posibilidad de riesgo en algunas actitudes o conductas durante su desempeño como árbitros profesionales. Por último, la mayoría de los árbitros participantes en la evaluación, no recibieron el apoyo social durante la búsqueda de este, por lo que su desempeño como árbitros profesionales, generó en ellos mayor ansiedad.

Conclusiones

- Una vez realizado el trabajo la ansiedad en árbitros profesionales de fútbol antes de ser evaluados físicamente, se tomó en cuenta diferentes categorías para llevar a cabo el estudio de la ansiedad que son sometidos los árbitros de fútbol profesional antes de cada evaluación de rendimiento físico, por lo que se pudo concluir que:
- La ansiedad precompetitiva afecta de forma mínima en la evaluación de las pruebas físicas de los árbitros asistentes de primera categoría A y B del Ecuador durante las pruebas físicas, se evidenció un buen manejo de la carga emocional, además, están activos en su planificación, los árbitros participantes en la evaluación vieron alta posibilidad de riesgo en algunas actitudes o conductas durante su desempeño como árbitros profesionales. Por último, la mayoría de los árbitros participantes en la evaluación, no recibieron el apoyo social durante la búsqueda de este, por lo que su desempeño como árbitros profesionales, generó en ellos mayor confianza.

- De acuerdo con los resultados obtenidos en esta investigación de los 102 árbitros asistentes que tiene el Ecuador tanto en la serie “A” como la “B” la gran mayoría aprobó la prueba de velocidad 6 x 40 y resistencia, demostrando una excelente preparación física. Por lo tanto, conseguir y mantener una buena condición física permite realizar un trabajo de manera correcta garantizando una mayor eficiencia en circunstancias que requieran evaluar y juzgar las acciones durante el partido, permitiendo tomar decisiones rápidas y correctas.
- Se puede decir que la ansiedad precompetitiva puede ser afectada por situaciones objetivas y subjetivas, donde un grado alto de ansiedad precompetitiva disminuye el nivel de rendimiento, porque afecta la selectividad y la intensidad de la atención. El efecto negativo puede deberse al estado de ansiedad cognitivo que reduce la capacidad para segregar la información relevante de la irrelevante, lo cual provoca pérdida de tiempo en la ejecución de las tareas.

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses en relación con el artículo presentado.

Referencias Bibliográficas

- Aragón, S. (2006). La ansiedad en el deporte. *Efdeportes.com*, 11(95), 1-5.
<https://efdeportes.com/efd95/ansiedad.htm>
- Casas Tapia, S. (2016). La preparación física en el rendimiento del árbitro del fútbol profesional en el campeonato nacional de fútbol del Ecuador. [Tesis de maestría, Universidad Técnica de Ambato.
<https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/22419?mode=full>
- Castagna, C., Rampinini, E., Impellizzeri, F., Grant, A., Chamari, K., & Sassi, A. (2007). Factors influencing physiological responses to small-sided soccer games. *Journal of Sport Science*, 25(1), 1-6.
<https://doi.org/10.1080/02640410600811858>
- Federación Ecuatoriana de Fútbol. (2023). El congreso de la federación ecuatoriana de fútbol. Comisión de Árbitros de la Federación Ecuatoriana de Fútbol. Guayaquil, Ecuador: FEF. <https://acortar.link/MBN0AL>
- Federación Internacional de Fútbol Asociados. (2016). Regulations governing the registration of international referees, assistant referees. Zúrich, Suiza: FIFA.
<https://acortar.link/IHK2co>

- Fernández, P. (2015). Condición física y composición corporal en árbitros de 3a división y su posible relación con el ascenso a Segunda División “B”.
<https://n9.cl/552j9>
- Guerra, J., Gutiérrez, M., Zavala, M., Álvarez, J., Goosdenovich, D., & Romero, E. (2017). Relación entre la 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
- Kent, M. (2003). Diccionario Oxford de Medicina y Ciencias del Deporte (Primera ed.). Oxford, Inglaterra: Paidotribo. <https://n9.cl/fdmjd>
- Kim, M., Duda, J., Tomás, I., & Balaguer, I. (2003). Examination of the psychometric properties of the spanish version of the approach to coping in sport questionnaire. Rev. de Psicología del Deporte, 12(2), 197-212.
<https://ddd.uab.cat/record/63076>
- Patiño, Ó., & Cañadas, M. (2015). Análisis de la figura del árbitro deportivo y su intervención en el proceso de formación deportiva. Rev. Pedagógica de Educación física, 1(30), 25-32. <https://n9.cl/eoyd1>
- Pineda, D., Bravo, W., Ávila, C., & Heredia, D. (2020). La preparación física en la toma de decisiones arbitrales del fútbol. Polo del Conocimiento: Rev. científico - profesional, 5(11), 3-11. <https://n9.cl/nknjh>
- Regueira, B. (2019). Perfil psicológico y ansiedad precompetitiva en una muestra de árbitros de fútbol. Minerva Repositorio Instit. <https://n9.cl/1ycch>
- Rodríguez, J., & Granero, A. (2014). Estado de ánimo, autoconfianza y ansiedad precompetitiva en tiro deportivo. Espiral. Cuadernos del Profesorado, 7(14), 13-23. <https://doi.org/10.25115/ecp.v7i14.967>
- Romero, A., Zapata, R., García, A., Brustad, R., Garrido, R., & Letelier, A. (2010). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en jóvenes tenistas de competición. Rev. de Psicología del Deporte, 19(1), 117-133.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235116414008>
- Sepúlveda, G., Díaz, Y., & Ferrer, R. (2019). Ansiedad precompetitiva y estrategias de afrontamiento deportivo, en disciplinas acuáticas individuales y colectivas en deportistas juveniles de alto nivel. Rev. Interdisciplinaria de Filosofía y Psicología, 14(16), 1-10.
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-50652019000100216

Teoldo, V., Teoldo, I., Ferreira, R., Macedo, E., Noce, F., & De Moura, M. (2020).
Análisis de estrés psíquico en los árbitros de fútbol. *Revista Brasileira de
Psicologia do Esporte*, 3(2), 1-15.
[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-
50652019000100216](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-50652019000100216)

El artículo que se publica es de exclusiva responsabilidad de los autores y no necesariamente reflejan el pensamiento de la **Revista Conciencia Digital**.



El artículo queda en propiedad de la revista y, por tanto, su publicación parcial y/o total en otro medio tiene que ser autorizado por el director de la **Revista Conciencia Digital**.



Indexaciones

